

時期	4月～11月	時間	半日程度
難易度	★☆☆	対象	どなたでも



## カヌー(CN)



### <活動の概要>

カヌーは、バランスが取りにくく不安定な乗り物ですが、仲間と息を合わせ漕ぐことにより、スムーズに進むようになります。活動エリアや定員を守って、安全で楽しい活動を繰り広げましょう。

# 国立若狭湾青少年自然の家

## 活動のねらい

- カヌー漕法の基本を体験する。
- 仲間と協力し、海にチャレンジする楽しさを味わう。
- 海的美しさ・素晴らしさを実感し、海から見た風景など若狭湾の自然を感じる。
- 活動エリアや定員などのルールを守り、安全に対する意識を高める。

## 準備物

自然の家で準備しているもの【場 所】		団体で準備するもの
カヌー(1艇3人乗り)	8艇 【裏表紙参照】	活動に適した服装 ぬれてもよい服装 水着(夏季) タオル 帽子 かかとがとまるサンダル (もしくはぬれてもよい運動靴)
アルミ製パドル	18本 【ピロティ】	
ディンギーランチ(台車)	9台 【裏表紙参照】	
ライフジャケット(小・大)	300着 【ライフジャケット置場】	
無線機	1台 【事務室】	



カヌー



アルミ製パドル



ディンギーランチ(台車)



ライフジャケット(左:小, 右:大)



無線機

## 手順

### 活動前

- 活動前に「ボート類活動計画書」を事務室まで提出してください。
- 無線を1台貸し出します。
- 参加者の健康状態や持ち物を確認してください。
- 着替えは「宿泊棟」で行ってください。

### 活動中

- 必ずライフジャケットを着用して、活動してください。
- ボートエリアの水域で、活動してください。
- 利用者の事故防止のため、定員内で活動してください。
- 立ち漕ぎは非常に危険ですので、座って行ってください。
- 使っていないカヌーは、流されないように波打ち際から離して置いてください。
- 適度に、休憩をしましょう。
- 緊急事態が起きたときは、無線で事務室に連絡してください。

### 活動後

- 参加者の人数や健康状態を確認してください。
- 使用したカヌー、パドル、ライフジャケットなど協力して片付けましょう。
- 海水に浸かったライフジャケットは、水洗いをしましょう。
- 使い終わったライフジャケットは、ファスナー・バックルを締めてハンガーにかけてください。
- 館内に入る時は、水気をよくふき取り、砂を払い落として館内に入りましょう。
- 濡れたままや水着のみで館内を歩かないようによろしくお願いします。

## 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

- カヌーは大変重いです。みんなで協力してカヌーをディングーランチ(台車)にのせて運んでください。
- 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。
- ライフジャケットを着用したまま、故意に泳がないでください。

## トビーのライフジャケット講座

- ☆ ライフジャケットは前のファスナーとバックルをしっかりとめよう！
- ☆ ライフジャケットを着て、海に入って泳いではいけませんよ！
- ☆ ライフジャケットが海水でぬれてしまったら真水で洗おう。(団体旗用掲揚台の両脇にホースがあるよ)
- ☆ ライフジャケットを使い終わったら、元通りファスナーとバックルを締めてハンガーにかけておいてね！



これより沖に出ないこと！

カヌー  
【団体旗掲揚台横】



ライフジャケット  
【ライフジャケット置場】



ディンギーランチ(台車)



アルミ製パドルピロティ  
【ピロティ】



無線  
【無線機】



国立若狭湾青少年自然の家 プログラム集 海の活動編

作成：令和3年2月 国立若狭湾青少年自然の家 〒917-0198 福井県小浜市田島区大浜

執筆：伊藤 睦浩（企画指導専門職） 井石 伸洋（事業係員）