海のプログラム

カヌー

内容	基本的なパドリングの方法を学び、自分（たち）で漕ぎ出します。 カヌーを通して「海」を体感します。
対象	・主に小学校高学年以上（低学年は要相談） ※ 艇数、艇種、人数はプログラム調整の際に 決定させていただきます。
活動期間 活動時間	・3月1日～11月30日 ① 9:30～10:30　② 10:30～11:30 ③ 13:30～14:30　④ 14:30～15:30
使用艇種及び 貸し出し用具	・シーカヤック　1人乗りタイプ 2人乗り { ・コックピットタイプ / ・シットオントップタイプ } ・カナディアンカヌー　2～3人乗りタイプ ・ライフジャケット
利用者の準備物	・濡れても良い服装　・濡れても良い靴（かかと留めのあるもの） ・帽子　・雨カッパ、ウィンドブレーカー（天候に応じて） ・着替え　・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	活動開始時間までに集合してください！！

（２）活動開始から終了まで

①スタッフの紹介	集合後、指導スタッフの紹介をします。
②カヌーの説明	カヌーを準備した後、スタッフが基本的なパドリングの方法、カヌーの乗り方、及び出艇方法を陸上で指導します。
③乗船及び出艇	ライフジャケットを着用し、スタッフの指導により、みんなで協力してカヌーをスロープ水際まで降ろし、出艇します。
④パドリング	海上ではスタッフが指示を出します。目標のマークを目指して、一人もしくはメンバーと協力してパドリングします。もし、沈（艇がひっくり返ること）をしてしまった場合はレスキュー艇にてスタッフが救助を行います。
⑤着艇	スロープに着艇します。着艇後はスタッフの指示に従って下さい。
⑥片付け	スタッフから片付けの説明があります。その後みんなで協力してカヌーを片付けます。

（３）活動においての注意事項

・体が海水で濡れます。必ず着替えをご用意ください。
・スロープは滑りやすくなっています。走らずに歩いて移動をしましょう。
・出着艇時は特にケガが起こりやすいので注意して下さい。
・立ち入り禁止区域へは侵入しないでください。

活動の様子

準備

説明

出艇

パドリング

救助

片付け