

ひがえ
日帰りカヌー

AMチーム

① 7月20日(土) ② 7月27日(土) ③ 7月28日(日)

①②③ 8:30 集合



なまえ：

☆☆ ひがえ 日帰りカヌーへようこそ ☆☆

こんかいチャレンジするカヌーは、ひとり乗りの船に乗りパドルとよばれる操作道具をつかって水面をスイスイ移動できるあそびです。

まえに進んだり、うしろに進んだり、カヌーはよこにも進むことができます！ パドルワーク（操船技術）をマスターして、水の上を自由自在に動きまわろう！

さあ、安全に気をつけながら、おもいきりあそぼう！

安全のための3つの“やくそく”

① ムリをしないようにしよう

⇒◎さむくなったらリーダーにいおう。◎あぶないとおもったらやめよう。

② キケンな どうぶつには さわらないようにしよう

③ リーダーのはなしは、しっかりきこう！

自然ともしっかり仲良くなるためにみんなができる7つの考え方 - 『リーブ・ノー・トレース』をじっせんしてみよう！ -

次の7つの考え方は、一人ひとりが、少しずつ意識して行動することで、人間と自然がこの先の未来もずっと仲良しでいられるようにするものです。

自然は何もできないけれども、人間は自然のために行動ができるよね。自然への影響を少しでも小さくしながら、楽しく外で遊びましょう！



ひの自然学校は、世界的な環境倫理団体 LNT Japan の公式パートナーです。

自然に優しい7つの行動の考え方

- ①ゴミがあまり出ないような準備をおうちでしてこよう
- ②自然へのダメージが少ないところを選ぼう
- ③ゴミは持って帰ろう。落ちていたゴミは拾ってゴミ箱へ
- ④自然の中にあるものは、そのままにしておこう
- ⑤たき火は必要最小限にしておこう
- ⑥野生生物の本来の生活を大切にしよう
- ⑦他の人も楽しく過ごせるように気にかけてあげよう

☆☆☆☆☆☆☆☆ 出かける先について ☆☆☆☆☆☆☆☆

さがみこ い 相模湖へ行きます



さがみこ やまなしけん ふじ ごこ やまなかこ で さがみがわ
相模湖は山梨県富士五湖のひとつ“山中湖”からながれ出る“相模川”
りすい にんげん せいかつ のために 水を使うこと を目的としてせき止められた、
にんげん みずうみ ねん 人間がつくった湖（1947年かんせい）です。

こんかいは、 かながわけん のみ水としても利用される相模湖にあるキャンプ
じょう 場所をベースに活動します。

☆☆☆☆☆☆☆☆ れんらくさき 連絡先について ☆☆☆☆☆☆☆☆☆

【連絡についてのご注意】

- ★ 連絡はすべて、ひの社会教育センターを通じて行います。
特別なことがないかぎり、参加者と家族との直接の連絡はできません。
- ★ 様子が気になる場合は、センターへお問い合わせください。

【連絡先】ひの社会教育センター ☎ 042-582-3136

※雨天決行（荒天のために中止の場合は午前 7:00 までに連絡します。）

※ブログ（スマイルキッズ）でも実施状況をお知らせしますので、ご確認をお願いいたします。 <http://smilekidsbobo.jp/>



☆☆☆☆☆☆☆☆ かつどう 活動のよてい ☆☆☆☆☆☆☆☆☆

8:30 JR豊田駅北口のパン屋「あおいとり」前にしゅうごう

ちゅうおうせん さがみこえき ぶね さがみこ おうだん かつどう ばしょへ
中央線で相模湖駅→船にのって相模湖を横断→活動する場所へ

10:00 じゅんぴをしてカヌーをはじめよう

せんせい はなし
先生の話をよくきいて、こぎかたをおぼえよう！

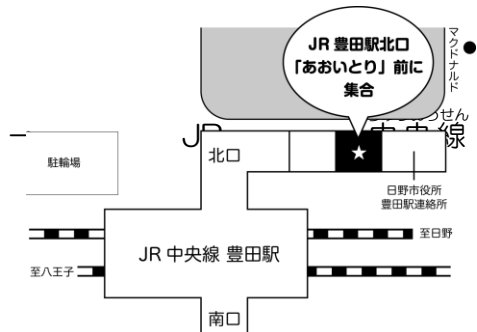
みずうみ じゆう たの
湖のうえを自由にスイスイこいで楽しむよ☆

12:00・カヌーはおしまい。おべんとうの時間

13:00・ キャンプ場にさようなら！

• さがみこえき
相模湖駅

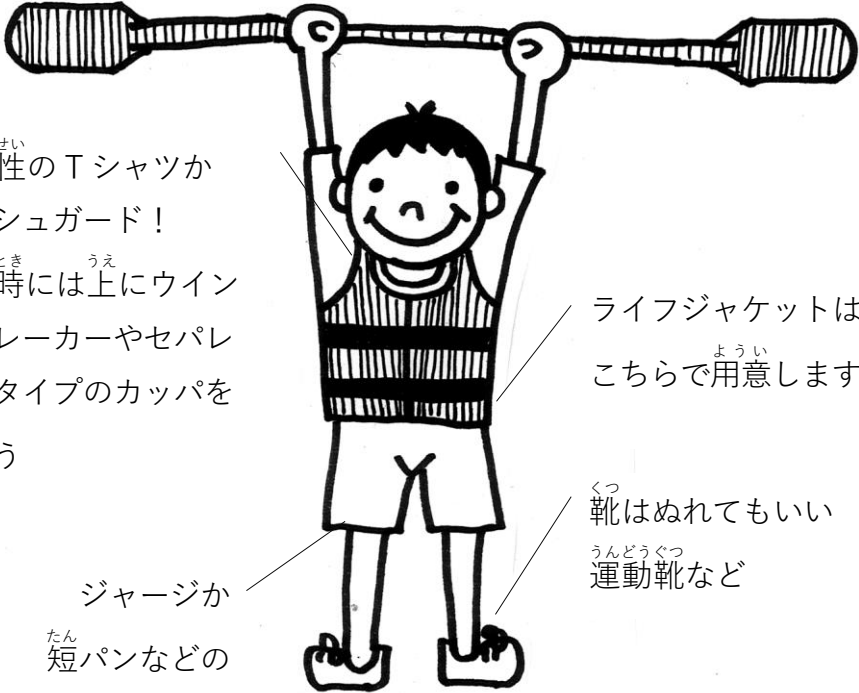
15:15 とよだえききたくち かいさん
豊田駅北口で解散



☆☆☆☆☆☆ もちもの^{ふくそう}と服装 ☆☆☆☆☆☆☆

カヌー^{ふくそう}ができる服装できてね！

★綿素材はさけましょう



速乾性^{そっかんせい}のTシャツか
ラッシュガード！

寒い^{さむ}時には上^{とき}にウイン
ドブレーカーやセパレ
ートタイプのカップを
着^まよう

ジャージか
短^{たん}パンなどの
ぬれてもいいズボン

ライフジャケットは
こちらで用意^{ようい}します

靴^{くつ}はぬれてもいい
運動靴^{うんどうぐつ}など

【もちもの】

- おべんとう すいとろ おやつ タオル あまぐ (カップ^{など}等)
- 大きめ^{おお}のビニール袋^{ぶくろ} (ぬれたものを入れるよ)
- 濡れてもいい防寒具^{ぼうかんぐ} (ウインドブレーカーがおすすめ)
- 着^まがえ・替^かえ靴^{くつ} 日^ひ焼け止^{ひや}め (必要^{ひつよう}に応じて)

