

# マリンスポーツの集いしおひ

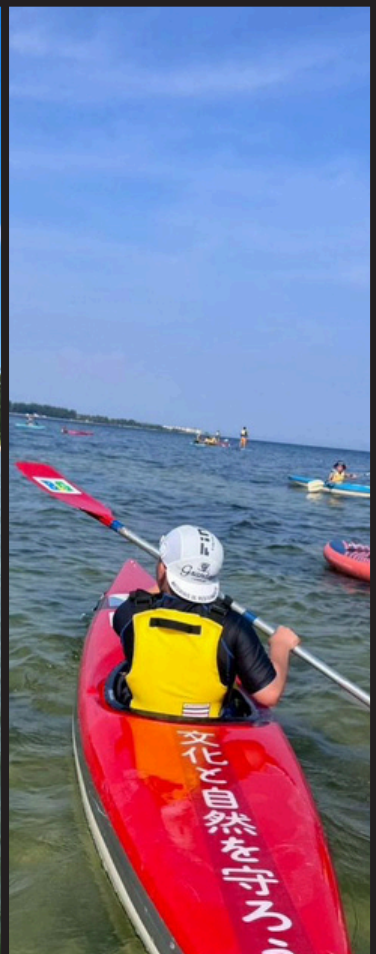
2026.8.3-4



BIWAKO MARINE



1 NIGHT  
2 DAYS  
2026  
8.3-4



# 概要

日程 2026年8月3日（月）～8月4日（火）

開催場所 高島市高島B&G海洋センター 艇庫  
(高島市勝野3064)

宿泊先 白浜荘  
(高島市安曇川町小川2300-1)

集合時間・場所 各センターでご確認ください

主催：滋賀県地域海洋センター連絡協議会  
後援：公益財団法人B&G財団

マリソ体験  
行くぞ〜!



## 持ち物チェックリスト

- 着替え・下着・水着  
(マリソ体験後の着替えの分と次の日の分他必要な分)
- 日焼け止め・帽子(※日焼け止めは必要の子のみ)
- 大きめ・小さめタオル(ビーチ・宿用)
- 歯ブラシ・洗面用具(各自必要な子のみ)
- 常備薬
- 1日目の昼食(お弁当・軽食)
- 医療福祉費受給者証(マル福)
- マイナンバー(任意、ケガの時に原本必要)
- おやつ・現金等
- サンドル(かかとが覆われているもの)
- その他必要と思われるもの



# おうちの人と読んでね

## マリンスポーツについて

楽しいことがいっぱいマリンスポーツですが、おぼれたり風に流されたりと陸上でのスポーツとは違います。

安全にマリンスポーツを楽しむために、参加者の皆さんは次のことを必ず守ってください。

- 体の調子が悪い時、疲れている時は指導者に伝え無理せず見学をしましょう
- 必ずライフジャケットを着用しましょう
- 班の仲間がいるか、いつも確認しましょう
- 集合時間は守りましょう(5分前集合)
- 準備・後片付けはみんなで協力し、早く終わらせるようにしましょう
- 指導者の指示を守りましょう
- 暑い日が予想されます。こまめに水分を取りましょう
- 周りは水泳場です。他の利用者に迷惑をかけないようにしましょう



## カヌーについて

- カヌーは、「FRP」というプラスチックで作られています。石の上など硬い場所に置いたりすると傷がついたりしますので必ず芝の上などに置くようにしてください。
- 船同士が衝突しないよう運転には充分注意が必要です。もしも船同士が衝突したときは焦らず落ち着いて指導者の指示に従ってください。
- 波や風によって思わぬ場所に流されたりすることもありますので、無理をせず指導者の指示を受け安全に楽しく乗船してください。

## お泊りについて

おうちを出てのお泊りにワクワクドキドキ楽しい気持ちでいっぱいかと思いますが、きちんとルールを守って旅館を利用することも大切です。

- 自分で出したものは自分で片づけたり、カバンにしまいましょう
- 旅館のものを壊したり、乱暴に扱わないようにしましょう
- 消灯時間の後に大声で話したり、走りまわったりはやめましょう
- 忘れ物などないように確認をしっかりとしましょう
- 無くしそうなものは、名前の記入をしておきましょう
- 挨拶は大きな声ではっきり自分からと伝えましょう



# 当日の服装

着用モデル  
B&Gキャラクター  
アンドリー君

## 帽子

天気の良い日は猛暑となる事が予想されます。  
バケットハットタイプやキャップなど日差しを遮れる帽子の用意をしましょう  
濡れてもいい物の準備をお願いします。

## ラッシュガード

水に濡れても良い服を着てきてください、中に水着を着ても構いません。  
できるだけ動きやすい格好を着てきてください。

## ポイント！

帽子は風で飛ばされやすく琵琶湖の上で落としてしまったり大変です！  
あご紐がついているものだと尚よし！

## かかとの覆われた靴

かかたが覆われている濡れても良いものを履いてきてください。  
ビーチサンダルは危険性が高いのでやめてください。  
石などで足を怪我してしまう可能性があるため、脱げにくい物の用意をお願いします。

## ハーフパンツ

Tシャツ同様、濡れても良い服を着てきてください。  
中に水着の着用をしていただいてもかまいませんので体温調節がしやすいものを着用してください。

## ポイント！

クロックス・ビーチサンダルNG！！  
シューズが好ましいです



# 体験するマリンスポーツ

1

## CANOE カヌー



難易度 ★★

楽しさ ♥♥♥♥♥



カヌーとはパドルで漕いで進むマリンスポーツです。世界でも楽しまれているメジャーなマリンスポーツで学校の授業などでも体験したことがある方もいるかもしれません。馴染みのあるスポーツではありますが力を込めて漕いだり体全体を使って行うスポーツなのでコツを掴むまでは指導者の方に教えてもらいながらマスターできるように頑張ろう！

2

## ROW/BOAT ローボート



難易度 ★★

楽しさ ♥♥♥♥♥



ローボートとはオールを使って人力で進む手漕ぎボートのことです。軽量で扱いやすく初心者でも簡単に楽しめるマリンスポーツです。また複数人で取り組むので息を合わせることが大切です！一致団結力を合わせて一生懸命漕ぎましょう！コツを掴めば誰でも簡単にできるようになります！

3

## SUP サップ



難易度 ★

楽しさ ♥♥♥♥♥



サップとはStand Up Paddleboard (スタンドアップパドルボード)の略でボードの上に立ってパドルで漕いで水面を進むマリンスポーツです。一見難しそうに見えますが浮力の大きいボードを使用するためバランスが取りやすく簡単に立つことができます。初心者の方でも体験しやすいマリンスポーツになっているのでぜひチャレンジしてみてください！

4

## BANANA BOAT バナナボート



難易度 ★★★

楽しさ ♥♥♥♥♥



バナナボートとはバナナのような形をしたゴム製のボートをモーターボートやジェットスキーで牽引して海や湖の上を滑走するマリソレジャーの一種です。大勢で乗れるため、スリル満点、楽しさ満点の体験ができます。振り落とされないようにしっかり掴まり最後まで滑走できるように頑張ろう！なかなか体験する機会がないバナナボート今回の行うマリンスポーツの中ではダントツの楽しさです！楽しい夏の思い出になる事間違いなし！

# スケジュール DAY 1

1日目 | 8月3日 (月)

時間

内容

※12:45までに各自で昼食を済ませてください。

高島市高島B&G海洋センター艇庫に集合

13:00

開講式

水辺の安全教室(ライフジャケット着用講座・活動時の注意事項・準備体操)

13:20

マリンスポーツ体験開始

SUP・カヌー・ローボート体験!

16:10

白浜荘へバス移動

17:00

入浴～自由時間

18:30

白浜荘にてご夕食をご用意いたします

19:30

夜の集い(花火)

21:00

就寝

POINT 1



POINT 1

マリンスポーツの完全制覇を目指すにはスタッフの話・指示にはきちんと従うことが大切です! 水の上では地上とはまた感覚も違います。身を守るためにもスタッフの話はしっかり聞き、マリンスポーツを楽しみましょう!  
お友達との琵琶湖も全力で満喫してください!

POINT 2

スタッフの話聞きざ、マリンスポーツ体験のスタートです!

初めて触る感覚や体験に心躍るかもしれませんがしっかりとスタッフに教えてもらったことを思い出して安全に取り組みましょう!

サップの上に乗った時の楽しさは別格です...!!

ですが! 突っ走りは厳禁です。

途中でキチンと休憩も取りましょう!

POINT 2



POINT 3



POINT 3

ご飯の後には、お楽しみの花火です!

仲いい子たちと一緒に手持ち花火で夏の夜を満喫しましょう!

キラキラ輝いているところは映え間違いなし!!

あまりに振り回したりは周りが燃えて危ないです。

スタッフの指示に従いながら花火を満喫しましょう!



# スケジュール DAY2

2日目 | 8月4日 (火)



時間	内容
6:30	起床・洗面
7:15	朝食・荷物整理
8:30   8:45	高島市高島B&G海洋センター艇庫へバスで移動します 到着後、準備体操をしっかりした後体験内容をもう一度おさらいします。
9:00   11:40	マリンスポーツ体験開始 休憩・カタマラン遊覧・自由遊泳 湖岸清掃・後片付け
12:00	閉講式→昼食
12:30	解散



## POINT 1

今回の一大イベント超絶楽しいバナナボート！！  
水しぶき大量に浴びてずぶ濡れ必須です！  
大人数で一緒に楽しむスポーツなのでお友達とぜひ体験してみてください！



## POINT 2

普通では体験できないサップからの大ジャンプ！？  
自分の足で素早くサップの上を見事に走り抜けましょう！  
その先に待っているのはBIWAKO！  
琵琶湖に向かってダイブしよう！



## POINT 3

身近にある琵琶湖には、自然の魅力や水辺ならではの楽しさがたくさんあります。  
浜辺で遊んだり、生きものを観察したり、水に親しみながら自然とのふれあいを楽しみましょう。



# 雨が降ってしまった際の雨天時プログラム

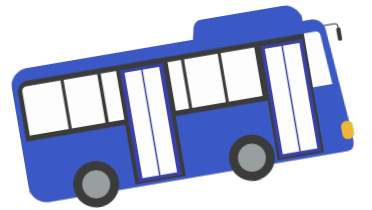
雨が降ってしまった際には屋内にて活動を行います！

## 雨天時の開催場所

高島市高島B&G海洋センター 温水プール・体育館

## 1日目実施内容

温水プールにて水泳・サップ体験を行います



## 2日目実施内容

高島市高島B&G体育館にて

- ・ ニュースポーツ(ディスクゲッター・ボッチャ)
- ・ ドッジボール
- ・ その他の球技

## 雨天時の持ち物

体育館シューズ・水筒・水着・スイムキャップ・ゴーグル  
タオル(バスタオル・小さいタオル)、昼食(お弁当・軽食なんでもOK)  
着替え(必要な子のみ)、他各自必要なもの

### 1日目

温水プールにて水泳・サップ体験を行います

↓

終了後、宿泊先白浜荘へ向かう

### 2日目

白浜荘から体育館へ向かう

↓

解散



## 参加センターの紹介

1泊2日一緒にマリンスポーツ体験を行う各センターを紹介します！

- 甲賀B & G海洋センター : 連絡先(0748-88-5887)
- 浅井B & G海洋センター : 連絡先(0749-74-3355)
- 安土B & G海洋センター : 連絡先(0748-33-6303)
- 中主B & G海洋センター : 連絡先(077-589-5100)
- 山東B & G海洋センター : 連絡先(0749-57-1414)
- 多賀町B & G海洋センター : 連絡先(0749-48-1625)
- 高島B & G海洋センター : 連絡先(0740-36-1370)
- 甲南B & G海洋センター : 連絡先(0740-86-6971)
- 伊吹B & G海洋センター : 連絡先(0749-58-1155)
- 今津B & G海洋センター : 連絡先(0740-22-6778)



各センターのスタッフはマリンスポーツのプロたちです！

遠慮なくわからないことや不安なことはスタッフの皆さんに聞いて下さい！

安全にみんなが楽しんでマリンスポーツを行えるようにサポートします！

**Enjoy!**  
**BIWAKO!**

2日間で楽しかったことを書いておこう！



## 最後に

2日間を通して初めてのことに心がおどることばかりで楽しみな気持ちでいっぱいだと思いますが、最後まで楽しい2日間にするには安全に、ルールを守り、一緒に体験を行うお友達と助け合いながら、楽しむことが大切です。

1人1人が、思いやりを持ちながら行動すると皆が楽しい時間を過ごすことができます。

皆で楽しいマリンスポーツ体験の2日間になるようにそれぞれが心がけながら過ごすごことを忘れないようにし、楽しい思い出を作りましょう。



名前

素敵な2日間になりますように

