

寄宿舎生活における余暇指導の取り組み

～日々の生活を豊かにするために～

寄宿舎

本校寄宿舎は舎生指導の一環として余暇指導を取り入れている。年間行事を通して季節感や舎生同士の心の交流を持たせ、日々の生活に潤いを与えられるように余暇活動の取り組みを工夫している。ここでは、余暇指導が舎生の生活にどのように反映されているか、実践と取り組みについて報告する。

【キーワード】 余暇活動 年中行事・節句 郷土料理 舎生同士の交流 自主活動時間

1 はじめに

本校寄宿舎は中学部から高等部、専攻科までの舎生が在舎している。舎生の帰省先が遠方であることや土日は部活動等により、長期休業中以外の土日も開舎している。また、寄宿舎の日課では舎生の安全を確保するために門限の制約もある。従って、外での習い事も難しく、舎生は多くの時間を寄宿舎で過ごしている。そのため、舎生にゆったりと過ごす時間は大切と捉え、舎生指導の一環として余暇活動を行っている。

2 寄宿舎の日課

寄宿舎では、起床、掃除、洗濯、衣類の管理、日用品の買い出し、小遣いを含めた生活費の管理等、身の回りのことは自分で出来るように指導している。

表1に示した自主活動時間は自律的な生活習慣を身につけさせるために、学習時間を含めた入浴、洗濯、団らんを含め自分で計画を立てて行っている。さらに舎生会活動や行事、余暇活動も主にこの時間を活用して行っている。

表1 寄宿舎の日課

	平 日	休 日
起 床	7:15	—
点 呼	7:25 ※男・女子多目的室にて集まりがあります	—
風呂掃除	朝の点呼終了後	午 前
朝 食	7:00～8:00	8:00～9:00
登 校	8:20	—
昼 食	学校で弁当	12:00～13:00
外 出	下校後～門限	朝食後～門限
入 浴	18:00～20:30、18:00～21:00(休日の前日)	
夕 食	17:45～18:55 ※入浴、食事は各自が時間内に行います	
門限・点呼	19:00 ※共用棟のラウンジで集まりがあります	
掃 除	夜の点呼終了後	
自主活動	中学部19:00～22:30、高等部・専攻科19:00～23:00 ※自主活動時間の中の(中)20:30～21:30、(高・専)20:30～22:30 (休日の前日21:00～23:00)を学習に専念する時間として学習時間をおいています	
消 灯	22:30(中) 23:00(高)	
許可学習	23:00～24:00 ※中間・期末テスト1週間前より24時以降の学習を許可します。	

※申し出があれば中学部・高等部・専攻科生は24時まで学習を許可する

3 余暇活動の変遷

(1) 寄宿舍改修前の取り組み

昭和 60 年代は舎生会を中心に立案、企画していた。当時は舎生数が 60 名強と多く、舎生全員で楽しむ時間を多く取り入れていた。外出しての歓迎レクリエーション（ハイキング）や球技大会等様々な行事を計画して行っていた。

平成に入ってから、週休二日制の導入により、舎生も土日は部活等と忙しく、全員が集まる時間を作るのが難しくなってきた。

そこで、集団生活や日課と制約がある中で、舎生の負担を考慮し、行事を少しずつ減らしていった。

(2) 寄宿舍改修後の取り組み

平成 12 年に寄宿舍大型改修が行わり、舎室は洋室でベッドを置き 2 人部屋にすることで定員が 52 名になり改修前の舎生数より少なくなった。

また、特別室の検討を行った際に家庭に近くつろぎのあるような部屋を考えた。舎生は日課の制限により、習い事が困難なことから寄宿舍内で、社会に出たときのために生涯学習・マナー講座を学ぶ機会があるとよいと考え、新しく和室（生活訓練室）を設けた。それを機に煎茶道教室を始めることになった。

煎茶道教室を行うにあたって、外部の講師を招き希望者対象に、夜の自主活動の時間を利用して月 1 回程度、年間を通してお稽古できるようにした。お稽古の成果を発表できる場を 3 学期末に設けた。それは平成 12 年度から 22 年度まで続いた。煎茶道を通して、職員からの働きかけの大切さが課題として見えた。



写真 1 煎茶道教室の様子

4 現在の余暇活動の取り組み

(1) 舎生会と余暇活動の役割

このように、昭和 60 年代の舎生会行事の大勢で楽しむ活動から、希望者を対象に行う余暇活動にもウエイトを置くようになった。但し、新入舎生歓迎会や寮祭、送別会のように全体で行う企画は舎生会が中心となって今も行っている。

一方で、希望者や少人数を対象にした余暇活動の計画立案については、舎務分掌の余暇指導係が行うようにした。週末帰省できないことや、休日に部活動がない舎生を踏まえた時間の過ごし方を考え、なおかつ家庭的な要素を取り入れた。

(2) 余暇活動の計画立案

舎生数の減少や日課の見直しにより、全員での活動が難しくなっている。そこで、少人数でも参加できるように、余暇活動を生活の中に取り入れていくことで、舎生一人ひとりにあった休日や夜の時間の過ごし方に幅が広がるのではと考えた。

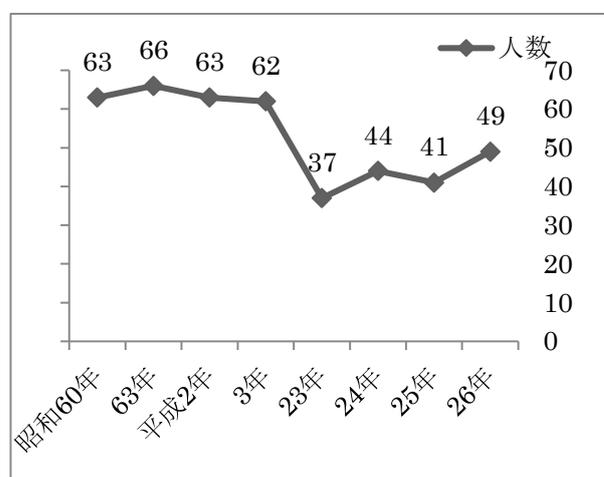


図 1 舎生数の推多

平成 21 年度からは現在の計画で余暇活動を行っている。(表 2)

同時に、寄宿舍余暇活動の年間計画は、今では寄宿舍の年間行事に組み込まれている。

表2 余暇活動年間計画

4月	ちょこっとツアー（市川周辺） 五月人形飾り
7月	七夕飾り付け 映画会
9月	お月見団子作り
11月	映画会
12月	クリスマスツリー飾り付け お菓子作り 鏡餅お供え
1月	郷土料理作り
2月	節分 豆まき ちょこっとツアー お雛様飾り付け
※随時、ちょこっとおやつ（簡単なおやつ作り）	

(3) 余暇活動の3つの取り組み

余暇活動は主に3つの柱に分けて考えている。
以下、3つの柱に沿った取り組みについて述べる。

(1) 年中行事・節句を通しての取り組み

〈ねらい〉

飾り付けを通して、季節を感じるとともに、
年中行事や日本の伝統文化を知る

(2) 自分の出身地や今住む地域に関心を深める取り組み

〈ねらい〉

様々な地域の伝統を知る

(3) 自主活動時間を使っでの取り組み

〈ねらい〉

ちょっとした時間を使い、みんなで集まって
楽しく交流する

5 現在の活動内容

(1) 年中行事・節句を通しての取り組み

① 季節ものの飾り付け

日本には様々な年中行事や伝統文化がある。その一つ一つには意味がありそれを伝えていく必要がある。そのため、寄宿舎では五月人形や雛人形を飾るにしても、単に飾るだけではなく、習わしを知ってもらうこともねらいとしている。

手立てとして、五月人形や雛人形の飾り方は目で見て分かるように写真を使ったマニュアルを作成している。そのマニュアルを見ながら、舎生同士と一緒に飾り付けを行っている。雛人形の置き位置等飾り付けを相談しながら、男女関係なく、和やかな雰囲気で行っている。



写真2 飾り付けのマニュアル（雛人形）



写真3 お雛様の飾り付けの様子

②お月見団子作り

毎年、中秋の名月に合わせ、お月見団子とすすきを飾っている。このお月見団子は中秋の名月に近い休日を選び、日中希望者を募って舎生が作っている。

お月見団子を飾るだけではなく、実際にお団子を作って食べることによって、より季節感を感じてもらいたいと考え、舎生全員が食べられるように舎生全員分のお団子も作っている。

夜の点呼時にお月見についての習わしを紹介し、実際に味わうことで季節を感じるとともに関心を持っているのではないかと感じた。

協力をいただいて作り方を教えてもらっている。さらに、調理の時には、その出身の舎生が中心になって行っている。

過去5年間の内容は表3の通りである。

表3 過去5年間の内容

平成21年度	東京風お雑煮
平成22年度	京風お雑煮
平成23年度	きりたんぼ鍋
平成24年度	せんべい汁
平成25年度	ほうとう



写真4 お月見団子作りの様子

これまでの例をあげると、東京風のお雑煮はシンプルなので、出し汁にこだわった。舎生は鯉節を削るという経験はしていないだろうと考え、経験の一つとして、鯉節を削り出し汁をとることから行った。鯉節は想像以上に固く、舎生も削るのに必死だった。こうした経験を余暇活動の中でできたらよいと考えている。また、きりたんぼ鍋ではご飯を炊いてご飯をつぶしてガスコンロで焼いてきりたんぼを作った。

味付けも舎生同士で相談しながら行っているが、そこでも舎生の地域性が表れていてとても興味深い。

作った郷土料理は夜の点呼で舎生全員に振る舞い、出身舎生から紹介をしている。自分の出身地を紹介するときには誇らしく、郷土料理を通して郷土のよさを再認識できたようである。また、みんなが味わって食べてくれることに喜びを感じている様子である。



写真5 玄関に飾っているお月見団子とすすき

(2) 自分の出身地や今住む地域に関心を深める
取り組み

①郷土料理作り

舎生が全国から集まっているという利点を活かし、郷土料理作りを行っている。最初は鏡開きに合わせて、各地のお雑煮を作っていたが、お雑煮も含めた郷土料理の方が幅が広がると考えた。そこで、内容は舎生の出身地から選び、保護者の



写真6 みんなで郷土料理を味わっている様子

②ちょこっとツアー

ちょこっとツアーは4月と2月と年2回実施している。どちらも希望者を募って行っている。

最初は中学部舎生の外出日として計画を立てたことから始まった。中学部は年に一度、外出日を設けており、中学部舎生の希望を聞いて職員と一緒に計画を立てて外出していた。しかし中学部舎生の人数の減少により、中学部舎生に拘らず、他学年の舎生も呼びかけることにした。それにより、他学年との交流や自分から進んで外出しない舎生も参加しやすいのではないかと考えた。

1) ちょこっとツアー (4月)

4月から新入舎生は遠く親元を離れ、新しい環境での生活が始まる。新入舎生にとって、新しい学校や新しい寄宿舍生活を送るということは不安が大きいと思う。新入舎生にこれから住む街のことを知ることはもとより、舎生同士の交流をすることで新しく始まる生活への不安を取り除くことを一番に考えた。そこで、入学後新しい生活を送るにあたり学校周辺の病院やスーパー、郵便局、図書館等を紹介しながら散策することにした。先輩舎生のお勧めの情報が載った地図も作成し、配布している。(写真7)

最初は新入舎生を対象にして行っていたが、今では先輩舎生も参加してくれて、先輩自ら新入舎生に案内しているので、新入舎生も心強く感じているようである。

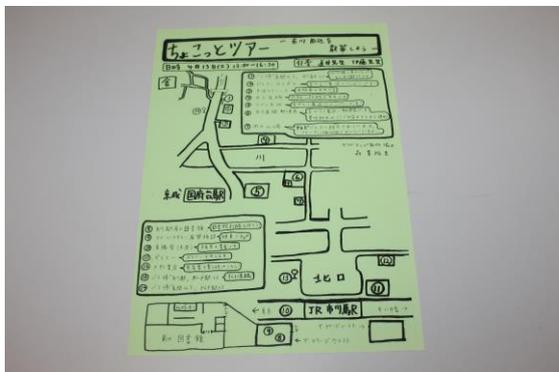


写真7 4月に配布している市川周辺の地図



写真8 4月 ちょこっとツアー (市川周辺)

2) ちょこっとツアー (2月)

毎年2月の休日を使って、希望者を募って小遠足のようにちょっと遠くまで足をのばして楽しい時間を過ごせるようにと計画を立てている。

過去3年間の内容は表4の通りである。

表4 過去3年間の内容

平成23年度	東京タワー
平成24年度	藤子・F・不二雄ミュージアム
平成25年度	横浜散策

【参加した舎生の感想】

- ・今回横浜に行くのが初めてで、風情ある景色をみたり、友達と色々な話ができて、いい思い出になった。
- ・食べ放題が夢のようだった
- ・前にテレビの特番で中華街が取り上げられていて、行きたいと思っていたので嬉しかった。
- ・横浜は思い出の地であり、懐かしい気持ちと舎生と一緒にという新鮮な気持ちが混ざって楽しかった。

特に強く感じたのは、普段一緒に外出しない友達と過ごすことができよかったという感想がみられたことである。

2月のちょこっとツアーでは、学年を越えて参加しているので、これをきっかけに話すようになった

という舎生もいる。また、外出することで電車等の公共交通機関の利用の仕方、食事などの公共の場でのマナーを知る機会になっている。そして職員も舎生の普段の外出の様子を知ることができているので、今後も続けていきたい。



写真 9 2月 ちょこっとツアー
(平成 25 年度 横浜散策)

(3) 自主活動時間を使っての取り組み

① 映画会

寄宿舎の食堂で大きなスクリーンに映画の DVD を映して鑑賞している。内容は邦画、洋画と両方行っている。舎生にアンケートを取りながら内容を決めている。映画鑑賞は舎生にとって夜のリラックスするひとときにもなっている。

表 5 今までの映画のタイトル

平成 24 年度
「ステキな金縛り」
「バック・トゥ・ザ・フューチャー」
平成 25 年度
「ベイブ」「笑の大学」
平成 26 年度
「ホームアローン」「ロボジー」



写真 10 映画会の様子

② お菓子作り

自主活動時間に希望者を募ってお菓子作りを取り入れている。

舎生が主体になって行えるように、また楽しんで行うことを目的としている。手立てとして、簡単に作れて失敗が気にならないようなレシピを工夫している。

平成 23 年度のロールケーキでは、ホットケーキミックスを使い、ホットプレートで大きなケーキを焼いた。焼いたケーキを丸めて果物やクリームでデコレーションをして、自分たちの思い思いのケーキを作った。材料費は自己負担にしており、だいたい一人あたり 300 円程度ですむようになっている。

だれでもできるような、手軽に作れるような内容にすることで、お菓子作りに関心のない舎生も安心して参加をし、作った後のひとときも皆で楽しんでいる様子がみられる。

表 6 過去 3 年間の内容

平成 23 年度	ロールケーキ
平成 24 年度	ミルクレープ
平成 25 年度	ハワイアン風パンケーキ



写真 11 お菓子作りの様子



写真 12 舎生の作ったパンケーキ

また、この年間計画のお菓子作りとは別に、年間計画には入っていないが、休日の日中の1時間程度の時間を使い少人数でできるような「ちょこっとおやつ」も実施している。

寄宿舎では、お菓子作りを通して調理を扱うことから、事前の準備および、衛生面で十分な注意を払っている。調理器具を丁寧に洗い、食材も当日準備するようにしている。また加熱をしっかり行うことや時期についても検討し場合によっては中止または延期をしている。

6 余暇活動の意義

①余暇活動の取り組みを通して

舎生は日々の日課や行事で忙しく、なかなか時間を作ることが難しくなっている。こちらが働きかけることで、淡々としてしまう日々になんかちょっとした変化をつけられたらと考え始めた余暇活動であるが、現在では、余暇活動は寄宿舎の年間行事に定着し、舎生も積極的に参加をしてくれ、楽しみにしてくれているように思う。

余暇活動を通して、大人数での活動が苦手な舎生も少人数で気軽に何か一緒に行くことで、周りに関わるきっかけが作れるというように、余暇活動は友達との関わりが苦手な舎生との橋渡しのような役割も担っている。

②東日本大震災時の余暇活動

このように余暇活動が舎生の生活に浸透していると感じているが、3年前に起きた、東日本大震災で

は余暇活動の必要性を強く感じた。

3年前の東日本大震災の後、学校は休校となり、帰省する舎生も多かった。しかし3分の1の舎生は帰省先が遠方だったり、被災地の近くであったりして寄宿舎に残留することとなった。地震の影響で余震や計画停電、交通機関等の状況も安定しなかったため、舎生の安全を考えて外出を控えさせた。

外出がままならない上、余震が続き、計画停電を考慮した日課に日々変更したため、舎生の精神的不安も大きかったと思う。そこで、舎生の不安や寂しさを軽減するために、皆で集まる時間を増やした方がよいと考え、検討を始めた。

体育館でのレクリエーションや簡単なお菓子作りをはじめ、自発的にマジックショーをする舎生もいたり皆で和気あいあいと楽しめる空間を作るように心掛けた。次第に限られた生活のなかにも舎生に笑顔がみられるようになった。最初は異年齢で舎生同士戸惑いのある様子だったが、このような活動を通して兄弟姉妹のように助け合って生活していく姿がみられた。この様子を目のあたりにして、日頃からの余暇活動の取り組みが舎生にとって精神的に安定した生活につながることを実感した。



写真 13 震災後の中庭で遊んでいる様子



写真 14 舎生によるマジックショー

7、おわりに

寄宿舎は家庭と違い、集団生活であることや日課に沿って生活することから、どうしても時間的制約がある。また家族と離れて過ごす時間が長いため、舎生の休日の過ごし方や家庭的な雰囲気と心の交流に重点を置いている。

寄宿舎に帰ってきてから舎生全員が顔を揃えるのは、毎晩7時に行う夜の点呼である。そこで、ちょっとした工夫も大切だと考え、夜の点呼の時に舎生のお誕生日の日には紹介をし、皆でささやかなお祝いをしている。仲間で祝うということは家庭とはまた違うが、学年や年齢を越えて、寄宿舎の仲間としてアットホームな雰囲気を作っていけるようにしている。

余暇活動の3つの取り組みを述べたが、どれも目的を考えて行っている。年中行事や習わしを生活の中にも取り入れていくことで、伝統行事など舎生に関心をもってもらいたいと考えている。舎生にきちんと正しく伝えていくためには、まず職員が日本の伝統文化や習わしをきちんと習得する必要がある。

また、お菓子作り等を通して、調理の楽しさを知るだけではなく、将来自炊するようになったときのためにも調理器具や火元の扱いなど、心得てもらいたいと考えている。

今後もどんな小さなことでも余暇活動を通し、家庭的な温かさや心の交流を深め、舎生にとって潤いのある生活が送れるように舎生一人ひとりに気を配っていききたい。そして、舎生が安らぐ時間を過ごすことで精神的なゆとりを持ち、学校や寄宿舎で元気に過ごしていけるよう願っている。

【参考文献】

「寄宿舎における煎茶道教室－煎茶道のお稽古を通して豊かな心を育む－」

筑波大学附属聾学校紀要第 25 巻,115 - 122,2003

「3.11 東日本大震災における寄宿舎の対応と防災に対する取り組み」筑波大学附属聴覚特別支援学校紀要第 34 巻,78 - 88,2012