

ToBiRa ナイトウォーク検証報告書

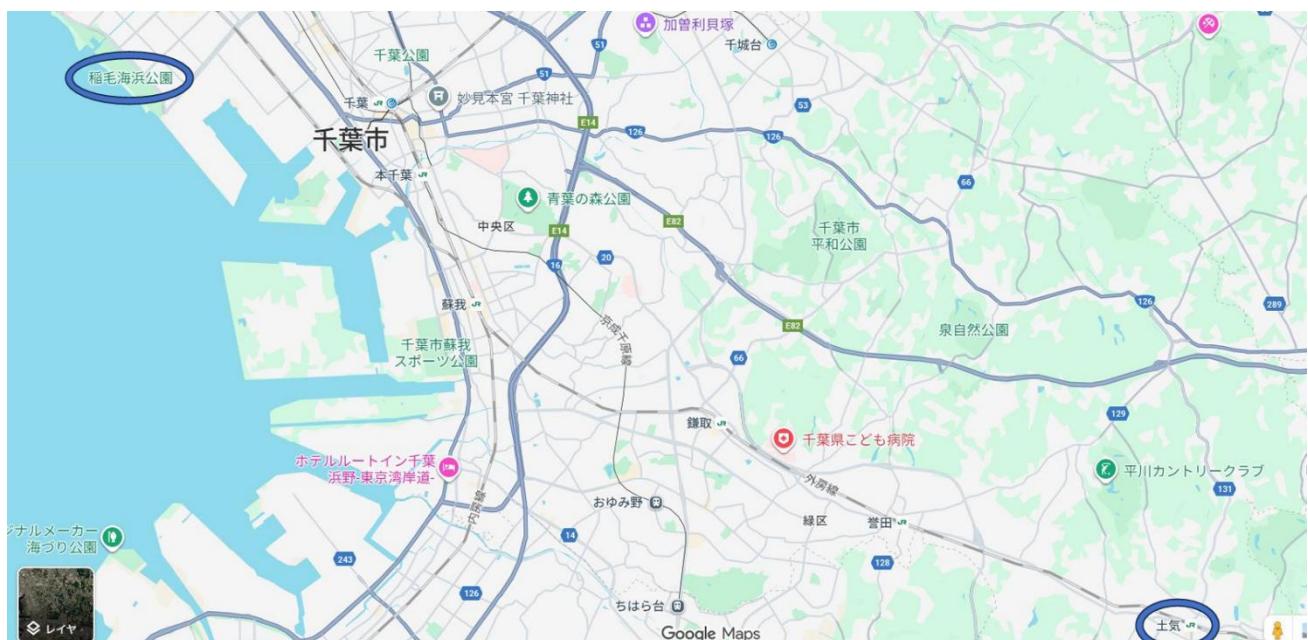
I. 検証日

9月13日（土）21:00～9月14日（日）6:00

2. 主なルート

土気駅（出発地点）～稲毛海浜公園桟橋（ゴール地点）

約30キロ



3. 設定した主なルール

- スマートフォンの使用は禁止（連絡手段としてはやむ負えない）
- 1時間30分置きにリーダーを交代する
- 与えられるのは ①上記の地図 ②方位磁石 ③懐中電灯
- コンビニ等の飲食店の利用は緊急時のトイレ以外認められない
- 国道20号、国道66号線は使用してはならない
(357線は通らないとたどり着かないため、使用してよい)

4. ウォーキングで起こった出来事

- 土気駅から出発し、国道禁止規定により横道に逸れ、農道や調節地、山道を通り、冒険心がそそられたスタートだったが、約10キロ程度歩いたときにスタート地点にたどり着き、方向感覚の欠如を体感した
- その後、国道を主軸に時間の巻き返しを図った
- 鎌取駅後、あえて北道方向に逸れ歩いて行った先に、小川が流れているウォーキングコース？のようなものを発見し、しばらく歩みを進めた。小川のせせらぎ、木々の擦れる音、湿気を含んだ風、虫の声など冒険心を触発し、わくわくを喚起する道であった。

- ・休憩をはさむと一気に疲労感と足のしびれ疲れが表出した。休憩中の塩っけがある補給食に感動した。
- ・千葉駅方面到着後、都市設計された町と道をひたすら歩いたが、自然の道とは違い、冒険心は喚起されず、苦痛の方が大きかった。
- ・国道 357 線を越え、稲毛海浜公園の目的地を目指す道は埋め立て地で真っすぐなため、心理的に遠く感じ、負荷を更に感じた。
- ・ラスト 1 時間半は足裏が痛くなり、ふくらはぎ太ももに痛みが走ったが、日の出の時間に間に合わせるために、早歩きをした。
- ・5：10 頃に到着し、桟橋は封鎖されていたが、流木に腰掛け日の出を眺めた。
達成感と朝焼けと透き通った青空が混じった瞬間は感動で、恍惚感を得られた
- ・5：45 分ごろに桟橋が空き、その机、椅子に腰かけ潮風を感じる時間は何物にも代えられない幸福感であった。

5. ナイトウォーキングの検証所感

- ・スマートフォンの使用禁止規定によって仲間同士のコミュニケーションが活発になった。
- ⇒特に、普段年齢の壁を感じていたメンバー同士が分け隔てなく気さくなコミュニケーションが取れた
- ・コンパス、国道規定によって、予測不能な道になり冒険心がそそられた
 - ・リーダーが道や休憩の決定を握ることで、リーダーの個性が出た。
 - ・自然が多い道と人工物が多い道では身体的な感じ方が異なった
自然：五感が刺激され、心地よく冒険心が湧きたつ
人工：整然と計画された道は苦痛感がより表出した
⇒逆転して捉えると、人工道を歩き切るからこそ、乗り越えた達成感が得られた
 - ・仲間と共に遠く長い道のりを歩き切り、ゴールをしたことで幸福感が生まれた。
また、意外にもゴール後はぐったりと疲労感が蓄積しているわけではなく、心身が元気になり脳や身体がかなり活性化された
 - ・長い道のりを歩くことで、誰しもつらい立場に置かれたからか。、年齢の垣根を超えてつながった

6. 教育効果や到達した概念

- ① 異年齢の相互コミュニケーションの創出
→新しい人と価値観の出会いが人生軸に影響を与える可能性
- ② 極限まで心身の疲弊を伴う苦労をすることで、他者の些細な言動による感謝が深く得られる
→深い感謝の経験（他者への畏敬の念）は自分自身の苦労を持って到達することができる
- ③ 自然環境は身体性を高め、脳の思考をクリアにし、身体エネルギーが高まる
→エネルギーを送れるようになる？
- ④ 苦労をし、自然の刺激によって五感が鋭くなった状態で自然と触れある事で、普段意識しない環境への美しさに気づくことができる。=日常に幸福は眠っていることに気づくことができる
- ⑤ ゴール後に自然と仲間と一体になった恍惚感を得られ、その幸福感は長続きする
その恍惚感から沸き立つ幸福感は、苦しかった経験を想起し、自己へとベクトルを向けることができた
- ⑥ 目的意識からはずれ、ある種“無駄”なことをやることが人生の深い記憶に刻まれ、人間性を養うことにつながる

- ⑦ 一緒に歩いた仲間との損得勘定が働くかない連帶性（絆）が深まる
 - ⑧ 共に苦労することで心理的壁を乗り越え、深い話につながりやすい
 - ⑨ 苦しい時間や状態を乗り越えることで、自己有用感につながり次にやることのはずみになる
- ☆相当の困難や自然環境は人間の本能を引き出し、人生観を変えるきっかけになる可能性が大きいにある

7. 本事業化に向けて整理事項

- (1) 一グループの人数を絞り、異年齢構成にする
※5人を超えないグループ作りが適切⇒交流を促すため
(偶数の4人がベストか)
- (2) 体力に応じて、距離の設定を変える必要がある
※コンパスのルールはそのままよい
- (3) トイレの検討
→コンビニのトイレは使用可能か
- (4) 到着後の時間の余白とささやかな食事で付加価値をつける
→焚火の時間、温かい豚汁など
- (5) 到着後の解散方法
→親の送迎がベター

8. 本事業化に向けて

Step 1：参加者の振り返りを集約し、この報告書の中身をブラッシュアップ

Step 2：事業計画を立てる

（1月2週目あたりで実施できないか）

Step 3：行政各所とのやりとり

→本来は補導対象である

Step 4：稲毛海浜公園の管理者への交渉

Step 5：中高生を募集