



親子カウボーイキャンプ

～おおきなお馬さんと出会い、ワクワクがいっぱい～

① 2015年5/20 (水) ② 6月10日 (水) ③ 9月5日 (土)・6日 (日)





親子カウボーイキャンプ！

～馬にさわって、乗って、ぬくもりを感じる一日～

①2015年5月20日（水）日帰り

プロジェクトの目的とねらい



「親子でカウボーイキャンプ」を通じて、大きな馬・自然と出会い、友達やお母さんたちと、コミュニケーションをはかり、少しずつ「自立」や「心

の成長」を目指します。やってみたい！を大切に、馬にさわり、引き馬に挑戦。親子で前向きに取り組み、好奇心を育みます。

[プログラムのポイント]

①引き馬体験

ちょっぴりこわい気持ちもがんばって、馬に乗ろう。落ちないようにバランスをとろう。

②散策

よく見て観察しよう。季節の植物、生き物に出会い、虫を捕ったり、触ったりしよう。

③収穫体験

畑の野菜を収穫して味わい、自然の恵みを体感し、お友達と楽しもう。





08:00 マイクロバスに乗って、出発！
うまクイズに挑戦したよ。



9:45 はじまりのあいさつ。馬やお友
達の気持ちを考えて過ごそうね。

- 08:30 谷保駅集合。貸切バスで出発
- 10:00 引き馬体験・馬の世話
野菜の収穫・お母さんの乗馬散策
- 12:00 昼食
- 13:00 引き馬体験・馬の世話
お母さんの乗馬散策
- 15:00 片付け・撤収
- 15:30 牧場出発
- 17:00 谷保駅着・解散

はじめてマイクロバスで向かった親子
の日帰り乗馬キャンプ。
大人も子どももたくさん乗馬して、ク
ラフトしたり、お弁当を食べたり、充
実した一日でした。



10:00 さっそく子ども達の乗馬。だ
んだん表情も柔らかく、嬉しそう！



11:00 ママもパパも乗馬。馬に気持ち
を伝えて、ゆっくり歩き出そう。



12:00 みんなでおひるごはん。豚汁に
牧場のお野菜を入れていただきます。



13:00 午後の乗馬。バカバカと心地よ
く、眠くなってしまうお友達も。



馬小屋を見学。どんなえさを食べてる
のかな。どこで寝るのかな。



クラフトにも挑戦。蹄鉄スタンプの壁
飾り。自然をたくさん拾ったよ。



ママもパパも乗馬。午前より、リラッ
クして、速歩にも挑戦。



15:00 マイクロバスで帰路に。バスの
窓からお馬さんにバイバイ！したよ。





08:30 バスの中でお馬の話し。馬のおしっこやうちはどのくらい?!



10:00 さあ始まるよ。ちゃんとお話しをきいて、馬への合図をしっかりとね。

- 08:30 谷保駅集合。貸切バスで出発
- 10:00 引き馬体験・馬の世話
野菜の収穫・お母さんの乗馬散策
- 12:00 昼食
- 13:00 引き馬体験・馬の世話
お母さんの乗馬散策
- 15:00 片付け・撤収
- 15:30 牧場出発
- 17:00 谷保駅着・解散

いつも遊んでいるお友達といっしょに過ごす乗馬キャンプの1日。
大きな自然のなかで心と体もリラックス。怖くて乗れなかったお友達も、午後の乗馬に初体験。こんな積み重ねをしていけたらいいね。



10:00 早速子ども達の乗馬。ちゃんと動いてくれるといいな。



10:00 ママやパパも乗馬。道草食べられないように気をつけました。



12:00 みんなでおひるごはん。枇杷が食べごろで今日のデザートに。



13:00 朝は怖くて乗れなかったお友達も昼は乗ることができてにっこり。



ママの乗馬の間にお絵かき。おうまさんの動く様子をよくみて描いたよ。



ママパパ午後の乗馬。田んぼからの稲苗の香りを感じつつ、馬の上では真剣。



15:00 閉会の挨拶。次の目標をもって、また乗馬に来てね!



17:00 谷保駅に着きました。解散しても、今日の馬話は続きそう。





親子カウボーイキャンプ！

～馬小屋に泊まって、ぬくもりを感じる2日間～

③2015年9月5日（土）～6日（日）1泊2日

プロジェクトの目的とねらい



お泊り体験を通じて、大きな馬・自然と出会い、友達やお母さんたちと、いっぱいお話しして「自立」や「心の成長」を目指します。

やってみたい！が形になり、馬にさわり、引き馬に挑戦。親子でたくさんのワクワクに挑戦し、好奇心を育みます。

[プログラムのポイント]

①引き馬体験

引き馬体験…富士山を眺めながら、自然の雄大さ・気持ちよさを体で感じ、集中して乗ろう。

②馬の世話

馬小屋のお掃除もやってみよう。ブラシかけやボロ（馬糞）とりにもチャレンジ。

③散策

五感を研ぎ澄まして、探究心や、自主性を育もう。お友達と一緒に楽しもう。





親子のお泊りキャンプ。親から離れて活動することも取り入れて、子ども達は、自分で考えて、スコップを上手に使ったり、散策では、いろんな発見をしたり。目をキラキラ輝かせて取り組みました。

[1日目]

- 10:00 現地集合
子ども達の乗馬
馬の世話・散策
- 12:00 昼食
- 13:00 大人の乗馬
子どもの乗馬
- 16:00 夕食作り
- 17:30 夕食
- 18:00 ナイトプログラム
就寝



10:00 現地集合、はじまりのあいさつ。これから2日間、よろしくね。



10:30 ポロとり。おおきなスコップをつかって、馬小屋をきれいにしよう。



10:30 子ども達の乗馬。お背中ピーン！リラックスして乗ってみよう。



12:00 子どもチームでごはん。みんなと食べると会話ははずむね。



13:00 森へ宝物さがし。いとトンボや、虫に食べられた葉っぱなどなど。



13:00 おとなはテントの設営。自然と一体になって一晩過ごします。



15:00 おやつゼリーの作り。散策してみつけたお花も飾ったよ。



16:00 晩ごはんはてづくり餃子。かまどで焼くのはちょっと難しかったよ。



20:00 牧場の夜。これから就寝。馬の寝息と子ども達の寝息と共に。



21:00 子育て論。乗馬と子育ての意外な関係。ヒントがたくさん。



06:00 牧場の朝。林の中の生き物たちといっしょにおはよう。



06:30 あさごはん。夜のこゝ、今日の馬のこと…楽しみを共有。

[2日目]

- 06:00 起床
朝食作り
朝食
- 9:00 子どもの乗馬
大人の乗馬
散策
- 12:00 昼食
片付け・撤収
- 14:00 現地解散

2日目の乗馬準備。ヘルメットをかぶり、まずは説明をちゃんと聞く。子どもも、やるときはやる！を全身で表してがんばろうとする姿がありました。馬の大きな瞳からのエネルギーをパワーに変えてチャレンジした2日間でした。



09:00 なーにが落ちた？ゲームをしながら、馬の順番待ち。



野菜の収穫。こんなにいいの、みつけちゃった。



乗馬タイム。畦道の間をバカバカ歩く。風を感じながら。



お絵かき。馬の動く様子をよくみて描こう。



大人の乗馬。いろいろなスピードに挑戦。集中、集中！



12:00 ランチ。収穫したお野菜もいただきます。準備もスムーズに。



14:00 さよならの時間。乗馬スタッフ、馬達にありがとう。



記念写真を撮って解散。次回乗りたい馬を決めてイメージ…？！



講師、スタッフからみなさんへ



乗馬講師 高橋一美さん

親子でカウボーイキャンプ、いかがでしたか。
子育て中の親にとって、子どもと離れて乗馬を楽しむ時間は貴重な体験ではないかと思います。乗馬はシンプルです。自分がしたいことを、素直に伝えること。子育ては、どうでしょう。こう育ててほしいことを素直に伝えること。同じようだねって、参加者といっしょに話しました。親子キャンプでは、乗馬体験だけでなく、子育て、生き方のヒントがたくさんみつけれたらいいなと思います。また、ビッグマウンテンランチで会いましょう。家族みんなで乗馬を楽しみにきてください。馬達も、ボンバーもみんなに会えることを楽しみにしています。



谷保のそらっこ 佐藤有里さん

子どもと親がいっしょに乗馬という共通のスポーツを楽しみ、馬についての話をしたり、自然への興味をもったりする機会が増えたのではないかと思います。
また、子ども達の真剣な表情、お友達との関わりをみることができ、いっしょに子育てする仲間の輪が深く広くつながって、キャンプを通して、子ども達の成長を感じられる場面がたくさんあったことを嬉しく思います。今回のキャンプで出会う仲間のように、子ども達みんなが心も体も大きくなってほしいと願う大人たちで囲まれ、大人も子どもも育ちあえる環境が広がっていくことを願っています。



ビッグマウンテンランチでの
カウボーイキャンプ参加にあたり

1. キャンプへの導入

初めてご両親から離れて宿泊するお子さまやキャンプ久しぶりのお子様は不安がいっぱい。キャンプの前に「キャンプへ行くんだよ」という導入が大切です。楽しい事も、大変な事も沢山の体験をして欲しい、と保護者の方も楽しみながらお話をしていただき、キャンプの荷物準備もお子様と一緒にしましょう。」

2. 持ち物について

ビッグマウンテンは標高600m位あり山の天候と同じで寒暖の差が激しいです。夏でも

朝夕は冷え込みます。長袖、長ズボンを準備しましょう。天候が悪くても雨の中でも活動します。雨具はしっかりしたものをご用意しましょう。

3. キャンプ後、自宅に戻ってから
本人が自発的に話すのを待ち、お話を聞きましょう。楽しかった事、辛かった事、うれしかった事、失敗した事、発見した事、感動した事、など沢山あると思います。出来なかった、失敗した事等は次にどのようにすればいいのか、一緒に考えてあげてください。失敗、出来なかった、というのは悪い事ではありません。経験者、その道のプロ、と言われる人は失敗した事を経験としていっぱい記憶して

います。次に同じような状況になった時に記憶の中から引っ張りだし巧く行くように行動します。キャンプで出来た事を普段の生活でも継続して行く事でキャンプでの成果が何倍にもなります。キャンプでは「自分の事は自分で」と指導しています。普段の生活でも子ども達が自分で出来る環境を作りながらお手伝いもドンドン出来るように促しましょう。

[ビッグマウンテンランチ]
静岡県御殿場市中畑 1558
open:8:00 ~ 17:00
tel:0550-88-3139
FAX:020-4665-1033
<http://www.lala.gr.jp>

発行 平成27年7月
森のようちえん 谷保のそらっこ
〒186-0011 東京都国立市谷保 4380-2
☎ 070-6458-0105
E-mail: yahosora@outlook.com
<http://www.facebook.com/yahosora>

[Special Thanks (順不同敬称略)]馬の指導をしてくださった、高橋一美さん、佐島可菜子さん、たにやん。子どもたちの生活を担当してくださったスタッフのみなさん。武藤芳暉さん(むっくん)、古濱薫さん、村井里子さん、記録、活動報告書編集をくださった小林未央さん。ビッグマウンテンランチの馬たち…ポテト・ダンサー・イソップ・小次郎・トレジャー・ラウラ・サンダー・さんぽ



National Institution For Youth Education
独立行政法人 国立青少年教育振興機構
「子どもゆめ基金助成活動」