

時期	4月～11月	時間	午前 9:00～11:30 午後 13:30～16:00
費用	100円 / 人	対象	どなたでも



## 3人乗りカヌー (3CN)

## 2人乗りカヌー (2CN)



### <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、仲間とタイミングを合わせて漕ぐことにより、スムーズに進むようになります。活動海域や定員などのルールを守って、安全で楽しい活動にしましょう。

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

- カヌー漕法の基本を体験する。
- 仲間と協力し、カヌーで海に漕ぎ出そうとチャレンジする楽しさを味わう。
- 海の美しさ・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。
- 活動海域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	個数	置場所	団体に準備するもの
3人乗りカヌー	7 艇	【裏表紙参照】	ぬれてもよい服装
2人乗りカヌー	4 艇	【裏表紙参照】	(中に水着着用可)
アルミ製パドル	18 本	【ピロティ】	タオル
木製パドル	60 本	【ピロティ】	帽子
ディングーランチ(台車)	9台	【裏表紙参照】	かかとがとまるサンダル
ライフジャケット(小・大)	約300着	【ライフジャケット置場】	(もしくはぬれてもよい運動靴)
無線機	1台	【事務室】	水分



3人乗りカヌー



2人乗りカヌー



ディングーランチ(台車)



アルミ製パドル



木製パドル



ライフジャケット  
(左:子ども用、右:大人用)



無線機

## 活動内容(手順)

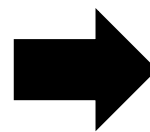
所要時間 (目安)	項目	活動内容
活動前	準備	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 活動実施前までに「ボート類活動計画書」を事務室に提出してください。</li> <li>※ 無線をお渡しします。</li> <li>※ 着替えは原則「宿泊棟」でお願いします。退所日の場合は「研修室」等を割振ります。</li> </ul>
15分 ～ 20分	活動方法 の説明と 安全指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ カヌーの活動海域の確認をしてください。</li> <li>○ ライフジャケットは正しく必ず着用して活動をしてください。</li> <li>○ 安全管理(ライフジャケット、ボート定員、座って漕ぐ、ボートは波打ち際に置かない)や部品の使い方について指導をお願いします。</li> </ul>
40分 ～ 60分	活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ ディンギーランチを使用し、大浜までカヌーを運びます。重量が重いので、複数人で運びます。</li> <li>※ 適度に休憩を取ってください。</li> <li>※ 緊急時の時は、無線で事務室に連絡してください。</li> </ul>
15分 ～ 30分	上陸 片付け 振り返り	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ すべてのカヌーが上陸したら、人数と体調不良者がいないか確認してください。</li> <li>※ 全員上陸したら、無線で事務室にお知らせください。</li> <li>○ ディンギーランチを使用し、カヌーを元の場所に戻してください。</li> <li>○ ボート、オール、ライフジャケットは水洗いをしてください。</li> <li>○ ライフジャケットは、<u>ファスナー・バックルをしっかりと締めてハンガーにかけてください。</u></li> <li>※ <u>水気をふき取り、砂を払い落としてから館内に入ってください。</u></li> <li>※ 濡れたままや水着のまま館内を歩かないようにしてください。</li> <li>○ 事務室で借りたものについては、借りた数を確認して返却してください。</li> </ul>

## ふりかえりの視点

- どんなチャレンジができたか  
例) 仲間と協力して漕げた、カヌーを海に出すことができた
- 海から陸を見てどう感じたか  
例) どうして海が綺麗なのか、海から眺める陸はどうだったか
- 活動を通して感じたことや意識したこと  
例) 仲間と協力して漕ぐことの楽しさや難しさ、カヌーに乗る楽しさ、SDGsの視点

## 提出書類

1.
  - 「ボート類活動計画書」は、  
こちらよりダウンロードし、記入したものを当日ご提出ください。



## 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。
- 水泳活動ではないので、ボートの活動海域では泳がないでください。
- 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。
- **お貸しする無線は必ず陸上でご使用ください。（防水無線ではありません。）**
- 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、活動を中止とすることもあります。その他、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とすることがあります。
- 熱中症警戒アラートが発表された場合は、団体との協議の上、活動時間の短縮や活動を中止とすることがあります。

## 活動エリア・海の活動物品保管場所



### 【ピロティ前】

- ・ライフジャケット
- ・ディングーランチ
- ・2人乗りボート（団体掲揚台横）
- ・3人乗りカヌー（団体掲揚台横）
- ・2人乗りカヌー（団体掲揚台背面）

### 【ピロティ】

- ・オール
- ・パドル（木製・アルミ）
- ・いかた用ロープ

### 【スロープ】

- ・組立式いかた（フロート部分）
- 【スロープ踊り場】
- ・組立式いかた用丸太

### 【大浜】

- ・3人乗りボート

### 【自然の家事務室】

- ・クラッチ、ボート栓
- ・無線
- ・組み立ていかた模型

### 【海の学習棟】

- ・更衣室（温水シャワー）
- ・洗濯機・乾燥機