



プログラムの概要

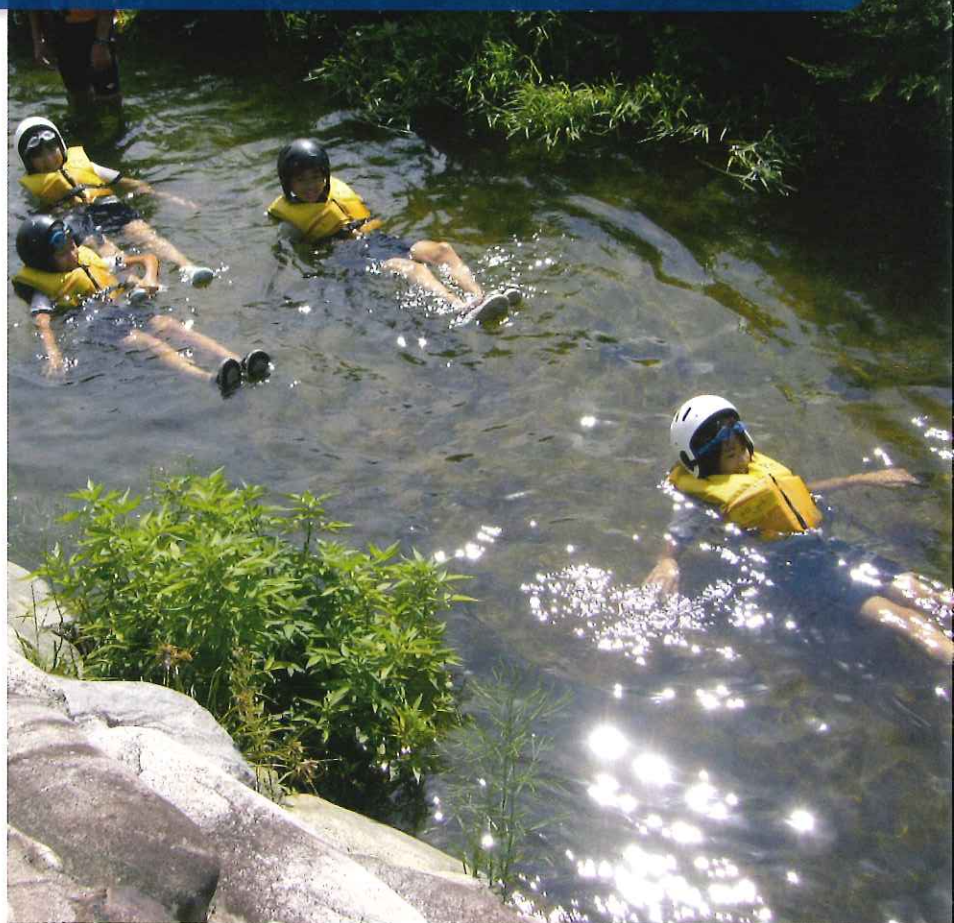
- 水の流れや水の感触を体感し、川の楽しさを学ぶ。
- プールと川の違いを体感し、川に内在する危険性について学ぶ。

関連する学習	・3・4年生－体育「浮く、泳ぐ運動」 ・5年生－理科「流水の働き」 ・5・6年生－体育「保健(けが防止の理解, 簡単な手当て), 水泳」
所要時間	45分×1～2
活動場所	流れのゆるやかな川

Keyword

キーワード

- 危険性
- 水の浮力
- 川の流れ
- 川での身の守り方



活動のねらい

- 川遊びを体験して、川の中に入ることの楽しさを実感する

陸上から川を見ると、水が流れていることはわかっていても、水面下の状況や水に触れたときの感覚を知ることはなかなかできない。実際に川の中に入り、流れに身をまかせることで、川の特徴や楽しさを学ぶ。また、川に内在する危険性についても学ぶ。

準備するもの

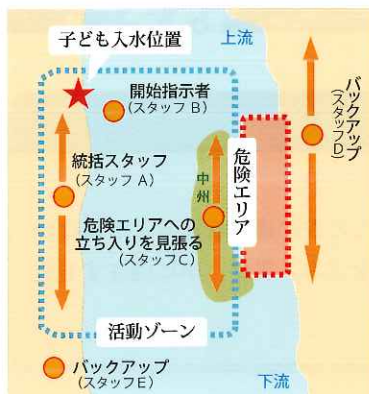
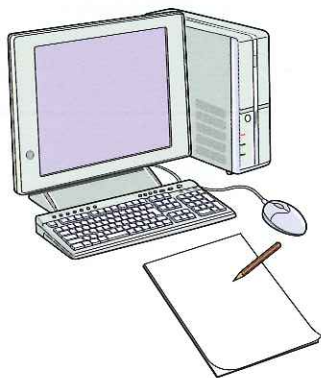
○川に入るための服装

- ・ぬれてもよい服（水着や体操服など）
- ・ライフジャケット
- ・ヘルメット
- ・リバーシューズ（運動靴でも可。ビーチサンダルのように脱げやすいはきものは不可）
- ・ゴーグル（必要に応じて用意）

○安全に活動するための道具

- ・スローロープ（指導者および補助者分）
- ・ホイッスル
- ・帽子
- ・日陰の用意（テントなど）
- ・救急箱
- ・飲料水





スタッフ配置計画例

① 情報収集

- ・川流れ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の基礎的な知識については、川の指導者等のアドバイスを求め、できれば一緒に、活動現場の下見をすることが望ましい。

② 講師や補助者の依頼

- ・川の中での活動となるため、地元の市民団体などから川の指導者を探し、講師を依頼することが望ましい。「川に学ぶ体験活動協議会（RAC）」では、全国の川の指導者を紹介している。
- ・川での活動は、安全管理の面から多くの大人の補助者が必要となる。保護者などに協力を依頼する。

③ 道具や装備の準備

- ・活動に必要な道具（ライフジャケットなど）を準備する。
- ・ライフジャケット、ヘルメット、スローロープなどについては「子どもの水辺サポートセンター」や「川に学ぶ体験活動協議会（RAC）」などで貸し出しをしているので相談してみる。
- ・地元の市民団体や河川事務所等で道具を借りられる場合もある。講師などに地域の貸し出しに関する情報を聞いてみる。
- ・装備のほか、炎天下の活動では熱中症や脱水症状を引き起こす可能性があるため、日陰の場所を確保するとともに、飲料水の準備もしておく。

④ 活動場所の選定、活動計画の作成

- ・事前に川の指導者と相談し、活動場所を決める。
- ・活動場所は、流れがゆるやかで危険が少ない場所を探す。なお、川が浅過ぎると、流れている最中にお尻が川底にぶつかるため、大人の太ももくらいの水深が必要になる。
- ・活動場所は必ず事前の下見を行う。特に子どもが立ち入る可能性のある場所は必ず確認し、障害物など危険因子がある場合は、あらかじめ撤去する。
- ・下見の結果に基づいて、安全を確保するためのスタッフ配置計画を行う。明らかに危険な場所については、立ち入り禁止区域にして監視員を立てる。
- ・炎天下の活動では熱中症や脱水症状を引き起こす可能性があるため、日陰の場所を確保しておく。適宜飲料水を摂るなどの配慮も必要になる。
- ・活動場所やスタッフ配置計画が決定したら、詳細な活動計画書を作成する。

⑤ その他

- ・事前に河川管理者などの関係機関に連絡を入れ、活動予定内容の報告をして了解を得ておく。
- ・活動場所が遠い場合には、アクセス方法を確認するとともに移動手段を確保する。
- ・万一に備えて、傷害保険および賠償保険に加入する。
- ・活動当日の天気や河川情報の収集を行い、天気が悪い場合には延期や中止の判断をする。活動中も、天候の変化や川の水位等の情報収集を常に心がけることが重要である。

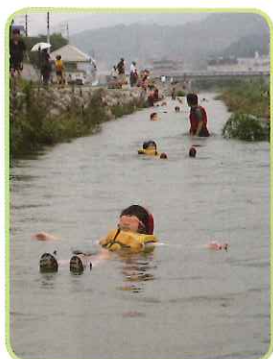
導入



- ・「1-1 川や水辺の安全講座～室内講習編～」や「1-2 川や水辺の安全講座～実技編～」を実施したことを前提にして、川で安全に活動するために、大切なことは何であったかを子どもたちに問いかけ、興味をひく。
- ・これから実際に川で川流れを体験することを説明し、これまで学んだ安全に対する知識を再確認する。実際の川とプールの違いを説明し、川に内在する危険性を理解させる。
- ・入念に準備運動をしたら、ライフジャケットを着用する。
- ・ライフジャケットを着用したら、川の中で安全に浮く姿勢がどのようなものであったかを問いかけ、ホワイトウォーターフローティングポジション（ラッコちゃんポーズ）について復習する（→「1-2 川や水辺の安全講座～実技編～」）。

活動

川を流れる



川流れの様子

- ・子どもたちを一人ずつ川の中のスタート地点に呼ぶ。
- ・スタート地点に着いたらホワイトウォーターフローティングポジションの姿勢をとらせ、そのまま川を流れさせる。
- ・流れている際に、足先を上げ、顔を上げて流れていく方向をよく見て、岩等の障害物があれば足を使ったり背泳ぎをしたりして、方向を変えることを指導する。
- ・水の冷たさや、ライフジャケットの浮力を感じながら、流れさせる。
- ・途中、スローロープの効果を体験させることもできる。
- ・ゴール地点には大人を配置し、子どもたちを陸に引き上げる。

まとめ

川流れ体験のあとには、川のにおいや浮いたときの水の感触、上を向いて流れているとき、目に入った周囲の様子などを、子どもたちに問いかける。「気持ちよかった」「またやってみたい」など、川の楽しさに気づく子どもをはじめ、「川には、流れの早いところやゆるやかなところがある」「川の中では思ったより自由がきかない」など、川の危険に関して感想を言う子どももいる。

本プログラムでは、川が流れる力のみを使って川を流れた。次の段階として、Eボートやカヌーなどに乗って、自分の力を使って川の中を進んでみることもできる（→「1-4 Eボートに乗ろう」「1-5 カヌーに乗ろう」）。

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>)

○川の水位や天候に関する情報

- ・川の防災情報（国土交通省）(<http://www.river.go.jp/>)

○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/>)

○ライフジャケットやスローロープの貸し出し・購入に関する相談先

- ・子どもの水辺サポートセンター (<http://www.mizube-support-center.org/top.html>)
- ・NPO法人 川に学ぶ体験活動協議会（RAC）(<http://www.rac.gr.jp/>)



川流れの様子(山口県佐波川)



スローロープ救助と組み合わせた川流れ



川流れの様子(静岡県鮎沢川)