

## プログラムの概要

- 川で安全に遊ぶための基本的な知識を室内で学ぶ。川や水辺の活動を行う前に実施すると、効果的である。

|        |                                                                                                    |
|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 関連する学習 | ・3年生—理科「身近な自然の観察」<br>・3・4年生—社会「災害及び事故の防止」<br>・3・4年生—体育「浮く、泳ぐ運動」<br>・5・6年生—体育「保健(けが防止の理解、簡単な手当)、水泳」 |
| 所要時間   | 45分×1                                                                                              |
| 活動場所   | 体育館、教室                                                                                             |

## Keyword

キーワード

- 安全
- 川や水辺の基礎知識
- 体験活動での心構え
- 川での身の守り方



## 活動のねらい

- 川の基礎知識や、川で活動するうえでの身の守り方を学ぶ

日本には大小多くの川が流れているが、川の中や周辺がどのようなになっているのか、知らない子どもも多い。

川の中や周辺には、楽しいこともたくさんあるが、危険も同時に存在する。この点を、学び、感じるための準備として、この講座では、川や水についての基礎知識や安全に活動するための心構え、事故に遭わないための行動や身の守り方を学ぶ。

## 準備するもの

### ○活動に必要な道具

- ・パソコン（OHPシート）
- ・プロジェクター（OHP）など
- ・スクリーン（大型ディスプレイ）
- ・パワーポイントなどの説明資料
- ・川での活動に必要なとなる装備一式（※）

### ※川での活動に必要な装備として紹介する道具

ライフジャケット／ヘルメット／リバーシューズ（ビーチサンダルのように脱げやすい靴は不可）／ウエット・スーツ（保温のため）／スローロープ（救助用ロープ）／ゴーグル（箱めがね）／ホイッスル／救急箱／その他（現場での活動に応じた道具や機材）

## 活動準備



川の安全に関するスライド上映

### ① 情報収集、講師の依頼

- ・川や水辺での体験活動を安全に実践するための基本的な準備や注意点、川や水辺に内在するさまざまな危険などを事前に学んでおく。
- ・情報の収集は、書籍やインターネットなどを活用するほか、安全管理の知識を有する者（「川に学ぶ体験活動協議会（RAC）」の指導者や消防団員など）に教えてもらうこともできる。
- ・実施にあたっては、正しい知識と必要なスキルをもった指導者のもとで行うことが望ましく、川に学ぶ体験活動協議会（RAC）、子どもの水辺サポートセンター、河川管理者に相談することをすすめる。

### ② 資料作成、道具準備

- ・子どもが理解しやすいように講義用の写真や図を用意し、プロジェクターやOHP等で映写する。
- ・活動時に使う道具のうち、身を守るための装備品等を準備する。

## 活動内容

### 導入

- ・「川で遊んだことがあるか」「遊んだときの印象はどうだったか」「川でやってみて、楽しかったことは何か」などの「問いかけ」を子どもたちにする。
- ・「問いかけ」によって、川や水辺での活動に対する興味を引き出すことを心がけ、その後の教師（講師）からの川や水辺の魅力についての説明に結びつける。

### 活動Ⅰ 水辺の危険を学ぶ

- ・水辺での楽しさを説明した後、水の中には危険なことがあることを教える。
- ・まず、「水辺でヒヤッとした体験」を子どもたちに聞いてみる。
- ・続いて「川の中やその周りに存在する危ないこと」として、どのようなことが考えられるか、問いかける。
- ・回答がいくつか出たら、教師（講師）から水辺の危険について、説明する。適宜、危険箇所や、危険な行動事例の画像や映像を見せるとよい。



- ・川や水辺の大きな特徴は、水が流れていること。
- ・水が流れていると、陸上にいるときと比べて、体の自由がきかない。

### 川に内在する危険の例

- 水の中では人間は呼吸できない。転倒したり落水し、顔が水中に沈むと命を落とすことがある。
- 川の水は冷たく、長時間流れる水の中にいると低体温症に陥り、命を落とすことがある。
- 川底は、不安定な石や滑りやすい石があり、また、流れの力に押されバランスを崩して転倒することがある。
- 転倒し、川底や水中の障害物にひっかかると流れる水の圧力（動水圧）で、水中に押し込まれ命を落とすことがある。
- 岸や水辺には、猛毒をもつヘビやスズメバチなどの危険な生物もいる。



ライフジャケット



ヘルメット



リバーシューズ



ウェットスーツ



スローロープ(救助用ロープ)



スローロープの使い方

- 川や水辺の危険を説明したあとは、事故に遭わないように気をつけることや、そのための装備の大切さを説明する。
- 川や水辺での活動に必要なとなる装備には、次のようなものがある。

### ① ライフジャケット

水の中で浮力を得るために必要な道具で、川や水辺で活動する際は、必ず装着すべき基本装備である。

ライフジャケットには大人用と子ども用があり、体にフィットしたサイズのもを着用することが大切である（体重の10%の浮力をもつものが適当）。装着が不完全だと、いざというときに脱げてしまうため、肩、脇、股にあるベルトをしっかりと締めて、正しく装着することが重要である。

### ② ヘルメット

水中で転倒して頭を打った場合に備えて、衝撃を和らげるために装着する。炎天下のときには日射病予防にもなる。

ヘルメットは、リバースポーツ用の内部に水が溜まらないよう、水抜き穴があるものを使う。水抜き穴がないものは、水の圧力を受けて首を損傷するなどの危険があるため絶対に使用しない。

### ③ リバーシューズ

川底や河原に落ちているさまざまな障害物や、不安定で滑りやすい石などの危険因子から足元を守るための専用シューズである。

リバーシューズがない場合はぬれてもよい運動靴でも代用できるが、ビーチサンダルのように脱げやすいものは使用しない。

### ④ ウェットスーツ

川の水は一般に外気温より低く、また流れがあるため、体温を奪われる。水温や気温が低い場合には保温効果のあるウェットスーツ（又は、ドライスーツ）を着用する。

### ⑤ スローロープ（救助用ロープ）

スローロープはだれかが流されてしまった場合に、岸（陸上）から救助を試みるための道具である。

救助の際は、自分の身を守ることを第一に考え、川の中には入らずに陸上から救助活動を行うことが大切である。

#### 〈スローロープによる救助の仕方〉

ロープの一端を持ち、もう片方を漂流者に向けて投げ、漂流者がロープをつかめれば、流れの力を利用して効率的に岸へと引き寄せることができる。

なお、救助者は足場がしっかりした場所で、ロープにからまないように投げる。ロープがない場合は、長い棒などで代用するとよい。



箱めがね



ホイッスル

#### ⑥ ゴーグル（箱めがね）

自然の水は一見きれいに見えても目に見えない汚れがある。また、流れてくる木片などから目を保護するためにも、ゴーグルをつけると安心である。水面が波打って、はっきりと見えない水中を観察するのに役立つ。

似たような道具として「箱めがね」がある。簡単に作成できるので、子どもに作らせてもよい。

#### ⑦ ホイッスル

川や水辺では、さまざまな騒音により声が届かないことがある。そのため、ホイッスルを準備しておく。

あらかじめホイッスルを吹く回数で、「集合」「SOS」などのサインを決めておき、相手に的確に意思を伝えることができるようにする。

## まとめ

川や水辺は楽しいだけでなく、多くの危険があることをまず認識させ、危険に対して身を守るにはどのようにしたらよいかを子どもたちと再確認する。授業のまとめとして、子どもがそのことに気づき、理解できたかを確認する。

理解したことを確認したら、川で身を守る方法をしっかりと学び、必要な道具の準備をしておけば、それらの危険は避けられるということを説明する。

## 発展

理解をより深めるために、プールなどの安全な場所で、実技講習を実施するとより理解が深まる（→「1-2 川や水辺の安全講座～実技編～」を参照）。

## 参考情報

### ○川の安全対策に関する情報

- ・水辺の安全ハンドブック（財団法人 河川環境管理財団 発行）  
(<http://www.mizube-support-center.org/contents/handbook.html>)
- ・安全な川遊びのために（DVD）（財団法人 河川環境管理財団 発行）
- ・全国の水難事故マップ2003-2009  
(<http://www.mizube-support-center.org/map/suinan/index.html>)

### ○安全講習会の講師の要請に関する相談先

- ・NPO 法人 川に学ぶ体験活動協議会（RAC）(<http://www.rac.gr.jp/>)

### ○水難事故防止に関する指導者講習会に関する情報

- ・NPO 法人 川に学ぶ体験活動協議会（RAC）(<http://www.rac.gr.jp/>)
- ・レスキュー3ジャパン (<http://www.srs-j.co.jp/index.html>)

