

『沢登り体験』

自然の家の周辺を流れる「サンゴの沢」を登っていく活動である。水辺の活動での安全について学ぶとともに、協力して沢の段差を乗り越えていくことを通して、達成感を感じたり、体力向上につながるアスレチック体験ができたりする。

【時 期】 6月下旬～9月上旬

※下記に記載してある事柄が1つでもあった場合は中止する。

《中止基準》

ア. 沢の水が濁っている時

イ. 実施1時間前の定点の水深が15cm以上の場合

ウ. 大雨、洪水、強風の各警報が発令されている場合及び雷が確認された場合

エ. 上記以外でも当自然の家所長が危険と判断した場合

(水量が多くなると予想される場合、各注意報発令、天候予報など)

【所要時間】 2～3時間

* 歩く距離や人数によって、所要時間が変わる。

* 説明開始時間の原則として午前は9:30～、午後は13:30～

【対 象】 小学校中学年以上

【定 員】 80名程度(2ローテーション)

【準 備】 (個人) 濡れてもいい運動靴(サンダルは不可)、軍手、靴下(足の保護用、ウール製は保温効果があって良い)、濡れても良い長袖・長ズボンの服装、(服の下に水着を着用するとさらに良い)、タオル、着替え、濡れたものを入れる袋、メガネバンド(落下防止のため)

(団体) 紙コップ

安全管理のため、団体引率者も沢で指導を行う。

・ドラム缶シャワー体験を行う場合は薪と着火剤の購入が必要となる。(準備・片づけは団体引率者が行う。)

* 購入を希望する団体は、事前に教材等購入申込書を提出する。

・沢に入らずに林道から緊急事態に備える人を1名以上つける。

(自然の家) ライフジャケット、ヘルメット、救急セット、水筒、引率者用リュック、無線機

【指 導】 自然の家職員が指導する。団体の引率者は一緒に活動できる服装になり、指導の補助と安全管理を行う。

* 事前に沢に登る隊列を決めておく。参加人数が多い場合、引率者は隊列の先頭と真ん中、最後尾に入る。(職員は原則1名付き、先頭を登る。)

【展開例】

1. 濡れても良い服装と靴に着替え、つどいの広場、または利用者駐車場横に集まる。

(タオル等は着替えの場所に置いておく。)

2. 引率者は参加者数、待機者数、指導者数を職員に報告する。

3. 職員による説明・諸注意→ライフジャケット・ヘルメット着用。

4. 団体引率者が、隊列を1列に整える。職員を先頭にして川へ移動し、協力しながら沢を登る。

5. ゴール地点到着後、団体引率者が点呼をとり、全員が川からあがったことを確認する。

6. 自然の家へ戻り、使用した用具は各自で水洗いして所定の場所に返却する。

・ライフジャケット・ヘルメット→PH 裏、ボート庫

7. オプションでドラム缶シャワー体験（2つ）も可能である。

8. 所定の場所で密にならないように着替えをする。

【指導上の留意点】

1. 引率者は必ず事前の下見をし、コース状況、危険箇所、休憩場所を把握する。
2. 川に向かう児童生徒及び引率者全員が、全身がずぶ濡れになることを前提に、当日の服装や着替えを準備する。
3. 河床に岩と岩を固定している針金がある。ピンク色のテープを付けてあるので、注意して歩く。
4. 濡れている岩は滑るので、両手を使いながら、ゆっくり登る。
5. 岩から岩へ飛び移ったり、沢で走ったりしない。
6. 沢の崖側は、落石などがあり危険なので近づかない。
7. 沢登りの途中に転倒等で怪我をしたらその場に止まり、救護係を呼ぶ。
8. 沢登りが終わったら、そのまま沢で遊ぶことも可能だが、活動範囲を限定し、団体引率者の目が届く範囲で活動をする。この場合もヘルメットとライフジャケットは必ず着用する。
9. 水につかっている時間が長くなると、低体温症をおこす可能性がある。引率者は参加者の顔色を見たり、声かけをしたりしながら体調の変化に気を配る。
10. 開始時と終了時の人数確認を徹底する。

【参 考】 教科との 関連	◎道 徳	～ 自然の中で過ごすことで自然を大切にしようとする心情を育てる。
	◎理 科	～ 川の浸食・運搬・体積の様子を観察することができる。
	○保健体育	～ 水辺における安全について理解することができる。

