

## 研修報告書

会員研修会 リバーSUP ミーティング

2019年9月25日26日 天竜川（長野県飯田市周辺）

主管 : 一滴 Paddle & Mountain Guide

担当トレーナー : 山口 浩也（コア アウトフィッターズ）  
中村 昭彦（一滴 Paddle & Mountain Guide）

協力 : 平井 剛（サンデープランニング）

参加者 : 9月25日  
公認スクール代表者2名、一般会員9名、非会員3名 計14名  
9月26日  
公認スクール代表者2名、一般会員9名、非会員4名 計15名

※両日ともに雑誌『漕遊』の秋元氏が取材参加

使用河川 : 9月25日 天竜川天竜峡区間（時又～唐笠） 約8キロ

水位：時又-4.36 天竜峡 1.90 快晴

9月26日 天竜川駕流峡区間（市田～時又）約13キロ

水位：時又-4.38 市田-1.13 快晴

宿泊場所 : 野底山森林公園キャンプ場

### 【研修目的】

ここ数年人気が出ている川でのSUPを体験し、可能性を探りました。初日はのんびりとした区間をゆっくりと漕ぎ、SUP特有の危険の洗い出しと必要な技術についての検証、翌日はある程度波がある川にチャレンジし、ここの操船技術の修得と安全に関する見直しや指導法についても考えました。また、あらゆることに意見交換をおこない参加者同士の友好を深めました。

### 【実施内容】

9月25日

下る前にSUPで川を下るための装備の確認をおこないました。SUP、パドル、リーシュ、等々全ての道具に関してより良いベターな選択をするための話をしました。

川下り初めてチームと、SUPを含む何らかのパドルを使った道具で川下りをしたことがあるチームの2つに分けて川下りをおこないました。

初めてチームは川の特徴やその中でのボードの動き、セーフティに関することを説明した上で川下りを始め、緩やかな流れの中でのボードコントロールの練習をしながら下りました。（リーダー：中村）

経験者チームはいろいろなエディを取りながら積極的に動き回りました。途中ではメンバー同士のボードを交換し、それぞれの特徴を感じながら意見交換をおこないました。（リーダー：平

井、サポート：山口)

9月26日

1つのチームとして行動しました。ただし、積極的に動きたい方は先頭の平井についていき、よりセーフティなルートを下りたい方は中村についていくように伝え、テールには参加メンバーの中で川でのSUP操作に慣れているメンバーを配置しました。下る距離も長いこともあり、安全にゴールすることを目的としツアーを進めました。昼食の休憩時には傍にあったウェーブを使って、いろいろなSUPの試乗をおこないました。

※今回の参加メンバーの1人が26日のダウンリバー中に左手親指を骨折してしまうという事案が発生しました。

フィンが岩にヒットした反動で体が前に倒れ込んだ際に、ノーズ側に取り付けていたウォーターボトル(ステンレス製)とパドルのグリップの間で強い力で挟まれてしまったことが要因のようです。

ウォーターボトルは強く凹んでいたのが衝撃は強かったのですが、痛さはあるが、動かせたこと、ピンポイントペインが確認できなかったことから、強い打撲だろうと話をしていました。

翌日腫れがひかなかったので病院に行ったところ、骨折であるとわかりました。

※浅瀬でのフィンの川底へのヒットによる破損が複数ありました。

#### 【所感】

今まで研修で利用していた初日の千曲川と違い、初日の区間からクラス1程度のホワイトウォーターがあり、SUPで初めて川を下る参加者には刺激があったと思う。

経験者クラスの最後尾についていて感じたことは川の経験が少なくても、海の波になれて乗り込んでいる人はキャッチが良いのでコースを修正することも出来ていた。しかし流れについての知識が浅いのでイン、アウトが不慣れ。川でカヤックなりSUPをやっている人たちは楽しめる区間であった。

2日目の区間はスタートしてすぐからホワイトウォーターがあり、クラスも2、全体的に素直であるが長めの瀬がある事から中級以上から楽しめる区間であった。

普段の活動場所が海で、川を初めて下った参加者から聞いたことです。

落水後、岸に近いことからボードに乗る前に泳いで岸に近づこうとした結果まったく寄らず、疲れてボードに乗る体力を失っていた。泳ぎに自信があるが川という自然環境の知識不足がよく分かったようです。

今までよりも大きな瀬を下ることが出来たので、ルートどりのことを全員で話し合う時間を設け

ればよかったと思います。

フィンの破損も多かったことから感じます。

普段、川で乗る回数も少なく、インフレーターということで見落としがちだったボードの性能が、流れの激しいところを下ることで違いが少しわかりました。

残念なことは参加者の中で親指を骨折してしまった方がいたことです。

親指を打った後、特に処置無しで最後まで下り、帰宅後分かりました。

JSCAに所属していないアウトフィッターの方たちが興味を持って研修会に参加したことは、非常に良い傾向だと思いました。

コア アウトフィッターズ 山口 浩也

2年ぶりのリバーSUPの研修会でした。申込みは比較的早い段階でほぼ定員に達し、おまり告知をするほどではなかったのですが、それはそれでありがたいですが、もっと周知できたらと反省しております。前回前々回の犀川千曲川よりは難易度が1ランクアップする中、落水しながらもしっかりと漕ぎ切ることができたのは、ガイド中心のメンバーだったからだと思っています。イントラ1相当のかたは、より川の中でもボートコントロールができていたので、そこを目指していただけるよう、今後も活動していきたいです。

一滴 Paddle & Mountain Guide 中村