

# 27 ヨット競技

## 1 競技の特性

帆に風を受けて風の力だけで進む競技で、艇が一斉にスタートし、海面に設定されたマークを周回し、順位を競う。レースは数回行われ、順位の合計で成績が決定する。また海面は常に風（風向・風速）や潮が変化するため、その自然の状態を早くつかんで風を読み、駆け引きに勝つ頭脳と判断力、体力等がレースを左右する大きなポイントとなる。人と自然の交じり合う海上の競技である。

トラブルのないように万全の準備をして出艇するのが基本であるが、海では何が起こる分からない。万が一、帆走中にトラブルが起きたらそれにどう対応するか、考えられるさまざまなトラブルを事前に想定し、その対策のシミュレーションを行うのもヨットに乗る際の大切な心構えである。

乗艇時の服装は動きやすいことが基本だが、海水で濡れたうえに風にさらされると体温が奪われ、予想以上に体力を消耗する。また、夏季の日焼け・熱中症にも注意が必要である。季節、天候、海面状況に合った服装（ウエア）を身に付け、ライフジャケットは必ず着用しなければならない。

全国的に見ると、事故・傷害のほとんどは練習中に起きている。原因は、天候の急変すなわち強風、突風による転覆が多い。

## 2 事故・傷害の防止対策

### （1）施設・設備・用具

予想される事故・傷害の原因	傷害・事故例	対策
艇（ヨット）について ・艇体、セール、マスト、ブーム、ラダー（舵）の破損。	・帆走不能状態になり救助	・毎回、練習前・練習後の入念な点検。 ・破損箇所の整備、取り替え。
救助艇について ・エンジントラブル、燃料切れ、法定備品の不備・不搭載。	・走行不能状態になり救助	・毎回、練習前・練習後の入念な点検。 ・定期的な整備点検。
施設について ・艇置き場に、ガラス破片、釘、ビス、小石などが散乱。  ・スロープに藻が付着。	・足裏裂傷  ・転倒による、打撲、骨折	・平常時の清掃。  ・平常時の清掃。（藻の撤去）
・温水シャワー、ボイラーの故障。	・低温時の体の冷え、風邪	・定期点検。
救命胴衣について（ライフジャケット） ・破損、不十分な浮力。	・溺水、溺死	・毎回、練習前・練習後の点検。 ・新規取り替え。

### （2）活動内容

予想される事故・傷害の発生状況	傷害、艇・セールの破損例	対策
陸上において（出艇前） ・艀装時、陸上の風向を確認していないために、ヨットが転倒したり、ブームが反対側にかえって頭部に当たる。	・頭部打撲、裂傷、脳震盪 ・艇の破損	・常に陸上での風向を確認し、船首を風側に向けておく。

<ul style="list-style-type: none"> <li>・艇置き場に落ちているガラス破片、釘、ビス、小石などで足裏を怪我する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・足裏裂傷</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・平常時、艇置き場の清掃をきちんと行う。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・出艇直前のスロープで、藻のため滑って転倒する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・打撲、裂傷、骨折</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・平常時、スロープ清掃を行う。</li> <li>・藻が密生する前にこまめに藻を撤去しておく。</li> </ul>
<p>海上において（出艇後）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・出艇時、向かい風で波が高いとき、岸に流される。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・岸に座礁、艇の破損</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・離岸後、素早く艇に乗り、センターボードを下ろす。</li> <li>・救助艇からの適切な指示。</li> <li>・普段から、スムーズに出艇できるように、繰り返し基本を練習する。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・方向転換（タック、ジャブ）のとき艇内で転ぶ。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・打撲、裂傷、捻挫、骨折</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・基本動作の確認、繰り返し練習する。</li> <li>・艇内のシート類を整理しておく。</li> <li>・二人乗り種目の場合、お互いの呼吸を合わせて動作に入る。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・方向転換（タック、ジャブ）のときブームが頭部にあたる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・頭部打撲、裂傷、脳震盪</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・基本動作の確認、繰り返し練習する。</li> <li>・前方をよく見ながら動作に入る。</li> <li>・体の柔軟性を養っておく。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・陸から沖に吹いている風で、陸から離れてしまう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・トラブルがあった時に、簡単に救助できない。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・なるべく岸よりで練習する。</li> <li>・救助艇から離れない。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・艇が衝突する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・艇の破損、沈（転覆）落水、打撲、裂傷</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お互いが周囲をよく見て、状況を把握する。</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・早めの判断をし、早めに声をかけ、衝突回避の努力をする。</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・日頃から、ルールの確認をする。</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・「まだ大丈夫」「これくらいいいだろう」という判断を安易にせず、余裕を持って次の行動に入る。</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・常に、次に起こるであろう状況を考えて行動する。</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・初心者どうしを乗せないで、必ず経験者が同乗する。</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・強風時、体力がないと集中力が保たれないので、日頃からトレーニングをし体力増強に努める。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・漁網に引っかかる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・艇の破損、沈、セールの破損、漁網の破損、帆走不能状態になり救助</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・漁網の位置を確認する。</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・漁網に近づかない。</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・漁労者の船に近づかない。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・着岸時、追い風で岸に近づき乗り上げてしまう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・艇の破損、沈、座礁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・追い風の時は、必ずセールを下ろした状態で岸に向かう。</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・風の状況をきちんと把握する。</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・スムーズにセールをダウンできるように、陸上でシミュレーションを行う。</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・シート類が絡んでいないか確認する。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・艇の艀装ミス</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・帆走不能、沈</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・出艇前に、陸上でのチェックを怠らない。</li> </ul>

<p>沈（転覆時）において</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・転覆した艇の中に入ってしまう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・打撲、呼吸困難、溺水、溺死</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・クルーは必ずトラピースハーネスをはずす。</li> <li>・艇が完沈する前に、艇外に出る。</li> <li>・ワイヤー、シート類が体に絡んでいないか確認する。</li> <li>・横倒しの状態時に、艇内から離れる。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・艇から離されてしまう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・筋肉痙攣、溺水、溺死</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・バウライン、シート類に掴まる。</li> <li>・二人乗りの場合、声をかけ合う。</li> <li>・風下側に落水した場合は、力の限り泳いで艇にもどり掴まる。</li> <li>・あきらめず艇を起こすことを試みる。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・マストやブームが倒れて、人にあたる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・打撲、裂傷、溺水</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・風上側、風下側のどちら側に倒れるかを瞬時に判断し、特に風下側の場合は艇が傾いた瞬間に体の位置をずらしてあたるのを防ぐ。</li> <li>・二人乗りの場合、声をかけ合う。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・春、秋の海水が低温のときに、落水する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・筋肉痙攣、溺水、溺死</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ウェットスーツ、ドライスーツを着用する。</li> <li>・普段より厚着をする。</li> <li>・帽子、毛糸の帽子をかぶる。</li> <li>・救助艇からの判断で、体力が消耗する前に余裕を持って陸に上げ、温水に入浴させる。</li> </ul>
<p>その他</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・生徒が単独で練習し、事故が生じる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・沈、怪我、溺水、溺死</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・単独練習は禁止とする。（厳守）</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・日没後まで練習し、事故が生じる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・沈、怪我、溺水、溺死、遭難</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・日没後の練習は禁止とする。（厳守）</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・急激な天候変化により、事故が生じる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・沈、艇・セールの破損、救助不能、怪我、溺水、溺死</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・天気、気象の確認。観天望気。</li> <li>・雲の動き、風の変化に注意する。</li> <li>・当日の天気図、天気予報の確認。</li> <li>・救助艇からの指示が、各艇に伝わるように確実にを行う。</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・救助艇が出艇しないまま練習して、事故が生じる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・沈、怪我、溺水、溺死</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・必ず救助艇を出艇させてから、練習を行う。（厳守）</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・海上で救助艇がトラブルを生じる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ヨットの救助不能</li> <li>・救助艇が陸に帰れない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・救助体制の確認。</li> <li>・平常時の救助艇の整備、点検</li> </ul>

### 3 事故防止のためのチェックリスト

施設・設備・用具	<p>出艇前に、艇体と艀装のチェックを行っているか          セールは破損していないか          シート類が摩耗していないか          救助艇の点検は行われているか（法定備品を搭載しているか）          救助艇の燃料及び予備燃料は準備しているか          救助艇の操縦者は、船舶免許を持っているか          艇置き場の清掃は行われているか          スロープは滑らないか（藻の撤去は行われているか）          温水シャワー、ボイラーは故障していないか          救命胴衣（ライフジャケット）は破損していないか（十分な浮力があるか）          ハンドマイク、メガホンは準備しているか</p>
活動内容	<p>生徒の体調を確認しているか（無理をさせないようにしているか）          風の強さ、海面の状況など、自分の実力で帆走できるか確認しているか          季節や水温に応じた服装（ウェットスーツなど）を身につけているか          陸上での風向を確認し、艀装時に船首を風上側に向けているか（危険を回避させているか）          出艇直前、全員が救命胴衣を着用しているか          出艇前に、練習メニューやその日の予定を確認できているか          出艇（離岸）の状況を救助艇から監視しているか          風向を確認し練習海面を決め、救助艇の救助範囲内での練習、帆走を指示しているか          艇どうしの衝突を避けるため、それぞれ各艇の動きを監視しているか          漁網や漁労者の船に近づいていないか（各艇、乗艇者）          漁網や漁労者の船に近づいていないかを監視しているか（救助艇）          複数での練習時、お互いのヨットが離れすぎではないか          着岸時、追い風のままセールに風をはらんで岸に近づいていないか          海上で艀装ミスを確認したとき、速やかに救助艇から指示しているか（艀装ミスを直したか）          沈（転覆）したとき、乗艇者がきちんと見えているか          沈（転覆）したとき、乗艇者が艇から離れていないか          沈処理（艇の復原）の際、乗艇者の体力が限界かどうかを見極めて指示したか（救助したか）          沈処理（艇の復原）直後の乗艇者に異常が見られないか（本人に確認したか）          沈処理（艇の復原）の後の練習において、乗艇者に異常が見られないか（本人に確認したか）          救助体制（レスキュー）は完備しているか          交代要員を救助艇に乗せて、海上交代させているか          強風時、練習継続可能かどうかの判断を早めにだしているか          救助艇に携帯電話、水分、食料を積み込んでいるか          救助艇の燃料は満タンにして出艇しているか          救助艇にアンカー、予備ロープを搭載しているか          救助艇にヨットの曳航用ロープを搭載しているか（救助の際、ヨットを曳航できるか）          いつでも集合できるように合図を決め、ハンドマイクや笛、国際信号旗を搭載しているか          生徒が単独で練習していないか          救助艇が出艇していないのに、ヨットが出艇していないか          日没後まで練習していないか          当日の天気、気象情報を確認しているか（顧問）          雲の動き、風の変化に注意しているか（顧問）</p>
救急体制	<p>緊急時の連絡体制は十分か          R I C E 処置など、応急処置について理解・実践できるか          医薬品などは準備できているか          水や氷の準備はできているか          A E D（自動体外式除細動器）を備えているか          最悪な事態に至る前に、艇体放棄の判断を出しているか（乗員の安全を確保する）          重大な事故の場合、海上保安庁に救助を要請する体制は整っているか          必要に応じて地元の漁業協同組合と連携し、安全を確保しているか</p>