

花山宇宙ステーション-130時間滞在記-

伊藤梓 岡室智貴 松田有輝 風間大地 曾東元喜 中澤淳一郎 吉岡亜姫 糟谷悠 谷安要

概要

日程：9/10～9/15

場所：花山天文台

- 活動：①天体観測実習
②模擬微小重力実験
③閉鎖環境実習

※外界との接触（スマホetc…）禁止

	9月10日	9月11日	9月12日	9月13日	9月14日	9月15日
7:00		起床 心理検査	起床 心理検査	起床 心理検査	起床 心理検査	起床 心理検査
8:00	集合	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
9:00	オリエンテーション	模擬微小重力実験 種植え付け	模擬微小重力実験 種植え付け	講義 (系外惑星/佐々木)	天体観測実習 解析	実習成果のまとめ クルーノートブック完成
10:00	テント設営 グループ写真			ハイキング(昼食)		
11:00	天体観測実習					
12:00	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
13:00	講義 (有人宇宙実習/土井)	講義 (微小重力実験/曾我)	模擬微小重力実験 観察	模擬微小重力実験 観察	天体観測実習 太陽観測	クルーノートブック完成
14:00		講義 (地球環境/篠原)			実習成果のまとめ	デブリーフィング
15:00					ディスカッション	テント撤収
16:00	夕食作り(1班)	夕食作り(2班)	夕食作り(3班)	夕食作り(4班)	BBQ準備(全員)	解散
17:00	夕食	夕食	夕食	夕食	BBQ	
18:00	片付け	片付け	片付け	片付け	片付け	
19:00						
20:00						
21:00	合同レクリエーション				自由	
22:00		天体観測実習 心理検査 消灯	天体観測実習 心理検査 消灯	天体観測実習 心理検査 消灯		
23:00						
0:00	心理検査 消灯				心理検査 消灯	
1:00						

天体観測実習

花山天文台の望遠鏡を用いた
系外惑星探査
⇒悪天候のためデータ解析のみ



模擬微小重力実験

クリノスタットを用い
ガーデンクレスの成長を観測
★クリノスタット



閉鎖環境実習

閉鎖空間で働くストレスを
各種テストで調査

- ①フェイススケール
- ②アミラーゼモニター
- ③POMS (Profile of Mood States)

閉鎖空間でのストレス・体調

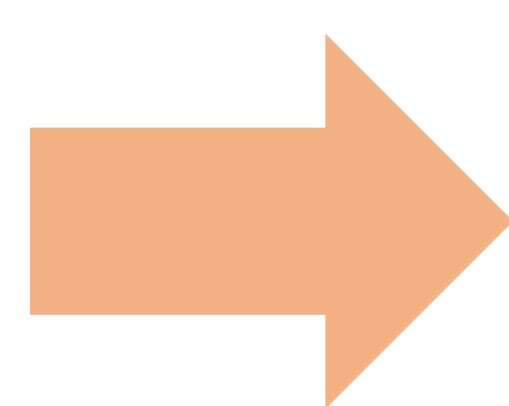
閉鎖空間⇒運動不足

解決策

⇒ハイキング
遊び



実際の体調



こむら返り, ストレス, 疲労感 etc...

栄養面⇒去年から改善、ストレスにはつながらず

コミュニケーション

ILASセミナー参加者は基本初対面⇒5泊6日でどうコミュニケーションをとる？

① 班活動

花山天文台での活動は基本班単位
⇒時間が経つごとに仲良くなる



② 「あそび」

現代人は「デジタルな」遊びが多い
⇔閉鎖空間：原始的な遊び
指スマ, 絵しりとり, etc...

③ ハプニング

実際の活動には多くのハプニング⇒「ハプニングへの対応」が絆を強くする

結論

現代人⇒SNSなどでつながりを求める
閉鎖空間での集団形成は閉鎖空間であることを忘れさせる
そこに「宇宙」で生きるための方法がある

宇宙をめざせ
土井隆雄