

わんぱく大作戦

NEWS #305

わんぱくカヌー体験

2022年7月30日（土）・31日（日）

7月30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日間のカヌーツーリングに向けてみんなで頑張ろう👊



新型コロナウイルス対策として
集合時にしっかり手の消毒・
検温・体調チェックを行いました。



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。カヌー公園の福間理事から挨拶がありました♪
リバーネーム「船長」として、2日間指導していただきます。



子どもたち全員に
リバーシューズとバンダナが
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✍️



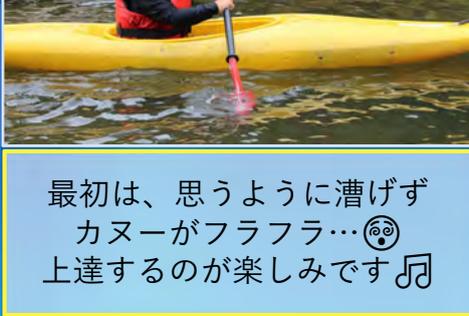
道具が揃ったら、まずは船長から道具の取り扱い方の注意と説明を受けます。



川に入る前に、まずは陸でパドルの持ち方や漕ぎ方、カヌーへの乗り込み方などの基本を教わります。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。



いよいよ川で実践です。
少し緊張気味の子どもたち。
頑張れ～☺❗



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🎉
お昼ごはんの準備をします🎵
手洗い・消毒を全員しっかり
行いました🧼



子どもたち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👧
美味しくできるかな～😊



味の素(株)・(株)ますやみそより
商品をご提供していただきました。

完成しました🎉👩‍🍳 ハンバーグ・ツナポテトサラダ・豚汁・ご飯の出来上がり🎵
美味しそう～😊 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😊



たくさん動いた後のごはんはとってもおいしいね😊
いっぱい食べて体力回復♡♡♡
美味しすぎて、おかわりする子もいっぱいいました😊
たくさん食べて午後練習も頑張ろうね🎵

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♪
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事です。




味の素(株)より商品をご提供いただきました。



今日教わった事を忘れずに、明日も元気にみんなで頑張ろうね～！



7月31日。2日目も子どもたちは朝から元気いっぱい☺
まずは、流れのある瀬に入って漕ぐ練習です☺
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✂



午前中の練習の後はお昼ご飯です😊
 食べる前にはしっかりと手洗い・消毒を行います🙌
 2日目はレストランの美味しいカレーをいただきました🍛



お腹いっぱい食べて体力が回復したら、いよいよカヌーツーリング本番です🎯
 初めてのカヌーツ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、見事なパドルさばきをみせます🎯
 激しい流れにも動じず、カヌーを上手に操り、瀬を乗り越える子ども達♪
 とてもたくましく見えました😊



雄大な江の川を全身で体感しながら
 全員が無事ゴール🏁
 達成感をみんなで共有します👏
 2日間の子どもたちの頑張りが
 実を結びました🎉
 おつかれさま🎵



2日間わんぱくカヌー体験を頑張った子
 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👏



こくみん共済 coop より自由帳・パンフ
 レット・メモ帳、広島ガスよりパンフ
 レット、ますやみそよりフリーズ
 ドライ、味の素より勝ち飯®メニュー
 ブック、もみじ銀行より貯金箱、良和ハ
 ウスよりクリアファイル、サニクリーン
 中国より水・ティッシュ・パンフレッ
 ト・スポンジのプレゼントがありました🎵



雄大な江の川を全身で体感しながら無事完漕し、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👏🎉