

マリン活動

～ ね ら い ～

乗員全員が力をそろえ（協力）、動きを合わせる（協調）ことの大切さを体感する。

☆研修艇利用時の活動は、原則として本所職員が直接支援します。

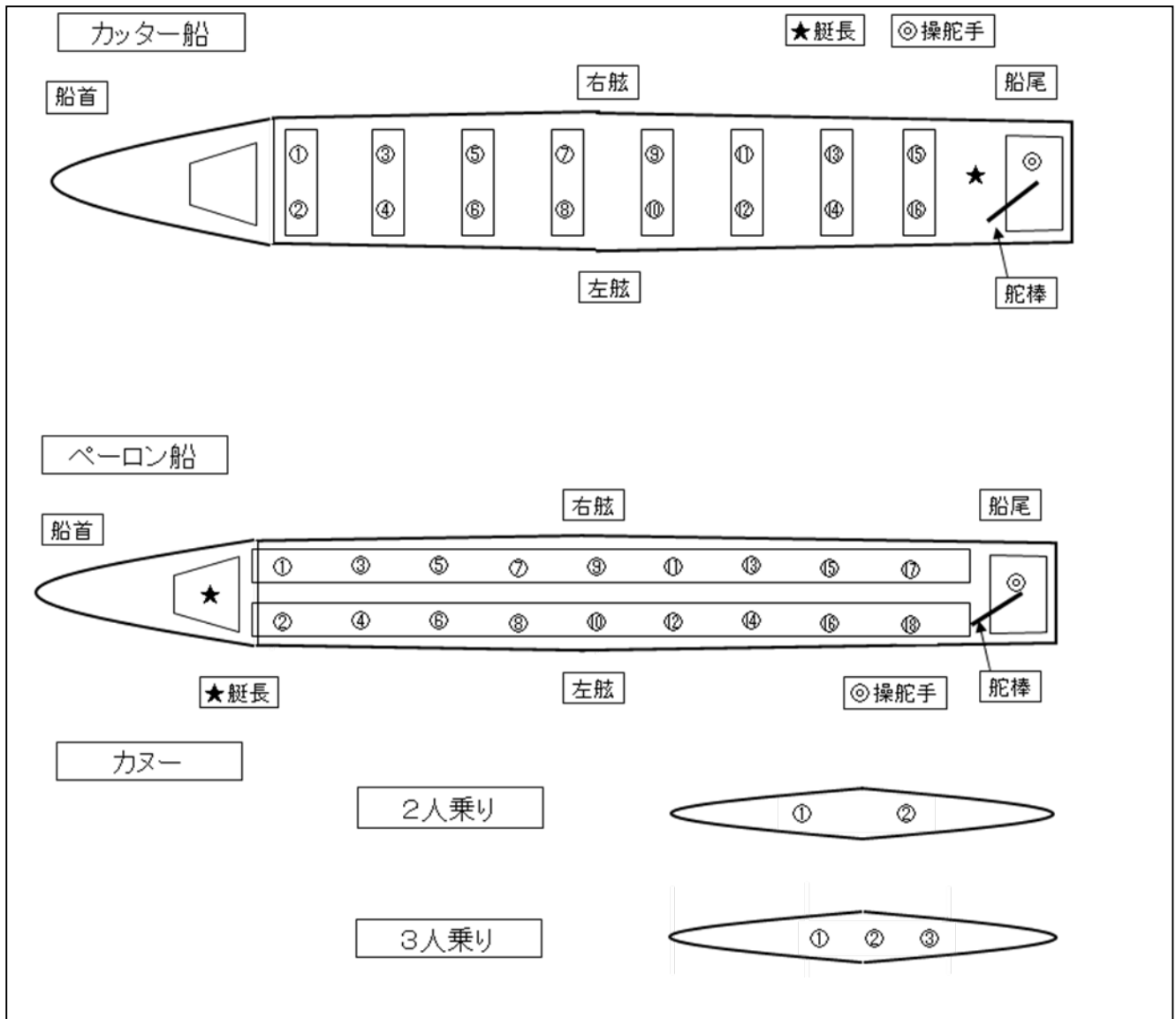
☆波浪、強風、雨天時は、気象条件により、実施できない場合があります。

1 研修艇（図参照）

☆ カッター船（ 5艇） 定員20人 中学生以上向き

☆ ペーロン船（ 5艇） 定員25人（高校生以上）30人（中学生）35人（小学生）

☆ カヌー（9艇） 定員2～3人



2 コース

- ☆ 風車コース (1～2時間)
- ☆ 白神岩コース (1.5～2.5時間)
- ☆ 三ツ島コース (2～3時間)
- ☆ 唐船岩コース (1.5～2.5時間)
- ☆ 湾内コース (1～1.5時間)

気象条件・乗員数・体力等により、ご希望に添えない場合があります。
研修は、半日単位で実施します。

※研修時間は、おおよその目安です。事前・事後指導を含みます。

3 準備物 (利用団体)

- 濡れてもいい服 (夏場は、水着の上にTシャツ可。日焼け防止には長袖が適、冬は防寒着。)
- 濡れてもいい運動靴又はビーチサンダル (かかと固定、ヒール不可)、帽子、タオル、水筒。
- カッター船・ペーロン船の場合は、軍手着用 (まめ防止)。
- 小雨でも実施可能な場合もあるので、雨合羽 (セパレートタイプが好ましい) を持参する。
- カヌーの場合は、水着 (濡れてもいい服)、下半身は必ず濡れます。

4 引率者の研修前の取り組み

- 活動の目的を明確にし、研修者に伝えておく。→ 船を漕ぐ目的
- 乗員配分 (研修艇図参照) と艇長 (役割: 元気づけ)・操舵手 (役割: 舵取り) の決定
 - ※艇長は、子ども・大人どちらでもかまいませんが、舵取りは大人の方のみとなります。
 - ※右舷・左舷の乗員は、体力のバランスを考慮してください。
 - ※ペーロン船の船首側は、海面まで多少高さがありますので、小学生の場合、身長の高い参加者が適しています。→ 2列縦隊背の高い順
- 研修者の体調管理を徹底しておいてください。

- ◎ 海 (自然) を相手に、自分たちの力だけで立ち向かう活動です。自分勝手な行動は、その参加者のみならず、他の参加者にも迷惑であり、生命の危機にも陥ってしまう可能性があります。参加者一人一人が、目的意識を持って参加できるよう、確実な事前指導をお願いします。
- ◎ 体力的には、ハードな活動ですが、やり遂げた後の「達成感」「満足感」「一体感」は格別です。

5 活動の中止

- 研修海域の状況が、次のいずれかに該当する場合は、研修を中止します。
 - ① 平均風速8m/s、瞬間風速10m/sの場合
 - ② 視界が1km未満の場合
 - ③ 活動海域で白波が見られる場合
 - ④ 諸警報・注意報が発令されており、所属長及び事前会議で危険と判断した場合
 - ⑤ 台風の接近が予想される場合
 - ⑥ 海域状況から、所属長及び事前会議で危険と判断した場合

6 研修活動の流れ

過程	研修内容	備考
導入 約 30分	1 艇庫前に、艇ごとに集合、整列（2列縦隊） ※研修者数確認 2 あいさつ 3 研修説明 ①研修の目的について ②安全上の注意（ライフジャケットの着用法など） ③漕ぎ方の説明 ・櫂立て、櫂入れ、櫂止め、櫂上げ ・櫂の持ち方、乗船・下船時の留意事項 ※艇長・操舵手の役割の説明	・利用団体ごとに整列 カッター船利用 → 艇庫前左側 ペーロン船利用 → 艇庫前右側 ※研修者数の確認 ・ライフジャケットのサイズは、体にフィットするものを選択
展開 約 30分 ～ 2 時間	4 移動・乗船 5 離岸～研修 ①基本的な漕ぎ方の練習 ②体感プログラムの実施 ③競艇（レース）の実施 6 着岸・下船・移動	・櫂立ての姿勢 ・船縁（べり）を握らない ・艇長の号令及びドラに合わせて漕ぐ ・元気を出して漕ぐ ・櫂立ての姿勢
整理 約 10分	7 櫂・ライフジャケットの整理 8 まとめ ※説明時の隊形 9 あいさつ・解散	・水槽で塩水を落として艇庫内に収納 ・ふり返りを行い、職員が講評を行う

7 留意事項

- ◎ 活動開始前と終了時には、研修者の点呼（人数確認）と健康状態の確認を、団体の引率者及び青少年の家職員で必ず実施。
- ペーロン艇、カッター艇、カヌーの活動は、年間を通して実施。
ただし、カヌーは、5～10月の期間が最適。
- 活動時間は、原則として午前9：30～12：00、午後1：30～4：00。
- マリン活動は研修時の天候により実施の可否を判断。態度決定はP27の活動中止条件を参照。
- 体力衰弱及び身体の異変等の症状がある場合は、活動を中止させるか、十分配慮をした上で参加させます。※「AED」常備：艇庫及び保健室（事務室横）
- ◆ あしきた青少年の家では、緊急時に備えて、海難救助連絡網を整備し対応しています。