

# マリ活動

～ 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、原則として本所の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。

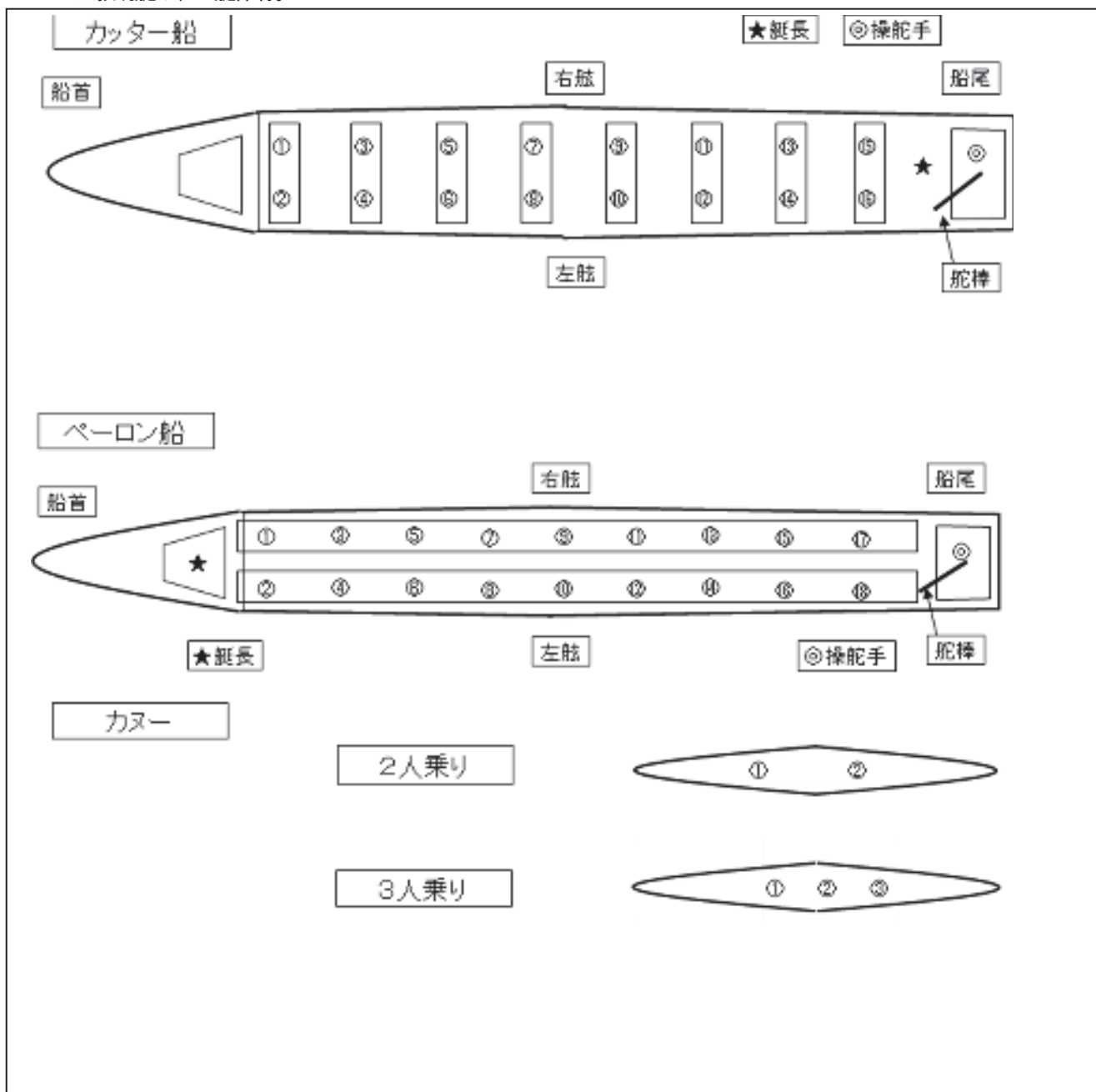
## 1 研修艇（図参照）

☆ カッター船（ 5艇） 定員18人 中学生以上向き

☆ ペーロン船（ 5艇） 定員20人（大人） 小学生の場合は、20～30人程度

☆ カヌー（10艇） 定員 2～3人

※救助艇は、5艇保有。



## 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、冬は防寒も。)
- 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。
- カッター船・ペーロン船の場合は、軍手着用 (まめ防止)。
- 小雨実施可能な場合もあるので、雨具 (カッパ)
- 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  
※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。自分勝手な言動は、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。「元気にかけ声を合わせる船」=「スピード」につながります。

## 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、研修を中止する。
  - 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波高が1m以上の場合
  - ④堤防外側で白波が見受けられる場合
  - ⑤大雨・洪水・暴風・波浪・高潮警報が出ている場合
  - ⑥雷注意報が出ている場合
  - ⑦雷探知機が作動した場合
  - ⑧台風の接近が予想される場合
  - ⑨海域状況を確認し、不適切と判断した場合
  - ⑩所長が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ライフジャケットについて 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 ※研修者数をホワイトボードに記入 ・ ライフジャケットのサイズは、体にジャストフィットするものを選択
展 開 約 30分 ～ 3 時間	4 移動・乗船 ※事務室への出艇報告を無線をつかって行う。 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 ※研修者数の確認、事務室への報告を無線を使って行う。	・ 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 ・ 船縁を握らない
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

- ペーロン艇、カッター艇の活動は、年間通じて実施できる。  
カヌーは、5～10月の期間、実施できる。
- 活動時間は、原則として午前9：30～12：00、午後1：30～4：00とする。
- マリン活動は研修時の天候次第ではできない場合があります。態度決定はP19の活動中止を参照。
- ◎ 研修者のチェックは、団体の引率者及び青少年の家職員が必ず行う。チェック事項は以下の通りです。
  - ・ 人員の点呼、確認
  - ・ 健康状態の確認  
 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る。  
 ※「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。