

アクティビティ別

顧客対応英語 実践ガイド

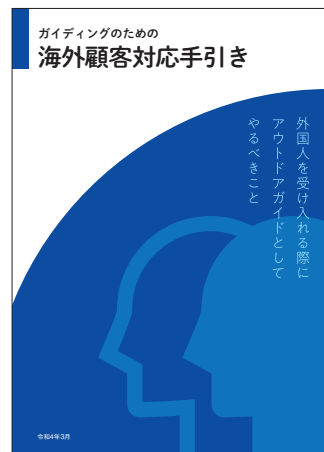
(ラフティング・カヌー・カヤック編)



CONTENTS

1 はじめに	3
2 外国人対応でケアすべき要素	3
(1) 北海道の特質	3
(2) 水温	3
(3) 損害賠償保険	3
(4) ギアサイズ	4
(5) ガイディングにおける注意点	4
3 インフォメーション時の英語フレーズ	4
●受付・ベース・集合場所にて	4
(1) 挨拶・自己紹介	4
(2) 参加申込書記入	4
(3) ツアーの中止やコース変更について	4
(4) 精算	5
(5) 貴重品について	5
(6) トイレの説明	5
(7) スタート地点まで移動	5
4 英語コミュニケーション例	6
カヌーツアー	6
●ブリーフィング	6
●行程の確認・緊急時の対応確認	6
●PFD説明	7
●体操	7
●パドルトーク	7
(1) パドル説明	7
(2) シングルブレード	7
(3) ダブルブレード	7
(4) アンフェザー	8
(5) フェザリング	8
(6) 前漕ぎ (フォワードストローク)	8
(7) 後ろ漕ぎ (リバースストローク)	9
(8) ブレーキ	9
(9) スイープストローク	9
(10) リバーススイープストローク	9
(11) パウラダー	9
(12) スターンラダー	10
(13) スターンプライ	10
(14) ドローストローク	10
(15) 全てのストロークに共通していることは	10
●カナディアンカヌーの説明	11
(1) 乗り方	11
(2) 降り方	11
(3) 座り方	12

●カヤックの説明	12
(1) 乗り方	12
(2) 座り方	12
●セーフティトーク	13
(1) 風や波が吹いた時の対処	13
(2) 落水時の対応	13
(3) 再乗艇	13
(4) スローロープ	14
●ツアートーク	14
●注意喚起	15
●ツアー終了	15
(1) ゴミについて (タバコの吸殻要注意)	15
(2) ツアー終了時	15
(3) 移動の車で出発前に	15
(4) ベース到着後	15
ラフティングツアー	16
●ブリーフィング	16
●行程確認	16
●PFD説明	16
●パドルトーク	16
(1) 乗り方、降り方、座り方	16
(2) パドル説明	17
(3) 前漕ぎ (フォワードストローク)	17
(4) 後ろ漕ぎ (リバースストローク)	17
(5) ストップ	18
(6) 全てのストロークに共通していることは	18
●セーフティトーク	18
(1) 警告を伝える言葉	18
■掴まって	18
■中に入って	18
■頭を下げて	18
■ハイサイド	19
(2) 落水時の対応	19
(3) 落水時の救助	19
■再乗艇	19
■パドルレスキュー	19
■スローロープ	19
(4) 転覆時の対応	20
●ツアートーク	20
●ツアー終了	21
(1) ゴミについて (タバコの吸殻要注意)	21
(2) ツアー終了時	21
(3) 移動の車で出発前に	21
(4) ベース到着後	21



本テキストは、上記テキストと一緒に活用いただくことをお勧めします。

1 はじめに

このテキストでは、英語文化圏の外国人を顧客としたラフティング・カヌー・カヤックのガイドイングに必要な基本的要素をまとめました。英語コミュニケーション例では、パドルトーク・水上特有のセーフティーク等を事例としてまとめています。

2 外国人対応でケアすべき要素

(1) 北海道の特質

北海道は本州の主要河川と比べると距離は一般的に短く、湖沼の平均が大きい傾向にあります。その広大な面積に対して人口が少ないため、周辺に民家の少ない河川や湖沼も多くあります。そこを魅力に感じて来訪する観光客が多い事も特徴です。

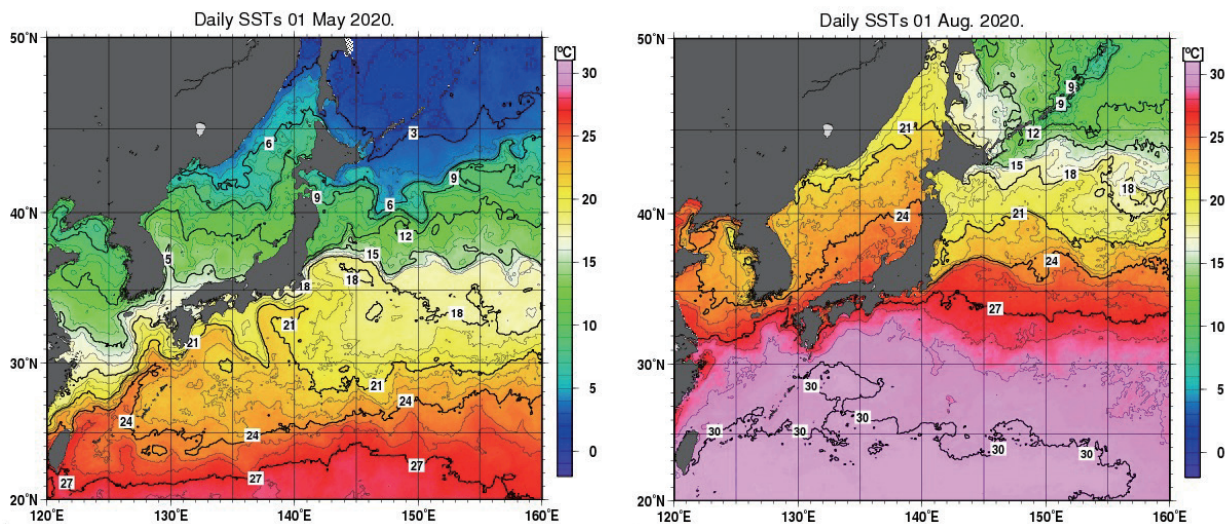
自然が多く残る半面、アクシデントなどが起こった際は医療機関まで時間がかかることを意味します。日本で最も北に位置することもあり、海水、河川、湖沼の平均水温が低い事を意識させ、安全なツアーを運営する必要があります。

- ① 平均水温・気温が低い事
- ② 公共交通機関、医療機関が少なく遠い事
- ③ 人口密度が低いいため、周辺に人工物が少ない事
- ④ 野生動物との遭遇など、自然を強く感じる事が出来る事

(2) 水温

本州よりも水温は著しく低いため、同じ日本でも常に水温が低い事を伝える必要があります。(図1)

図1) 平均海水温比較 (気象庁) 2020年5月1日と8月1日



(3) 損害賠償保険

海外クライアントの場合は、基本的に、自国を出国前に在住国の保険会社の旅行保険に加入してきてもらうことがベストです。しかし、海外クライアントの旅行保険加入率は統計で70%程度です。ファーストコンタクトが来日前の場合は保険への加入をお願いし、また既に来日済みの場合でも、適用される保険があるのかどうか、ない場合は予想されるリスクについて説明し、できるだけ加入を勧めましょう。

(4) ギアサイズ

ライフジャケット、ウェットスーツ、ドライスーツ、ブーツなどは基本アジア人にあわせたサイズのため、欧米人の大きな体格では合わないものが多いので、体験当日前に参加者のサイズを確認しておきましょう。

- ① サイズ表記が違うため、自分のサイズがわかりにくい。
- ② EUサイズ、USサイズとの比較表があると便利。

(5) ガイディングにおける注意点

- ① 体験ツアーの趣旨を説明し、参加者全体が同じ体験をする事を理解してもらいましょう。
- ② 現地を知るガイド(天候、突発的な気象、その際のエスケープ場所、その利用許可など)がいるから開催可能なメニューもある、と伝える必要があります。(個人では利用できないケースもあると伝えましょう)
- ③ カヌーやラフティングボートに乗る前にセーフティトークを行いましょう。
- ④ ツアーに参加する最終判断はセーフティトーク終了後クライアントが行う為、細かい所までしっかり注意、説明する事で責任の所在をはっきりさせましょう。
- ⑤ 着替えの手伝いやセーフティトーク中のボディータッチについては、必ず一声かけて、承諾を得てから行いましょう。
- ⑥ カヌーに乗る場合携帯やカメラを持っていく事については、水没してもガイドの責任ではない(自己責任である)事を事前に説明しましょう。
- ⑦ 眼鏡の落水についても注意を行いましょう。
- ⑧ 貴重品については基本的に水上には持って行かない事を伝えましょう。

3 インフォメーション時の英語フレーズ

●受付・ベース・集合場所にて

(1) 挨拶・自己紹介

→Good morning/ Hi

おはようございます。/こんにちは。

→My name is (). I will be your guide today!

私の名前は()です。今日のガイドです。

→Nice to meet you!

よろしくお願ひします。

(2) 参加申込書記入(基本的な打ち合わせや手続きを事前に終えている場合は不要)

→Could you please fill out this form? It includes your name, permanent address and mobile phone number.

こちらの用紙にまずお名前、住所、携帯番号を記入してください。

→Now, this is about your health condition. Please read it carefully and answer all questions.

次に皆さんの今日の健康状態についてお聞きします。よく読んでご記入ください。

→Also if you have a serious allergy or shoulder or back problems, please talk to us directly so we can take appropriate precautions.

また、重度のアレルギーや肩、背中に問題がある場合は、適切な予防措置を講じますので直接伝えてください。

(3) ツアーの中止やコース変更について

→We may have to stop the tour or change the route if there is bad weather or a sudden change in conditions.

悪天候や急な状況の変化によりツアーを中止したりルートを変更することもあります。

(4) 精算

→Please take care of payment before the tour.

ツアーの前に精算を済ませてください。

→The total amount is () yen.

合計は()円です。

(5) 貴重品について

→Please keep your valuables such as wallet and cellphones inside your vehicle.

財布や携帯電話などの貴重品はご自分の車で保管してください。

→We will keep your car keys in our office.

車のカギは事務所で預かります。

→We can also keep your valuables in our office if you did not drive today.

今日車で来ていない方は、貴重品を事務所で預かります。

→Please use this dry bag if you would like to bring your camera or smartphone.

We will show you how to open and close it before the tour.

カメラやスマートフォンをツアーに持参する場合は、このドライバッグを使ってください。

ツアーの前に開け閉めの仕方を教えます。

→There's a risk of dropping your phone or camera while canoeing, so be careful and you do so at your own risk.

電話やカメラを落とす危険性もありますので、そうするときは自分の責任で注意してください。

(6) トイレの説明

→There are no toilets available after we leave so please go now if you need.

出発したらトイレはありませんので、必要なら今行ってください。

→The bathroom is this way.

トイレはこちらです。

→Men hear, and women here.

男性はこちら、女性はこちらです。

→There is a toilet at the lunch spot.

昼食の場所にトイレがあります。

(7) スタート地点まで移動

→It's time to go. We will take this vehicle to the starting point. Everyone hop in.

We have arrived, let us go out.

時間です。この車で出発点まで向かいます。全員乗ってください。

到着しました。降りましょう。

→Please follow me to your canoes..

カヌーまでついてきてください。

4 英語コミュニケーション例

カヌーツアー

●ブリーフィング Briefing

- Good morning everyone! Thanks for joining our Kanayama Lake Canoe Tour today.
おはようございます。今日はかなやま湖カヌーツアーに参加して頂き、ありがとうございます。
- My name is Kazuya Niino, please call me Kazu.
私の名前は新野和也と申します。カズと呼んで下さい。
- I am originally from Osaka but moved to Hokkaido 30 years ago.
Since moving to Hokkaido I have been working as a canoe and raft guide in the summer, and in the winter lead snow treks.
私は大阪出身で、北海道に30年前に移住して来ました。
以来北海道の魅力に取りつかれずと夏はカヌーやラフティングのガイド、冬はスノートレッキングのガイドをしています。
- Let's do quick introductions.
では皆さんも自己紹介をお願いします。
- I will be your canoe guide today.
今日はガイド1名と皆さんでカヌーツアーに行きます。
- Before we get started I'd just like to check on everyone's physical condition.
If you are tired, have a headache or stomach pain, or any other issues even if you think they are small please let me know.
それでは皆さんの今の体調を確認させて下さい。
疲れている、頭痛や腹痛、他に少しでも不調がある場合は申し出て下さい。

●行程の確認・緊急時の対応確認 Review of itinerary and emergency procedures

- Today we will be exploring Kanayama Lake by canoe.
The tour will last about 2 hours.
今日はこのかなやま湖をカヌーでご案内します。
所要時間は約2時間です。
- Because the wind is coming out of the west, we will start by heading into the wind on the west side of the lake. After taking a break we will come back using the tailwind to help us.
Please follow my instructions after we reach the lake.
今日は西から風が吹いているので、まず風上の西側に進み、休憩した後風に乗って戻るコースとなります。
湖に出たら私の指示に従って下さい。
- Be careful not to get separated from me because if you capsize rescue will not be quick.
私からあまり離れない様にして下さい。そうしないと転覆した場合、速やかに救助が出来なくなります。
- If someone does capsize, the other group members should do your best to stay close to each other and not get separated.
I may need to ask you to help me with the rescue.
もしほかのメンバーが転覆した場合、他の方は出来るだけお互い近くに寄っていただき、それぞれが離れない様にして下さい。
皆さんにも救助のお手伝いをお願いする事があります。

● PFD説明 PFD Explanation

→Put the PFD (Personal Flotation Device) on first, then fasten the zipper and (all) the buckle(s).

最初にPFDを着て、ジッパーやバックルも全部締めてください。

→The straps are here, they need to be snug and never too loose.

ストラップはこちらです。緩まないようしっかり締めてください。

→The kids PFD also has a crotch strap, so please fasten that as well.

子供用PFDは股に紐が付いています。これらも締めてください。

●体操 Gymnastics

→Let's stretch before canoeing. Open up some space between each other so you do not hit anyone.

カヌーの前にストレッチしましょう。他の誰かに当たらないようお互い間隔を広げましょう。

●パドルトーク Paddle talk

(1) パドル説明 Paddle talk

→Please take one paddle per person.

パドルは1人一本取ってください。

→**Single blade:** Let the paddle stand on ground, the tip should be near your chin.

→**Double blade:** Stand the paddle up and try to reach the tip with your hand. The paddle should be just a little bit longer than the reach of your hand.

シングルブレード：パドルを地面に立てて、先端があごの近くにあるくらいがちょうどいいです。

ダブルブレード：パドルを立たせ、上端を手で触ろうとしてみてください。先端に少し指が届かない長さがちょうどいいです。

(2) シングルブレード Single blade

→The flat part is called the blade, and the opposite end is the T-grip. The long bar part is the shaft.

平らな部分をブレード、反対の端をTグリップ、長い棒の部分をシャフトと呼びます。

→Please grab the t-grip with one hand, the other hand should be grabbing the shaft, at about your shoulder width.

片手でTグリップを握り、もう一方の手でシャフトを握ります。およそ肩幅くらいです。

→It is important to "cover the t-grip" with your hand, to avoid hitting your face with it.

顔にぶつけないように、Tグリップを手で覆うことが重要です。

→For the beginning it is okay to hold it in either your left or right hand.

初めは左右どちらで持っても大丈夫です。

(3) ダブルブレード Double blade

→The flat part is called the blade, and the center pole is called the shaft.

平らな部分をブレード、真ん中の棒をシャフトと呼びます。

→Here is how to hold your paddle.

Place the paddle sideways and put the center on your head,

Open both of your arms to side and grab the shaft.

For the proper width, both of your elbows should be 90 degrees.

パドルの持ち方はこうです。

パドルを水平に持ち、中央を頭に乗せます。

両腕を開きシャフトを握ります。

両腕の肘が90度になる広さが目安となります。

→Now, place the right paddle vertical, with the side with letters facing you.

右のブレードを垂直にして、字が書いてある面を自分に向けましょう。

→The paddle may move left and right when paddling, double check sometimes that your hands are properly centered.

パドルングの際にパドルが左右に動くことがあります。手が中央にあるか再度確認してください。

(4) アンフェザー **Unfeathered**

→Both blades facing the same angle.

両方のブレードが同じ角度です。

(5) フェザリング **Feathered**

→Angle of the blades are not the same.

ブレードの角度が違います。

→Holding and rowing on the right side is the same as an unfeathered paddle.

Twist your right wrist upwards when rowing on left side so the paddle is perpendicular to the water and the upper side is slicing through the wind.

右手の握り方と漕ぎ方はアンフェザーと同様です。

左を漕ぐときは右の手首を上に向け、左のブレードが水と垂直になるように漕ぎます。

上側のブレードは風を切る向きとなります。



Unfeathered Paddle



Feathered Paddle

(6) 前漕ぎ (フォワードストローク) **Forward stroke**

→When you start paddling,

Place one hand lower than the other.

Stretch your lower hand forward by twisting your left waist forward.

Dip the lower blade into water.

パドリングを始めるとき、

片方の手を反対より低くして、

その低い手を腰を前に捻りながら前に伸ばします。

低いほうのブレードを水に入れます。

→Push the upper hand side forward, at the same time, pull your lower hand side back.

This will work best if you twist at your waist at the same time.

上側になる手を前に押し出し、同時に下側の手を後ろに引きます。

これは腰のひねりと一緒に行うと効果的です。

→Try not to bend and pull with your arms, try to use your core muscles while your arm is extended.

腕を曲げたり伸ばしたりせず、腕は伸ばしたまま体幹筋を使いましょう。

→Your upper body should stay centered, try not to lean back and forth, or swing side ways.

上半身は中央にとどめ、前後左右に傾かないようにしましょう。

→When the blade in the water passes your hip, raise the blade from water.

And lower the other blade into the water.

Using the same movement use your core muscles to pull the blade back.

水の中のブレードが自分のお尻を過ぎたら、ブレードを水から上げます。

そしてもう一つのブレードを水に入れます。

同じ動きと体幹筋を使いブレードを後ろに引きます。

→Then you continue repeating the process at a steady pace.

この動きを繰り返し、同じペースで行います。

(7) 後ろ漕ぎ (リバースストローク) Reverse stroke

→We use this to move backwards.

Twist your body on one side, look behind you and place your blade into water.

Twist back to the front while the blade is in the water.

Then repeat this process on the other side and your canoe/kayak will move backwards.

これを使って後方に動きます。

身体を片側に捻り、後ろを見てブレードを水に入れます。

ブレードは水に入れたまま、身体のをひねりを前に戻します。

この動きを反対側でも繰り返すと、カヌー／カヤックは後方に動きます。

→It is important to look the way you go, since it is not easy to go "straight" when going backwards.

後方に移動するとき「まっすぐに」行くことが簡単ではないため、自分の行き先を見ることが重要です。

(8) ブレーキ Brake

→When trying to brake or slow your canoe/kayak, you can use the reverse stroke from your side to the front.

Doing so on both sides will slow down your canoe/kayak.

You can do it with your partner, one on each side, for the most efficiency.

カヌー／カヤックでブレーキをしたり減速したりするときは、自分の横から前に向かってリバースストロークをかけます。

両側で同じことをするとカヌー／カヤックを減速できます。

パートナーと片側ずつすることで最も効果的になります。

→You need to do both sides when going solo.

一人で漕いでいるときは両側を自分で行う必要があります。

(9) スweepストローク Sweep stroke

→This is one way to turn or change the direction of your canoe/kayak.

これはカヌー／カヤックを曲げたり向きを変える方法の一つです。

→If you want to turn right, paddle on the opposite side, the left side.

右に曲がりたいとき、反対側の左を漕ぎます。

→Place your paddle horizontally, try to paddle as far away from the canoe as possible.

Be careful not to lean too far out so that your canoe remains stable.

パドルを水平に持ち、カヌーからできるだけ離れた場所を漕ぎます。

カヌーの安定を保つために、傾きすぎないように注意してください。

→When paddling tandem (two people in the same canoe), the bow (front) person paddles from the front of the boat to their hip, and the stern (rear) person rows their hip to the back of the canoe.

二人で漕いでいるとき、前の人はカヌーの前から自分のお尻まで漕ぎ、後ろの人は自分のお尻からカヌーの後ろまで漕ぎます。

→Paddle by using your core, twisting at the waist will make it easy.

漕ぐときは身体の体幹を使います。ウエストを捻ることで簡単にできます。

→Please make sure, not to lean out too far and make your canoe unstable.

カヌーを不安定にさせないため、傾きすぎないようにしてください。

(10) リバーススweepストローク Reverse-sweep stroke

→Same as the front sweep, paddle on the opposite side of the direction you want to go.

フロントスweepと同様に、行きたい方向と反対側に漕ぎます。

→This time, row from behind yourself to the front.

今回は自分の後ろから前に漕ぎます。

(11) バウラダー Bow-ladder stroke

→This is the way to turn on on the bow person's (front persons) paddling side.

これは前の人の漕いでいる側に曲がる方法です。

→Place paddle 45 degrees in front of you and hold the position.

パドルを前方45度に向け、その姿勢を保ちます。

→Your blade will catch a lot of water, and you will feel heavy pressure on the blade blade.
Try to hold the position by closing your arm.
パドルに大きな水圧がかかるため、ブレードに重い圧力を感じます。
脇を締めてこの姿勢を保持します。

(12) **スターンラダー Stern-ladder**

→This is the way to turn on the stern-person's (rear person's) paddling side.
これは後ろの人が漕いでいる側に曲がる方法です。
→Place the blade 45 degrees behind, and hold it steady, the same as the bow-rudder.
ブレードを45度後ろに向け、パウラダーの時のように保持します。

(13) **スターンプライ Stern-pry**

→This is a way to continue moving straight when paddling forward on one side.
This is a combination technique, first a forward stroke, then finish with a quick pry-stroke at the end.
これは片側を漕ぎながらまっすぐ前に進む方法です。
これは初めにフォワードストロークと終わりに素早いプライを組み合わせた技術です。
→Your canoe may start turning if the pry is too strong or too long.
Adjust the amount of pry to keep the canoe moving straight.
プライが強すぎるとカヌーは曲がり始めます。
プライの量を調節してカヌーは前に進みます。

(14) **ドローストローク Draw Stroke**

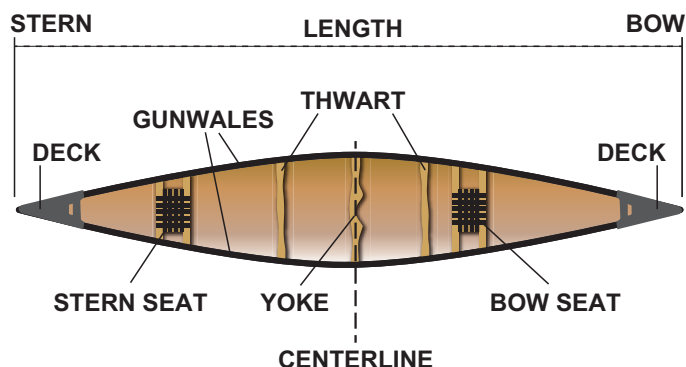
→This is a technique to move your canoe sideways.
これはカヌーを横に移動させる技術です。
→Place your paddle parallel to your canoe
Dip your blade on your side, and away from you
Slowly pull your blade towards you
Make sure you raise your blade before it touches the canoe
*This may cause you to flip if the blade hits the canoe during this stroke.
ブレードをカヌーと平行にして、
ブレードを自分側の離れた場所に入れます。
ゆっくりとブレードを自分のほうに引きます。
ブレードがカヌーに触る前にあげるように気を付けてください。
*このストローク中にブレードがカヌーに触ると、カヌーがひっくり返る原因になります。

(15) **全てのストロークに共通していることは… Common technique for all strokes**

→Try to look in the direction you want to go, not at the blade.
ブレードではなく、行きたい方向を見てください。
→Dip the whole blade into water, not partially.
ブレードは部分的ではなく全て水に入れてください。
→Try to row by twisting your body, try NOT to rely on your arm muscles.
腕の筋肉に頼らず、身体のみねりで漕ぐようにしましょう。

●カナディアンカヌーの説明 Canadian canoe

上の部分がデッキ、底をボトム、前がバウ、後ろをスターンと呼びます。他に真ん中にある横木はスウォート、そして座るシートとなっています。



(1) 乗り方 How to enter

→Normally the canoe is maneuvered by two people

通常カヌーは二人で操ります。

→When looking at canoe, compare the space between tip and seat, the bow is the one with the larger space. This is the front (bow) of the canoe.

カヌーを見たときに先端と後端のスペースの大きさを比べて、バウはスペースが大きい方です。このビスがカヌーの前(バウ)です。

→Both people sit facing the same direction.

二人とも同じ方向を見て座ります。

→If there is a significant size difference, the heavier or taller person should sit in the stern seat.

体格に大きな差がある時は、重い人や背の高い人がスターンに座ります。

→Try to sit down in the center of the seat

シートの中央に座ります。

→It is hard to balance if you sit on right or left side of the seat.

シートの右端、左端に座ると、バランスが取りづらくなります。

→Getting in and sitting is most vulnerable moment when canoeing, so please do not rush.

乗る時と座る時がカヌーにおいて最も危険な瞬間です。急がないでください。

→The rear (stern) person holds down the canoe with both hands.

後ろの人(スターン)が両手でカヌーを押さえます。

→The bow person slowly enters the canoe, try to stay low, and balance yourself as much as possible

バウマンはゆっくりとカヌーに入ります。姿勢は低く、できるだけ自身でバランスをとってください。

→After the bow person sits down, push your paddle against the ground to balance.

Then the rear (stern) person enters the canoe.

バウマンは座ったら、自分のパドルで地面を押してバランスをとってください。

後ろの人(スターン)がカヌーに入ります。

(2) 降り方 How to exit

→When approaching shore, land bow side first.

The bow person will exit the canoe, then the stern person.

岸に近づくときは、バウ側から上陸します。

バウマンが先にカヌーから降ります。次にスターンマンです。

→At this time, the stern person places their paddle against the ground to balance canoe.

この時、スターンマンはパドルを地面に押し付けてバランスをとってください。

→When going solo, the direction of the canoe changes. You sit on bow seat in opposite direction.

一人乗りの場合は、カヌーの方向が変わります。バウシートに反対を向いて座ってください。

→When an adult and child are going together, reverse directions like solo canoeing, adult will sit on the bow seat facing the child.

大人と子供が一緒に乗る時は、ソロカヌーのように方向を逆にし、大人がバウシートに逆向きに子供の方を向いて座ります。

(3) 座り方 How to sit down

＊湖や静水 Lake or calm water

→Sit on the seat (in a centered position), stretch your legs against the sidewall (gunwales).

シートの中央に座り、足を開いて横の壁（ガンネル）に当てます。

＊川や波のある場所 River or rough water

→Place both of your knees on the bottom, and sit slightly on seat. This way you can lower your center of gravity.

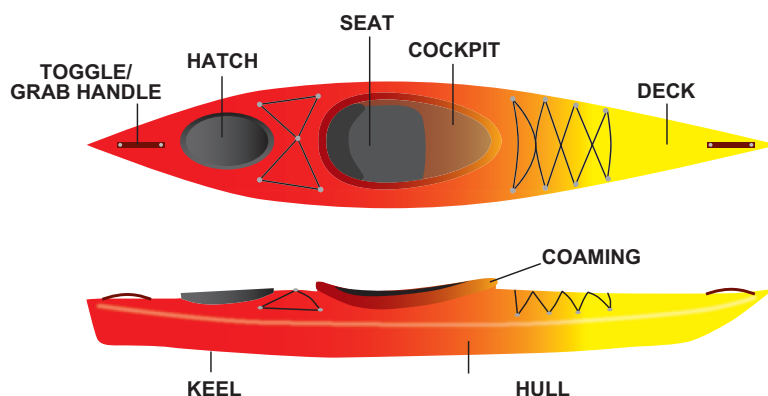
Your knees and toes are contacting bottom, and your hip on the seat. 5 points of contact is far more stable and easy to control on rough water.

両膝をボトムにつき、シートには軽く座ります。こうすることで重心を下げることができます。

ひざとつま先がボトムに、お尻がシートに当たり、5点でカヌーに接することで波がある状況でもより安定して、簡単にコントロールができます。

●カヤックの説明 kayak

前をバウ、後ろをスターン、底をボトム、乗り込む所をコクピット、コクピットの周りをコーミングと呼びます。他に直接座るシート、バウにあり足を押し付けるフットブレス、バウとスターンに付いているカヤックを持つ時に使うグラブループ、川でカヤックに乗る時に使うスプレーカバーがあります。



(1) 乗り方 How to enter

→Squat next to your kayak, facing the bow

Place your paddle behind you,

Grab the paddle and coaming (cockpit rim) with the hand that is on the kayak side

Grab your paddle with the other hand, holding it down on the ground.

This way you can stabilize the kayak on the water.

カヤックの前方向を向いてそばにしゃがみます。

パドルは自分の後方に置いて

パドルとコーミングをカヤック側の手で掴み、もう一つの手でパドルを掴み、地面に向かって押しつけ、カヤックを水の上で安定させます。

→Keep your position low, enter with the leg that is next to the kayak.

姿勢を低くし、カヤック側の足から入れます。

→Then enter to your hip, then bring your other leg in that was on the ground.

次にお尻を入れ、岸側の足を入れます。

→Canoe/ kayak when floating in water, is very unstable, try not to tilt them.

カヌー／カヤックは水上では不安定なので、傾けないようにします。

→Tilting to the sides or standing up may instantly flip your boat.

横に傾けたり立ち上がると、ボートが瞬間的にひっくり返ることがあります。

(2) 座り方 How to sit down

→Inside the cockpit, there should be foot-braces to place your feet on. You can adjust the position so that your thighs can press against the thigh braces if installed.

コクピットの中に足を置けるフットブレスがあります。太ももがサイブレスに当たるように長さを調節します。

→Slightly open your knees are against the sidewalls.

両膝を少し開き、サイドウォール（横壁）に当てます。

●セーフティトーク Safety talk

- Now we will learn about safety, do's and don'ts.
これから安全についての「すること、しないこと」を学びます。
- Please listen very carefully.
注意して聞いてください。
- We might ask your help out if someone is in trouble.
誰かがトラブルにあったとき、手伝いをお願いすることがあります。

(1) 風や波が吹いた時の対処 For strong winds/ waves

- If the wind gets strong or the waves are getting big, stay as low as possible.
風が強くなったり、波が高くなってきたときには、可能な限り姿勢を低くします。
- We can also raft our canoes together side by side.
Let me show you how.
また、ラフトのようにカヌーを横に並べることもできます。
こうやります。
- Staying low is also effective when canoes run into each other.
姿勢を低くすることは、カヌー同士がぶつかる時にも有効です。
- If there are low branches along the shoreline and in your way, put your head down.
Please do not lean to the side, this might flip (capsize) your canoe.
進行方向に低い枝がある場合は、頭を下げます。
カヌーがひっくり返る恐れがあるので、横に傾かないでください。
- Also, grabbing a branch is equally dangerous, and can end up in a flip (capsize).
枝をつかむことも同様に危険です。ひっくり返ることがあります。

(2) 落水時の対応 If you fall into water

- Please remember that your PFD makes you float. It is hard, but please stay calm.
着ているPFDで身体は浮くので、平静を保ってください。
- If this is a lake, you should float and wait. Grab paddle and canoe if they are nearby.
湖の場合は、そのまま浮いて待っていてください。近くにある時はパドルやカヌーをつかんでいてください。
- If this is a river, keep floating and go with the flow. Try to stay away from the canoe.
川の場合は、浮いたまま流れてください。カヌーからは離れてください。
- When floating down stream, place your feet downstream.
This position is called the white-water float position.
下流に流れる時、足は下流向けます。この姿勢を「ホワイトウォーターフローティングポジション」と呼びます。
- Never lower your legs in water, to avoid getting trapped by objects under the water.
水面下の障害物などを避けるために、足は決して水の中に入れないでください。
- If you see rocks/trees downstream, you can kick them with your feet to avoid hitting them with your body.
下流に岩や木が見えた時は、足で蹴ることで身体が当たるのを防ぎます。
- Your guide will help you. DO NOT grab another canoe. This might capsize that canoe as well.
ガイドが助けますので、他のカヌーは掴まないでください。そのカヌーもひっくり返る恐れがあります。
- Other canoes should keep their distance to avoid this possibility.
そのため、他のカヌーは距離をあけていてください。
- Try to stay calm, and the guide will help you quickly.
落ち着いていてください。ガイドがすぐに助けます。

(3) 再乗艇 Re-entry

- Please stay calm, and follow my instructions.
平静を保ち、私の指示に従ってください。
- Keep moving until you can grab the front or rear tip.
カヌーの先端か後端まで移動し、カヌーを掴んでください。
- Now I will flip your canoe back into the normal position.
私がひっくり返ったあなたのカヌーを元に戻します。
- Now slowly keep moving to the center of your canoe.
ゆっくりとカヌーのセンターまで移動してください。
- I am supporting your canoe. Please grab gunwale(sidewall) and try to re-enter.
私がカヌーを支えます。ガンネルを掴んでカヌーに乗ってください。
- I am going to pull you in by grabbing your PFD.
私があるあなたのPFDを掴んで引っ張ります。

(4) スローロープ Throw bag

- The guide will shout "ROPE" or blow a whistle, please look at the guide.
ガイドが「ロープ!」と叫ぶか、笛を吹きます。ガイドの方を見てください。
- When we have eye-contact, then I will throw this rope.
目が合ったら、このロープを投げます。
- After catching the rope, place your hand and rope on your chest. Do not hold the rope-bag, just the rope.
Never let go of the rope.
ロープを掴んだら、ロープと手を胸の上においてください。ロープバッグは掴まず、ロープを掴んでください。
ロープから手を離さないでください。
- Also, never tie the rope to you!
また、ロープをあなたに結ばないでください。
- I will pull you back to shore and tell you when to release the rope.
私が岸まで引っ張ります。ロープを離していいと言うまで離さないでください。

● ツアートーク Tour talk

- This lake is called Kanayama Lake. The name comes from the fact that a long time ago gold dust was taken from the lake. The Japanese characters for the name mean Gold Mountain.
This is a manmade lake created by a dam built in 1967. Before the dam was built and the area flooded, it was the largest rice producing area in Minami Furano.
この湖はかなやま湖と言います。名前は昔この地方で砂金が取れた事に由来します。漢字で書くと「金の山」という意味です。
ここは昭和42年にダムが出来た事で作られた人工の湖です。ダムが建設され湖になる前は、南富良野町で最も大きい稲作地帯でした。
- This river is home to the Sakhalin taimen, a giant, rare species of salmon. Every year in late April when the river is in flood stage, the salmon swim upstream in the Sorachi River to spawn.
Sakhalin Taimen is the largest freshwater fish in Japan. There was a newspaper article that recorded a 125cm fish being caught.
In 2009 Minami Furano enacted a Conservation Law to protect the fish, and was the first protection order in Japan for the Sakhalin Taimen which is a critically endangered species.
この湖には幻の魚と言われるイトウが生息しており、毎年4月下旬の河川の増水期に合わせ上流の空知川に産卵の為遡上していきます。
イトウは日本にいる淡水魚の中で最も大きく、かつて新聞に125cmのイトウを釣り上げた記事も出ていました。
南富良野町では2009年に「南富良野町イトウ保護管理条例」を日本で初めて制定し、イトウの資源保護に取り組みました。

※アクティビティを実施する土地の歴史や文化、生息する動植物についてもツアー中に案内しましょう。

●注意喚起 Heads Up

- The wind is starting to blow so let's head to shore.
風が吹いてきたので岸の方へ行きましょう。
- Waves are coming because a jet boat (tourist boat) just passed by.
ジェットボート(観光船)が通ったのもうすぐ波が来ます。
- Point your canoe into the waves.
カヌーの正面から波を受ける様にしましょう。
- The canoe will rock a bit so keep your stance low and body loose.
カヌーの揺れが予想されるので、態勢を低く、体を柔らかくしましょう。
- The canoes are starting to rock so grab onto each other's canoes to help stabilize yourselves.
カヌーが揺れてきたのでお互いのカヌーを掴んで下さい。カヌーの揺れが安定します。
- There are people fishing there so let's move away from shore to pass.
釣りをしている人がいるので少し沖を通ります。

●ツアー終了 End of tour

(1) ゴミについて(タバコの吸殻要注意) Littering/trashes

- All garbage must be put in a trash bin or taken home.
すべてのごみはゴミ箱に入れるか持ち帰るかしてください。
- If you cannot find a bin nearby, please tell us.
近くにゴミ箱が見つからない場合は、私たちに知らせください。
- Please do not throw away cigarette butts.
たばこの吸い殻は投げないようにしてください。

(2) ツアー終了時 At the end of the tour

- This is the goal for today.
Thank you all for your cooperation.
Now let's head back.
ここが今日のゴールです。
ご協力ありがとうございます。
今から戻りましょう。

(3) 移動の車で出発前に Before leaving in a moving car

- Do we have everybody? Let me call everyone's name to check.
全員いますか? 全員の確認をします。

(4) ベース到着後 Back to base

- Please take off your gear here.
脱いだギア(装備)はここに置いてください。
- Take off your wet-suits in the changing room.
ウェットスーツは更衣室で脱いでください。
- Place your wet-suits in this container/box.
脱いだウェットスーツはこの入れ物に入れてください。
- Take off your dry-suits here.
ドライスーツはここで脱いでください。

ラフティングツアー

●ブリーフィング Briefing

→Good morning!

Thank you for joining today's Sorachi River Rafting tour.

おはようございます。

今日は空知川ラフティングツアーに参加して頂き、ありがとうございます。

→My name is Kazuya Niino. Please call me Kazu.

私の名前は新野和也と申します。カズと呼んで下さい。

→I am originally from Osaka but moved to Hokkaido 30 years ago.

Since moving to Hokkaido I have been working as a canoe and raft guide in the summer, and in the winter lead snow treks.

私は大阪出身で、北海道に30年前に移住して来ました。

以来北海道の魅力に取りつかれずと夏はカヌーやラフティングのガイド、冬はスノートレッキングのガイドをしています。

→Let's do quick introductions.

では皆さんも自己紹介をお願いします。

→Today, I will be with you as your guide with you guys in one boat, and there will also be 2 other boats joining on the rafting tour today.

今日はガイド1名と皆さん、そして我々の他に2艇の合計3艇でラフティングツアーに行きます。

→Before we get started I'd just like to check on everyone's physical condition. If you are tired, have a headache or stomach pain, or any other issues even if you think they are small please let me know.

それでは皆さんの今の体調を確認させて下さい。疲れている、頭痛や腹痛、他に少しでも不調がある場合は申し出て下さい。

●行程確認 Review of itinerary

→Today we will be rafting on the Sorachi River for about 2 hours, and travel 6km.

今日はこの空知川を約2時間かけてラフティングボートで下ります。

下る距離は約6kmです。

→During the trip there will be places you can swim and jump into the river.

途中川で泳いだり、飛び込んだりする事も出来ます。

→The water here is especially clean so I hope you will enjoy it.

特に水が綺麗なので楽しみにして下さい。

●PFD説明 PFD Explanation

→Put the PFD (Personal Flotation Device) on first, then fasten the zipper and (all) the buckle(s).

最初にPFDを着て、ジッパーやバックルも全部締めてください。

→The straps are here, they need to be snug and never too loose.

ストラップはこちらです。緩まないようしっかり締めてください。

→The kids PFD also has a crotch strap, so please fasten that as well.

子供用PFDは股に紐が付いています。これらも締めてください。

●パドルトーク Paddle talk

(1) 乗り方、降り方、座り方 Entry/Exit/Sitting

→When entering, step over the outer tube. You are going to sit on this outer tube. Your feet should be under the thwart tube in front of you, or any space available to hold you.

入る時は、外側のチューブをまたいでください。

この外側のチューブに座ります。足は自分の前にあるスウォートチューブの下か、自分が安定できる空いているスペースに入れてください。

- When exiting, you step out in the opposite way of getting in.
出るときは、入る時と逆の手順で降ります。
- The bottom of the boat is slippery, please step slowly when entering.
ボートの床 (ボトム) は滑りやすいです。入る時はゆっくりと歩いてください。
- This is the front, so let's sit down facing forward.
こちらが前です。前を向いて座りましょう。

(2) パドル説明 Paddle talk

- Each person needs one paddle.
パドルを1人一本持って行って下さい。
- The paddle length should be the same as the height from the ground to your chin.
パドルは自分の顎の高さの物を使ってください。
- The flat part is called the blade, the opposite end is the T-grip, and the long section is called the shaft.
平らな部分をブレード、反対の端をTグリップ、長い棒の部分をシャフトと呼びます。
- Please grab the t-grip with one hand, the other hand should hold the shaft at about your shoulder width.
片手でTグリップを握り、もう一方の手でシャフトを握ります。およそ肩幅くらいです。
- It is important to cover the t-grip with your hand, to avoid hitting your face with it.
顔にぶつけないように、Tグリップを手で覆うことが重要です。

(3) 前漕ぎ (フォワードストローク) Forward stroke

- When you start paddling,
Place one hand lower than the other.
Stretch your lower hand forward by twisting your left waist forward.
Dip the lower blade into water.
パドリングを始めるとき、
片方の手を反対より低くして、
その低い手を腰を前に捻りながら前に伸ばします。
低いほうのブレードを水に入れます。
- Push the upper hand side forward, at the same time, pull your lower hand side back.
This will work best if you twist at your waist at the same time.
上側になる手を前に押し出し、同時に下側の手を後ろに引きます。
これは腰のひねりと一緒に行くと効果的です。
- Try not to bend and pull with your arms, try to use your core muscles while your arm is extended.
腕を曲げたり伸ばしたりせず、腕は伸ばしたまま体幹筋を使いましょう。
- Your upper body should stay centered, try not to lean back and forth, or swing side ways.
上半身は中央にとどめ、前後左右に傾かないようにしましょう。
- When the blade in the water passes your hip, raise the blade from water.
And lower the other blade into the water.
Using the same movement use your core muscles to pull the blade back.
水の中のブレードが自分のお尻を過ぎたら、ブレードを水から上げます。
そしてもう一つのブレードを水に入れます。
同じ動きと体幹筋を使いブレードを後ろに引きます。
- Then you continue repeating the process at a steady pace.
この動きを繰り返す、同じペースで行います。

(4) 後ろ漕ぎ (リバースストローク) Reverse stroke

- We use this to move backwards.
Twist your body on one side, look behind you and place your blade into water.
Twist back to the front while the blade is in the water.
Then repeat this process on the other side and your boat will move backwards.
これを使って後方に動きます。
身体を片側に捻り、後ろを見てブレードを水に入れます。ブレードは水に入れたまま、身体をひねりを前に戻します。
この動きを反対側でも繰り返すと、ボートは後方に動きます。

→It is important to look the way you go, since it is not easy to go “straight” when going backwards.
後方に移動するとき「まっすぐに」行くことが簡単ではないため、自分の行き先を見ることが重要です。

(5) ストップ Stop

→When stopped, place your paddle on your thigh.
止まった時は、パドルを腿の上に置いてください。

(6) 全てのストロークに共通していることは… Common technique for all strokes

→Try to look in the direction you want to go, not at the blade.
ブレードではなく、行きたい方向を見てください。

→Dip the whole blade into water, not partially.
ブレードは部分的ではなく全て水に入れてください。

→Try to row by twisting your body, try NOT to rely on your arm muscles.
腕の筋肉に頼らず、身体のひねりで漕ぐようにしましょう。

●セーフティトーク Safety talk

→Is there anyone who feels they need to drop out?
辞退される方は居ませんか？

→If at any time during the tour you start to feel bad or need to drop out please let us know.
もし途中で体調が悪くなったり、辞退したい場合は直ぐに教えて下さい。

→If you drop out during the tour it is possible for one of our vehicles to come pick up you.
ツアーの途中でやめても陸上班に連絡を取り、車へ移動していただけます。

→Now we will learn about safety, do's and don'ts
これから安全についての「すること、しないこと」を学びます。

→Please listen very carefully.
注意して聞いてください。

→We might ask your help when someone is in trouble.
誰かがトラブルにあったとき、手伝いをお願いすることがあります。

(1) 警告を伝える言葉 On words that convey warnings

■掴まって Grab/Hold

→When I say “Grab” in swift-water, grab the safety rope with the hand holding the shaft.
You need to lean to the inside of the boat.

急流で私が「掴まって」と言ったら、シャフトを持っている手でセーフティロープを掴んでください。また、ボートの内側に身体を傾けてください。

→When I say “Come back”, please return to your paddling position.
私が「戻って」と言ったら、元のパドリングポジションに戻ってください。

■中に入って Inside

→When the water is rough, we ask you to “get inside of boat”.
流れが急な時には、「中に入って」と言います。

→When I say “inside”, please move your body to the inside of the boat.

Your paddle T grip should be on the boat bottom while holding. You need to squat, not sit down.

私が「中に入って」と言ったら、身体をボートの中に入れてください。

パドルのTグリップは、握ったままボートの底に置きます。座らずにしゃがんでいてください。

■頭を下げて Duck

→When we go under tree branches, I will say “duck”. Lower your head in order to avoid hitting any branches.

If you lean back, you might scratch your face with the branches. Do not grab branches that will swing back to hit other paddlers.

木の枝の下を通る時に、私は「頭を下げて」と言います。枝に当たらないように頭を下げてください。

後ろに振り返ると、枝で顔を傷つけることがあります。枝を掴まないでください。放した瞬間に他の人に当たる可能性があります。

■ハイサイド Highside

→I will say “high-side!” if we hit a rock and the boat starts to tilt.

You should move to the high side of the raft.

岩に当たったりボートが傾いたりしたときには、私が「ハイサイド」と言います。
その時にはボートの高い方に移動してください。

(2) 落水時の対応 If you fall into water

→Please try to stay calm if you fall into the water, we will help you.

ボートから落ちてしまっても、落ち着いていてください。ガイドが助けます。

→Float with your belly up, your head upstream, and your feet downstream.

It is better to spread your arms and legs to help you avoid objects in the water.

お腹を上に向け、頭を上流に、足を下流に向けてください。手足は広げ、障害物をよけるようにしましょう。

→This position is called the white-water float position.

この姿勢を「ホワイトウォーターフローティングポジション」と呼びます。

→Never try to stand up or put your feet on the bottom.

Your feet may get trapped by rocks or branches underwater.

立ち上がったり、足を水に入れたりするのは決してしないでください。

水面下の岩や木に足がとられることがあります。

→You can kick objects downstream in this position, and avoid danger.

このポジションでは下流にある障害物を蹴ることで危険を避けることができます。

(3) 落水時の救助 Rescue

■再乗艇 Re-entry

→If you fall into the water, please try to grab the safety rope on the side of the boat.

水に落ちたときは、ボートの横にあるセーフティロープを掴んでください。

→People on boat will help you get back in.

The rescuer on the boat should place your knee against the tube, grab fallen person's PFD by both shoulders.

Then you lean back using leverage to pull them back into the boat.

ボートにいる人が助けます。

救助者はボートのチューブに膝を当てて、落ちた人のPFDの両肩を掴みます。

掴んだら、ボートの後ろに倒れてください。てこの原理で引っ張ります。

→Other people need to help when a single rescuer is not enough.

1人では無理な時は複数で上げます。

→Do not try to rescue by pulling their hands or arms, you might injure their shoulder.

決して落水した人の手を直接引っ張らない様に。(肩を痛める原因になります)

■パドルレスキュー Paddle rescue

→If you fall and are away from the boat, you can reach for a rescuers paddle.

The rescuer should hold the blade-side shaft and pass the T-grip to the person in the water.

落ちたときにボートから離れてしまった時は、救助者のパドルを掴みます。

救助者はパドルのブレード近くのシャフトを持ち、Tグリップを落ちた人に差し出してください。

→Grab the T-grip and move towards the boat then grab the safety rope to re-enter.

Tグリップを掴み、ボートに近づいたらセーフティロープを掴んで再乗艇してください。

■スローロープ Throw bag

→The guide will shout “ROPE” or blow a whistle, please look at the guide.

ガイドが「ロープ!」と叫ぶか、笛を吹きます。ガイドの方を見てください。

→When we have eye-contact, then I will throw this rope.

目が合ったら、このロープを投げます。

→After catching the rope, place your hand and rope on your chest. Do not hold the rope-bag, just the rope.

Never let go of the rope.

ロープを掴んだら、ロープと手を胸の上においてください。ロープバッグは掴まず、ロープを掴んでください。

ロープから手を離さないでください。

→Also, never tie the rope to you!

また、ロープをあなたに結ばないでください。

→I will pull you back to shore and tell you when to release the rope.

私が岸まで引っ張ります。ロープを離していいと言うまで離さないでください。

(4) 転覆時の対応 Flipped boat

→If you are under the boat, DO NOT PANIC. Just swim to the outside then grab the safety rope.

もしボートの下に入ってしまった場合は、パニックにならないように。ボートの外まで泳いで出て、ボート外のセーフティーロープを掴んでください。

→If you are away from boat, go into the white-water float position and float and look out for objects in the water.

もしボートから離れてしまったときは、ホワイトウォーターフローティングポジションになり下流の障害物に備えてください。

→The guide will rescue you by boat or with a throw rope.

ガイドがボートから、またはスローロープで助けます。

● ツアートーク Tour talk

→This tour is called Sorachi River Rafting, but actually it does not officially become the Sorachi River until we join up with another river downstream a bit.

From the starting point it is called the Shi-sorapuchi River, and when it joins later with the Ruoman Sora Puchi River it becomes the Sorachi River.

今日下る川の名前は空知川と言いますが、実は途中で別の川と合流してここからが空知川と言います。

スタートから合流点までは「シーソラブチ川」、途中で「ルオマンソラブチ川」と合流してここから空知川に名前が変わります。

→Besides the Sakhalin Taimen, there are rainbow trout, whitespotted char, Dolly Varden Trout, big-scaled redbfin, and the Japanese Bullfin among others can be found in this river.

Look in the river! You can see fish swimming there.

この川にはイトウの他にニジマス・アメマス・オシロコマ・ウグイ・カジカ等の魚が住んでいます。

川の中を見て下さい。魚が泳いでいますよ。

※アクティビティを実施する土地の歴史や文化、生息する動植物についてもツアー中に案内しましょう。

→Feel free to try swimming here.

ここで泳いでみましょう。

→As I mentioned earlier, you should float on your back and keep your feet downstream. Spread your legs and arms in a comfortable position and go with the flow.

先程お話しした通り、仰向けで足を下流側に向け、手足を軽く広げて流れて下さい。

→It's a great feeling to just float downstream while watching the sky.

空を見ながら流れると気持ち良いですよ。

→If it starts to get shallow just stand up.

浅瀬になったら立ち上がって下さい。

→Let's try diving from the top of this rock.

この岩の上から飛び込んでみましょう。

→Please follow me. When you are climbing move slowly and carefully to avoid slipping.

私に付いて来て下さい。登る時は足が滑るのでゆっくり気を付けて登りましょう。

→This is where we will dive in from.

ここから飛び込みます。

→When you are diving in keep your hands crossed at your chest. If you spread your arms you may injure your shoulders.

飛び込む時は両手を胸の前で組んで下さい。両手を広げたまま飛び込むと肩を痛める事があります。

- After diving and coming back to the surface please swim in the direction you are directed to.
If you can't swim, please float on your back.
飛び込んだ後浮き上がってきたら指示した方へ泳いで下さい。
泳げない時は仰向けで流れてください。
- I will throw a rope and you should hold it tightly.
ロープを投げるのでロープをしっかり握って下さい。
- The current is gentle here so let's lie down flat on the boat.
ここは流れが穏やかなのでボートの上で寝てみましょう。
- Hey everyone look. There is spring water coming out from between these rocks.
The water from this spring fell 30 years ago as rain and traveled through the ground and eventually coming out here.
皆さん見て下さい。この岩の間から湧水が出ています。
この湧水は約30年前に降った雨が長い時間をかけて地面の中を通り、今ここに出てきています。

● ツアー終了 End of tour

(1) ゴミについて (タバコの吸殻要注意) Littering/trashes

- All garbage must be put in a trash bin or taken home.
すべてのごみはゴミ箱に入れるか持ち帰るかしてください。
- If you cannot find a bin nearby, please tell us.
近くにゴミ箱が見つからない場合は、私たちに知らせください。
- Please do not throw away cigarette butts.
たばこの吸い殻は投げないようにしてください。

(2) ツアー終了時 At the end of the tour

- This is the goal for today.
Thank you all for your cooperation.
Now let's head back.
ここが今日のゴールです。
ご協力ありがとうございます。
今から戻りましょう。

(3) 移動の車で出発前に Before leaving in a moving car

- Do we have everybody? Let me call everyone's name to check.
全員いますか? 全員の確認をします。

(4) ベース到着後 Back to base

- Please take off your gear here.
脱いだギア(装備)はここに置いてください。
- Take off your wet-suits in the changing room.
ウェットスーツは更衣室で脱いでください。
- Place your wet-suits in this container/box.
脱いだウェットスーツはこの入れ物に入れてください。
- Take off your dry-suits here.
ドライスーツはここで脱いでください。

◎編集協力・監修

新野 和也 (北海道知事認定 カヌー・ラフティングガイド NPO法人どんころ野外学校)

野村 竜介 (北海道知事認定 カヌー・ラフティングガイド とかちアドベンチャークラブ 代表)

◎英語監修

デイビッド・ニーホフ (Kanto Adventures 代表)

◎編集・制作

株式会社 電通北海道

一般社団法人 北海道体験観光推進協議会

アクティビティ別
顧客対応英語 実践ガイド
(ラフティング・カヌー・カヤック編)

令和4年3月発行

発行 公益社団法人 北海道観光振興機構
〒060-0003 札幌市中央区北3条西7丁目1番1 緑苑ビル1階
TEL 011-231-0941

※本テキストの無断転載・無断使用禁止

