

池 遊 び

富山県呉羽青少年自然の家

三楽池の深さは、約 120cm あります。

持ち物

- ・虫よけスプレー
- ・そうきん（脱衣所などぬれた所をふく）
- ・必要に応じて水着
- ・はきもの…サンダル（足首で固定できるもの）、長靴、ズックなど

はじめる前に

- ・ 職員と打合せをし、着替え、タオルなどを置く場所（三楽池周辺、南テラス、2階脱衣所など）、着替えをする場所を決める。
- ・ 着替え、シャワーなどで2階脱衣所を使う場合は、2階ホールにシーツを敷く。（※下写真参照）シーツは2階ホール非常口付近にあるものを使う。



- ・ 活動の前に中庭、または三楽池周辺で注意事項、シャワー、着替えの手順などの説明を聞く。
- ・ 必ずはきもの（足首で固定できるサンダル、長靴、ズック）をはいて活動する。（スリッパ型のサンダルは適さない。）
- ・ 活動中は絶対に走らない。

<シャワー、着替えの手順例>

- ① 着替え、タオルなどをもって、はだして屋外シャワー室へ行く。
- ② シャワーをして砂、泥をおとす。
- ③ タオルで体をよくふく。ぬれたまま2階へ上がらない。（引率者のチェックを受ける）
- ④ 着替え、タオルを持ち、はだして非常階段から2階へ移動する。
- ⑤ 脱衣所で着替える。
- ⑥ ぬいだサンダルなど、はきものを取りに行く。

いかだ遊び

- ・ いかだが沈んでしまうほど、たくさん乗らない。定員およそ5名
- ・ いっしょに乗っている人に気を付けて竹さおを使う。竹さおは1台に2本まで
- ・ 竹さおのテープが巻かれていない方で池の底を押していかだを進める。
- ・ ターザンロープをしている人にぶつくと危ないので、ブイ（黄色い浮き球）に近づかない。
- ・ スイレンなどの植物が生えているところに入らない。
- ・ いかだからいかだへ絶対に飛び移らない。
- ・ いかだのへりに足をたらしたり指をかけたしたりしない。衝突した時にけがをする。
- ・ いかだをゆらさない。
- ・ 降りたら必ず、ロープを丸太にひっかけておく。
- ・ 竹さおは、元の場所に戻しておく。



ターザンロープ

- 池に落ちる場合、引率者は万一の事態に備え、助けに行ける準備をする。
- 必要に応じてライフジャケットを着用させる。
- ズックやサンダル（足首で固定できるもの）をはき、水着を着用する。（水中に飛び込まない場合は水着を着用しなくてもよい。）腕時計やめがねなどを外し、ポケットの中に物が入っていないか確かめる。
- 必ず一人で乗る。（二人乗り禁止）
- スタートする前に、パイの内側に人やいかだがないことを確かめる。
- 次の人は、前の人に戻ってきたらロープをしっかり持ってあげる。
- 池に落ちてもあわてない。※水深は約120cm
- 水に顔をつけて泳いだり、もぐったりしない。（水はプールのようにきれいではない）
- ロープからいかだへの飛び移りは絶対にしない。
- 引率者は池に落ちた人から目を離さない。
- 池に落ちたら、次の人のじゃまにならないように横に移動し、すぐに池から上がる。
- 交替時や終了時には必ず人数を確認する。
- 水着やはだしで他の遊び場（活動場所）に移動しない。



池ジャングル・竹ジャングル

- 長袖シャツ、長ズボンを着用するとよい。（けがと虫さされを防ぐため）
- ゆっくりあわてずに進んでいく。前の人を追いこさない。
- 前にいる人に「早く行って！」などと言ってせかさない。
- 竹をわざとゆらさない。
- 雨で竹がぬれているときは、滑るので気を付ける。状況によっては、池・竹ジャングルは中止にする。
- 進むことが無理だと思ったら、その場でゆっくり降りる。
- 回を重ねると緊張がゆるんで事故がおこりやすいので注意する。
- 竹がひび割れている場合、手を切ることがあるので十分注意する。



終わったら

- 汚れた服や体を屋外シャワーできれいにしてから入館する。
- シャワーを使う時は排水口がつまらないように、足洗い場で泥を落とす。
- 一度に多くの人がシャワーを使うと、混雑するので順番を決めて効率よく行う。
- 2階浴場の脱衣室を使う場合は以下のことを守る。
 - 非常階段、バルコニーを通過して2階ホール非常口から入室する。
 - シーツは使い終わったらきれいにたたんで青いケースに戻す。汚れ、水ぬれのひどい物は事務室に届ける。
 - 使用後は脱衣室の床をふいてきれいにする。