

内容	自分たちで漕いで進ませます。海の風・波・潮の変化を体感でき、グループ作りにも最適です。	活動の様子
対象	<ul style="list-style-type: none"> 主に小学校高学年以上 6mカッター: 漕ぎ手12名 最大15名 7mカッター: 漕ぎ手18~20名 最大20名 9mカッター: 漕ぎ手24名 最大30名 ※ 艇数、艇種、人数については打ち合わせにて検討し、決定します。 	準備 
活動期間 活動時間	<ul style="list-style-type: none"> 3月1日~12月30日 ① 9:30~10:30 ② 10:30~11:30 ③ 13:30~14:30 ④ 14:30~15:30 	説明 
貸し出し用具	・ ライフジャケット	出艇 
利用者の準備物	<ul style="list-style-type: none"> 濡れてもよい動きやすい服装 濡れても良い靴(カカト留めのあるもの) 雨カッパ、ウィンドブレーカー(天候による) 着替え 帽子 水筒 	

活動の流れ

(1) 健康確認・準備

- ①**人数・体調の確認** 活動参加者の人数・体調の確認をしてください。
- ②**服装確認** 服装を確認し、トイレ、水分補給を済ませてください。
- ③**集合場所へ** 活動開始10分前に「海のプログラム集合場所」へ集合してください。

(2) 活動開始から終了まで

- ①**スタッフの紹介** 集合後、艇長(指導スタッフ)の紹介をします。
- ②**漕ぎ方の説明** ライフジャケットを着用し、東浮き棧橋に移動します。棧橋にて艇長が、号令・かい(オール)の漕ぎ方の説明を行います。その後乗船し、船長の指示に従って漕ぎ方の練習を行います。
- ③**出艇・とう漕** 船長と共に出艇し漕ぎ出します。みんなで力を合わせてセンター湾外へ出ていきます。※天候によっては湾内での活動になる可能性もあります。
- ④**着艇** 東浮き棧橋に着艇します。船長の指示に従って順番に船を降ります。

(3) 活動における注意事項

- ・ 活動時は安全のため必ず、ライフジャケットを着用します。
- ・ 活動時は発着艇、かいたて、かい備え、とう漕中に以下のトラブルが発生する可能性がありますので注意してください。
- ①かい立て…かいが長くて重いため、支えきれず倒れてしまい、頭や体を打つ事があります。
- ②かい備え…かいをそなえる時に指をはさむ事があります。
- ③着艇時…棧橋とカッターの間に腕をはさむ事があります。
- ④乗艇時…あわてて乗り込むとバランスをくずして転倒する時があります。
- ⑤とう漕中…かいを水にとられたり、勢いよく漕いで座席から後ろに倒れる事があります。(指を挟む、日射病、熱射病、船酔いをする事があります)

