

# わんぱく大作戦

## NEWS No.228

わんぱくカヌーキャンプ  
H29 7月28日(金)～7月30日(日)

夏休み、7月28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。カヌー公園の岡本所長と、インストラクターの“船長”(リバーネーム)からの挨拶がありました♪



子どもたち全員にリバーシューズとバンドナが配られました！！

いよいよカヌーの準備です！！これから自分達を使うカヌーやパドル、ヘルメットが配られ、それぞれの道具にリバーネーム(川での呼び名)を書いていきます。



準備が出来たら、まずはお昼ごはん！！みんなで一緒に食べる初めてのご飯です、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がんばろー♪

午後のプログラムの始まりです！！

3グループに分かれ、カヌー教室・テントはり・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☆



乗り込み方も丁寧に教えてもらいました！！



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♪



テントはりのグループは、2日間寝泊りするテントを自分たちで張っていきます！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きたようです！





完成

「川すべり」グループ♪子どもたちの笑い声が一番聞こえてくる時間です!!みんな大はしゃぎ(^O^♪  
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!!



鶏の照り焼き・ナポリタン風マ  
カロニ・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！！

大きなスイカを頂きました！デザートにいただきます♪とても甘くて美味しいスイカで、子どもたちも大喜び♪



今日あった事を思い出しながら、ふりかえりや健康カードを書きます。



2日目の朝！！

朝食づくり!!目玉焼きを人数分焼きました！



他の班は、音楽に合わせてみんな朝の体操♪朝の空気は気持ちいいです。

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。足場が悪いところも、ころばないように  
進んでいきます☆冒険しているみたいで、とっても楽しそうでした！！

沢登りグループ☆



カヌー教室グループ☆



上達が早い子どもたち！！カヌーが安定してきました。パドル  
さばきにも慣れて、子どもたちからは笑顔がみられる様に♪

「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  
」をするのはとても  
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♪  
みんな運動してお腹がすいていたので、あっという間に完食しました!!



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♪



川流れ☆

実際に急流に流されて、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☆



泳いで川を渡って、ロープを使って、陸に上がります。がんばれ!!



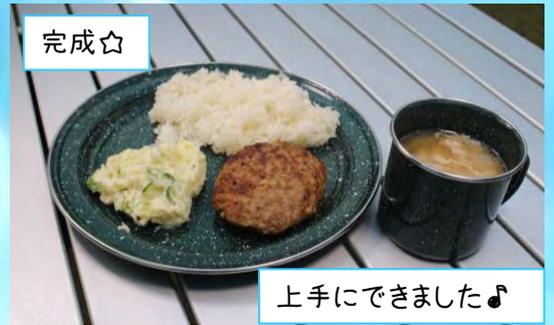
カヌーツーリングのために欠かせない急流の練習。流れに乗ってカヌーをコントロールします。



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☆



練習の後は、夕食の準備！！今日は、ハンバーグ・ポテサラダ・豚汁・ごはんです！上手にできるかな？



夕食の後は、お待ちかね！！キャンプファイヤーです☆  
様々なレクに子どもたちは、大はしゃぎ！良い思い出になったね♪



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♪



食べ終わったお皿は、  
自分たちで洗います。

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。



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1  
kmを、みんなで完漕  
するぞ！！



最後まで一生懸命漕いで、みごとカヌーツーリング完漕しました！！



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・ほっともっと、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！！