

## 「すこやかロードを歩こう! in おびら」を開催いたします!

平成29年度におびまる広場周辺が「すこやかロード」に認定され、ウォーキング及びノルディックウォーキングの経験のない初心者でも誰でも楽しみながら簡単に健康づくりができます。

また、講師にリレハンメルオリンピック金メダリストの阿部雅司さんを招きご指導いただきますので、楽しみながら正しいウォーキングを体験できます。



**日 時** 平成30年7月8日(日)※小雨決行 受付開始9:30~9:50 終了は12:00頃を予定

**集合場所** おびまる広場

車でお越しになる方は、海洋センター前または横、艇庫前に駐車願います。  
ゆったりかん前の駐車場は使用しないでください。

**参加対象** 年齢・経験問わず、どなたでも大歓迎! (小学生以下は保護者同伴)

**参加料** 無料

**必要な物** 飲み物、汗拭き用タオル

ノルディックウォーキング用のポールは貸し出しいたします。

※申込期限につきましては、平成30年7月5日(木)に延長しましたので海洋センターにお申し込みください。

◎問い合わせ先 B & G 海洋センター ☎59-1216

## 「夏の水辺の事故を防ぐために」



夏は子どもたちにとって楽しい時期ですが、水辺の事故に気を付けなければならない時期でもあります。

昨年、夏期における子どもの水辺の事故の主な発生場所の1位は「河川(50%)」、2位は「海(28.6%)」となっており、行為別の事故発生1位は、「水遊び(50%)」で、次いで「魚とり・釣り(28.6%)」となっています。水辺の事故は毎年1,400件を超え、特に夏休み期間となる7月~8月は多く発生しています。

しかしながら、水辺の活動は、自然環境への興味関心が高まり、五感を強く刺激することによるリフレッシュ効果もあるなど高い教育効果があることも分かっています。

“危険だから”と水辺から遠ざけるのではなく、子どもたち自身が「自分の命は自分で守る」意識と技能を身につけ、様々な活動を通じて「生きる力」を伸ばしていくことも大切な経験といえます。

### 安全に水辺の活動を楽しむために…

- 水辺に遊びに行く前に「天気予報を確認」
- 水辺で遊ぶときは「ライフジャケットを着用」
- 水辺で遊ぶときは「一人で行かずグループで」
- 溺れている人を見つけたら「飛び込まず助けを呼ぶ」
- 水に落ちてしまったら「慌てず、浮いて助けを待つ」



☆各家庭でルールを決め、安全に水辺の活動を楽しむように心がけてください。

B & G 海洋センターでは、安全に水辺で遊ぶことができるよう、浮き身の練習やライフジャケット体験などを行う「水辺の安全教室」を毎年実施しています。

7月16日(月・祝日)おびらっ子スポーツクラブ「海の日記念カヌー・ヨット体験教室」では「水辺の安全教室」も併せて実施いたします。ぜひご参加ください!!

◎問い合わせ先 B & G 海洋センター ☎59-1216