

時 期	5月～11月	時 間	午前 9:20～11:30 午後 13:30～16:00
難易度	★★☆	対 象	青少年教育団体 および社会教育団体の 小学4年生以上

人数制限あり
最大:24名まで
引率者1名を除く

シーカヤック(SK)



<活動の概要>

シットオンタイプのシーカヤックを使い、若狭湾の自然を堪能します。海上から陸の景色を見たり、自由自在にいろんなところへ漕いで行ったりして、海遊びの楽しさを発見しましょう。

独立行政法人国立青少年教育振興機構

国立若狭湾青少年自然の家

活動のねらい

- 若狭湾の海や周辺地域の様子を観察し、環境及び郷土への関心・理解を深める。
- 様々な道具を用い、海上で自由に動き回ること、「海で遊ぶことが楽しい」ことを発見する。
- バディシステムなど、様々な活動を通じて安全に対する認識を高める。

準備物

自然の家で準備しているもの		団体で準備するもの
シーカヤック	12艇 【海の学習棟】	水着
パドル	24本 【海の学習棟】	ぬれてもよい服装
フローティングジャケット	S・M・L 【海の学習棟】	ぬれてもよい靴(かかとがあるもの)
ウェットスーツ	各サイズ 【裏表紙参照】	帽子
		水筒
		終了後の着替え・タオル
		日焼け止め(必要に応じて)

シーカヤックとスノーケリング、サップの同時活動はできません。

事前準備

- 持ち物の事前指導・確認をお願いします。
- 必ずフローティングジャケットを着用してください。当日の気象条件によっては、ウェットスーツを着用して活動することもあります。
- 参加者の健康状態等を把握しておいてください。
(耳鼻科への通院・心臓疾患・発作性疾患・皮膚疾患 また既往疾病等で配慮が必要な場合)
- 参加者は、必ず2名でバディを組んで、常に相手を確認しながら活動するようにしてください。
- 指導する当施設の職員1名の他に、陸上監視を1名、海上監視(シーカヤックに乗って海上で健康状態などを監視する)1名を決めておいてください

手順

活動当日

- 水温が低い場合(原則18度未満)、突風・雷・暴風や波浪の「警報、濃霧などにより、中止することもあります。

活動前

- 「シーカヤック・プログラム計画書」「参加者名簿」を午前 8:40, 午後 12:50 に事務室に提出してください。

活動中

- 当施設職員の説明を聞いて、活動を楽しもう。

活動後

- 使用したシーカヤック、フローティングジャケット、パドルなどを協力して片付けよう。
- 参加者の人数や健康状態を確認してください。

ふりかえりの視点

- 海でどんなことを感じましたか？活動を通して感じたことを共有しましょう。
- どんなことに気をつけながら活動を進めましたか？安全に気をつけることができた点については共有しましょう。

指導上の留意点

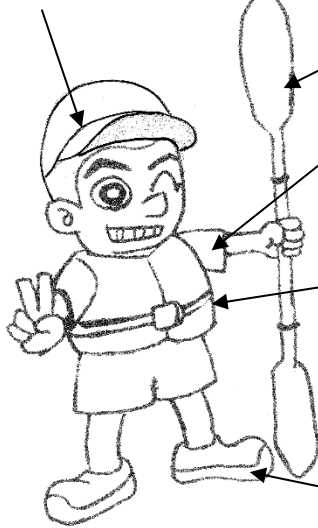
- 危険が予想される場合は、当施設職員の判断により活動を中止することがあります。

活動エリアと活動道具、活動の服装(★各自用意 ●施設用意)

暖かいとき

★つば付きの帽子

(サンバイザー不可)



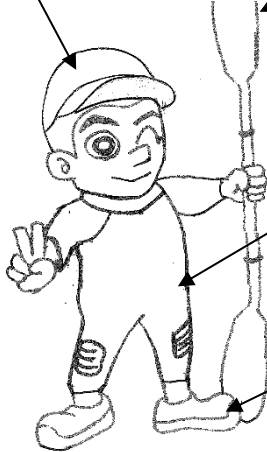
★ぬれてもよい服
(Tシャツ、水着等)

●フローティングジャケット

★ぬれてもよい靴
(かかとが固定されるもの)

寒いとき

★つば付きの帽子
(サンバイザー不可)



●ウェットスーツ
水着の上に、着用します。

★ぬれてもよい靴
(かかとが固定されるもの)

至 烏帽子岩

赤石の浜

[海の学習棟]

- ・集合場所
- ・シャワー室
- ・用具置き場

シーカヤック置き場

島の越

〈ウェットスーツの数〉

R2. 4, 1

記号	番号	身長 (cm)	数	記号	番号	身長 (cm)	数
		120		-	⑪	181~	3
JXS	①	120~125		-	⑫	181~	6
JSS	②	133~138	1	FSA	F・①	148~152	3
JS	③	142~145	4	FMM	F・②	153~157	7
JSM	④	148~152	15	FLM	F・③	158~163	2
JM	⑤	153~157	19	※ 「記号」、「番号」はウェットスーツの右袖に書いてある番号です。身長はサイズを選ぶときの目安です。ウェットスーツの数は変更されている場合があります。 ※ 「F」は女性用を表しています。			
JML	⑥	158~163	18				
MA	⑦	164~169・ウエスト小	8				
JXL	⑧	164~169・ウエスト大	6				
LM	⑨	170~175	8				
XX	⑩	176~180	4				