

プログラムの概要

- 川で安全に遊ぶための基本的な知識を室内で学ぶ。川や水辺の活動を行う前に実施すると、効果的である。

関連する学習	・3年生——理科「身近な自然の観察」 ・3・4年生——社会「災害及び事故の防止」 ・3・4年生——体育「浮く、泳ぐ運動」 ・5・6年生——体育「保健(けが防止の理解、簡単な手当)、水泳」
所要時間	45分×1
活動場所	体育館、教室

Keyword キーワード

- 安全
- 川や水辺の基礎知識
- 体験活動での心構え
- 川での身の守り方



活動のねらい

- 川の基礎知識や、川で活動するうえでの身の守り方を学ぶ

日本には大小多くの川が流れているが、川の中や周辺がどのようにになっているのか、知らない子どもも多い。川の中や周辺には、楽しいこともたくさんあるが、危険も同時に存在する。この点を、学び、感じるための準備として、この講座では、川や水についての基礎知識や安全に活動するための心構え、事故に遭わないための行動や身の守り方を学ぶ。

準備するもの

○活動に必要な道具

- ・パソコン（OHPシート）
- ・プロジェクター（OHP）など
- ・スクリーン（大型ディスプレイ）
- ・パワーポイントなどの説明資料
- ・川での活動に必要となる装備一式（※）

※川での活動に必要な装備として紹介する道具

ライフジャケット／ヘルメット／リバーシューズ（ビーチサンダルのように脱げやすい靴は不可）／ウェット・スーツ（保温のため）／スローロープ（救助用ロープ）／ゴーグル（箱めがね）／ホイッスル／救急箱／その他（現場での活動に応じた道具や機材）

活動準備



川の安全に関するスライド上映

① 情報収集、講師の依頼

- ・川や水辺での体験活動を安全に実践するための基本的な準備や注意点、川や水辺に内在するさまざまな危険などを事前に学んでおく。
- ・情報の収集は、書籍やインターネットなどを活用するほか、安全管理の知識を有する者（「川に学ぶ体験活動協議会（RAC）」の指導者や消防団員など）に教えてもらうこともできる。
- ・実施にあたっては、正しい知識と必要なスキルをもった指導者のもとで行うことが望ましく、川に学ぶ体験活動協議会（RAC）、子どもの水辺サポートセンター、河川管理者に相談することをすすめる。

② 資料作成、道具準備

- ・子どもが理解しやすいように講義用の写真や図を用意し、プロジェクトやOHP等で映写する。
- ・活動時に使う道具のうち、身を守るための装備品等を準備する。

活動内容

導入

- ・「川で遊んだことがあるか」「遊んだときの印象はどうだったか」「川でやってみて、楽しかったことは何か」などの「問い合わせ」を子どもたちにする。
- ・「問い合わせ」によって、川や水辺での活動に対する興味を引き出すことをきっかけ、その後の教師（講師）からの川や水辺の魅力についての説明に結びつける。

活動Ⅰ 水辺の危険を学ぶ

- ・水辺での楽しさを説明した後、水の中には危険なことがあることを教える。
- ・まず、「水辺でヒヤッとした体験」を子どもたちに聞いてみる。
- ・続いて「川の中やその周りに存在する危ないこと」として、どのようなことが考えられるか、問い合わせる。
- ・回答がいくつか出たら、教師（講師）から水辺の危険について、説明する。適宜、危険個所や、危険な行動事例の画像や映像を見せるとよい。



- ・川や水辺の大きな特徴は、水が流れていること。
- ・水が流れていると、陸上にいるときと比べて、体の自由がきかない。

川に内在する危険の例

- 水の中では人間は呼吸できない。転倒したり落水し、顔が水中に沈むと命を落とすことがある。
- 川の水は冷たく、長時間流れる水の中にいると低体温症に陥り、命を落とすことがある。
- 川底は、不安定な石や滑りやすい石があり、また、流れの力に押されバランスを崩して転倒することがある。
- 転倒し、川底や水中の障害物にひっかかると流れる水の圧力(動水圧)で、水中に押し込まれ命を落とすことがある。
- 岸や水辺には、猛毒をもつヘビやスズメバチなどの危険な生物もいる。

活動Ⅱ 川や水辺の危険から身を守る方法を学ぶ



ライフジャケット



ヘルメット



リバーシューズ



ウェットスーツ



スローロープ(救助用ロープ)



スローロープの使い方

- 川や水辺の危険を説明したあとは、事故に遭わないように気をつけることや、そのための装備の大切さを説明する。
- 川や水辺での活動に必要となる装備には、次のようなものがある。

① ライフジャケット

水中で浮力を得るために必要な道具で、川や水辺で活動する際は、必ず装着すべき基本装備である。

ライフジャケットには大人用と子ども用があり、体にフィットしたサイズのものを着用することが大切である（体重の10%の浮力をもつものが適当）。装着が不完全だと、いざというときに脱げてしまうため、肩、脇、股にあるベルトをしっかりと締めて、正しく装着することが重要である。

② ヘルメット

水中で転倒して頭を打った場合に備えて、衝撃を和らげるために装着する。炎天下のときには日射病予防にもなる。

ヘルメットは、リバースポーツ用の内部に水が溜まらないよう、水抜き穴があるものを使う。水抜き穴がないものは、水の圧力を受けて首を損傷するなどの危険があるため絶対に使用しない。

③ リバーシューズ

川底や河原に落ちているさまざまな障害物や、不安定で滑りやすい石などの危険因子から足元を守るための専用シューズである。

リバーシューズがない場合はぬれてもよい運動靴でも代用できるが、ビーチサンダルのように脱げやすいものは使用しない。

④ ウエットスーツ

川の水は一般に外気温より低く、また流れがあるため、体温を奪われる。水温や気温が低い場合には保温効果のあるウエットスーツ（又は、ドライスーツ）を着用する。

⑤ スローロープ(救助用ロープ)

スローロープはだれかが流されてしまった場合に、岸（陸上）から救助を試みるための道具である。

救助の際は、自分の身を守ることを第一に考え、川の中には入らずに陸上から救助活動を行うことが大切である。

1

ブロタラム

〈スローロープによる救助の仕方〉

ロープの一端を持ち、もう片方を漂流者に向けて投げ、漂流者がロープをつかめれば、流れの力を利用して効率的に岸へと引き寄せることができる。

なお、救助者は足場がしっかりした場所で、ロープにからまないように投げる。ロープがない場合は、長い棒などで代用するとよい。



箱めがね



ホイッスル

⑥ ゴーグル（箱めがね）

自然の水は一見きれいに見えても目に見えない汚れがある。また、流れてくる木片などから目を保護するためにも、ゴーグルをつけると安心である。水面が波打って、はっきりと見えない水中を観察するのにも役立つ。

似たような道具として「箱めがね」がある。簡単に作成できるので、子どもに作らせてもよい。

⑦ ホイッスル

川や水辺では、さまざまな騒音により声が届かないことがある。そのため、ホイッスルを準備しておく。

あらかじめホイッスルを吹く回数で、「集合」「SOS」などのサインを決めておき、相手に的確に意思を伝えるようにする。

まとめ

川や水辺は楽しいだけではなく、多くの危険があることをまず認識させ、危険に対して身を守るにはどのようにしたらよいかを子どもたちと再確認する。授業のまとめとして、子どもがそのことに気づき、理解できたかを確認する。

理解したことを確認したら、川で身を守る方法をしっかりと学び、必要な道具の準備をしておけば、それらの危険は避けられるということを説明する。

発展

理解をより深めるために、プールなどの安全な場所で、実技講習を実施するとより理解が深まる（→「1-2 川や水辺の安全講座～実技編～」を参照）。

参考情報

○川の安全対策に関する情報

- ・水辺の安全ハンドブック（財団法人 河川環境管理財団 発行）
(<http://www.mizube-support-center.org/contents/handbook.html>)
- ・安全な川遊びのために（DVD）（財団法人 河川環境管理財団 発行）
- ・全国の水難事故マップ2003-2009
(<http://www.mizube-support-center.org/map/suinan/index.html>)

○安全講習会の講師の要請に関する相談先

- ・NPO法人 川に学ぶ体験活動協議会（RAC）(<http://www.rac.gr.jp/>)

○水難事故防止に関する指導者講習会に関する情報

- ・NPO法人 川に学ぶ体験活動協議会（RAC）(<http://www.rac.gr.jp/>)
- ・レスキュー3ジャパン (<http://www.srs-j.co.jp/index.html>)



川や水を感じる
1-2

川や水辺の安全講座

～実技編～



プログラムの概要

- プールや川で、安全に泳ぐための正しい姿勢や、ライフジャケット、スローロープなどの道具の、正しい使い方を学ぶ。
- 川や水辺での活動前に実行すると、効果的である。

関連する学習	・3・4年生－社会「災害及び事故の防止」 ・3・4年生－体育「浮く、泳ぐ運動」 ・5・6年生－体育「保健(けがの防止の理解、簡単な手当), 水泳」
所要時間	45分×1
活動場所	プール

Keyword キーワード

- 安全
- 川や水の基礎知識
- 川での身の守り方
- 正しい道具の使い方



活動のねらい

●川での安全な泳ぎ方や道具（ライフジャケットなど）の正しい使い方を学ぶ

川や水辺の特性、特に危険性について、ある程度理解していることを前提とし、プールを利用して川で身を守る方法などを体験する。また、川や水辺で活動する際の服装や、装備の正しい装着方法、安全な泳ぎ方を学ぶとともに、万が一おぼれてしまった人を助ける方法なども学ぶ。

前項の「1-1 川や水辺の安全講座～室内講習編～」と、併せて実施することが望ましい。

1

プログラム

準備するもの

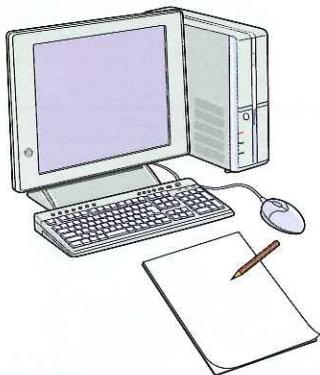
- 活動に必要な装備および道具
 - ・ぬれてもよい服（水着など）
 - ・ライフジャケット
 - ・ヘルメット
 - ・スローロープ
 - ・ゴーグル
 - ・ホイッスル
 - ・空のペットボトル（2ℓ）やゴミ袋

○安全に活動するための道具

- ・救急箱
- ・飲料水



活動準備



①情報収集

- ・川や水辺での体験活動を、安全に実践するための基本的な準備や注意点、川や水辺に内在するさまざまな危険などを、事前に川の指導者と十分協議し、必要な情報を得る。

②道具の準備

- ・必要な装備品を事前に準備する。
- ・ライフジャケット、ヘルメット、スローロープについては「子どもの水辺サポートセンター」や「川に学ぶ体験活動協議会（RAC）」などで貸し出しを行っているので相談してみる。
- ・装備のほか、炎天下の活動は熱中症や脱水症状を引き起こす可能性があるので、日陰の場所を確保するとともに、飲料水の準備もしておく。

③講師の依頼

- ・講師については、川に学ぶ体験活動協議会の認定した川の指導者に依頼することをすすめる。

活動内容

導入



- ・「1-1 川や水辺の安全講座～室内講習編～」を実施したことを前提として、川で安全に活動するために大切なことは何であったかを子どもたちに問いかけ、興味をひく。
- ・川や水辺で遊ぶ場合を想定して、いくつかのことがらを学び、体験することを説明する。
- ・実際の川とプールの違いを説明し、川や水辺での危険性に備えるためのシミュレーションであることを理解させる。

活動Ⅰ 装備の正しい装着方法を学ぶ



- ・プールサイドで、子どもたちにライフジャケットを渡して自由に装着させる。
- ・次に、ライフジャケットの正しい装着方法を確認する。ライフジャケットは装着がゆるいと脱げてしまう可能性があるため、体にフィットしたサイズのものを選び、肩、脇、股にあるベルトをしっかりと締めることが重要である。
- ・子どもたちに、二人一組（バディシステム）をつくらせ、お互いにきちんと装着ができているかどうかを確認させる。

活動Ⅱ ライフジャケットの浮力を体感し、浮く姿勢を学ぶ



① ライフジャケットの浮力体験

- ・ライフジャケットを装着した状態でプールに入らせる。
- ・何もしなくても体が浮き、浮力を体感することができる。
- ・ライフジャケットの有用性をさらに体感させる方法として、ライフジャケットを装着した状態で水中に潜れるかどうかを試させる。
(子どもたちはうまく潜ることができないはずである。)

② 安全に浮く姿勢を学ぶ

- ・ライフジャケットに慣れたら、その浮力を使って川で安全に流れる姿勢を説明する。
- ・最初に、川底にはゴミや岩などの障害物が存在することを説明し、川で流れで遊ぶときや流されたときは、障害物から身を守る姿勢をとることが重要であることを教える。
- ・身を守りながら流れることができる姿勢として、ホワイトウォーターフローティングポジション（通称「ラッコちゃんポーズ」）を紹介する。
- ・子どもたちをプールに入れ、ホワイトウォーターフローティングポジションを実践させる。
- ・川の流れはゆるやかに見えても、流れに逆らって泳ぐとともに体力を消耗する。そのため、流されてしまった場合には無理をせず、ホワイトウォーターフローティングポジションで安全に漂流することを心がけ、陸上からの救助を待つように伝える。



ホワイトウォーターフローティング
ポジションの姿勢

! ホワイトウォーターフローティングポジション!

- 川の急流部で白く泡立った部分（ホワイトウォーター）などで安全に漂流するための姿勢。
- 頭を上流、足を下流側に向け、仰向けの状態で両ひざとつま先を水面上に出す。この姿勢をとることで、川底や水中の障害物に足が引っかからず、また、岩を足で蹴って身を守ることができる。
- 子どもにポーズを教える際、「ラッコちゃんポーズ」と説明するとわかりやすい。

活動III 川での泳ぎ方を学ぶ

- ・ホワイトウォーターフローティングポジションを体験した後は、流れのゆるやかなところで目的地に向かって積極的に泳ぐ方法を指導する。
- ・顔を水に入れずに出した状態で、クロールのように泳ぐ。
- ・泳ぎ方を説明したら、子どもたちにプールで実践させる。

1
プログラム

活動IV 救助方法を学ぶ

① スローロープの使い方を学ぶ



スローロープの練習

- ・川で事故が発生した場合は、飛び込んで助けるのではなく、陸上からロープを投げて救助することが大切であることを伝える。
- ・講師がロープの投げ方を説明し、実際に投げてみる。
- ・次に、子どもたちに二人一組（バディシステム）を作らせ、救助者役、漂流者役を決める。
- ・救助者はスローロープを持ち、プールサイドに構える。漂流者は、プールの中でホワイトウォーターフローティングポジションをとり、おぼれているように演技する。
- ・漂流者が「助けて」と叫んだら、救助者は「ロープ投げるぞ」と合図し、漂流者に向かってロープを投げる。



- ・ロープがうまく漂流者に届いた場合、漂流者はロープを肩にかけるようにつかみ、救助者はロープを手繰り寄せる。ロープが漂流者に届かなかった場合は、ロープを手繰り寄せ、再度救助者に向かって投げる。
- ・ロープでの救助体験ができたら、漂流者と救助者の役割を入れ替えて繰り返す。



ゴミ袋での救助訓練

② スローロープがない場合の救助方法を学ぶ

- ・ペットボトルやゴミ袋を用意し、それらによって人が浮くと思うかどうかを、子どもたちに問いかけてみる。
- ・ライフジャケットを装着していない状態で、子どもたちの代表者をプールに入れ、ペットボトルなどを持って実際に浮くかどうか実験する（2ℓの空きペットボトルの場合2～3個、大きなゴミ袋の場合1袋で子どもは浮くはずである）。
- ・実験が終了したら、スローロープがないときでも、これらの道具があれば、浮くための手助けとなることを伝える。
- ・ほかにどのようなものが考えられるか、子どもたちに問いかける（例：長い棒、空のクーラーボックス、サッカーボール）。

まとめ

子どもたちをプールサイドに集め、ライフジャケットを装着して水に入ってみた感想を聞き、ライフジャケットを装着することで、水の中で安全に活動できることを改めて説明する。また、スローロープなどの道具の重要性を伝え、川に行く際には必ず持っていくようにすることを伝える。

最後に、川や水辺では自分の身は自分で守ることが大切なことや、そのための準備や装備が必要なことを話し、まとめとする。

発展

安全な泳ぎ方を学んだ後は川に行き、川流れ体験をしてみる（→「1-3 川を流れよう」）。

参考情報

○川の安全対策に関する情報

- ・水辺の安全ハンドブック（財団法人 河川環境管理財団 発行）
(<http://www.mizube-support-center.org/contents/handbook.html>)
- ・安全な川遊びのために（DVD）（財団法人 河川環境管理財団 発行）
- ・全国の水難事故マップ2003-2009 (<http://www.mizube-support-center.org/map/suinan/index.html>)

○安全講習会の講師の要請に関する相談先

- ・NPO法人 川に学ぶ体験活動協議会（RAC）(<http://www.rac.gr.jp/>)

○ライフジャケットやスローロープの貸し出し・購入に関する相談先

- ・子どもの水辺サポートセンター (<http://www.mizube-support-center.org/top.html>)
- ・NPO法人 川に学ぶ体験活動協議会（RAC）(<http://www.rac.gr.jp/>)

川や水を感じる 1-3

川を流れよう



プログラムの概要

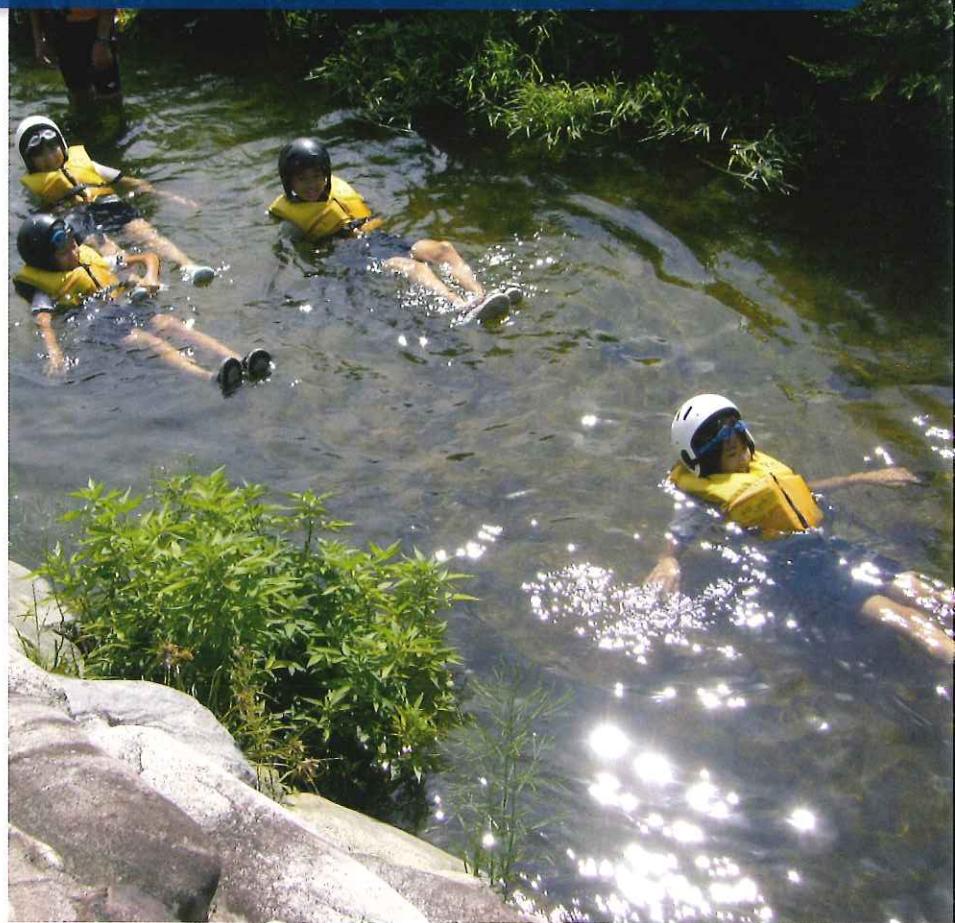
- 水の流れや水の感触を体感し、川の楽しさを学ぶ。
- プールと川の違いを体感し、川に内在する危険性について学ぶ。

関連する 学習	・3・4年生－体育「浮く、泳ぐ運動」 ・5年生－理科「流水の働き」 ・5・6年生－体育「保健(けが防止の理解、簡単な手当て)、水泳」
所要時間	45分×1～2
活動場所	流れのゆるやかな川

Keyword

キーワード

- 危険性
- 水の浮力
- 川の流れ
- 川での身の守り方



活動のねらい

- 川遊びを体験して、川の中に入ることの楽しさを実感する

陸上から川を見ると、水が流れていることはわかっても、水面下の状況や水に触れたときの感覚を知ることはなかなかできない。実際に川の中に入り、流れに身をまかせることで、川の特徴や楽しさを学ぶ。また、川に内在する危険性についても学ぶ。

準備するもの

○川に入るための服装

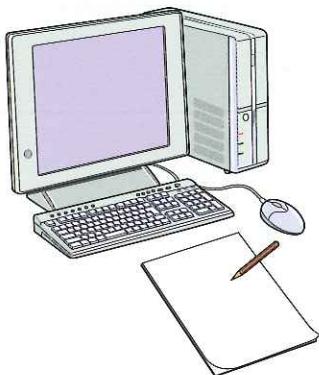
- ・ぬれてもよい服（水着や体操服など）
- ・ライフジャケット
- ・ヘルメット
- ・リバーシューズ（運動靴でも可。ビーチサンダルのよう
に脱げやすいはきものは不可）
- ・ゴーグル（必要に応じて用意）

○安全に活動するための道具

- ・スローロープ（指導者および補助者分）
- ・ホイッスル
- ・帽子
- ・日陰の用意（テントなど）
- ・救急箱
- ・飲料水



活動準備



① 情報収集

- ・川流れ体験活動を安全に実践するための基本的な準備や注意点、川や水辺に内在するさまざまな危険などの基礎的な知識については、川の指導者等のアドバイスを求め、できれば一緒に、活動現場の下見をすることが望ましい。

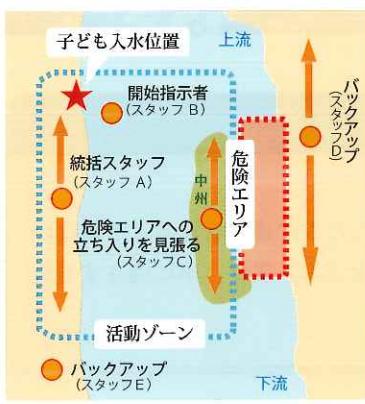
② 講師や補助者の依頼

- ・川の中での活動となるため、地元の市民団体などから川の指導者を探し、講師を依頼することが望ましい。「川に学ぶ体験活動協議会（RAC）」では、全国の川の指導者を紹介している。
- ・川での活動は、安全管理の面から多くの大人の補助者が必要となる。保護者などに協力を依頼する。



③ 道具や装備の準備

- ・活動に必要な道具（ライフジャケットなど）を準備する。
- ・ライフジャケット、ヘルメット、スローロープなどについては「子どもの水辺サポートセンター」や「川に学ぶ体験活動協議会（RAC）」などで貸し出しをしているので相談してみる。
- ・地元の市民団体や河川事務所等で道具を借りられる場合もある。講師などに地域の貸し出しに関する情報を聞いてみる。
- ・装備のほか、炎天下の活動では熱中症や脱水症状を引き起こす可能性があるので、日陰の場所を確保するとともに、飲料水の準備もしておく。



④ 活動場所の選定、活動計画の作成

- ・事前に川の指導者と相談し、活動場所を決める。
- ・活動場所は、流れがゆるやかで危険が少ない場所を探す。なお、川が浅過ぎると、流れている最中にお尻が川底にぶつかるため、大人の太ももくらいの水深が必要になる。
- ・活動場所は必ず事前に下見を行う。特に子どもが立ち入る可能性のある場所は必ず確認し、障害物など危険因子がある場合は、あらかじめ撤去する。
- ・下見の結果に基づいて、安全を確保するためのスタッフ配置計画を行う。明らかに危険な場所については、立ち入り禁止区域にして監視員を立てる。
- ・炎天下の活動では熱中症や脱水症状を引き起こす可能性があるので、日陰の場所を確保しておく。適宜飲料水を摂るなどの配慮も必要になる。
- ・活動場所やスタッフ配置計画が決定したら、詳細な活動計画書を作成する。

⑤ その他

- ・事前に河川管理者などの関係機関に連絡を入れ、活動予定内容の報告をして了解を得ておく。
- ・活動場所が遠い場合には、アクセス方法を確認するとともに移動手段を確保する。
- ・万一に備えて、傷害保険および賠償保険に加入する。
- ・活動当日の天気や河川情報の収集を行い、天気が悪い場合には延期や中止の判断をする。活動中も、天候の変化や川の水位等の情報収集を常に心がけることが重要である。

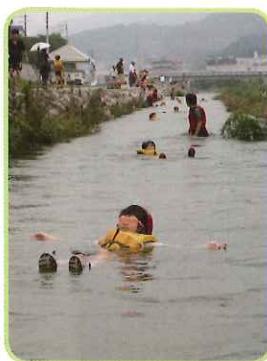
活動内容

導入



- ・「1-1 川や水辺の安全講座～室内講習編～」や「1-2 川や水辺の安全講座～実技編～」を実施したことを前提にして、川で安全に活動するために、大切なことは何であったかを子どもたちに問いかけ、興味をひく。
- ・これから実際に川で川流れを体験することを説明し、これまで学んだ安全に対する知識を再確認する。実際の川とプールの違いを説明し、川に内在する危険性を理解させる。
- ・入念に準備運動をしたら、ライフジャケットを装着する。
- ・ライフジャケットを装着したら、川の中で安全に浮く姿勢がどのようなものであったかを問いかけ、ホワイトウォーターフローティングポジション（ラッコちゃんポーズ）について復習する（→「1-2 川や水辺の安全講座～実技編～」）。

活動 川を流れる



川流れの様子

- ・子どもたちを一人ずつ川の中のスタート地点に呼ぶ。
- ・スタート地点に着いたらホワイトウォーターフローティングポジションの姿勢をとらせ、そのまま川を流れさせる。
- ・流れている際に、足先を上げ、顔を上げて流れていく方向をよく見て、岩等の障害物があれば足を使ったり背泳ぎをしたりして、方向を変えることを指導する。
- ・水の冷たさや、ライフジャケットの浮力を感じながら、流れさせる。
- ・途中、スローロープの効果を体験させることもできる。
- ・ゴール地点には大人を配置し、子どもたちを陸に引き上げる。

まとめ

川流れ体験のあとには、川のにおいや浮いたときの水の感触、上を向いて流れているとき、目に入った周囲の様子などを、子どもたちに問いかける。「気持ちよかったです」「またやってみたい」など、川の楽しさに気づく子どもをはじめ、「川には、流れの早いところやゆるやかなところがある」「川の中では思ったより自由がきかない」など、川の危険に関して感想を言う子どももいる。

発展

本プログラムでは、川が流れる力のみを使って川を流れた。次の段階として、Eボートやカヌーなどに乗って、自分の力を使って川の中を進んでみることもできる（→「1-4 Eボートに乗ろう」「1-5 カヌーに乗ろう」）。

参考情報

○川の安全対策に関する情報

- ・水辺の安全ハンドブック（財団法人 河川環境管理財団 発行）
(<http://www.mizube-support-center.org/contents/handbook.html>)
- ・安全な川遊びのために（DVD）（財団法人 河川環境管理財団 発行）
- ・全国の水難事故マップ2003-2009
(<http://www.mizube-support-center.org/map/suinan/index.html>)

○川の水位や天候に関する情報

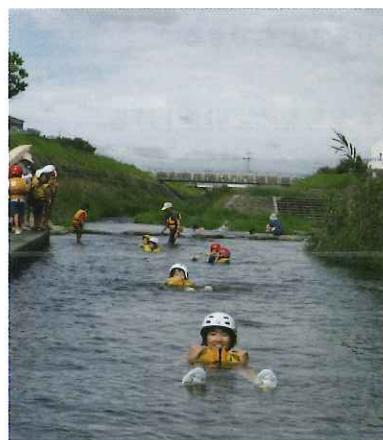
- ・川の防災情報（国土交通省）(<http://www.river.go.jp/>)

○講師の要請に関する相談先

- ・NPO法人 川に学ぶ体験活動協議会（RAC）(<http://www.rac.gr.jp/>)

○ライフジャケットやスローロープの貸し出し・購入に関する相談先

- ・子どもの水辺サポートセンター (<http://www.mizube-support-center.org/top.html>)
- ・NPO法人 川に学ぶ体験活動協議会（RAC）(<http://www.rac.gr.jp/>)



川流れの様子(山口県佐波川)



スローロープ救助と組み合わせた川流れ



川流れの様子(静岡県鮎沢川)



プログラムの概要

- 川や湖でEボートをこぐ。10人乗りのEボート(空気注入式のボート)ではチームワークが重要であり、みんなで協力する力が養われる。
- 普段と違った視点から川を観察することができる。

関連する学習	<ul style="list-style-type: none"> ・3・4年生－社会「災害及び事故の防止」 ・5・6年生－体育「保健(けが)の防止の理解、簡単な手当)、場や用具の安全」 ・総合的な学習の時間「自然体験、グループ学習」
所要時間	45分×2
活動場所	流れのゆるやかな川や湖

Keyword キーワード

- 川の流れ
- チームワーク
- 感性



活動のねらい

- 川での活動の楽しみを通じて、仲間と協力して目的を達成することの大切さに気づく
陸上から流れる川の水を見ることはよくあるが、川から陸上の風景を見る機会は少ない。チームワークが大切となるEボートで川や湖を移動することで、普段あまり見ることのできない川の様子を確認することができる。

1
プログラム

準備するもの

○活動に必要な道具

- ・Eボート(数艇。空気注入式のもの)
- ・パドル(1艇あたり10本)
- ・空気入れ(Eボートに空気を入れるために)

○川に入るための服装

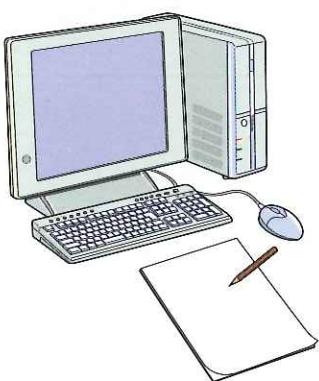
- ・ぬれてもよい服(水着や体操服など)
- ・ライフジャケット(必ず装着する)
- ・ヘルメット(できれば装着する)
- ・リバーシューズ(運動靴でも可。ビーチサンダルのように脱げやすいはきものは不可)

○安全に活動するための道具

- ・スローロープ(指導者および補助者用)
- ・ホイッスル(指導者は必携、子どもたち用は可能であれば準備する)
- ・帽子
- ・日陰の用意(テントなど)
- ・救急箱
- ・飲料水

○その他

- ・ぞうきん(収納時にEボートの水をふき取るため)

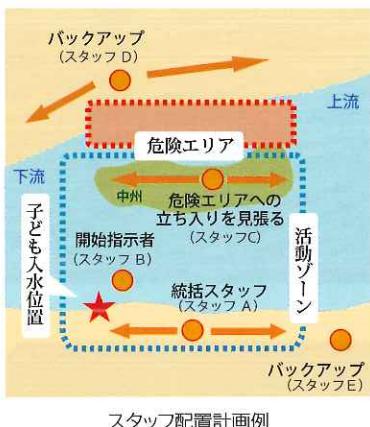


① 情報収集と講師や補助者の依頼

- ・Eボートの体験活動を安全に実践するための方法や留意点、道具の使い方などの基本については、川の指導者（必要な知識や技能をもつ川に学ぶ体験活動協議会の認定したEボート指導者）に依頼する。
- ・指導者は、川での活動を行っている地元の市民団体などから探す。「川に学ぶ体験活動協議会（RAC）」では、全国の川の指導者を紹介しているので相談してみるとよい。
- ・活動では、安全管理の面から多くの補助者も必要となる。保護者などに協力を依頼するとよい。

② 道具や装備の手配

- ・活動に必要な道具（Eボートやライフジャケットなど）を準備する。
- ・Eボート、ライフジャケット、ヘルメット、スローロープなどについては「子どもの水辺サポートセンター」や「川に学ぶ体験活動協議会（RAC）」などで貸し出しを行っているので相談してみるとよい。



- ・補助者（大人）は、活動場所だけではなく、上流と下流それぞれに配置する。

③ 活動場所の選定、活動計画の作成

- ・事前に指導者と相談し、活動場所を決める。
- ・活動場所は、流れがゆるやかで危険が少ない場所を探す。なお、川が浅すぎるとパドルが川底に当たってしまうため、ある程度の水深が必要となる。
- ・活動場所は必ず事前に下見を行い、下見の結果に基づいて、安全を確保するためのスタッフ配置計画を行う。明らかに危険な場所については、立ち入り禁止区域にして監視員を立てることが必要である。コース上に障害物がある場合は、近づかないように周知するとともに、できれば表示するか撤去しておく。
- ・炎天下の活動では熱中症や脱水症状を引き起こす可能性があるので、日陰の場所を確保しておく。適宜飲料水を摂るなどの配慮も必要になる。
- ・活動場所やスタッフ配置計画が決定したら、詳細な活動計画書を作成する。

④ その他

- ・事前に河川管理者、地元警察署、漁業などの河川利用者と連絡・調整しておく。
- ・活動場所が遠い場合には、アクセス方法を確認するとともに移動手段を確保する。
- ・万一に備えて、傷害保険、賠償保険に加入する。
- ・活動当日の天気や河川情報の収集を行い、天気が悪い場合には延期や中止の判断をする。活動中も天候の変化や川の水位等の情報収集を、常に心がけることが重要である。



事前の下見は入念に

活動内容

導入



Eボートの組み立て



- ・ボートなどをこいだ経験があるかを問いかけて、興味をひく。
- ・「1-3 川を流れよう」を実施したときの楽しさを思い出させ、ボートではさらに「川の中から陸上の風景を見る」という楽しみがあり、仲間と協力するということが必要になることも認識させる。
- ・Eボートに乗ることを伝え、その概要や特徴（しくみや安全性）を説明すると同時に、川で安全に活動するために大切なことは何であったかも再確認する。Eボートの安全性については特によく理解させ、不安感をもたせないようとする。
- ・みんなで協力してEボートの組み立てを行う。ボートを傷つけないように、とがったものがない場所（下見の際に選定しておくとよい）を選んで、Eボートを広げる。
- ・組み立てが終わったら、指導者が、Eボートの空気圧やシートがしっかりと固定されているかなどを必ず確認する。
- ・ライフジャケットやヘルメットを装着させ、正しく装着されているかを確認する。

活動Ⅰ Eボートに乗る前に



パドルの練習

- ・活動範囲や危険区域等の留意点を伝える。
- ・パドルの操作方法を練習すると同時に、周囲の人にパドルが当たり、けがをさせることがあることなどを理解させる。
- ・ボートに乗ったら、むやみに立ち上がらないことや、急に立ち上がりとバランスを崩して落水することもあることを注意しておく。
- ・全員が協力しなければ、うまく操船できないことを認識させる。
- ・最初は指導者が同乗するが、ある程度習熟できたら、子どもたちだけで操船することを伝える。

1
プロセラム

活動Ⅱ Eボートに乗る



Eボートに乗る様子

- ・指導者の指示に合わせてパドルを操作する。
- ・パドルの操作に慣れてきたら、活動範囲内で自由にこがせる。
- ・自由にこがせても、蛇行してうまく進めない状況となるはずである。子どもたちには、時間の経過をみて、リーダーを決めたり、舵取りの方法や原理を伝えたりする。
- ・子どもたちだけである程度の操船ができるようになったら、指導者は下船し、子どもたちだけで操船させる。

活動III レースをする



レースの様子

- ・Eボートが数艇ある場合、レース形式にしてみてもよい。
- ・ゴールを決め、タイムレースとする方法もあるが、水際の形の違う葉っぱを5種類集めてくるなどのレース形式もある。
- ・川では、上流に向かう場合と下流に向かう場合とでは、こぐ際にパドルにかかる力に、大きな差があることを実感するはずである。
- ・レース形式にすると、子どもたちは、効率的なパドルの持ち方やこぎ方、操船についていろいろなアイデアを出すようになり、自ら行動して課題を解決することの楽しさや、チームワークの大切さを学ぶことができる。

活動IV Eボートを収納する



片づけの様子

- ・ゴール地点に着いたら、みんなで協力してEボートを陸上に運び、砂やゴミを取り除き、水気をよく拭き取る。
- ・水気やゴミのないことを確認し、空気を抜き、パドルやシートの数を確認するとともに、コンパクトに折りたたみ、袋に収納する。

まとめ

「Eボートをこいでみてどう感じたか」などと問いかけてみる。子どもたちは、組み立てから操船、さらには収納までの活動を通して、みんなで協力することの大切さに気づいたはずである。また、川では、流れの早いところや遅いところがあることに加え、上流に向かってこぐ場合と下流に向かってこぐ場合とでは、こぐ力とスピードが違うことで、水の流れのもつ力（動水圧）にも気づいたはずである。それらを確認して、まとめとする。

発展

てこの原理と併せて考えさせ、パドルの支点、力点、作用点がどこで、どのようなベクトルで力が加わっているかを振り返る。

ライフジャケットを着用して川の流れを体験すると、より効果的に川を体感できる（→「1-3 川を流れよう」）。

参考情報

○川の安全対策に関する情報

- ・水辺の安全ハンドブック（財団法人 河川環境管理財団 発行）
(<http://www.mizube-support-center.org/contents/handbook.html>)
- ・安全な川遊びのために（DVD）（財団法人 河川環境管理財団 発行）
- ・全国の水難事故マップ2003-2009 (<http://www.mizube-support-center.org/map/suinan/index.html>)

○川の水位や天気に関する情報

- ・川の防災情報（国土交通省）(<http://www.river.go.jp/>)

○講師の要請に関する相談先

- ・NPO法人 川に学ぶ体験活動協議会（RAC）(<http://www.rac.gr.jp/>)

○Eボートやライフジャケット、ヘルメット、スローロープなどの貸し出し・購入に関する相談先

- ・子どもの水辺サポートセンター (<http://www.mizube-support-center.org/top.html>)
- ・NPO法人 川に学ぶ体験活動協議会（RAC）(<http://www.rac.gr.jp/>)



プログラムの概要

- 川や湖でカヌーをこぐ。どうしたらうまく進むのかを考え、みんなで協力してこぐことの大切さを学ぶ。
- 普段と違った視点から川を観察することができる。

関連する学習	<ul style="list-style-type: none"> ・3・4年生－社会「災害及び事故の防止」 ・5・6年生－体育「表現運動、保健(けがの防止の理解、簡単な手当て)」 ・共通－総合的な学習の時間
所要時間	45分×2
活動場所	流れのゆるやかな川や湖

Keyword

キーワード

- 川の流れ
- チームワーク
- 感性



活動のねらい

- 川での活動を通じて、仲間と協力して目的を達成することの大切さに気づく

陸上から流れる川の水を見ることはよくあるが、川の中から陸上の風景を見る機会は少ない。カヌーで川や湖を移動することで、普段見ることのできない水辺の様子を確認するとともに、水上でバランスを取りながら操作することの難しさや、二人乗り以上ではチームワークの大切さを体感する。

1

準備するもの

○活動に必要な道具

- ・カヌー数艇（1～8人乗り程度のものを人数や目的に応じて用意）
- ・パドル（人数やカヌーのタイプや艇数に応じて用意）

○川に入るための服装

- ・ぬれてもよい服（水着や体操服など）
- ・ライフジャケット
- ・ヘルメット（できれば装着する）
- ・リバーシューズ（運動靴でも可。ビーチサンダルのように脱げやすいはきものは不可）

○安全に活動するための道具

- ・スローロープ（指導者および補助者用）
- ・ホイッスル（指導者は必携、子どもたち用は可能であれば準備する）
- ・帽子
- ・日陰の用意（テントなど）
- ・救急箱
- ・飲料水

活動準備



- 子どもの学年や人数に応じて、何人乗りのカヌーにするかを決める。
- 大人数用より少人数用のほうがこぎやすく、慣れるのが早い。

① 情報収集と講師や補助者の依頼

- カヌーの体験活動を安全に実践するための方法や留意点、道具の使い方などの基本については、川の指導者（川に学ぶ体験学習協議会（RAC）が認定）や地元のカヌークラブ等の団体に協力や支援依頼することをすすめる。
- カヌーの指導は、知識や技能をもった指導者に依頼する。
- 指導者は、川での活動を行っている地元の市民団体などから探す。「川に学ぶ体験活動協議会（RAC）」では、全国の川の指導者を紹介しているので相談してみる。
- 活動では、安全管理の面から多くの補助者も必要となる。保護者などに協力を依頼する。

② 道具や装備の手配

- 活動に必要な道具（カヌーやライフジャケットなど）を準備する。
- カヌーは、指導者などと相談して手配する。
- ライフジャケット、ヘルメット、スローロープについては「子どもの水辺サポートセンター」や「川に学ぶ体験活動協議会（RAC）」などで貸し出しをしているので相談してみる。

③ 活動場所の選定、活動計画の作成



スタッフ配置計画例

- 事前に指導者と相談し、活動場所を決める。
- 活動場所は、流れがゆるやかで危険が少ない場所を探す。なお、川が浅すぎるとパドルが川底に当たってしまうため、ある程度の水深が必要となる。
- 活動日の数日前に、カヌー経験のある大人数名で予定しているルートをカヌーで下見し、障害物や危険な流れがないかを確認しておく。コース上に障害物がある場合は近づかないよう周知するとともに、できれば表示するか撤去しておく。
- 活動場所が河口部にある場合は、潮の満ち引きも考慮して計画する。
- 下見の結果に基づいて、安全を確保するためのスタッフ配置計画を立てる。明らかに危険と考えられる場所については、立ち入り禁止区域にして監視員を立てる。
- また、バックアップとして、十分なスキルをもつ大人がカヌーに乗り、監視することも大切である。
- 炎天下の活動では熱中症や脱水症状を引き起こす可能性があるので、日陰の場所を確保しておく。適宜飲料水を摂るなどの配慮も必要になる。
- 活動場所やスタッフ配置計画が決定したら、詳細な活動計画書を作成する。



- 活動場所だけではなく、上流や下流それぞれにも補助者（大人）を配置する。

④ その他

- 事前に河川管理者、地元警察署、漁業者やカヌーなどの河川利用者と連絡・調整しておく。
- 活動場所が遠い場合には、アクセス方法を確認するとともに移動手段を確保する。
- 万一に備えて、傷害保険、賠償保険に加入する。
- 活動当日の天気や河川情報の収集を行い、天気が悪い場合には延期や中止の判断をする。活動中も天候の変化や川の水位等の情報収集を、常に心がけることが重要である。

活動内容

導入



パドルの練習

- ・ポートやカヌーをこいだ経験があるかを問い合わせて興味をひく。
- ・「1-3 川を流れよう」を実施したときの楽しさを思い出させ、ポートやカヌーでは、さらに「川の中から陸上の風景を見る」という楽しみがあり、仲間と協力するということが必要になることも認識させる。
- ・カヌーに乗ることを伝え、その概要や特徴（しくみや安全性）を説明すると同時に、川で安全に活動するために大切なことは何であったかも再確認する。カヌーの安全性については特に理解させ、不安感をもたせないようにする。
- ・Eポートに比べてカヌーは、操船にやや習熟が必要となるが、そのコツをつかむことで楽しさが増していく。二人乗り以上のカヌーでは、仲間と協力するということが必要になることも認識させる。
- ・カヌーのタイプによっては、立ち上がるときバランスを崩して転覆および落水することもあることを注意しておく。
- ・転覆した際の対処法を伝える（自身の安全を確保することを最優先する、カヌーやパドルの回収はスタッフが行うなど）。
- ・活動範囲や危険区域等の留意点を伝える。
- ・ライフジャケットやヘルメットを装着させ、正しく装着されているかを確認する。
- ・陸上では、パドルの持ち方や操作方法を学ぶと同時に、周囲の人にパドルが当たると、けがをさせる危険があることなどを説明する。



活動

カヌーをこぐ



カヌーをこぐ様子

- ・子どもたちをカヌーに乗せて川岸の近くで自由にこがせ、カヌーに慣れさせる。
- ・カヌーに慣れたら、目標地点を伝え、みんなでそこに向かってこぐ。
- ・安全に十分留意した上で、レース形式にしてもよい。
- ・ゴール地点に着いたら、陸に上がり、みんなで協力してカヌーを運ぶ。

1
プロダラム



カヌーを運ぶ様子

まとめ

「どのようにしたらカヌーがうまく進んだか」などと問いかげ、パドルの抵抗とカヌーの進み方の関係などに気づかせる。また、「どんなところがこぎやすかったか」と問いかげ、川の流れの速いところや遅いところがあることに気づかせる。

また、上流に向かってこぐ場合と、下流に向かってこぐ場合とでは、こぐ力とスピードが違う、水の流れのもつ力（動水圧）にも気づいたはずである。それらを確認してまとめとする。

発展

てこの原理と併せて考えさせ、パドルの支点、力点、作用点がどこで、どのようなベクトルで力が加わっているかを振り返る。

Eボート体験と併せて、川の流れを体験してみると、より効果的に川を体感できる。（→「1-4 Eボートに乗ろう」）。

参考情報

○カヌーの安全・普及に関する情報

- ・日本レクリエーションカヌー協会（JRCA）（<http://www.j-rca.org/>）

○川の水位や天気に関する情報

- ・川の防災情報（国土交通省）（<http://www.river.go.jp/>）

○講師の要請に関する相談先

- ・NPO法人 川に学ぶ体験活動協議会（RAC）（<http://www.rac.gr.jp/>）

○ライフジャケットやスローロープの貸し出し・購入に関する相談先

- ・子どもの水辺サポートセンター（<http://www.mizube-support-center.org/top.html>）
- ・NPO法人 川に学ぶ体験活動協議会（RAC）（<http://www.rac.gr.jp/>）



カヌーやEボート等に乗る様子



プログラムの概要

- 段ボールなどの素材から手づくりのボートを作成し、川や湖でこぐ。どのようにしたらうまく進むボートになるのかを考え、それらを協力して製作し、さらにはみんなで協力してこぐことで、力を合わせることの大切さを学ぶ。

関連する学習	<ul style="list-style-type: none"> ・3・4年生—社会「災害及び事故の防止」 ・5・6年生—図画工作「材料や場所を考えてつくる」 ・5・6年生—体育「保健(けがの防止の理解、簡単な手当)、場や用具の安全」 ・共通——総合的な学習の時間「自然体験、グループ学習」
所要時間	(ボートづくり)45分×2 (川での活動)45分×2
活動場所	流れのゆるやかな川や湖

Keyword

キーワード

- 川の流れ
- 浮力
- ものづくり
- チームワーク
- 感性
- リサイクル



活動のねらい

- D(段ボール)ボートづくりを通して、協力し、助け合う気持ちを育てる
- どのような物が川に浮くのかを学ぶ

手づくりのDボートは、設計から川でこぐ段階まで、協力して行わないとうまくいかない。プログラムを通じてチームワークの大切さを学ぶ。

自分たちが製作したDボートをこぐ段階では、達成感とともに、普段あまり見ることのできない水辺の様子を確認することもできる。

1
プログラム

準備するもの

○活動に必要な道具

- ・Dボート(段ボールボート)
- ・パドル(棒と板で作成)

※Dボートの製作に必要な材料や道具

- ・段ボール(できるだけ大きいもの)
- ・ブルーシート(2m×3mのサイズが適当で、何度も使用可能)
- ・ベニヤ板(厚さ5mm×幅60cm×長さ90cmのサイズが適当。底敷き用としてDボートづくりの核になる)
- ・ガムテープ、カッターなど

○川に入るための服装

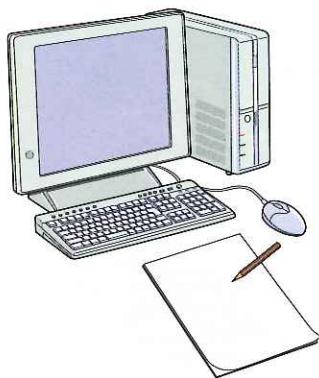
- ・ぬれてもよい服(水着や体操服など)
- ・ライフジャケット(必ず装着する)
- ・ヘルメット(できれば装着する)
- ・リバーシューズ(運動靴でも可。ビーチサンダルのように脱げやすいはきものは不可)

○安全に活動するための道具

- ・スローロープ(指導者および補助者用)
- ・軍手(Dボート製作時やパドル操作時に使用)

- ・ホイッスル（指導者は必携、子どもたち用は可能であれば準備する）
- ・帽子
- ・日陰の用意（テントなど）
- ・救急箱
- ・飲料水

活動準備



①情報収集と講師や補助者の依頼

- ・Dボートやイカダの体験活動を安全に実践するための方法や留意点、道具の使い方などを、子どもの水辺サポートセンターのホームページなどを活用して学んでおく。
- ・Dボートやイカダの指導は、知識と技能をもつ指導者に依頼する。
- ・指導者は、川での活動を行っている地元の市民団体などから探す。「川に学ぶ体験活動協議会（RAC）」では、全国の川の指導者を紹介しているので相談してみるとよい。
- ・活動では、安全管理の面から多くの補助者も必要となる。保護者などに協力を依頼するとよい。



- ・補助者（大人）は、活動場所だけではなく、上流と下流それぞれに配置する。

②材料や道具・装備の手配

- ・Dボートづくりに必要な材料や道具を手配する。
- ・川での活動に必要な道具（ライフジャケットなど）を準備する。
- ・ライフジャケット、ヘルメット、スローロープについては「子どもの水辺サポートセンター」や「川に学ぶ体験活動協議会（RAC）」などで貸し出しを行っているので相談してみるとよい。

③川での活動場所の選定、活動計画の作成

- ・事前に指導者と相談し、活動場所を決める。
- ・活動場所は、流れがゆるやかで危険が少ない場所を探す。なお、川が浅すぎるとパドルが川底に当たってしまうため、ある程度の水深が必要となる。なお、パドルが用意できない場合は、両手を使ってこいでもよい。
- ・活動場所は必ず事前に下見を行い、下見の結果に基づいて、安全を確保するためのスタッフ配置計画を行う。明らかに危険と考えられる場所については、立ち入り禁止区域にして監視員を立てることが必要である。
- ・炎天下の活動では熱中症や脱水症状を引き起こす可能性があるので、日陰の場所を確保しておく。適宜飲料水を摂るなどの配慮も必要になる。
- ・活動場所やスタッフ配置計画が決定したら、詳細な活動計画書を作成する。

活動内容

導入

①ロボートづくりの説明

- ・子どもたちに段ボールで手づくりのボートをつくることを伝え、どのようなボートをつくってみたいかを問いかけ、興味をもたせる。そのボートで、実際に川での活動を行うことも併せて説明する。



・どうしたら浮くのかを考えながら、設計させる。

② 設計図づくり

- ・子どもたちを2~3人の班に分け、どのような材料で、どのようなボートをつくりたいのか話し合いをさせる。
- ・自分たちの設計したDボートに、どのくらいの重さのものを乗せられるかを考えさせる。
- ・方針が決まったら、材料やデザインを紙に書き、設計図をつくる。
- ・設計にのっとって、どのように材料を集めるかを考え、ボートの作成日までに、段ボールをはじめとした材料を用意させる。

活動I Dボートづくり



Dボートづくりの様子1

① Dボートづくり

- ・設計図をもとに、ベニヤ板（事前にホームセンター等で、1枚のベニヤ板を3等分に切断してもらうとよい）と、段ボールを準備し、ダンボールをカッターで加工（曲げたり、切断したり、張り合わせたりする）し、ボートを製作する。



Dボートづくりの様子2

② Dボートづくりの仕上げ

- ・ベニヤ板と段ボールでつくったボートを、水が漏れてこないようにブルーシートでしっかりとカバーし、ガムテープで固定する。
- ・デコレーションの許可や指示をすると、子どもたちは斬新的なボートを喜んでつくる。

活動II 川でDボートに乗る



Dボートをこぐ様子

- ・Dボートに乗る前にライフジャケットを装着し、正しく装着できているかを確認する。

- ・指定した範囲の場所で操船することと指導者の指示に従うことを行なうことを徹底させ、危険区域等の留意点も理解させる。
- ・Dボートは乗り方やこぎ方しだいで転覆しやすいことも、あらかじめ十分に認識させておく。

- ・手づくりのDボートをチーム全員で協力して川に運ぶ。
- ・Dボートに乗り、パドルを使って操作してみる。しばらく自由に操船させる。
- ・操船に慣れたら、チーム対抗のレースを行うと、より楽しく活気が生まれる。
- ・川の場合は、流れに乗って思わぬ方向に進む場合があるので、指導者を適切に配置して十分監視する。

活動Ⅲ 段ボールの再利用



Dボートの片づけ

- ・Dボートは転覆したり、時間とともに浸水したりすると、段ボールがぬれて乗れなくなるので注意する。



ダンボールで作ったカミネッコン

- ・ぬれたダンボールは、一般的にはゴミとして処理するしかないが、小さく千切りにして植木鉢（通称「カミネッコン」）に詰め込み、再利用（リサイクル）することもできる。

まとめ

活動の最後に、「設計図どおりにできたか」、「工夫した点は、どのようなねらいでどのようにしたか」、「次回につくるときには、どう改善するか」などを問いかけ、また、「川の流れの中での操船はどうだったか」を振り返り、ほかのグループとの情報交換や意見交換を交え、話し合いをさせる。

子どもたちは、設計から組み立ての製作過程に加え、操船、さらには、後始末（リサイクル）までの活動を通して、みんなで協力することの大切さにも気づいたはずである。

また、川では、流れの早いところや遅いところがあることに加え、上流に向かってこぐ場合と下流に向かってこぐ場合とでは、こぐ力とスピードが違うことで、水の流れのもつ力（動水圧）にも気づいたはずである。それらを確認して、まとめとする。

発展



水上基地づくりの体験活動

今回のプログラムでは、Dボートを紹介したが、身近な材料（発泡スチロール、タイヤチューブ、ペットボトルなど）でのイカダづくりもできる。さらに規模を大きくして、川や湖に水上基地をつくることも可能である。

参考情報

- 川の水位や天気に関する情報・川の防災情報（国土交通省）(<http://www.river.go.jp/>)
- 講師の要請に関する相談先・NPO法人 川に学ぶ体験活動協議会（RAC）(<http://www.rac.gr.jp/>)
- ライフジャケットやスローロープの貸し出し・購入に関する相談先
 - ・子どもの水辺サポートセンター (<http://www.mizube-support-center.org/top.html>)
 - ・NPO法人 川に学ぶ体験活動協議会（RAC）(<http://www.rac.gr.jp/>)



プログラムの概要

- 子どもたちにとって、川は最高の遊び場である。自主的に川での遊びを探すことで、遊び場としての川を再確認し、その環境を保全することの大切さを認識する。

関連する学習	<ul style="list-style-type: none"> 3年生 - 理科「身近な自然の観察」 5年生 - 理科「流水の働き」 6年生 - 理科「生物と環境」 共通 - 図画工作「表現」 共通 - 総合的な学習の時間
所要時間	教室: 45分×1, 屋外活動: 45分×2
活動場所	教室, 流れるゆるやかな川, 川の周辺(河川敷, 砂州など)

Keyword

キーワード

- 安全
- 川の流れ
- 感性
- チームワーク
- 環境



活動のねらい

- 川でできる一般的な遊びをまず知り、自分たちでも考え、実践してみる

「川遊び」という言葉がある。子どもたちにとって川での遊びはただ楽しいだけではなく、自分たちなりにそこで安全に活動することによって、精神的に大人になっていく過程もある。自由な発想で「遊び」をとらえ、既存の遊びを知ることに加え、独自の遊び方や楽しみ方にも結びつける。

このプログラムでは、既存の遊びとして「流木拾い」「葉っぱ(ペットボトル)流し」「水切り」「川底のぞき」「基地づくり」を紹介する。

準備するもの

○活動に必要な道具

- ・ぬれてもよい服(水着など)
- ・リバーシューズ(※ビーチサンダルのように脱げやすいはきものは不可)
- ・ライフジャケット
- ・ヘルメット
- ・ゴーグル

○安全に活動するための道具

- ・救急箱
- ・飲料水
- ・スローロープ(救助用ロープ)
- ・ホイッスル

※「流木拾い」に必要な材料

- ・軍手
- ・絵の具、ポスターカラー

※「葉っぱ（ペットボトル）流し」に必要な材料

- ・ペットボトル
- ・葉っぱ

※「基地づくり」に必要な材料

- ・ダンボールや廃材

※「川底のぞき」に必要な道具

- ・箱めがね

活動準備

① 情報収集

- ・川でできる遊びに関する情報のほか、体験活動を安全に実践するための基本的な準備や注意点、川や水辺に内在するさまざまな危険について、書籍やインターネットなどを活用して学んでおく。
- ・活動を実施する川についての情報も、同様に収集する。
- ・市民団体などから植物の専門家を探し、あらかじめ「川遊び」に関するヒアリングを行ってもよい。
- ・場合によっては、その専門家に講師を依頼してもよい。

② 道具や装備の準備

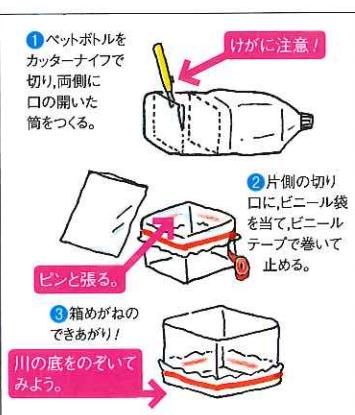
- ・活動に必要な道具（ライフジャケットやゴーグル、基地づくりのための材料など）を準備する。
- ・「川底のぞき」に使う「箱めがね」は既製品がなくても、左記の要領で手づくりすることができる。
- ・川に入る場合には、危険が少ないと感じてもできるだけライフジャケットを着用するようにする。
- ・道具のほか、炎天下の活動では熱中症や脱水症状を引き起こす可能性があるので、日陰の場所を確保するとともに、飲料水の準備もしておく。

③ 活動場所の選定

- ・目的に合わせ、事前に活動場所の候補を決める。
- ・活動場所は必ず事前に下見を行い、下見の結果に基づいて、場合によっては、安全を確保するためのスタッフ配置計画を行う。

④ その他

- ・川の流れや魚類などに影響を与えるおそれがあるときには、事前に漁業協同組合や河川管理者などの関係機関に連絡を入れ、活動計画について了承を得ておく。
- ・活動場所が遠い場合には、アクセス方法を確認するとともに移動手段を確保する。
- ・活動当日の天気や河川情報の収集を行い、天気が悪い場合には延期や中止の判断をする。活動中も天候の変化や川の水位等の情報収集を、常に心がけることが重要である。



箱めがねの作り方

※切り口にとがった部分がないかを確認する。
(目や顔に刺さらないように注意)

活動内容

導入

「川でどんな遊びをしたことがあるか」「どんな遊びがしたいか」などを問い合わせ、川での遊びへの興味を引き出す。川は昔から、子どもたちのよい遊び場だったことなども説明する。教師自身の川で遊んだ体験を交えて話すのもよい。

活動Ⅰ 遊びについて知る・やってみる

- ・川での遊び（「流木拾い」「葉っぱ（ペットボトル）流し」「水切り」「川底のぞき」「基地づくり」など）について説明する。これらは、遊びやレクリエーションとして、ごく一般的なものである。

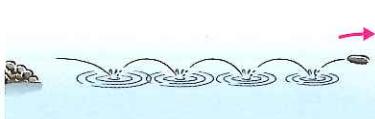


流木アート
【写真提供／NNP】

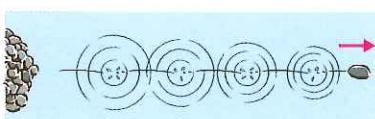
- ・「流木拾い」、「葉っぱ（ペットボトル）流し」、「水切り」は、川の中に入らない遊びで、だれでも手軽にできる。

- ・「流木拾い」では、折れた木の切り口で、手を切らないように注意する。軍手をして活動するとよい。ユニークな形状の流木を拾って、ペインティングをして楽しむ。

- ・「葉っぱ（ペットボトル）流し」では、子どもが夢中になって追いかけ、足元がおぼつかなくならないよう、あらかじめ注意しておく。川の流れの速さの学習にもなる。子どもどうしで、葉っぱの流れる速さを競争させてもよい。



水切り(断面図)



水切り(俯瞰図)

- ・「水切り」は、水面を跳ねるように石を投げる遊びで、石の選択や投げ方に色々コツが必要である。何回石が跳ねたかを、競争させるのも楽しい。川の中に人がいないことを確認して投げるよう指導する。川の中で同時に別な活動をしている子どもたちがいる場合には、特に注意が必要である。

- ・「川底のぞき」では、陸から見ているだけでは決してわからない「別世界」を目にすることができる。ゴーグルでも可能だが、箱めがねがあると、より楽しめる。夢中になり過ぎて、転倒しないように注意が必要である。

- ・「基地づくり」は、子どもたちにとって「自立」を意識させる遊びである。できるだけ自主性を尊重し、自由な発想でつくらせたい。ただし、危険な場所を選ばないことを約束させる。

活動Ⅱ 遊びを創造する

- ・実際に遊んでみて、どの遊びの、どのようなところが気に入ったかを聞いかけてみる。
- ・「もっとおもしろい遊びはあるか」「もっと楽しくするためにには、どうしたらよいと思うか」などとさらに問い合わせ、川でできる自分たちの独自の遊びを提案させる。
- ・教師は、大人の視点からその遊びのよい点を評価し、不足していることを補足する。
- ・余裕があれば、その遊びを実行してみるのもよい。

まとめ

川は楽しい遊び場でもあることに気づかせ、その環境を保全することの大切さを再認識させる。「1-3 川を流れよう」から「1-6 Dボートをつくって乗ろう」を実施している場合には、それらとの比較をさせてみる。また、それらをもっと楽しくするにはどのようにしたらよいか、アイデアを出させる。複数の遊びを組み合わせて、より楽しむ方法を考えさせてもよい。

発展

遊んでいる最中に気になった川の環境について話し合い、楽しい遊び場である川の環境を保全するためには、何が必要で、何ができるかを考えさせる。可能であれば、それを実行に移すのもよい。
自分たちの身近な川やその周辺で行われている、独自の遊びはないか探してみる。また、お祭りなど、川にまつわる行事もその延長にあることを説明する。

参考情報

○川に生息する生物の情報

- ・河川水辺の国勢調査結果（国土交通省）(<http://www3.river.go.jp/>)

○川の水位や天気に関する情報

- ・川の防災情報（国土交通省）(<http://www.river.go.jp/>)

○川の指導者に関する相談先

- ・NPO法人 川に学ぶ体験活動協議会（RAC）(<http://www.rac.gr.jp/>)

