

し  
これだけは知っておこう！

かわあそ  
**川遊びのルール**  
**だれでもできる**  
きほんへん  
**基本編**



天竜川総合学習館かわらんべ  
08年7月改定



★Q2 「あなたならどれを選ぶ？ 服編」

Q.2 「綿」で作られた服 VS 「化学繊維」で作られた服

答え：『 』

Q2 不正解の服をはいてきた場合の対応は…

Q.3 ジーンズ VS 短パン

答え：『 』

Q3 不正解の服をはいてきた場合の対応は…

★「家族単位でもぜひ用意したい道具」

「ライフジャケット」

お値段は数千円～数万円でピンからキリまで。でも…

Q4 自分の体重の 『 』

以上の浮力を持つものを選びましょう。

理由：『 』

「ヘルメット」

Q5 『 』がないヘルメットはぜったいダメ！

「スローロープ」

5000円ほど。万一のために備えておきたい道具です。

腰に巻けるベルトがあれば理想的。

# かわあそ 川遊びのルール その2

「川に到着！ さあ、遊ぶぞ～！！」

…の前にやっておくことがある！

★「川の様子をしっかりと確認！」

<ポイント0 (前日)>

なるべく前日下見を！！ 必ず一度は下見を！

Q6 『 』もチェック！

<ポイント1>

Q7 まず『 』をチェック。

よくくる場所なら、Q8 『 』の把握を。

<ポイント2>

川の深いところ・浅いところを見分け方

上流

>>>> ←水面にこんな模様が出たら、深い場所・流れが早い場所のサイン。

< ←水面にこんな模様が出たら、川底に障害物があるサイン。

下流

<ポイント3>

Q9 『 』の状態を確認しておきましょう。  
特に釣り針や針金には要注意！

<ポイント4>

Q10 遊び場の『 』もチェックしておこう。

<ポイント5>

行動範囲・時間・休憩場所 を決めておこう。

<ポイント6>

リバーサインも決めておこう。

## かわあそ 川遊びのルール その3

あそ  
「遊んでいるときでも、気をつけよう！」

★「上流側と下流側に大人を配置すること！」

じょうりゅうがわ かりゅうがわ おとな はいち  
危険物が流れてこないか、誰か流されてしまわないかチェック。

★「体の変化に気を配ろう！」

Q11 川に入っていると、体温がどんだんうばわれて  
『 』になってしまう。  
ひどいときは本当に死んでしまいます！！

これを見分けるサインは・・・？

- \* くちびるがムラサキ色になる。 ← 秘密兵器 『 』
- \* 何度もおしっこに行きたくなる。
- \* 身体がブルブルふるえだす。

もしこのような状態になってしまったら、

Q12 『 』 ことが大切。

★「リバーサインを活用しよう！」

OK! NO! 右・左 ストップ 集合 SOS!

急げ! ゆっくり 注意! 救急セット! etc...

Q13 『 』 も併用すること。

★「腰まで水が来る場所」は要注意!

Q14 理由: 『 』

## 川遊びのルール 解答編 (\*08年現在)

Q1：1位 ③ 2位 ④ 3位 ② 4位 ①

2位の靴で気をつけること……ヒモを靴の中に入れておく。

☆オススメ品・・・「川足袋(かわたび)」

Q2：化学繊維の服

対応：「水の中では多少動きづらくなる」事を事前に伝えてあげること。

Q3：短パン

対応：深いフィールドでは、基本的に入らせない。

すそを捲り上げる程度で済む場所ならOK。リスクも伝えておくこと。

Q4：1/10

理由：頭の重さが体重の1/10にあたるため。

Q5：穴 \*穴なしヘルメットしかない場合は、「着用しない」方が安全。

Q6：天気予報

\*「数日前の大雨」も要注意。増水している場合あり。川底に新しい危険物が流されてきている場合もある。

Q7：水量

Q8：いつもの水位 \*大きな石に付着するコケなどで判断。

Q9：川底 \*箱めがね・水中眼鏡などでチェック。「川底が見えない」のが一番怖い。注意が必要。

Q10：下流 \*およそ数百m下流までチェック。

Q11：低体温症(ハイポサミア) 秘密兵器：手鏡 \*自分で唇チェック。

Q12：体温を逃がさない \*加温よりも保温に重点をおくこと。

Q13：玉のない笛 \*最悪でも「笛」は持ってゆくこと。

Q14：体の重心がぶれやすくなる・転倒しやすくなる。