

活動参加者への注意事項

以下の点を事前に活動参加者に御指導ください。また、次ページに研修生向けの説明資料がありますので、事前指導等にお使いください。

☆ 活動の目的を団体指導者と共に確認し、活動参加者が意識しておくようにする。ふざけ半分の状態では活動させない。自然が相手だからこそ厳しく、油断は許されないことを伝える。

- (1) 活動参加者は、事前に団体指導者から、当日は所員及び海洋指導員から活動についての説明を受け、理解した上で活動に参加する。
- (2) 運動できる服装とする。雨天時に使用する雨具（カッパ）は、上下が分かれるものとする。熱中症予防のため、帽子は必ず着用する。漁船等他船からよく見えるように、目立つ明るい色のものが望ましい。また、あご紐付きなど、風に飛ばされることがないように注意が必要である。足下の怪我を防ぐため、運動靴、くるぶしが隠れる長さのくつ下を着用する。サンダル（クロックスタイプを含む）は不可とする。

※ 服装を整えることが安全に対する意識の第一である。

- (3) ライフジャケットを正しく着用する。ライフジャケットが正しく着用できていれば、万一落水した場合でも体は確実に浮く。落水した場合、つま先を水面に出すように仰向けになって浮かび、静かに救助を待つ。

※ 確実に装着することで、安全に対しての意識を強化する。

- (4) 乗船、下船はカヌーが確実に着岸している状態で、所員または海洋指導員の指示のもとに行う。

※ 特にけがや落水の発生しやすい部分であり、慎重に行う。

- (5) 乗船中は、所員及び海洋指導員の指示に従う。

※ 従えない者は活動を中止する。

- (6) カヌーと岸壁との距離が近いときには、手をはさまないようにするため、絶対に船舷（船べり）をさわらない。 **<赤ペンキで塗ってあるところをさわらない>**

- (7) 乗船中は、必要のない限り立ち上がりたり移動したりしない。

- (8) パドルを1人1本持つ。陸上を移動する際は、パドルを地面に突かないようにする。また、船上でパドルを使用しないときには、両足の間に立てて、両手で持つ。

- (9) 緊急事態発生時（落水、転覆など）は、所員及び海洋指導員の指示に従う。

- (10) 活動参加者は、自分の乗船する艇番号と乗船位置番号（及び左右）を覚えた上で、活動に臨む。また、併せて可能な限り前後左右に誰がいるか把握し、活動に臨むものとする。

※ 水分補給について

活動エリアの大部分が直接日差しを受ける場所となるため、熱中症等の対策が必要です。団体指導者は活動参加者の水分補給について配慮してください。

- (1) 海洋活動を実施する団体は、原則として海洋活動用ドリンクを注文していただきます。ドリンクの注文は他の食事とともに本所レストラン部から送られる注文票にて注文してください。
- (2) 団体が飲み物を持ち込む場合は、団体の責任で運搬、冷却、保管、空容器の処理等を行ってください。その場合、全ての活動参加者（乗船する団体指導者を含む）が確実に水分補給できるようにしてください。
- (3) 注文されたドリンクは、休憩場所で飲みます。気温の高い日などは、活動前、終了後にも水分を取る方がよいので、水筒などがある場合には艇庫までお持ちください。（安全上、水筒をカヌーに持ち込むことはできません。）