



あなたの笑顔が見たいから

いつもそばにいて応えてくれる。
 そんなお母さんのような気持ちで夢をお届けしています。
 健やかな日々、夢ある暮らしに、宝くじ。



宝くじの収益金は、
 身近な街づくりに役立っています。

財団法人 **日本宝くじ協会**

当せんはしっかり調べて、しっかり換金。

<http://www.takarakuji.nippon-net.ne.jp>

●外国発行の宝くじを、日本国内において購入することは、法律で禁止されています。

水辺の安全ハンドブック

川を知る。川を楽しむ



編集・発行

財団法人 **河川環境管理財団**

本書は、宝くじの普及宣伝事業として助成を受けて作成されたものです。

はじめに

皆さんの身近にある川は、自然がいっぱいで大変魅力的な空間です。そして、遊びの場でもあり、学びの場でもあります。また、私たちが毎日の生活を営む上で欠かせない水資源の供給源として、人々の生活と深く関わっています。

川や水辺は、さまざまな生きものが見られ、子どもはもちろん大人にとっても魚釣りや自然観察、水遊び、水泳、ボートやイカダなど一年を通じてたくさんの楽しい活動ができます。

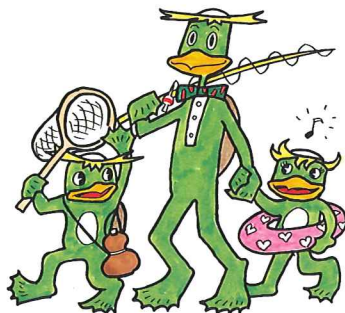
しかし、ひとたび水難事故に遭遇すると、こうした楽しさはすべて奪われてしまいます。川や水辺にひそむさまざまな危険性を知り、事前の準備と、活動時の安全管理をしていれば、事故を防ぐことができます。

このハンドブックは、川や水辺での活動をより安全で楽しいものとするために関係者の協力を得て作成しました。01～04は子ども向け、05～は大人向けに編集しています。より多くの皆さんに「川に学ぶ」活動の導入書としてご活用いただければ幸いです。

(財)河川環境管理財団

目次

- 01 川の楽しさ01
- 02 川に学ぶ02
- 03 川に遊ぶ04
- 04 川を知る08
- 05 より楽しくより安全に10
- 06 河川活動支援組織16



「川や水辺でのさまざまな活動を支援するサイト一覧」

- 川の防災情報
<http://www.river.go.jp/>
- (財)日本気象協会
<http://tenki.jp/>
- 気象庁天気相談所
http://www.jma.go.jp/jma/kishou/intro/tenso_index.html
- 国土交通省河川局Kids Web
<http://www.mlit.go.jp/river/kidsweb/index.html>
- ストップ！河川水難事故～急な増水に備えて～
<http://www.kasen.or.jp/info/info.asp?inoid=247>
- 「子どもの水辺」再発見プロジェクト
<http://www.mlit.go.jp/river/question/index.html>
- 子どもの水辺サポートセンター
<http://www.mizube-support-center.org/top.html>
- NPO法人川に学ぶ体験活動協議会
<http://www.rac.gr.jp/>
- 河川整備基金助成事業について【(財)河川環境管理財団HPトップページ】
<http://www.kasen.or.jp/>
- プロジェクトWET
<http://www.project-wet.jp/>

●編集協力
NPO法人川に学ぶ体験活動協議会
株式会社 学習研究社
●2008年2月29日発行
●編集・発行
財団法人 河川環境管理財団

財団法人 河川環境管理財団

本部・子どもの水辺サポートセンター
〒103-0001 東京都中央区日本橋小伝馬町11-9
住友生命日本橋小伝馬町ビル
TEL: 03-5847-8307 FAX: 03-5847-8314

協賛

財団法人 日本宝くじ協会

【河川管理者】

全国の河川は、国が直接管理する一級河川のうち直轄区間、都道府県が管理する二級河川と一級河川の指定区間、市町村が管理する普通河川があり、それぞれの河川には河川管理者がいます。

河川は、公共の利益や他人の活動を妨げないかぎりにおいて自由に使用できることが原則となっており、釣りや水遊びなど自らの意志に基づき行動する限り、その際の安全確保は自己責任において行わなければなりません。

しかし、毎年痛ましい水難事故が多発していることから、河川管理者としては安全な河川利用に向けてさまざまな取り組みを行っています。その一つに、河川に関わるレーダー雨量や河川水位をリアルタイムで情報提供しています。また、現地に看板等を設置し、河川利用にあたっての必要な情報を明示していますので活用してください。



ここに表示したバーコードは、携帯電話（バーコードリーダー対応の携帯電話）から国の「川の防災情報」サイトを検索することができます。川での活動を行う場合にぜひ活用してください。

【気象協会】

気象庁や(財)日本気象協会では、さまざまな方法で気象情報を提供しています。

電話による天気予報なら現地市外局番のあとに177番で聞くことができ「お天気相談所」なら電話 03-3214-0218（通年9：00～17：00）で調べられます。

(財)日本気象協会 (<http://tenki.jp>) では、天気予報、地域別天気、ひまわり映像、アメダス、天気図といった一般気象情報のほかに注意報警報、地震・津波・台風・火山情報も提供しています。

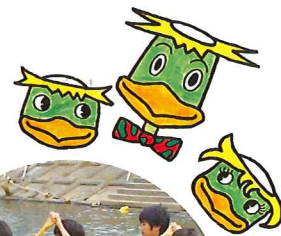
この他にも、民間機関で気象情報に関するさまざまな情報提供をサービス(有料)しているところもあります。



バーコード
(財)日本気象協会

ここに表示したバーコードは、携帯電話（バーコードリーダー対応の携帯電話）から日本気象協会のサイトを検索することができます。

01 川の楽しさ



02 川に学ぶ

川と人のつながり

●川とともに生きる

私たち日本人は、いつの時代も水の恵みと水の脅威を感じながら生きてきました。川は生活用水やかんがい用水の供給源です。日頃は穏やかでもひとたび荒れれば、家も土地も人の命も奪ってしまうという、畏れ敬う存在でした。

●自然を最も身近に感じられる川

上流から下流まで豊かな自然環境と多様な生態系が見られ、美しい景観と時には私たちに新鮮な食物を供給してくれます。また、それら自然には、生命感、躍動感、神秘性などがあり、人の心を癒す力があります。



●歴史と文化を育む川

川はそこに住む人々とのさまざまな自然体験、交流の場であり、このような川との長い歴史の中から地域特有の文化が生まれ育ってきました。また、舟運など水の流れを利用した人や物の移動・運搬にも利用されてきました。



●命の尊さ、自然の法則や仕組みを理解できる川

川其自然や生きものと遊びなどの体験を通して向き合うことで、子どもたちの感性が磨かれ、創造力が養われます。また、自然と真剣に向き合うことで、命の尊さ、自然の法則や仕組みを理解することができます。

●川は人格の基礎を培う原体験の場

子どもたちにとって、川遊びをした小川や水辺などは楽しい思い出の場であり、多くのことを学ぶことのできる場でもあり、さらに人格の基礎を培う原体験の場なのです。



●川に親しむための基礎講座

RACリーダー養成カリキュラムのうち、「理念」(1時間)「安全対策について」(1時間)、「川と人、社会文化の関わり」(1時間)、「川という自然の理解」(1時間)の4時間を必須科目とする「1日のお試し講座」。必要に応じて、安全対策や水辺のリスクマネジメントに特化した講座も展開しています。



川に学ぶ体験活動の基礎技術／スローロープ実習

●子ども水辺安全講座

“セルフレスキュー～安全は自分で確保するもの”の観点から、体験学習を通して危機管理の基礎知識「自分を守る」を学ぶ、「子ども水辺安全講座」を展開。安全管理は指導者だけが行うものでなく、参加者全員が行うものであるという意識を広め、より安全な活動を実現していくことがねらいです。川の楽しさを共有し、自分たちの川のファンになることも目指します。開催に際しては、河川環境管理財団の「子どもの水辺サポートセンター」とも連携しています。

●その他

川の指導者の紹介や、スキルアップに関する研修会、活動に便利なテキストやライフジャケットなどのグッズの提供等を行っています。

川に学ぶ体験活動協議会

更新情報 (2007年12月26日更新)

- 2007.12.26 講座予定・開催記録ページを更新しました。
- 2007.12.19 全国小川リスタートプロジェクト(第5回RACフォーラム)の開催案内を掲載しました。
- 2007.12.11 「子ども水辺安全講座開催のワンポイントアドバイス」を掲載
- 2007.11.29 全国RAC指導者養成研修マップを更新しました。
- 2007.11.22 子ども水辺安全講座 研修のID「なまず先生とおねえまんのワイルド遊水を探せ!」の紹介映像を掲載しました。
- 2007.10.18 全国川遊び100選ページを更新しました。
- 2007.10.10 講座予定・開催記録ページの開催履歴を一部掲載しました。
- 2007.9.20 講座予定・開催記録ページを更新しました。
- 2007.9.20 RACリーダー一覧のページを更新しました。
- 2007.7.26 第7回川に学ぶ体験活動全国大会(長良川)の参加者募集がスタートしました。

06.6.26.8

【川に学ぶ体験活動の5つの理念】

- ①川に学ぶ体験活動は、感動する心を大切に、川と遊び学ぶ楽しさを伝えます。
- ②川に学ぶ体験活動は、川への理解を深め、川を大切に作る気持ちを育てます。
- ③川に学ぶ体験活動は、ゆたかな人間性、心のかよった人と人のつながりを創ります。
- ④川に学ぶ体験活動は、人と川が共存する文化・社会を創造します。
- ⑤川に学ぶ体験活動は、川の力、活動にともなう危険性を理解し、安全への意識を高めます。

【RACの沿革】

- H10.6 河川審議会「川に学ぶ小委員会」答申「川に学ぶ」社会をめざして発行
- H12.9 上記答申を具現化するためRAC設立(河川環境管理財団内に事務局設置)
- H13.4 「川の指導者養成制度(案)」策定
- H13.10 第1回「川に学ぶ」全国交流会in岡山開催
- H15.9 「指導者ハンドブック」各種グッズ提供
- H17.6 RAC指導者検索システム 供用開始
- H17.12 内閣府認定のNPO法人として活動展開
- H19.4 「全国川遊び100選」HP 発信
- H20.1 国の「人材認定等事業」に登録

【川に学ぶ体験活動協議会 (RAC)】

川に学ぶ社会を推進するために設立された組織。川に学ぶ体験活動を通じて健全な水環境の保全や人間性の回復を目的としています。川での安全で楽しい体験活動を普及させるためには、川の危険性を正しく理解し伝えることのできる指導者が重要であり、「川の指導者」の養成を全国各地で展開しています。

●RACの指導者養成

RACでは下図のような川の指導者認定システムを採用しています。各講座修了後、定められた期間の活動経験を積むとランクアップのための講座の受講が可能。認定ランクに応じて、引率できる人数、活動内容、活動フィールドを広げることのできるスキルを身に付けてもらいます。このシステムは、環境大臣、国土交通大臣が認めた人材認定等事業です。

●RACリーダーとは

安全管理や基本的な指導技術など、川の指導者に必要な技術・知識を「知る」ための基本科目21時間を修了するとRACリーダーとしての修了認定が受けられます。



川と人・社会・文化との関わり/ヨシ業者見学

NPO法人川に学ぶ体験活動協議会
TEL 03-5542-7577 FAX 03-5542-7578
〒104-0033 東京都中央区新川2-10-6-703号

RACリーダー養成講座の科目と履修時間数

必修科目	必要履修時間		合計
	講義	実習	
1 川に学ぶ体験活動の理念	1	1	2
2 川という自然の理解	1	2	3
3 川と人、社会、文化の関わり	1	2	3
4 安全対策について	1	3	4
5 川に学ぶ体験活動の基礎技術	1	2	3
6 対象となる参加者のことを知る	1	1	2
7 川に学ぶ体験活動の指導法	1	3	4
8 プログラム作りの基礎知識	1	1	2
合計	8	13	21

プログラム紹介 — (4)安全対策について

- 目標** 川に学ぶ体験活動での安全対策、安全管理について知る
救急処置法の基本的な方法を実習、経験する
指導者の責任について、またその範囲について知る
- 講義 (1時間以上)**
- ① 川に学ぶ体験活動の意義と安全管理について
 - ② 事故例と保険加入について
 - ③ 指導者の3つの責任について
「対応する責任」「説明する責任」「法的責任」について
- 実習1 危険予知トレーニング (1時間以上)**
- ① 実施場所を想定して、実際に起こりうる危険な場面について話し合う
 - ② 危険を指摘しあい、共有し、その対策をまとめて発表する
 - ③ 各場面における具体的な対策から、共通することについて話し合う
- 実習2 心肺蘇生法または初歩的な応急処置 (2時間以上)**
- ① 応急処置の重要性を知る
 - ② 一通り応急処置について体験する

川の指導者認定システム

各講座修了後、定められた期間の活動経験を積むとランクアップのための講座が受講できます。認定ランクに応じて、引率できる人数、活動内容、活動フィールドが広がります。

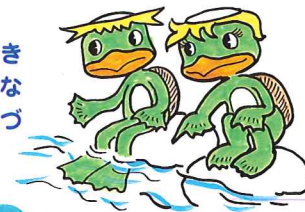


CONNと連携

自然体験活動における指導者養成のスタンダード「自然体験活動推進協議会 (CONN)」と連携したカリキュラムを採用。RACが認定する川の指導者は、CONNの制度に対応し登録が可能です。

CONN (NPO法人 自然体験活動推進協議会) <http://www.conn.ne.jp>

人の暮らしに、水は欠かすことができないものです。その水を運んでくれるのが川。私たちの暮らしも川を通して飲料水を得たり、稲作などの農業で川の恩恵を多大に受けてきました。また、川とそこに息づく生きものたちにとっても、川は貴重な恵みの場なのです。



川は自然の宝庫です

●川と水辺の生きもの

山や平野に降った雨は、集まって川になります。川や水辺には魚や鳥などの動物や草花や樹木などの植物とたくさんの生きものがいます。

皆さんの身近にある川や水辺は、自然の宝庫です。そして、その生きものも北海道と九州など地域によって大きく違います。また、上流、中流、下流でも異なっているように多様で独特な生態系が見られます。

●水の中には

水の中には、さまざまな魚がいます。また、川底の砂の中や石の裏側には、たくさんの水生昆虫がいます。池などの水の中には水生植物もたくさん見られます。

ぜひ水の中を見て観察してみましょう。

●水辺には

水と陸とが交わる水際には、この環境を好む植物が生い茂り、そこには水生昆虫や鳥などが

集まります。このような場所では生きもの들의 生息環境や食物連鎖などを学ぶことができます。

●川原や川岸には

普段は水の流れない川原や川岸には、水や食べ物を求めて小動物や鳥が集まってきます。広い川原には草花や樹木も生い茂り、生きものにとってかけがえのない生活場所となっているところもあります。

●海とのつながり

川の水が海と混じり合う河口部は汽水域となり、海と川の生きものが入り混じって生息しています。川は山や森林の養分を海まで運び、海の環境に大きく影響しています。川と海、山は、大きな水循環のつながりの中にあります。



03 川に遊ぶ……I

およく

川の水はいつも流れています。きれいな流れを見ると、水遊びをしたり、泳ぎたくなります。でも川はプールと違って流れがあるので、泳ぐにはちょっとしたテクニックと安全対策が必要です。そこで、ライフジャケットをつけて流れてみると自分が流れる水になったような気分を味わえます。これを「川流れ」といいます。

ただし、一人ではなく信頼できる川の指導者と一っしょに楽しむことが大切。そして、ライフジャケットは必需品です。



とる

川には、魚やエビ・カニ、そして、昆虫の幼虫や微生物などたくさんの生きものがいますが、そんな川での魚とりはとても楽しいものです。魚釣りをする人も多いですが、「ガサガサ」を

覚えるともうやみつきになります。「ガサガサ」とは、川の中で、網を使って魚を捕まえる方法。草むらや石の下などにいる魚を足で「ガサガサ」と替かして網に追い込む魚のとり方です。

上流域や下流域（海の水が川に入ってくる汽水域を含む）では、すんでいる魚の種類が違ってきます。最近では、水がきれいになった大都会を流れる川にもたくさんの魚がもどってきています。東京や横浜を流れる川の多くにアユが上ってきています。

川の指導者や専門家の人に聞いて川に入ってみましょう。でも、川で漁業をしている人もいることを忘れないでね。



「子供の水辺サポートセンター」は、国土交通省、文部科学省、環境省、農林水産省の連携により、全国の河川や水辺での環境学習や体験活動を推進するため平成14年、(財)河川環境管理財団内に設置されました。みなさんの「川に学ぶ」活動を関係機関と連携して支援しています。



●ホームページについて

子供の水辺サポートセンターでは、情報提供ツールとしてホームページを立ち上げています。

センターからのお知らせ

- 子どもの水辺サポートセンターとは
- 子どもの水辺
- 子どもの水辺サポートセンターからのお知らせ
- 水辺のトピックス
- 水辺の遊び方
- 水辺活動の支援情報
- 子どものページ
- プロジェクトWET
- 川の学習塾
- メルマガジンの登録
- 貸器材の貸し出し

トピックス紹介

- 水辺のトピックス
- 【助成情報】地球環境基金 ※締切1/25
- 【助成情報】全国水辺のリスクマネジメント研修(第5回)RACフォーラム 4/26-27
- 【省庁情報】第13回全国水の樹サミット(国土交通省)
- 【省庁情報】市民による「身近な水環境の全国一斉調査」第5回参加者の発表-第4回調査結果のお知らせ(国土交通省)
- 【投稿情報】子ども水辺安全講習開催のワンポイントアドバイス1

イベント情報リンク集

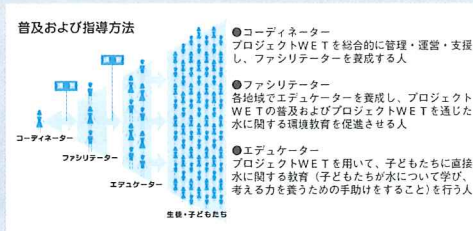
各種情報提供
手続き関係

※プロジェクトWETとは

プロジェクトWETの「WET」とは、「Water Education for Teachers: 教師のための水に関する教育プロジェクト」の略。ここでいう教師は学校の先生に限りません。

本プログラムは子どもたち自身がアクティビティ(活動)を実践しながら、「水」に関するさまざまなことを学び、考えることのできるプログラムで、全部で91種類のアクティビティが盛り込まれています。

このプログラムを活用するためには、エド्यूケーター以上の資格が必要です。エド्यूケーター講習会は6時間以上のプログラムで、アクティビティを実践しながら学んでもらいます。



プロジェクトWETの講習会は全国各地で開催されています。18歳以上の方ならどなたでも受講することができます。詳細はホームページをご覧ください。
URL <http://www.project-wet.jp/>



河川活動支援組織

みんなは、川でどんな遊びをしているかな。川の中を歩いたり、泳いだりするかな。積極派は、釣りをしたりボートやカヌーに乗ったりする人もいるだろうね。川によって楽しみ方もいろいろある。そんな川のこと良く知ると、もっともっと楽しくなるんだ。



【子供の水辺サポートセンター】

●「子どもの水辺再発見プロジェクト」とは

このプロジェクトは、子どもたちの河川の利用を促進し、地域における子どもたちの体験活動の充実を図ろうとするものです。

全国の河川等において、子どもたちが安全に遊べるようなフィールドを「子どもの水辺」として登録し、各省や子供の水辺サポートセンターからさまざまな支援をしています。

●子供の水辺サポートセンターの事業概要

子供の水辺サポートセンターでは、各地で活動している学校や市民団体に対し、次のような支援を行っています。

①水辺の活動に関する各種情報の提供
ホームページやメールマガジンなどで、水辺での活動に役立つ情報を発信しています。

②学習資料の配布

子どもたちの学習の手引きとなる様々な副読本等の資料配布を行っています。

③体験活動の支援

子どもたちの水辺体験活動に必要な様々な資機材を無料で貸し出しています（ホームページの『資機材の貸し出し』で受付）。また、子どもたちが水辺でやってみたい夢、指導者が子どもたちにさせてあげたい企画を公募（集まれ！



集まれ！水夢きっず

「子どもの水辺安全講座」

水夢きっず！）し、それを実現するためのお手伝いなどもしています。

④連携・ネットワーク構築の支援

体験活動のサポート体制を確立・ネットワーク化するために、「子どもの水辺」ブロック連絡会議を開催したり、「川に学ぶ体験活動協議会（RAC）」と連携して川の指導者の紹介や「子どもの水辺安全講座」の開催等を行っています。



貸し出し資機材の例

⑤人材育成の支援

子どもたちが水について楽しみながら学べる「プロジェクトWET[®]」の普及活動や、体験学習の先進事例を紹介する「川に学ぶ全国事例発表会」の開催等を行っています。



学習資料

こぐ



川では、ボートやカヌー、ラフティングなどスリリングな体験もできます。

自分たちで作ったイカダで浮かぶだけでも楽しいものですが、川を下ると思わぬ発見がいっぱいあります。

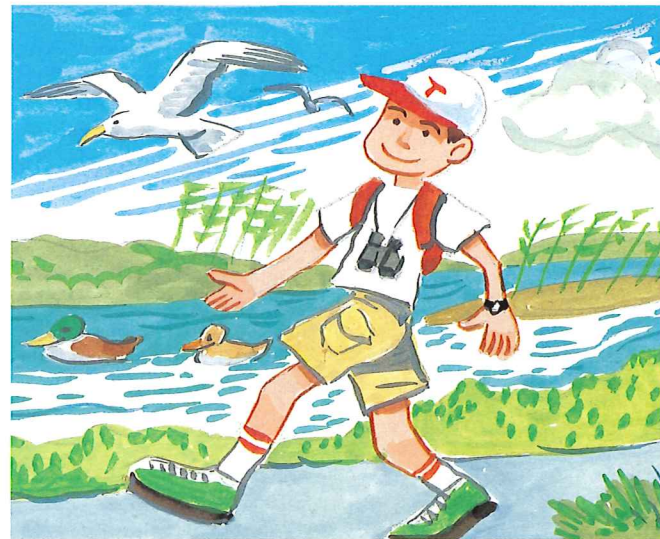
ただし、安全にはくれぐれも注意すること。そしてライフジャケットは必需品。しっかりした知識を持った川の指導者と一しょに活動するのがベストです。（詳細はP16～19参照）

歩く

川を散歩するのも楽しみの一つ。季節によって川の様子は変わります。いろいろな草花や樹木、鳥やチョウなどの生きものを捜すのも楽しい。身近な川は、「生きもの一杯の自然」を感じさせてくれます。

しかし、そんな川辺も最近、クズや外国から来た植物が河川敷を占領し始め、日本古来の川の多様な自然がこわされています。そうならないように手を貸すことも必要です。

色々な発見をして、楽しい散策をしてみましょう。



03 川に遊ぶ ……Ⅱ 日本各地の川

遊び場探しのポイント

①子どもの水辺として登録された場所



「子どもの水辺」とは、河川管理者や教育委員会、市民団体などが連携をし、その地域の水辺体験活動・環境学習を推進する場所。各地で登録されており、子どもの水辺サポートセンターの支援などを優先的に受けられる。〈日本全国に260箇所(H20.1.末現在)〉(岡山県旭川/一の荒手子どもの水辺)

②近くに活動拠点施設のあるところ



水辺の体験活動を推進するために河川管理者等が各地域で活動拠点作りを行っている。ライフジャケットなどの貸出や、川の指導者が常駐して学校の校外授業をサポートするところもある。(北海道十勝川/北海道エールセンター)

★上流域

流れのあるところ、岩の出ているところではヘルメットは必需品だ。滑落も大怪我につながる。不意に滑らないよう工夫しよう。

③傾斜の緩やかな落ち込み



水量が適当であれば、天然のウォーター・スライダーだ。何度滑っても無料だが、パンツやライフジャケットの擦切れに注意。(福井県打波川)

④瀬の下流側の溜場(淵)



水温は低いが、魚と一緒に泳げる天然のプールだ。学校

にプールのない頃はこのようなところで水泳の授業を行っていた。(岐阜県馬瀬川)

⑥流れのあまり速くない平瀬



天然の流れるプール。ただし、下流側の流れが速くなっているところには注意しよう。(長野県和知野川)

⑥大岩付近



人が登れて、岩の下が深くなっている場所は格好の飛び込みスポット。飛び込み前には川底を十分に調べよう。(宮城県三迫川)

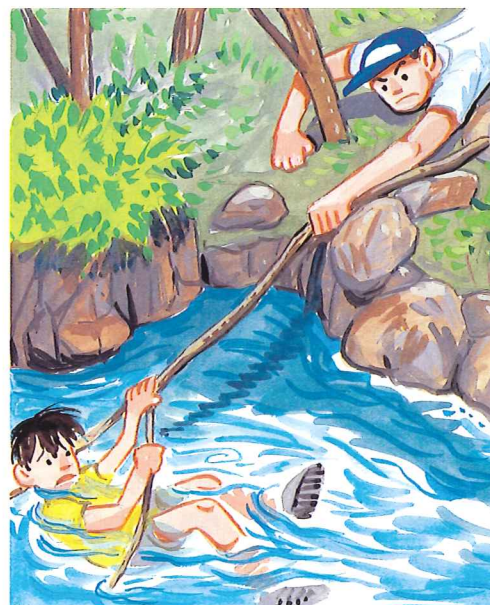
川は公共の利益や他人の活動を妨げない限り自由に利用できることになっていますが、多くの人がさまざまな利用をしているとともに貴重な自然の一部です。ルールやマナーを守り、自然環境へ十分配慮することが大切です。



★自然環境への配慮

川や水辺のゴミは、水質悪化や生きものへの影響、さらには海に流れ、自然環境に大きな影響を与えます。川での活動では、ゴミを必ず持ち帰ること、ゴミを1つでも拾ってきれいにするぐらいのことを心がけましょう。

とってはいけない動植物もあります。天然記念物や貴重種はもちろん、漁業権が設定されているエリアでは、とってよい時期や魚の種類などを確認しましょう。



★いざという時

水辺に近づくときには、ライフジャケットをつけましょう。もし、誰かが落ちたり流されたら、自分の安全を確かめ、先ず、声をかけてみる。次に、近くに長い棒などがあればそれを差し伸べる。棒がなくなかつ届かないところであれば、浮くものやロープを投げましょう。指導者となる大人は、救助用のスローロープを常に携帯し、使えるように事前に講習等を受けておきましょう。

ロープも届かない場合には、①ボートなどで漕いでいく、その次の手段として②泳いでいく方法もありますが、救助の訓練を受けていない人はできたとしても①のレベルまでです。助けに行った人が水難事故に遭う確率は約4割にもなります。

また、携帯電話は何かのときに便利ですが、川では電波の届かないところがあります。その場合には無線などの連絡手段の準備も必要です。



川での楽しみ方は、川を良く知ることでそれが何倍にもなっていく。最近では、水辺と親しみやすい護岸ができたり、川の活動に役立つような施設や活動を後押ししてくれる制度ができていくんだ。そんな全国の事例から、遊び場探しのポイントを紹介しよう。

川で遊ぶ時のマナー&注意事項

★参加者を知ろう

参加者に対して現場でこれから行う活動の内容や起こりうる危険やその時の対処方法などを事前に教えることをセーフティ・トークと言います。この説明を行うことで参加者が自分の身を守る方法を知り、パニックになることを防ぐなどリスクを回避、低減することに役立ちます。



★現場での対応

下見や計画段階で、①活動エリアの上流側には見張り役、②下流側には救助者としてのバックアップ、そして③中央に活動全体をコントロールする現場責任者を置くなど、基本的な指導者の配置を決め、現場についたら指導者間で配

置を再度確認し、安全対策には十分な配慮をしましょう。

川の流れの中は非常に体が冷えやすいものです。参加者が川に入る活動の場合には唇や顔色の変化等に注意し、こまめに休憩をとり体温低下に気をつけましょう。



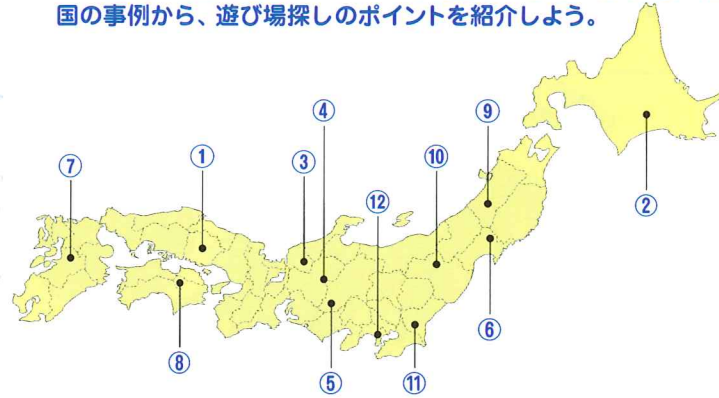
★危険を避ける

川原などでは、猛毒を持つマムシやスズメバチと出会うことがあります。スズメバチは川原のヤナギやクヌギなど樹液の出ているところにいて、頭部や目玉など黒いものへ攻撃する性質を持っています。その他、ブヨやアブ、チャドクガなどにも刺されると痛みや強烈な痒みとな

るので、活動場所で見られる危険な生き物を調べ、その生態や身の守り方等を知っておくことが大切です。

★急な増水に備えて

川では今いる場所で雨が降ってなくても、上流で雨が降っていたりダム^{ダム}の放流などの影響で、水高^{みづたけ}が急に増えることがあります。上流側に雨雲が見えたり、雷鳴が聞こえたりした時はもちろんのこと、普段流れてこないペットボトルや流木、落ち葉などが流れてきたり、水が冷たく感じたり、水位が急に低くなった時には迷わず川から離れましょう。川原の草が生えていないところは、増水時に水が流れていることの証。堤防の上や、建物の建っている場所まで避難^{ひなん}しましょう。



★中流域

中流は魚種も増え、水も比較的綺麗で流れも穏やか。川遊びに格好の場。

⑦水量の多くない川幅の狭い川



水の流れる感触を全身で感じることが出来る。体が何か引っかけたて脱出できないような水圧の高いところは避けよう。(熊本県白川)

⑧穏やかな流れの区間



カヌーやEポートでゆったりと流れるのもよし、ライフジャケットだけで流れるのも

よいが、鮎釣りなど他にも川の利用者がいることを忘れないようにしましょう。(徳島県吉野川)

⑨速い流れと反転流のある付近



川での救助訓練などをする場所として活用しやすい。流れのあるところでは足を川底に向けないこと。(秋田県雄物川)

⑩ワンド



川原側に本流と繋がっているが流れのおだやかな池のようなところをワンドという。そこには多くの生きものや稚魚が見られる。(福島県阿賀川)

★下流域

流れがほとんどなく海の魚も見られるなど魚種も豊富。水質や人口構造物に注意して川を思いっきり満喫しよう。

⑪人が近づきやすいように整備された護岸



川岸はアシなどの草が繁り水辺に近づけない。しかし、写真のように整備され利用しやすい場所もある。(茨城県小貝川)

⑫水際に水生植物が生えているところ



春先から初夏にかけて、水生植物のある水際にはコイやフナなどの産卵場所、稚魚のゆりかごとなっている。タモ網でガサガサすると色々な生き物が観察できる。(神奈川県鶴見川水系早淵川)

04 川を知る

①② 上流の雨

今いる場所が晴れていても、上流の雨で一気に増水する可能性がある。急に濁りがでたり枝が流れてきたら注意。鉄砲水への注意も必要。

③ ダム

上流にダムのある川では、放水による増水に注意。事前に放水情報を確認し、行動中は常に放水予告のサイレンに耳を傾けよう。

④ 水際に生い茂る草

草で見通しが悪い場所では、川に落ちる、滑って転ぶなどの危険がある。

⑤ 川底に岩などの障害物が多く流れの速い瀬

流れの中で立とうとしたり、川底に足を向けたりすると、岩の隙間に足をはさまれる危険性がある。特に急流では身動きのとれないことも。

⑥ 浮き石

うっかりと足をのせるとバランスを崩し落水することもある。

⑦ 流れが大きな岩や壁にぶつかる場所

水面下の岩がえぐれていることがある。そこでは下に引き込む流れが発生し引き込まれると危険。渦の中には流されてきた木の枝・ゴミ・釣り針などもあり危険な場所。

⑧ V字に波がたっている所 V字の頂点が上流側

岩や床止めなどの鉄筋の先端が、流れすれすれに隠れている。避けて通るのが安全。

⑨ 河原

植物のない河原は、雨などで川の水が増水すると浸水する可能性がある。

⑩ 中州

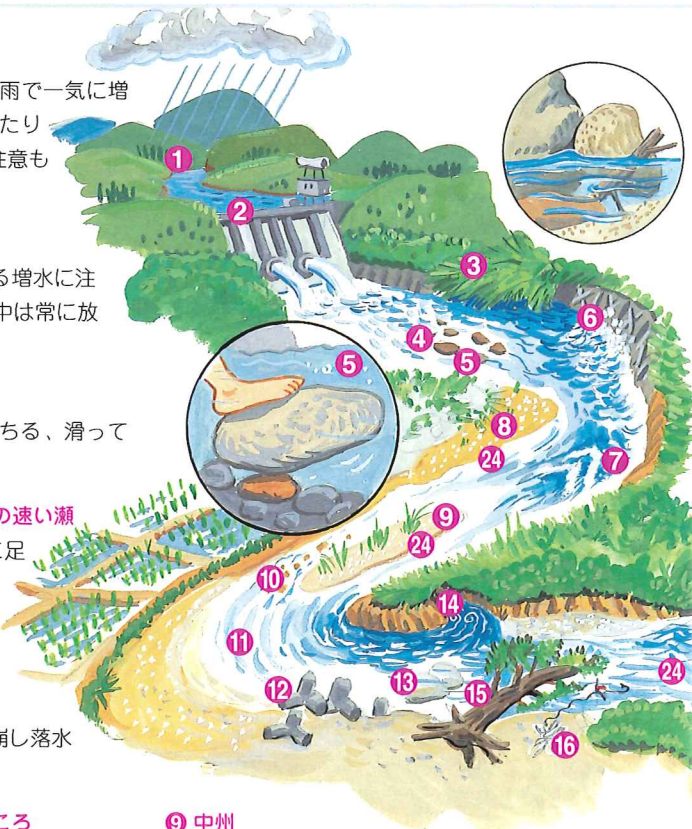
川の水が増水すると浸水する可能性があり、退路を断たれてしまうので注意が必要。

⑪ 水面が沸き上がっている流れ

強い流れが川底の岩にぶつかり沸き上がった流れ。大きなものは渦もたっている。

⑫ 穏やかな流れ

一見穏やかに見える流れも、川底の影響で流水は一定ではない。川の事故の約90%はこの穏やかな流れで発生している。近寄るときはライフジャケットを必ず着用するぐらいの心構えを。



「転ばぬ先の杖」ということわざがあります。川や水辺で活動しようとする時は、必要な準備はもちろんですが、活動場所の気象や川の情報ができるかぎり知ることが大切です。インターネットや電話での問い合わせなど方法はいろいろあります。必要な情報を入手し、川での安全な活動を心がけてください。



活動場所の細かな情報を集めよう



●河川管理者・市町村へ問い合わせる

河川を使用する場合、基本的には自由使用となっていますが、イベントなどの場合には使用願ひなどの申請が必要な場合があります。国の方針として安全な河川利用を推進しているので、活動予定の場所で何が知りたいことがあれば、河川管理者や市町村の担当課へ聞いてみましょう。

●河川利用者（漁協やリバースポーツ業者等）

漁業協同組合やカヌーやライフティングなどリバースポーツの事業者は、その活動エリアについての色々な情報に通じています。やってみたい内容や趣旨を伝えて、危険な場所等はどこか相談してみましょう。

●川の防災情報を活用しよう

国土交通省では地域ごとの雨量情報だけでなく、河川の水位情報やダムの放流情報等を「川の防災情報」(<http://www.river.go.jp/>)で提供しています。携帯電話でもリアルタイムで利用できます。下見で現地の川を見たときには、その時の水位を「川の防災情報」でチェックしましょう。当日現地に行く前に、川の状態を調べる時などに大いに参考になります。(P20参照)



より楽しくより安全に……Ⅱ



川には危険も沢山ひそんでいる。「より楽しく、より安全に楽しむ」の第一歩は、川の危険を良く知ることだ。川の中や周辺でおこる危険を知っていればその危険を避けることができる。下の図は川にひそむ危険をまとめたので参考にしてほしい。

気象情報を集めよう

●気象情報を活用しよう

テレビやラジオ、新聞の他、最近ではインターネットや携帯サイトからは狭い地域の天気予報をリアルタイムで手軽に入手できます。これらの情報を活用し、活動する川での天候の変化等を予測できるよう心がけましょう。(P20参照)

●当日の天候を把握しよう

突然の雷雨など、事前に予測できない気象変化もあります。活動中にも観天望気や気象情報ができるだけ入手し、悪天候が予測できたら、中止又は予定を変更する勇気を持ちましょう。



【観天望気】

雲の形や風向きなどから局地的な天気を事前に予測することを観天望気といいます。例えば月や太陽の周りに暈が見える時には天気は下り坂。富士山など独立峰の山頂に笠雲がある時、ひつじ雲が見られる時、日中山風が吹く時も雨が近づいている前兆です。

その他、つばめが低く飛んでいる時や、朝空気がじめっとして生ぬるく感じる時なども湿度が高く天気が崩れる前兆として注意しましょう。



講習を受けよう

●川の指導者養成など

NPO法人川に学ぶ体験活動協議会(P18参照)で展開している「川の指導者養成講座」では、川でのさまざまな体験活動を安全に楽しく指導するための基本的な知識・技術を学ぶことができます。活動内容によって注意事項や必要な知識・技術は異なります。自分たちが行う活動に特化した知識・技術を習得しましょう。自分たちだけで無理があれば、それらに詳しい指導者に活動サポートを依頼しましょう。

●保険への加入

万が一事故が起こったときに備えて、必ず保険へ加入しましょう。保険には大きく分けて2種類あり、通院や入院費用を保証する傷害保険と、指導者や事業者が被害者からの損害賠償請求に対応する賠償責任保険の2つ。必ず傷害保険と賠償責任保険へ入るようにしましょう。

⑫ 水制・橋脚・床止めなどの人工構造物

人工的な構造物の周辺では複雑な流れが発生していることが多い。引っかけってしまうと川の水圧を受けて動けなくなってしまう。

⑬ 岩

大きさ・水面の位置・形状などにより様々な流れを生む。複雑な流れを生み危険な場合もある。流水の中の岩には、特に上流側へ近づかないこと。

⑭ 反転流

岩などを回り込んだ場所やワンドでは反転流が発生している。本流に比べて流れがゆっくりではあるが流れはいずれ本流に戻るので注意。

⑰ 川の合流

2つの流れが合わさり複雑な波や流れが起こる。注意が必要。

⑱ 漁労施設

川幅いっぱいには縄や網を張り巡らせていることがあるので注意。

⑲ 堰堤

堰堤の下では強力な渦が発生している。均一に作られているため、横方向の流れの変化がなく抜け出すのは困難。

⑳ まっすぐで深さがあり障害物が少ない流れ

水が岸から中央に向かって流れ、岸に向かって泳いでも流されてしまう。増水時に発生しやすい。特に、コンクリート護岸で流れが直線的な場所では起きやすい。

㉑ ぬれた石やコンクリート

ぬれた石やコンクリートの上は滑りやすい。いつも水しぶきをかぶっているような岩も、コケが生えていて滑りやすい。

㉒ 川底のゴミ

ケガをするだけでなく、足をはさまれて水圧で身動きがとれなくなる例も。濁った川は川底が見えないので、何があるかわからないので十分注意しよう。



⑮ 川に倒れ込んだ木

流されて引っかけってしまうと川の水圧を受けて動けなくなってしまう。

⑯ 釣り針・糸

どんな場所にもある可能性があり、刺さってしまうとカエンがあり簡単には抜けない。糸が体にかみついて水中に拘束される危険性もある。

㉓ 河口付近

潮の満ち引きの影響を受ける。いつの間にか川の中央に取り残されてしまうことも。また沖に向かう潮の流れは強く沖に流されてしまう危険性が高い。

準備

計画を立てよう

まずは、目的は何か、どんな活動を楽しむのか、その活動に最も適した場所、日程などの計画を立てましょう。

《企画段階の重要なチェック事項》

- 意図・目的は明確か
(学習、自然体験、レクリエーションなど)
- 開催時期は適切か
(気候、参加しやすさなど)
- 場所は目的・活動に適しているか
(周辺の環境、広さ、内在する危険など)
- 参加者はどのような人々か
(年齢、体力、活動経験など)
- 活動は適切か
(意図・目的に適しているか)
- プログラムは参加者にとって適切か
(年齢、体力、活動経験など)
- 中止の場合のプログラムを準備したか

現地の状況を確認しよう

企画が決まったら、現地の下見をして活動場所の状況をしっかり確認しましょう。



- 参加者の活動場所の状況と指導者の配置場所
- 危険箇所はないか
(活動場所、移動、コース中など)
- 上流のダムの有無と放水計画
- 活動場所の河川平常水位と水温
- 緊急時の避難・搬出ルート
- 病院・消防・警察などの位置と連絡先
- 禁猟区や遊泳規制、河川利用の規制など

届出と保険

活動によっては、届出が必要な場合があります。活動場所の状況をよく調べて出発前に済ませておきましょう。また、事故はいつ起きるかわかりません。傷害保険や賠償責任保険にも事前に入社しましょう。

- 使用する公園や河川の管理者に許可申請や届け出をしたか
- 警察や消防への届け出をしたか
- 参加者の傷害保険・賠償保険に加入したか
- 主催者・スタッフの傷害保険と賠償責任保険に加入したか
- 保険の対象となる内容を確認したか
- 加入した保険の内容を参加者、スタッフに伝えたか

講習を受けよう

どんな危険があるのか。また危険に対してどのような準備をしたらいいのか。危険回避の方法や万が一のときの救急救命などの講習を受講しておきましょう。川の指導者講習会も全国で開催されているので、ぜひ受講しましょう。活動を行う際の川の楽しみ方から安全管理、活動の企画運営まで幅広くスキルを身につけることができます。(P18参照)

危険を避け楽しく活動するにはそれなりの準備と心構えが必要です。現地の様子を知ることや関係者(機関)との調整、その場所に適した装備をそろえること、そして最後に心と体の準備しておくこと。活動は出かける前の準備から始まっています。

服装&装備

活動に必要な道具はもちろん、救急用品・医薬品、レスキューに必要な機材を必ず携行しましょう。ライフジャケットも水際での活動を行うのであれば人数分を準備したいものです。

水に入る場合

- ・ライフジャケット：必ず着用する。体重の10%の浮力を持つものが適当。
- ・ぬれても良い服装：特に濡れたときに乾きやすいナイロン製のものが良い。
- ・靴：ぬれても良い運動靴(ウォータースーツ、リバーシューズなど)
- ・ビーチサンダルは活動中に脱げて危険なので使用しない。



川原や水辺で活動するとき

- ・帽子をかぶる
- ・軍手をする
- ・動きやすい服装
- ・ぬれても良い歩きやすい靴など



スローロープの使い方

もしもの時、ロープを溺れている人の真上に向かって投げる。下手投げで投げ、溺者がロープにつかまったら、流れに引き込まれないように注意し、無理に引っ張らず、ロープをピンと張って振り子のように下流の川岸に導く。(右図参照)

スローロープの正しい使用方法は、事前に川の指導者から学んでおくことが大切です。