SUP（スタンドアップパドルボード）

概　要		SUP（スタンドアップパドルボード）は、ボードの上に立ったり座ったりしながら、パドルを使って水面を進む活動である。水上で体を動かす楽しさを感じさせるとともに、バランス感覚を養い、自然に親しむ心や挑戦する意欲を育ませる。
ねらいとして 考えられること		① SUP の操作を通して、バランス感覚を養い、水上で体を動かす楽しさを感じることができる。 ② 水上からの景色や自然に触れることで、海や自然環境への関心を高めることができる。 ③ 仲間と声をかけ合い、励まし合いながら活動することで、協調性や挑戦する意欲を高めることができる。 ④ 水上活動のルールや安全上の注意事項を守り、安全に行動することの大切さを学ぶことができる。
対　　象		小学校４年生以上　　※小学校３年生以下は大人と同乗すること
人　　数		３０名まで
場　　所		高汐海岸西側　　※所員と要相談
時　　間		１時間～２時間程度
指 導 員		一部指導（活動前に所員による説明あり）
活動時期		６月～９月まで
経　　費		なし
事前に準備確認するもの		救急用具、水着、飲料水、タオル等 長袖・長ズボンが望ましい（ラッシュガードやスパッツ等）
引率者の役割	活動前	① 所員と活動の所要時間や指導内容、役割分担について確認する。 ② 参加者にトイレを済ませるよう指示する。 ③ 服装や履物、ライフジャケットの着用状況を確認する。 ④ 活動開始５分前までに所定の場所に集合させ、人員点呼を行う。 ⑤ 所員からの活動説明や安全上の注意事項をしっかり聞かせる。
	活動中	① 所員と連携し、参加者の活動状況や安全を確認する。 ② 参加者の行動を見守り、危険な行為が見られた時は、速やかに注意する。 ③ 参加者同士が声をかけ合い、安心して活動できるよう支援する。 ④ 体調不良者やけが人の有無を確認し、異常があれば所員へ連絡する。 ⑤ 必要に応じて休憩や水分補給をさせる。
	活動後	① 所定の場所に集合させ、人員点呼を行う。 ② 体調不良者やけが人の有無を確認する。 ③ 所員と連携し、使用した用具の回収や片付けを行う。 ④ 活動を振り返らせ、挑戦したことや自然の中で感じたことを共有させる。 ⑤ 着替えや持ち物の確認をさせ、忘れ物がないか確認する。
安全上の留意点		① ライフジャケットを正しく着用させ、活動中は脱がないよう指導する。 ② 所員の指示や活動範囲を守らせ、許可なく沖へ出たり、単独で行動したりしないよう注意させる。 ③ ボードやパドルが他の参加者に接触しないよう、間隔を確保させる。 ④ ボードから落水した際は、慌てずに浮力を確保し、所員の指示に従うよう指導する。

	⑤ 風や波などの状況に注意し、天候の急変や危険が生じた場合は、所員の指示に従って速やかに活動を中止させる。 ⑥ 体調不良や疲労が見られる場合は、無理をさせず、所員へ連絡する。 ⑦ 熱中症や日焼けを防ぐため、適宜水分補給をさせ、帽子の着用など必要な対策を講じる。
その他	