

## ③ スタンドアップパドルボード (SUP)

ボードの上に立ち、パドルを使って海の上を進みます。  
どうすれば皆でボードの上に立てるでしょうか。  
落ちずにうまく進むにはどうすればいいでしょうか。  
仲間と協力して海を感じながら SUP に乗りましょう。



ねらい	海に親しむ態度や心情を育むとともに、仲間と協力することの大切さに気付かせる。				
活動場所	室戸岬新港内			所要時間	3時間
活動人数	10~40人	対象	小学5年生以上	指導の有無	有り
準備物	団体・個人で用意するもの：水着、水筒、ビーチサンダル 自然の家で貸し出しするもの：SUP、パドル、マリンシューズ、ライフジャケット				

### 活動内容

- ①活動に必要な用具を準備し着用します。
  - ②忘れ物がないか確認し、活動場所へ移動します。
  - ③ライフジャケットを着用します。
  - ④バディコールを行い、湾内で浮遊体験をします。
- ※時間や天候により中止することもあります。
- ⑤SUP、パドル準備をします。
  - ⑥実際に海の上で SUP 体験をします。
  - ⑦SUP 等の片付けをします。
  - ⑧海浜活動センターに戻り、ライフジャケットなど片付けます。

### 注意点

- ◆ライフジャケットを装着し、バディーチェックが終わったら、職員の確認を受けましょう。
- ◆職員の指示がある時以外は、海に入らないようにしましょう。
- ◆階段が滑りやすくなっていることがあるので注意しましょう。
- ◆階段横のスロープに入らないようにしましょう。
- ◆手すりや岸壁は、貝等で手が切れるので、触らないようにしましょう。