

# スポーツ科学科 あおもり創造学②

## ◇ラフティング体験実習◇

ラフト(ゴムボート)を使用し急流を下ってスリルを楽しむレジャースポーツ

8月30日(火) 西目屋村にあるA'GROVEの木立彰さんにお世話になり、ラフティングを体験してきました。まずは、ウェットスーツにヘルメットを着用し、陸上でパドルの使い方やラフトの座り方、万が一落水したときの対応などのレクチャーを受けました。そして、8月上旬の豪雨により、川の水は濁り、さらに増水という絶好のラフティング日和の中、岩木川を下り始めました。

川は蛇行を繰り返し、流れの緩やかな淵、流れが早く白波の立つ早瀬など様々な表情を見せる中、仲間と協力し下っていきます。急流を見事にクリアしたときには、全員でパドルを利用しハイファイブ。流れの緩やかな淵では、ラフトから川の中へダイブ。そして、クライマックスは、4、5メートルの高さはあるかという岩の上からのダイビング。さすがスポーツ科です。見事に全員成功でした。

今回のラフティング体験実習を通して、青森県が誇る世界遺産「白神山地」から流れる岩木川の魅力や、その大自然を利用したアクティビティー(ラフティングやキャニオニング)の魅力が体験することが出来ました。また、自然の恐さを知ることで、無理をせず安全に臨むことが一番大切なことだということを学ぶことが出来ました。

