

講習会開催報告

カヌージュニア指導員養成講習会の実施報告

太田 謙¹・松尾太郎¹・正木智美¹・西村直樹¹

I. はじめに

岡山理科大学自然フィールドワークセンターは、旭川におけるカヌーを用いたエコツアーの試行を行っている(太田ほか 2015, 太田ほか 2016)。ツアーをスムーズに行うには、解説者に高い操船の技術が必要である。このため、カヌー指導者養成の講習会を開催した。

日本カヌー連盟公認指導員は、日本カヌー連盟(JCF)が日本レクリエーションカヌー協会(JRCA)に委託し、認定される資格である。その中のジュニア指導員は、カヌーから脱艇後、自力で泳ぎつける範囲(目安として岸から200m以内の内水面)で、かつ風や波の影響を受けない状況で指導ができることを想定している(内田 2013)。ジュニア指導員は、漕方と安全管理の基礎を習得する必要がある、さらに上級の資格としてシニア指導員がある。

自然フィールドワークセンターは、旭川エコツアーで協力をいただいている岡山カヌークラブと連携して、日本カヌー連盟公認スクールである、マホロバ・ホンダ・カヌースクールの代表である本田大三郎氏と、検定指導員の資格を有する横浜市消防局の芹沢幸人氏に、講習会及び検定会の開催を依頼した。

講習会は、2016年10月1日から2日の二日間にかけて、岡山県瀬戸内市牛窓町前島の岡山理科大学臨海教育施設で行った(図1)。

II. 講習会

講習会では単純にカヌーの技術だけでなく、指導者として水上の様々な環境において状況の変化に対応し、安全にカヌーの楽しさを伝えることのできる方法を学んだ。

1. カヌー基礎知識

講習会の開始にあたり、最初に服装など装備についての解説が行われた(図2)。続いて、カヌーの部分名称と機能の解説があった。指導者として解説する場合は、カヌーにガムテープなどを貼って、そこに油性マジック等で名称を書き込むと受講生が覚えやすくなる。

続いて、カヌーのフィッティング方法とパドルの持ち方の解説を受けた。救命胴衣やヘルメットの装着、そしてメガネなど脱落しやすいものの対処方法を確認した後は、海へとカヌーを漕ぎ出した。

2. 基本技術

パドルリングの基礎として、前進するフォワードストローク、制動と後退を行うブレーキングとリバースストロークを練習した(図3)。加計学園前島研修所の前の浜を横切るように、東西に約50mを往復して練習した(図4)。さらに、横方向へ移動するドローストロークとスカーリング、直進から艇の方向を変えるローブレイス、スターン・ラダー、バウ・ラダーについても練習を行った(内田 2009, 2013)。特に、横に移動するスカーリングはパドルで水を捕

1. 〒700-0005 岡山県岡山市北区理大町1-1 岡山理科大学自然フィールドワークセンター Nature Fieldwork Center, Okayama University of Science, 1-1 Ridai-cho, Kita-ku, Okayama-shi, Okayama-ken 700-0005, Japan. E-mail: k_oota@edu.kake.ac.jp.



図1. 講習会と実技検定を行った前島研修所前の海岸(地図データ: 2016 Google Map).

らえる練習として適しており、カヌーに乗らず波打ち際で練習することも可能であった(辰野 2013)。

3. レスキュー技能

実習では、カヌーがひっくり返った時の再乗艇方法についても多くの時間を使って練習した(図5)。

2艇でのレスキューを想定した訓練では、再乗艇と補助救援行動を交代で練習した。カヌーがひっくり返った時は、救助者はカヌーから脱出し、なるべく早くカヌーを引き起こす。この時、パドルを離さないことと、水が入る前に素早くカヌーを引き起こすことが重要である。カヌーを、救援者に確保してもらえたら、救助者はコックピット後ろ側のデッキにうつ伏せで這い上がる。続いて、右足をコックピットの中に入れ、バランスが崩れないように注意しながら左足も引き上げる。足がコックピットに入れば、あとはバランスが崩れないように慎重に身体をひねって前を向くようにする。

補助救援行動は、転覆したカヌーを押さえて、救助される人を助ける技術である。救援者は、カヌーを自分の艇と前後が逆になるように寄せて、救助者のパドルを受け取る。続いて、救助者のカヌーのコックピット前方のデッキを抱え込むようにして押さえて安定させる。

また、上級の技術であるが、転覆した際に自力で起き上がるロールの練習も行った(辰野 2013)。ロールの練習は講師に補助者としてカヌーを支えてもらいながら、カヌーを起こす際の上半身の動きを学んだ(図6)。ロールは、ジュニア指導員の上級であるシニア指導員の取得の際には、必要になる技術である。

カヌーがひっくり返った際には、再乗艇できない場合もある。その場合を想定して、救助者のカヌーをロープで牽引しながら岸に向かう練習も行った。ロープを扱うために、もやい結びなどロープワークについても学んだ(内田 2013)。

4. 救急法

カヌースポーツを行う際には、受講者の安全確保が重要であるため、救急法の習得も必要である。ジュニア指導員については、消防署等で一般向けに行われている普通救命講習を受講することで、この知識を得る必要がある。この講習では要救助者が現れた時の対処法、心配蘇生法、AEDの使用方法、止血方法などについて、実技を含めて知識と技術を習得した。



図 2. 講習会の様子. 解説を行う本田大三郎氏.



図 5. 再乗艇の練習の様子.



図 3. 実技の練習の様子(パドリング).



図 6. ロールの練習の様子.



図 4. 実技の練習の様子(ターン).



図 7. 実技の検定の様子.

5. 検定

講習会の後に、検定が行われた。

筆記試験は室内で行い、カヌーの基礎知識から、救急法まで様々な問題が出題された。

実技試験は、カヌーに乗船し、前進、後退、回

転、横移動が確実にできるかどうかを試験した。さらに二人一組となって、一人がカヌーから落ち、もう一人が補助救援を行い、再乗艇を行うことができるか試験した(図7)。

III. 最後に

2日間にわたる講習会の結果、受講者はカヌーの知識・技術と共に多くのことを学ぶことができた。基本のフォワードストロークだけをとっても、スクーリングなどで水をしっかりキャッチすることができ、より効率よくパドリングを行うことができるようになった。また、カヌーがひっくり返った際の対処方法は、水上に出る際に感じる転覆時の不安を軽減する。講習会の内容は、いずれも野外でカヌーを扱う実用的なものばかりであり、今後、カヌーを用いたエコツアーを行う際には非常に役立つ知識ばかりであった。

一方で、課題も明らかになった。講習会に使用した岡山理科大学が所有するカヌーは浮力体が付属していないため、再乗艇が非常に困難であった。今後は、浮力体の装着(辰野 2013)など保有するカヌーの大幅な改良を行うことが重要である。さらに、救命胴衣やヘルメット、スプレースカート、レスキュー用のロープ、防水バッグなど用具の整備も必要であろう。

受講者は、今後カヌーに乗る機会を増やして技術を磨く必要がある。カヌーに関する愛好会や同好会を創立し、カヌーの輪を広げる活動も視野に入れるべきだろう。

謝辞

講師を勤めていただいた、マホロバ・ホンダ・カヌースクールの本田大三郎氏と横浜市消防局の芹沢幸人氏に感謝いたします。また、講習会の開催に多大な協力をいただいた、本谷円光氏をはじめとする岡山カヌークラブの諸氏に感謝いたします。

引用文献

- 太田 謙・正木智美・松尾太郎(2015). カヌーによる旭川エコツアー -水の上から川を見ると、いつもと違ったものが見えてくる-. *Naturalistae* 19: 75-78.
- 太田 謙・正木智美・松尾太郎・西村直樹(2016). カヌーによる旭川エコツアー -水の流れと生き物たち-. *Naturalistae* 20: 103-107.
- 辰野 勇(2013). 「カヌー&カヤック入門」. 60-62pp. 山と溪谷社, 東京.
- 内田正洋(2009). 「シーカヤック教書」. 80-101pp. 海文堂出版, 東京.
- 内田正洋(2013). ジュニア指導員について. 日本レクリエーショナルカヌー協会編, 「カヌースポーツ基礎 -環境教育としてのカヌー-」: 38-100. 海文堂出版, 東京.
- (2017年1月6日受理)