

# 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。休憩時間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 <input checked="" type="radio"/> 創意工夫
海浜	責任者、陸上監視 海中監視	6~9月のみ実施可	主体・計画 <input type="radio"/> 協調・協働 粘り強さ <input type="radio"/> 人間関係

活動の流れ	利用団体		「玄海の家」職員
	事前	【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		※活動が実施可能の判断 ※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) 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) ①諸注意、海浜清掃(10分) ②海水浴(20分) ③休憩(10分) (②+③)最大3クール		【指導】海水浴について指導 ・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	
【片付】シャワー(海浜出入口)(30分) ・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)		【指導】シャワー ・体の砂を洗い流すように指	

引率者の役割	・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	・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、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、ビーチサンダル、救急医薬品