



2025年度(令和7年度)

## 青少年体験活動アワード シニア版(高大学生)

参加者  
募集

# 体験活動をカタチにしよう!

**費用無料** 募集締切 令和7年10月31日(金)

### 青少年体験活動アワード(シニア版)とは

子どもたちが生涯にわたって体験活動を行っていきたいという心を育むきっかけづくりとして、日本独自で実施されている制度です。基準をクリア(体験活動を一定期間継続)すると、その証として、教育支援人材認証協会から修了証が授与されます。

- ★ 対象 高校生から大学生まで誰でも参加できます。
- ★ 活動 4または、3または2ジャンルの体験活動  
**社会体験(ボランティア)/運動体験/生活文化体験/自然体験**にチャレンジします。  
※取組む体験ジャンルの数によって継続時間が変わってきます。詳しくは裏面をご覧ください。
- 💡 ポイント 自分で考えて、決めて、計画を立てて実行し、記録ブックに記録します。  
活動はアドバイザーがサポートします。

## 4つの体験活動

### 社会体験

自ら進んで人や社会に対して継続する奉仕や支援活動。

- ・ 小学校での児童の学習支援
- ・ 地域の清掃活動
- ・ 庭園や花壇の手入れ
- ・ 地域の防犯パトロール
- ・ 地域の子どものあそび支援
- ・ スポーツの運営や審判ボランティア
- ・ イベントの運営、企画ボランティア

### 生活・文化体験

知識や技能を高める活動、資格取得に向けた活動や教養や趣味を深める活動等、自己研鑽を目的とする。

- ・ 茶道の所作を身につける。TOEIC800点を目標とした英語学習
- ・ 保育士資格取得へのチャレンジ ガーデニングの知識習得と実践
- ・ ピアノ演奏練習で3曲マスターを目指速読技術を高めるための読書
- ・ 海外文化に触れるアフリカ楽器の演奏英検や数検、漢検などの学習
- ・ 家事全般(料理、洗濯、掃除、家族の世話など)

### 運動体験

スポーツやトレーニング等、心肺的肉体的に負荷があり、健康促進、運動機能の向上を目的とする。

- ・ マラソン大会完走を目指したランニング
- ・ 代謝UPを目指したウェイトトレーニング
- ・ 有酸素運動での脂肪燃焼を目指したウォーキング
- ・ バタフライ習得を目指したスイミング
- ・ 外岩挑戦を目指したクライミング
- ・ コンテストへの参加を目指したダンス

### 自然体験

宿泊を伴って、自然と楽しく触れ合ったり、自然を探究する。

- ・ 屋久島トレッキング
- ・ 富士山登山
- ・ 洞窟探検と実測調査
- ・ 動植物や昆虫の探索、調査
- ・ 里山再生キャンプ
- ・ 無人島探検
- ・ 地質、水質など自然環境の探索、調査
- ・ 星空観察のためのキャンプ

※各体験活動に必要な費用は個人負担です。

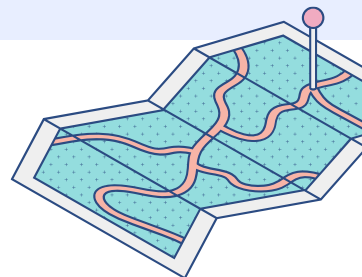
## 参加申し込み方法

- 🖋️ アドバイザーの方へ申込みをお願いします。留意事項をお読みいただき、「参加申込み用紙」に必要事項を記入の上、アドバイザーへ提出してください。
- 📧 アドバイザーが不明な方は、「参加申込み用紙」に必要事項を記入の上、下記事務局へメール添付でお送りいただくか、FAXをお願いします。

お問い合わせは、メールにてご連絡ください(電話は不可)。

一般社団法人東京学芸大Explayground推進機構 青少年体験活動アワード事務局

メール youth.exp.award@gmail.com FAX 042-329-7620



# 体験活動のジャンルと時間数

## 4ジャンルの体験活動コース

標準  
コース

### 社会体験 (ボランティア)

週1日1時間程度の活動  
を  
12週継続(約3ヶ月間)

### 運動体験

週1日1時間程度の活動  
を  
12週継続(約3ヶ月間)

### 生活・文化体験

1泊2日以上  
(1日6時間以上の活動)

### 自然体験

1泊2日以上  
(1日6時間以上の活動)

## 3ジャンルの体験活動コース

### 社会体験、運動、生活・文化体験、自然体験 より3つを選択

- ・社会体験、運動、生活・文化体験の場合は、それぞれを4ヶ月間継続する。(標準)12週 + 4週 = 16週間(4ヶ月)
- ・自然体験活動の場合は、2泊3日以上(12時間以上)

## 2ジャンルの体験活動コース

### 社会体験、運動、生活・文化体験、自然体験 より2つを選択

- ・社会体験、運動、生活・文化体験の場合は、それぞれを5ヶ月間継続する。(標準)12週 + 8週 = 20週間(5ヶ月)
- ・自然体験活動の場合は、3泊4日以上(18時間以上)

※1領域(ジャンル)の体験活動だけでも、その中に複数の体験領域が含まれている場合でも可とする。  
(例: 森林の植樹や間伐体験は「ボランティア体験」や「自然体験」にもなる)。

## 体験活動の流れ

募集締切 令和7年10月31日  
活動と目標を決めて計画する

体験活動を記録する

記録ブック提出期限  
令和8年2月8日

表彰式で修了証を授与

## 寄付金募集中

青少年体験活動アワードは、本制度の実施にご賛同くださる個人や企業団体様からの寄付金で運営しています。  
つきましては、広く寄付金を募集しております。  
子どもたちの体験活動を支える資金となりますので、  
ご支援いただけますようご協力をお願い致します。

右記のQRコードより募金をお願いします。  
1口500円～、何口でも可



note

[https://note.com/exp\\_award](https://note.com/exp_award)



青少年体験活動アワード

