

カヌー研修 注意事項（学校の集団宿泊研修用）

カヌー研修は時間との勝負！！

～早めの行動・早めの集合にご協力ください～

※（ ）は午後の時刻

① 8：45（13：15）事前打ち合わせ

- ・ 事前打ち合わせを行います。カヌー研修に引率される先生方（退所点検と生徒指導の担当以外は原則全員）はラウンジに集合してください。
- ・ 午前に実施する場合は、退所点検前の自主点検をしっかりと行ってください。退所点検（8：40 から）が長引くと、カヌーの時間が短くなってしまいます。

② 9：00（13：30）広場に集合・全体説明

- ・ 児童生徒は濡れてもよい靴（サンダル等）や服に履き替え、ライフジャケット（1 便・2 便）と持参品を持って、9：00（13：30）までにかんぽラジオ体操広場にバディで集合してください。



〈服装〉

- ・ 帽子の着用（熱中症予防及び頭部保護のため。）
- ・ 濡れてもよい服装（運動のできる服装。乾きやすい素材が良い。）
- ・ 濡れてもよい履物
ウォーターシューズ、運動靴、かかとのあるサンダル（スポーツサンダル、クロックスタイプ等）
※送迎バスの座席は防水シートのため、濡れたままでご利用できます。

〈持参品〉

- ・ タオル
- ・ 水筒又はペットボトル飲料
※ペットボトル飲料の場合は、誰の持ち物かわかるようにキャップなどに事前に名前を書かせてください。

※ライフジャケットは、貸し出しします。

- ・ 1 便と 2 便はライフジャケットが必要です。宿泊棟から本館への連絡通路へ行き、1 便は青、2 便はオレンジのライフジャケットを取って集合してください。3 便と先生方のライフジャケットは、カヌー艇庫にあります。先生方も必ずライフジャケットをご着用ください。
- ・ 1・2・3 便と分かれて並んでください。バス乗り場（玄関アプローチ）の近くに 1 便が並ぶようにしてください。

③ 9：05（13：35）研修開始

- ・ 指導員の説明後、各便に分かれて研修が開始されます。

1 便…バス乗車→カヌー艇庫

2 便…連絡通路へ行きパドルを取る→パドル練習→バス乗車→カヌー艇庫

3 便…ラウンジで DVD 視聴→パドル練習→バス乗車→カヌー艇庫

	車種	定員	運転席	カヌー指導員	座席	立ち席
各便	マイクロバス	29人	1人	1人	27人	なし
	中型バス	64人	1人	1人	37人	25名程度 ※中学生以上

- ・ 研修中は先生方も指導にご協力ください。全体に目を配り、水難事故やケガにつながる行為をさせないよう注意・指導を行ってください。特に、**陸上にいる子供たちを、責任を持って監視**してください。

〈先生方の役割と安全上の留意点について〉

- 児童生徒への指示の徹底をお願いします。（全体の移動・乗艇）
- 児童生徒の安全管理をお願いします。

（特に、水遊びや河原遊びをしている者への指導）

※ パドル操作、ライフジャケット着用方法、乗艇・下艇の仕方、沈脱の仕方（カヌーから川へ落ちたときの対処法）等は指導員が指導します。**団体行動に関する指揮は先生方でお願いします。**

- 夏季は熱中症対策をしてください。（帽子の着用・水筒の携帯等）
- 濡れることを想定した服装で実施してください。

④ カヌー終了後

- ・ カヌーの水抜きをした後、艇庫に運びます。パドルを片付けた後、カヌー内に残っている水を雑巾で拭き取ります。水が残っていないかチェックし、合格したカヌーから片付けます。同じカヌーの種類で、奥から片付けるように誘導してください。

⑤ 帰所後

- ・ 挨拶をして解散となります。その後、ライフジャケットの片付けにもご協力ください。ライフジャケットのベルトを緩め、チャックを閉め、向きをそろえて元にあった場所にご返却ください。
- ・ AED やメガネバンド、経口補水液等を事務室にご返却ください。

＜タイムスケジュール＞

（午前）	（午後）	活動内容
8：45	13：15	事前打ち合わせ（ラウンジ）
9：00	13：30	かんぽラジオ体操広場集合 → 指導員紹介、注意事項の確認他
9：05	13：35	（1便目）バス乗車→出発→カヌー艇庫着 （2便目）かんぽラジオ体操広場でパドル練習 （3便目）動画視聴
9：20	13：50	（1便目）カヌー艇庫→河原→パドル練習 （2便目）バス乗車→出発→カヌー艇庫着 （3便目）かんぽラジオ体操広場でパドル練習
9：40	14：10	（1便目）漕艇等の説明→カヌー活動 （2便目）カヌー艇庫→河原→漕艇等の説明 （3便目）バス乗車→出発→カヌー艇庫着
10：00	14：30	（1便目）カヌー活動 （2便目）カヌー活動 （3便目）カヌー艇庫→河原→漕艇等の説明
10：40	15：10	（1便目）カヌー活動終了→片付け （2便目）カヌー活動 （3便目）カヌー活動開始
11：10	15：40	（1便目）バス乗車→出発→当所到着後、解散 （2便目）片付け （3便目）カヌー活動
11：30	16：00	（2便目）バス乗車→出発→当所到着後、解散 （3便目）片付け
11：50	16：20	（3便目）バス乗車→出発→当所到着後、解散