

「教えて！川遊びリーダー ～川に行く前に～」^{かくにん}確認シート

川に行く前に^{じゅんぴ}準備すること

川には海にいる（ ）のように、みんなを見守ってくれる人はいません。だから「
」という心がけがとても大切です。

水難事故^{すいなんじこ}マップは、どこの川のどの場所で、どんな水の事故^{じこ}が起こったかがわかる地図です。例えば、人気のある川遊びスポットでも、水の事故^{じこ}は起きています。だから、危険^{あぶ}い場所には（ ）こと、（ ）
ことです。そして、遊びに行く川について（ ）ことが大切です。



川は場所によって（ ）、（ ）、（ ）に分けられます。自分の行く場所がそのどこにあたるか^{かくにん}確認
しましょう。天気予報^{よほう}が晴れでも、（ ）で雨が降ると、水が急に増えて川が（ ）なったり、流れが（
）なったりすることがあります。それと、上流に（ ）があるかどうか調べましょう。

ダムは、水を貯めておく場所のこと。ダムに貯めた水が放流されると川の水は（ ）ます。川で水が急に増え
ると、とても危険^{きげん}です。だからスマートフォンなどを使って、（ ）の天気予報^{よほう}やダムの放流情報^{じょうほう}などを事前に
調べることが大切です。川へ行ってからも、こまめに^{かくにん}確認すると良いですね。



川に行くときに、^{わす}忘れてはいけないもの

川遊びに合った（ ）と（ ）です。

まず、大事なものは（ ）を用意すること。川では足が（ ）、思いがけず深いところに落ちて（ ）、石や岩に体をぶつけて（ ）をする^{きけん}危険があります。サンダルなど、川に流された履き物をとろうと追いかけて、（ ）という^{じこ}事故も多いです。だから滑りにくい（ ）や、足の甲やかかとを固定できて脱げにくい（ ）にしましょう。それがなければ、古くなった（ ）でも良いです。



そして、もう一つ大事なものが（ ）です。プールで泳ぐのと、川で泳ぐのとは大違い！ 川には（ ）があるので、うまく泳げないことがあります。だから、川ではとにかく（ ）、（ ）ようにしておくこと。そのために（ ）ライフジャケットが必要なのです。ライフジャケットは、（ ）のものでないと、水の中で脱げてしまうこともあるので、動きやすく、サイズ調整ができるものを選びましょう。

準備した方がよい持ち物

川遊びリーダーが川へ行くときは、^う浮く^{そざい}素材でできた^{きゅうじょ}救助用の（ ）を常に持っていきます。ただ、このロープは訓練をうけないと上手に使えない道具なので、みなさんには、川に入る前に身の回りに（ ）、（ ）があるか^{かくにん}確認しておくことをおすすめします。身近にあることを知っていれば、（ ）の最初の行動が^{かくだん}格段に早くなります。



また、川遊びに^{むちゅう}夢中になって、体を（ ）こともあるので、暑い日でも（ ）を用意しておきましょう。さらに、こまめな^{かくにん}天候確認や^{きんきゆうれんらく}緊急連絡のため、（ ）や（ ）も必ず持って行きます。^{すいぼつ}水没しないように^{きゅうきゅう}救急セットと^{いっしょ}一緒に（ ）に入れておくとい良いでしょう。



これだけは絶対に守って！

子どもは大人より（ ）で遊び、大人は（ ）に立って見守ること。大人が（ ）にいれば、よくある「^{くつ}靴が流された」というトラブルがあっても^{たいおう}対応しやすいですし、万が一、子どもが流された場合も、追いかけるのではなく、（ ）かたちをとれます。



次の場所は、特に重大な事故が多く発生している場所なので、行かないようにしましょう。

- ① ()・・・上下流ともに落水箇所に流れる水の動きが危険です。
- ② ()・・・水の流れが複雑で、また流れて来た物が引っかかっている場合があります。
- ③ ()・・・ブロックは滑りやすく、さらにブロックの隙間にはさまれたり、落ちたりして脱出できなくなる危険があります。



大事なことのおさらい

- ・自分の身は ()。
- ・川の ()、() を確認する。
- ・体にあった () と () を着る。
- ・大人より () で遊ぶ。

決まりを守って、川で楽しく遊ぼう！

「教えて！川遊びリーダー ～川で遊ぶときに～」^{かくにん} 確認シート

川に着いたら、まずは何をすれば良い？

川で安全に遊ぶために、まず、遊ぶ場所の上流の（ ）を^{たし}確かめましょう。（ ）で雨が降る心配がなければ、次は川の下見です。川岸を歩いて、（ ）を決めます。遊ぶ場所は、流れが（ ）ところがいいですね。



川では、流れが速いと、（ ）の浅いところでも身動きがとれなくなることがあります。そして、（ ）や（ ）の^{きけん}危険があったときに^{そな}備えて、（ ）や（ ）も^{さが}探しておきましょう。

次に（ ）の場所を決めます。遊ぶところより（ ）で、大人が見守ることができる場所です。ベースキャンプが決まったら、まずは（ ）がライフジャケットを着用し、一度、遊ぶ場所に入ってみましょう。意外に（ ）が強かったり、急に（ ）なっていることもあります。さらに、子どものおなからいまでの深さで、岸からどこまで離れて大丈夫かなどもチェックします。一番こわいのは「（ ）そうに見えて、（ ）^{ひそ}が潜んでいる場所」です。そういった場所が無いかわ調べてもらいましょう！

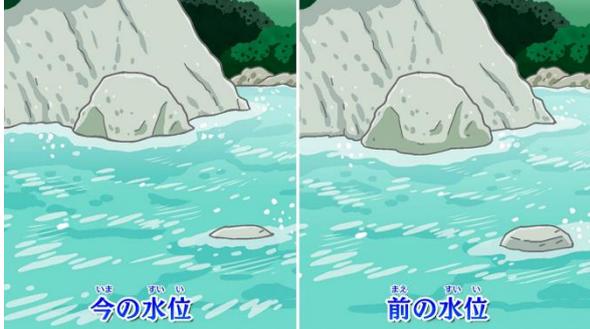


川に入る前にやることは？

まずは、() をしましょう。川は足もとが不安定なので、() の運動は入念に！
 次は、() のチェックをしましょう。正しく着られているか、大人に見てもらいましょう。ライフジャケットの() の部分をつかんで持ち上げ、ライフジャケットがずり上がらなければOKです。入る前にもう一度、() で遊ぶのか、その() を何にするかをみんなで確認かくにんしましょう。きれいな川の水は() ことも多いので、ゆっくり少しずつ体を慣らしながら入ってくださいね。

川に入ってから気をつけることは？

川の()、() を見ておきましょう。近くの岩や岸の切り立ったところ、河原かわらの水際みずぎわにある大きめの石などを() にしましょう。例えば、岩のどこまでが() を見ておきましょう。川に入って遊んでいる間に、岩が前より水に浸ひたっていたら、川の水位が() きた、水が() きたという印。水が() と気づいたら、一旦いったん、川から上がりましょう。また、上流から流れて来る木の枝えだや葉っぱなどの量が() ときも要注意です。



サンダルや遊び道具がうっかり流されてしまうこともよくあります。追いかけてようとする子どもが多いですが、それは絶対にダメ！ とても危険きけんです。流されたとき() に大人がいれば「〇〇が流された～！」と大きな声で伝えて、あとはその大人まかに任せましょう。大人も() 拾おうとすると深みに入ったり、流されたりすることがあるので要注意ぜったいです。絶対に自分で取りに行こうとしないこと。靴くつや遊び道具より大事なものは() です。



持ち物ではなく、自分が流されたらどうしよう…！？ そんな時も決してあわてないで！

まず（ ）を見るように（ ）を向いてみよう。ラッコのようなポーズです。ライフジャケットを着ているから、体は水に浮いているはず。体が（ ）になると、楽に息ができます。（ ）を広げ、（ ）を水面に浮かべてみましょう。流れのある場所では、立てそうな浅さでも絶対に（ ）こと。体が浮いているな、息ができるなとわかったら、大きな声で助けを呼んでください。誰も助けにこなかったら、ゆっくり息をして、ゆっくり両手で（ ）、体を岸に近づけていくようにします。体が浮いていて、流れていれば、そのうち岸のどこかにたどりつきます。



川の水はプールや海の水より（ ）ことが多いです。（ ）もあるので、体温が奪われていくのも早いです。だから、（ ）と感じなくても、小まめに川から上がって、体温を回復させましょう。もし、川原に大きな石があったら抱きついてみましょう。よく温まっているから、気持ちいいですよ。

大事なことのおさらい

川に入るときは、入る前に（ ）を決めて、（ ）を着て、（ ）をしてから入りましょう。川に入ったら、（ ）を気にして、物が流されても（ ）、自分が流されたら（ ）のポーズ！（ ）前に川から上がる！ 覚えましたね。

年 組 名前

「教えて！川遊びリーダー ～川は楽しい～」^{かくにん}確認シート

あなたが考える川の^{みりょく}魅力を書いてみましょう。

太田さんの話を聞いてみて、初めて知ったことを書いてみましょう。また、川で遊ぶとしたら、あなたは、どんな遊びをしたいですか？ 書いてみましょう。

川での楽しみ方について、どんなことが^{しょうかい}紹介されていましたか？^{しょうかい}紹介された川での遊びを書いてみよう。

川遊びは、実はとても^{ぜいたく}贅沢な遊び。川や湖などの^{たんすい}淡水は、地球上の水全体の（ ）%くらいしかありません。そのとても希少な水で遊ぶのが川遊びなのです！

でも、そのわずかな^{たんすい}淡水は大地を^{うるお}潤し、多くの生き物の命を支える^{ささ}水でもあります。だから、遊ぶときには川に「お邪魔します！」、川から帰るときは「ありがとう。また遊んでね！」と（ ）を持って遊びましょう。