

みんなでいこう！てっぺんへ！

IN 愛宕山(右京区)

活動日時： 10月20日(日)

活動プログラム：

午前	集合・あいさつ	おはようございます！昨日までの雨の影響で少し肌寒いけど、元気に出発しよう！まずは、愛宕山の麓まで移動するよ。
	登山スタート	グループに分かれて出発しよう！最初から急な上り坂が続いているね。歩くスピードが違う友達と一緒に進むにはどうすればいいかな？声を掛け合いながら頂上を目指そう！頂上までの距離は、看板の数字が教えてくれるね。大きな黒門が見えてきたよ！頂上まであと少し！
午後	昼食	ついに！頂上の広場に辿り着いたね！頂上は麓より気温が低いから上着を羽織って、お弁当を食べよう！待ちに待った昼食だね！
	下山	下り坂は滑りやすいから気を付けてね。足が疲れているけど、登りよりは楽かな？友達と沢山話したり、しりとりをしたりしながら最後まで頑張ろう！ゴールの目印である赤鳥居をくぐったらゴールだよ！！
	振り返り・解散	時間内に全グループがゴール出来たね！本当にお疲れ様！今日はゆっくり休んでね。来月からも沢山挑戦しよう！まったねえ～！！



<全体感想>

今月はB日程のみ予定通り登山を行いました。京都市内で一番の高さを誇る愛宕山(標高約900m)は、延々と上り坂や階段が続く道のりでした。学年や登山の経験、自然への興味が異なるメンバーでグループを組む為、グループ内で進むスピードに差が生まれ、「もっと速く歩きたい。」、「疲れたから休憩したい。」とそれぞれにフラストレーションが溜まっている様子でした。今回の登山では、『登山中の自分や友達のマイナスの気持ちをプラスの気持ちに変える方法を見つける』事がテーマでした。休憩したり、歌ったり、話したり、自分のしんどさを和らげる方法は色々ありましたが、友達に対しては難しそうに考え込む姿が見られました。その中で友達を励ますメンバーを観察していると、言うよりも聞く姿勢が見られました。「何分休憩したい?」、「そろそろいける?」と尋ね、マイナスな気持ちのメンバーが出来る限り自分で決められるように声を掛けていました。その姿に感心すると共に、みんながその優しさに気付けるような活動づくりを心掛けていきたいと思いました。(生本 ひろみ)