


(7) 沢登り・沢遊び

実施形態	指導必須		阿蘇の自然に親しむ	集団行動規律	課題克服達成感	くわしくはこちら 
提出書類	活動確認用紙		◎	○	◎	
事前の下見	必須 (危険箇所・水温・移動時間等の確認)		阿蘇の文化に親しむ	仲間づくり協調性	自主性 創意・工夫	
必要経費	参加者に1人につき1,000円			◎	○	
概要 (セールスポイント)	活動場所は、阿蘇市古城地区の国造神社付近にあります。北外輪山からしみ出した水が流れており、とてもきれいな清流ですが、流れが速く夏場も水温が低いため想像以上にハードな活動です。しかし、子供たちにとっては、冒険心をかきたてられるとともに、仲間と協力して沢登りをすることで思いやりの心や協力することの大切さを学べる活動でもあります。沢登りの途中では、水遊びや川流れ体験、生き物の観察を取り入れることも可能です。					
諸条件	場所	宮川 (阿蘇市一の宮町手野) 国造神社付近		対象	沢登り：小学校高学年以上 沢遊び：小学生以上	
	所用時間	3.5時間～4時間		人数	沢登り：小学校高学年以上 50人程度 沢遊び：小学校低学年以上 20人程度 ※5名以上の参加者ととも一緒に活動できる引率者(指導員及び引率者を含む)の帯同が必要	
	時期	6月から9月上旬まで		天候	気温25℃以上で、天候及び水量が良好のときのみ	
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体に準備する物		
	ライフジャケット (75) ヘルメット (120) 無線機 携帯型雷検知器 救命浮き輪 ザイル フローティングロープ リュックサック AED 救急セット バスタオル 毛布			長袖 長ズボン ※ジーンズ不可、化繊のものが良い。 運動靴 ※サンダル不可 つばのある帽子 ※ハットは不可 水着 ゴーグル 軍手 緊急用車両 (自家用車等)		
活動内容 (手順)	所用時間	項目	内容			備考
	40分	準備・事前指導 安全指導	ヘルメット・ライフジャケットのサイズ合わせ 移動 (20分)			移動は 乗り合わせ で行う。
	90分～ 100分	活動	① 装備の確認 ② 準備運動 ③ コース説明及び留意事項の確認 ④ 沢登り・沢遊び活動 ⑤ 人員の確認 ⑥ 活動のまとめ ⑦ 着替え			団体の引率者も水の中に入り指導にあたる。 緊急用車両(自家用車等)の確保
	50分	後片付け	移動 (20分) ライフジャケット・ヘルメットの水洗い及び後片付け			

その他 (各団体の引率者の皆様へ)

- 前日の天候を含め、荒天等の理由により活動の中止、活動途中の中止を判断する場合があります。その際は、交流の家職員又は研修指導員の指示に従ってください。
- 活動団体の準備不足(装備や服装の不備)の場合、また、活動時において交流の家職員及び研修指導員の指示に従っていただけない場合は、活動を中止、または活動途中の中止を行う場合があります。
- 自然にやさしい活動となるようフィールドマナーを守って活動をお願いします。

沢登り・沢遊びの服装

＜長袖の上着＞
ラッシュガードでも可



＜長ズボン＞
ジャージなどの水ぬけがよいもの



※服装は持っている洋服を代用して構いません。（ジーンズ不可）

＜運動靴・くつ下＞
かかとのあるくつ（サンダル不可）



＜つばのある帽子＞
ハットは不可



＜水着・ゴーグル＞
長袖・長ズボンの下に着ます



＜手袋(軍手)＞
サイズの合ったものを着用



活動場所までの地図



<活動中の様子>

