

海水浴



活動内容	玄海の海岸は遠浅で海水浴に最適です。本物の海の波に触れ、潮風を感じることで、自然の雄大さ美しさを体感できます。遊泳範囲の設定や監視体制の打ち合わせで安全面も安心です。休憩時にはスイカ割りや砂遊びの活動も実施することができます。
------	---

対象	必要時間	活動人数	活動形態	
制限なし	2～3時間	200名	一斉	
活動場所	必要引率者	活動適正期間	自然・感性	◎ 創意工夫
海浜	総括責任者、水際監視 海中監視	6～9月のみ実施可	主体・計画	協調・協働
			粘り強さ	人間関係

活動の流れ	利用団体		「玄海の家」職員		
		【会議】海水浴会議(会議室)		【会議】海水浴会議(会議室)	
		気象条件・参加人数・活動内容・監視体制・使用ロッカー・活動場所・海浜集合時刻等の確認			
		※浮き輪・ビーチボール・ゴムボード等遊具の持ち込みは不可 ※ゴーグルは使用可、水中メガネは使用不可		※活動が実施可能かの判断を行う ※団体の人数に応じた活動範囲の設定	
【集合】運動広場等(団体で実施)(30分)					
活動	①着替えを済ませて集合(運動広場) ②準備運動・諸注意・バディの確認				
	【集合】海浜(1時間～2時間)	【指導】海水浴について指導を行う			
	①諸注意、海浜清掃(20分) ②海水浴(20分) ③休憩(10分) (②+③)最大3クール	・海浜清掃 ・諸注意(バディの確認、危険行為等) ・監視 ※清掃後の海浜清掃用ネットを回収			
事後	【片付】シャワー(海浜出入口)(30分)	【指導】シャワー(海浜出入口)			
	・着替え(海浜出入口更衣室) ・更衣室、ロッカーは指導者が点検(雑巾を使った乾拭き清掃も含む)	・体の砂を洗い流すように指導			

引率者の役割	<ul style="list-style-type: none"> 研修生と一緒に海に入り、安全を確認 有事の際に対応できるように陸上から研修生の監視 活動終了後のシャワーで、体についた砂を洗い流すよう指導
活動の留意点	<ul style="list-style-type: none"> 水泳帽子の着用を厳守(安全管理のため) 紫外線によるやけど防止のための着衣(ラッシュガード、Tシャツ等)は着用可
「玄海の家」で準備できるもの	水域制限ロープ(ブイロープ)、救命用浮き輪
利用団体で準備するもの	水筒、タオル、水着、水泳帽子、マリンシューズ推奨(ビーチサンダル可)、救急医薬品