

# わんぱく大作戦

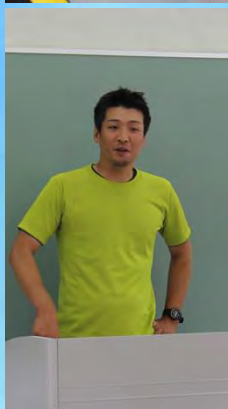
NEWS No.210

わんぱくカヌーキャンプ  
H28 7月29日(金)～7月31(日)

夏休み、7月29日広島県三次市の「江の川カヌー公園さくぎ」で2泊3日のカヌーキャンプのスタートです！今年は、36名の元気な子どもたちが集まりました♪最終日のカヌーツーリングに向けてみんな頑張ろう！！



江の川カヌー公園さくぎに到着!!まずは、オリエンテーションで岡本所長より挨拶、インストラクターの紹介がありました♪  
今日から3日間よろしくね!!



子どもたち全員にリバーシューズが配られました！  
色とりどりのカワイイ靴に子どもたちも笑顔に♪



これから自分達が使うカヌーやパドル、ヘルメットが配られます!!それぞれの道具にリバーネーム(川での呼び名)を書きます。「自分の道具」という意識を高め、道具を大切にすることを心がけます。



準備が出来たら、まずはお昼ごはん!!みんなで『いただきます』の歌を唄って、班毎にいただきます



ボリューム満点のお弁当でした!!  
昼からのプログラムに向けて少し休憩





お昼ごはんの後は、いよいよプログラムにうつります。  
3グループに分かれ、テントはり・カヌー教室・川すべりをローテーションで行います。いよいよ始まるカヌー教室に子どもたちは、ワクワクドキドキの様子です♪



「カヌー教室」グループは、陸でパドルの持ち方や漕ぎ方など、基本を教わります。



2人で協力してカヌーを運びます☆

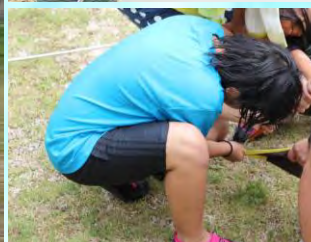
いよいよ川で実践です。最初は、カヌーがフラフラ…ちょっと不安そうです。上達するのが楽しみです♪



乗り込み方も丁寧に教えてもらいました!上手に出来るかな?



テントはりのグループは、2日間寝泊りするテントを子どもたちではっていきます! 協力しないと出来ないテント設営で、少しずつ仲良くなっていきます!







「川すべり」グループ♪子どもたちの笑い声がー一番聞こえてくる時間です！！本当に楽しそう！！  
順番に、何度も形を変えながら滑っていました！！



二泊三日のうち4食は子どもたちが作ります!!担当班が全員の食事を用意します。  
普段作る事のない量に子どもたちもビックリしていました！！







ハンバーグ・ポテトサラダ・コンソメスープ・ご飯の  
できあがり！！



子どもたちが一生懸命作ったご飯を囲んで食べる夕ご飯♪野外でみんなと食べるのは、とっても楽しくて、とってもおいしかったね！！

こんなに大きなスイカを頂きました！！子どもたちも大喜びでした☆デザートにいただきます♪



ご飯を食べた後にも関わらず、口いっぱいほおぼる子どもたち！！おかわりをする子も！とても甘くて美味しいスイカでした♪

今日あった事を思い出しながら、健康カードやふりかえりを書きます。



2日目の朝食づくり!!目玉焼きを人数分焼きました！！





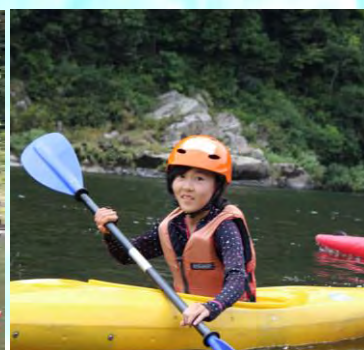
目玉焼き・ウィンナー・ごはん・味噌汁の完成です☆おいしそう！！



2日目の午前中は、2グループに分かれて、カヌー教室と沢登りです♪  
1時間かけて沢を登っていきます。足場が悪く、進みづらい場所は皆で声をかけ合う様子も見られました☆冒険しているみたいで、とっても楽しそうでした！！

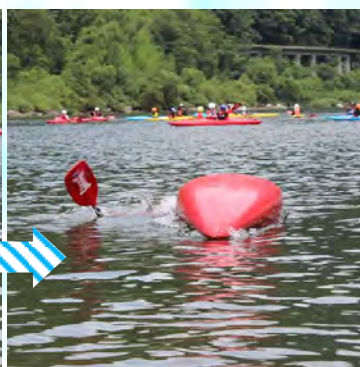


カヌー教室グループ☆



上達が早い子どもたち！！パドルさばきにも慣れて、子どもたちからは笑顔も見られます！！

「沈脱」練習。カヌーが転覆した時に、安全に早く脱出するための大切なプログラムです。自分で「沈」するのはとても勇気がいります。頑張れ～！



カヌーの水抜きをしています。



午前のプログラムが終了!!  
お昼ごはんはカレーです♪



お昼休憩の後はカヌー教室・川流れ・休憩  
をローテーションで行います♪



実際に急流を流されて、川の流れを体で感じます。  
川への恐怖心の克服やライフジャケットの安全性を学びます。カヌーで「転覆(沈)」してしまった時に必要な知識です!!



川を流れた後は岩場上がり、そこから川へダイブ!! 普段できない体験に子どもたちも、とっても楽しそう☆



カヌー教室☆



カヌーツーリングのために欠かせない急流の練習。流れに乗ってカヌーをコントロールします。

今日は午前中から野外での活動のため、休憩時間をとります。  
リーダーも交え、みんな思い思いの時間を過ごします(\*^\_^\*)  
熱中症にならないように、水分補給も忘れずに〜♪







練習の後は、  
夕食の準備！！  
今日は、鶏の照  
りやき・ナポリタ  
ン・豚汁・ごはん  
です！上手に  
できるかな？



完成!!上手にできました。ごはんを作ってくれた子どもたち記念に1枚📷



夕食の後は、お待ちかね！！キャンプファイヤーです☆  
リーダーさんが考えたレクを大はしゃぎしながら楽しむ子ども  
たち♪さくぎマンにも会えたし、いい思い出になったね♪



朝から元気な子どもたち♪3 日目の朝ごはん作りも  
子どもたちが頑張りました！！おにぎらず・味噌  
汁・ゆで卵・スイカです♪



最終日！！午前中は 2 グループに分かれ、カヌー  
教室とテントの片付けです。午後からはいよいよ  
カヌーツーリング!!





みんなと食べる最後のごはんです。  
お昼からのツーリング頑張っね☆



いよいよカヌーツーリングです！3日間の練習でとっても上手になった子どもたち☆練習の成果を発揮する時！約1kmを、みんなで完漕するぞ！！オー！！



最後まで一生懸命漕いで、みごとカヌーツーリング完漕です！！



3日間カヌーやキャンプ生活を頑張った子どもたちに、修了証書の贈呈です♪みんな、本当によく頑張りました！！



子どもたち全員に広島ガス・全労済よりリーフレット、もみじ銀行よりクリアファイル、ますやみそ・金冠堂より商品のプレゼントがありました!!大切に使ってね♪

みんな頑張って練習し、無事に完漕できました♪これからも挑戦する気持ちを忘れないでね！！