

わんぱく大作戦

NEW No.276

わんぱくカヌー体験

2020 9月20日(日)・9月21日(月・祝)

9月20日広島県三次市の「江の川カヌー公園さくぎ」で日帰り2日間のカヌー体験のスタートです！

今年は、20名の元気な子どもたちが集まりました♪2日目のカヌーツーリングに向けてみんなで頑張ろう！！

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す。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)、福間さん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!!2日間大切に使うね(^-^)



いよいよカヌーの準備です!!

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、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。



道具が揃ったら、まずは船長から道具の取り扱い方の注意と説明を受けます。



パドルとヘルメットにもリバーネームを書き込み準備完了!(^^) ドキドキワクワクした様子の子も達♪



川に入る前に、まずは陸でパドルの持ち方や漕ぎ方など、基本を教わります。
水中に落ちた時に呼吸の妨げになるので、カヌーに乗る時はマスクをはずします。



パドルをうまく使いこなせるかな〜???



いよいよ川で実践です。
少し緊張気味の子もたち。頑張れ〜!!!



のみ込みが早い子どもたち。
だんだんとコツをつかんできたようです(^^)

最初は、思うように漕げずカヌーがフラフラ…
上達するのが楽しみです♪





午前中の練習が終了です。
たくさん動いた後は、しっかり水分補給も忘れずに！強い日差しの中での練習は水分補給がとっても大切です。



お昼ごはんの準備をします♪
手洗い・消毒を全員しっかりと行いました！



1班のみんながお昼ごはんのお手伝い。
普段作る事のない量にびっくりの子どもたち(^o^)
美味しくできるかな～??



完成～！！
午前中に練習を頑張った子どもたちはお腹ペコペコです！
たくさん食べて午後の練習も頑張ろうね♪



ハンバーグ・マカロニサラダ・豚汁・
ご飯の出来上がり♪
美味しそう～(*´艸`)



たくさん動いた後のごはんは、とってもおいしい！！
いっぱい食べて体力回復♪
みんなで食べるごはんは美味しいね(*^_^*)



午後の練習がスタートしました！まずは、「沈脱」練習。カヌーが転覆した時に、安全に素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！



「沈脱」をしてひっくり返ったカヌーの中に水が溜まります。
船長から「水抜き」を教わり、いざ実践！
水が入ったカヌーはとっても重たい(>_<)
仲間と協力して行いました。



これで一日目の練習は終了です！
今日教わった事を忘れずに、明日も元気にみんな頑張ろうね～！



9月21日。二日目も全員元気に揃いました(^O^)
天気も味方してくれて、晴天の中での練習がスタートしました！
まずは、カヌーツーリングに欠かせない急流の練習です。



流れに乗って、パドルをうまく使いこなし、カヌーをコントロールします。
午後からはいよいよカヌーツーリング本番です…
頑張ろう～!!!

午前中の練習の後はお昼ご飯です♪新型コロナ感染防止対策のために、しっかりと手洗い・消毒を行います。レストランの美味しいカレーを頂きました！



お腹いっぱい食べて体力が回復したら、いよいよカヌーリング本番です♪
初めてのカヌーリングにワクワク気分の反面、少し緊張気味の子どもたち。練習の成果を発揮できますように！



2日間の練習でとっても上達した子ども達☆
激しい流れにも動じず、カヌーを上手に操る子ども達。
とてもたくましく見えました！



無事ゴール!!!ゴール到達の達成感をみんなで共有します!おつかれさま♪



2日間カヌーを頑張った子ども達に、船長から修了証書の贈呈です!
みんな、本当によく頑張りました!



子ども達に、こくみん共済 coop <全労済> よりノート・クリアファイル・チラシ、良和ハウスよりラムネとクリアファイル、サニクリーン中国より水・ティッシュ・チラシ・スポンジ、トライグループより、キューブパズル・チラシ、ますやみそよりフリーズドライ、もみじ銀行よりクリアファイルのプレゼントがありました♪



無事完走し、見事目標を達成した子どもたち!!これからも挑戦する気持ちを忘れないでね(^-^)