

安全対策チェック・リスト

- この書類は、レース、試乗会、スクール、催事時に事故を起こさないための安全対策についてのチェック・リストとして作成しています。
- 安全の確保は、セーリングに関わるスタッフの努力だけでなく、乗艇する参加者の自覚や周囲(地域社会)の協力も必要です。
- レース、試乗会、スクール、催事の規模や参加者のレベルに応じて、対応項目の中から必要なものをピックアップし、安全対策の目安としてください。
- このリストは、もともと高校生や大学生を対象にして作成しています。対象が異なる場合には見直しや項目の追加を行って下さい。
- 緊急時にマニュアルを読んでいる時間はありません。常日頃から、いかに注意し準備し対応しているかが大切で、そのためのチェック・リストと考えて下さい。
- レース中に対応すべきことは、救助担当者の経験の度合いや救助艇の能力、気象条件等現場の状況により違いが生じます。
- 特にレース、試乗会、スクール、催事の行われる水面の状況(内海、外洋、湖沼、風況、うねり、波浪、潮流、護岸・堤防・岸壁等障害物他)は千差万別です。

◎印は、より重要度が高いと判断される項目、太字で記しています。

A レース前のチェック事項	1p
B レース中に対応すべき事項	3p
C 試乗会、スクール、催事前に対応すべき事項	5p
D 試乗会、スクール、催事中に対応すべき事項	7p

A レース前のチェック事項

レース前にチェックすべき事項	分類
参加選手のレベルを揃えるために、参加資格に追加要件を加えることも有効な手段	SI
出艇、帰着申告は、選手の安全管理システムであり、帆走指示書でPTP等のペナルティーを明示し、選手の自覚を促すことが効果的	SI
経験不足の選手の参加が予想される場合は、季節等を考慮してレース委員会による強制救助があることを帆走指示書で規定する	SI
レース公示でバウライン、アンカーとアンカーロープを義務づけることも有効な対策	SI
レース公示で救助要請の合図のためのホイッスルの携帯を義務づけることも有効な手段	SI
選手からの緊急時の救助要請の合図をスキッパーズミーティングで決めておくも効果的 (例えば手を広げて横に振る、または笛を吹けば救助要請)	情報
(日頃から) 地元漁協やハーバーオフィスとの情報交換は大切	情報
参加選手のレベルの把握は、レース中止判断の要素の一つ	情報
◎参加選手のレベルの把握が、安全確保の大事なファクター	情報
天気予報を確認し、その後も時間経過に伴う状況変化に常に気を配ること	情報
◎スタッフは、心肺蘇生法の講習を受講しておくことが望ましい	情報

ハーバーオフィスに支援を要請しなければならない場合を想定し、救助活動してもらえよう事前にお願ひし、その際（要請時）の連絡方法を決めておくこと効果的	情報
万が一に備え、緊急連絡表を事前に作成し、共通情報としておくこと	情報
◎各運営艇に、最低でもシーナイフは配備すること	備品
◎レスキューボートには、常に予備のアンカーと長め（水深の2倍以上）のアンカーロープを備え、沈艇のアンカーリングや曳航に備えること	備品
レース委員会運営艇、救助母船にも予備のアンカー、アンカーロープ、ブイ、フェンダーを備えておくこと	備品
デスマストや不測の事態に備えて、レスキューボートにワイヤーカッターを備えておくこと	備品
荒天が予想されている場合には、係留用のアンカーとブイまたはフェンダーを事前に海面に設置することも考慮すること	備品
乗員を救助するとき、備え付けのライフリングを使用すると救助がスムーズ	備品
低体温に備えて、濡れた衣類を脱いで体を包める毛布やタオルがレスキューボートにあると効果的	備品
参加艇数と参加選手のレベルを勘案して運営艇数を確保すること	運営艇
◎レスキューボートは、極力ハードボトムのゴムボートを配備すること	運営艇
運営艇には予備艇の手配を行っておくこと	運営艇
大きな大会では、救助母船を準備すると、応急手当や人命救助に効果的	運営艇
日頃から運営艇の整備チェックを怠らないこと。（海上での修理は不可能に近い）	運営艇
レスキューボートのドライバーは、そのレスキューボートの特性に詳しいこと	運営艇
レスキューボートのスタッフは、そのレース艇の特性に詳しいものが望ましい	運営艇
レスキューボートの乗員は、二名以上を必要最小限とすること	運営艇
救助活動の妨げになるので、レスキューボートにはできるだけ部外者は乗せないこと	運営艇
多少値段が高くても、マンガン電池よりもアルカリ電池を使うこと	無線
レース委員長の傍には、運営用のチャンネル専用一台、救助チャンネル専用一台、予備に一台、計三台の無線を準備すると効果的	無線
◎突然の降雨、スプレー、落水に備え、晴れていても、無線は雨仕様の防水対策を	無線
情報伝達通信は、無線と携帯電話の二系統を確保	無線
万が一に備え、陸上に基地局を配置し、陸上要員も常時、無線の傍受をすること	無線
◎主催者責任として、JSAFが推奨する主催者保険や傷害保険に加入すること	保険

B レース中に対応すべき事項

対 応 事 項	分類
救助した艇のセールナンバー、選手名を控えておき、レース委員会に報告すること	情報
大会開始後は、インターネット等で気象予報を継続的に入手すること	情報
周囲の沈艇の位置や、経過時間を把握するためにメモをできれば取っておくこと	情報
曳航作業に入る際には、必ず、その旨を救助責任者に報告すること	情報
ひやりとした状況があった場合には、メモをしておき、責任者へ報告すること	情報
レース進行の妨げとなることがあるので、救助系統の無線チャンネルは、運営系統のチャンネルとは別にしておくこと	無線
◎海上での情報伝達は無線が命	無線
他艇の無線交信にも注意を払っておくこと	無線
電池の交換は早い目に行うこと。相手の声が聞こえていても送信されないことがある	無線
定期的なオールエリアでの無線コールは、早期に無線不良を察知できる	無線
◎運営スタッフは、自分のポジションに関係しないことでも、無線の傍受を欠かさないこと	無線
早期にレスキューされた艇のために、予め大きめのアンカーとブイまたはフェンダーを海面に設置しておくこと便利	運営
漁船タイプの船でレスキューする際には、ゴムボートとペアーで対応すると効果的	運営
風が上がることが予想される場合には、フリーのコースをあまりタイトにしないこと	運営
艇種によっては事前に帆走指示書に明示したうえで、ランニングを避けたコース指示を行うこと	運営
艇種によっては事前に帆走指示書に、他艇を救助するためにレース艇がエンジンを使用することを認めることを記載することも良い	運営
◎レース中止や帰港の際には、できるだけレース艇を分散させないこと	運営
フリートをガードする運営艇は風下に配置するが、指示を出すとき運営艇は風上に位置しないとレース艇に声が届かない	運営
船舶の往来が多い海面においては、無風の場合を想定し、曳航によりレース艇を出艇もしくは帰着させる体制を備えること	運営
無風で潮流が速い場合には、アンカーリングなどによりレース艇の分散を防ぎ、併せてプレジャーボート等からの安全を確保することも検討すること	運営
ハーバーバックの際には、必ず運営艇を伴走させること	運営
パワーが小さいゴムボートでの曳航は避ける方が無難	運営
◎救助艇の要員は、常に飛び込める態勢で乗船すること	沈処理
◎沈艇を発見したら、必ず、競技者(全員)の姿を確認するまでは、目を離さないこと	沈処理
◎競技者の姿(頭)が確認できないときは、必ず、接近して安全を確認すること	沈処理
風上からの救助は、レスキュー艇からの声が届きやすい	沈処理
◎体力が低下している選手は、早目にレスキュー艇に引き上げて救助要員と交替させた方	沈処理

が沈起こしなど救助はスムーズ	
一艇の救助に、長時間、手を取られないこと	沈処理
沈処理に飛び込む際には、できる限り命綱をつけて、二次災害を防ぐこと	沈処理
強風で艇が起きにくい場合には、フォアステイやマストにラインを取り、スローで、ゴー・アスターンして、沈艇を風に立てると起きやすくなる	沈処理
救助活動の間も周囲に注意を払い、危険に瀕している艇がないか注意しておくこと	沈処理
次の艇のレスキューに向かうときは、沈艇をアンカーリングしておくのも得策	沈処理
再帆走に時間がかかりそうな場合には、レース艇をアンカーリングし選手をレスキュー艇に引き上げることも効果的	沈処理
アンカーリングの際には、艇体の破損等を確認し、エアータンク内への浸水等による沈没の危険性のないことを確認しておくこと(二次被害の防止)	沈処理
一過性の強風時には無理に起こさず、強い風をやり過ごす方が安全	沈処理
沈した時刻と場所をメモすると、経過時間の把握や危険予知が容易になる	沈処理
強風や、うねりのある海面では、沈艇のアプローチは風下からが原則	操船
うねりの少ない海面では、風上からアプローチし、少しずつ後進を掛けながら常にバウを風下にすると、救助艇の位置取りが容易(特に軽量で船長の長い船)	操船
選手とプロペラの位置に注意し、できるだけプロペラを選手に近づけないこと	操船
バウラインや曳航ロープがプロペラにかからないように操船すること。補助者がいる場合、クリートと曳航される艇との間のラインを、補助者は手に持ち、手繰り寄せたり離したりしてラインがプロペラに巻きつかないように注意すること	操船

C 試乗会、スクール、催事前に対応すべき事項

事前に対応すべき事項	分類
JSAFバッジテストとは別途に、主催者、スタッフ内で安全の基礎知識に関する座学・テストなどを行い、参加者のレベルアップを図る	知識
レスキューボート、スタッフボート等のエンジントラブルに対して、応急対応処置を会得しておくこと ①ジーセルの燃料切れ、②ガソリタンクへの水混入、③点火プラグの汚れ、 ④バッテリー上がり、⑤冷却水異常、⑥オイル不足、⑦Vベルトの断裂	知識
◎スタッフ全員が、心肺蘇生法の講習を受講しておくこと	知識
◎バウライン、ステイ、エアータンクなど、陸上で毎回安全確認を行い、不安があれば直ぐに交換・修理しておく	装備
ウェアやライフジャケットも常に整備した状態で使用すること	装備
◎荒天が予想される場合や不慣れな者が乗艇する場合は、黒球(浮力体)をマストトップに装着し、完沈の防止を図ること	装備
救助を要請する場面に備えて、スタッフは全員ホイッスルを携帯する場合により参加者もホイッスルを携帯する	備品
レスキューボートは、常に悪天候に備えること ①無線の防水対策、②大きめのアンカー、③乗員の雨対策、 ④乗員の保温対策、⑤予備燃料、⑥拡声器	備品
万が一に備え、緊急連絡表を事前に作成し、救助艇に配備しておくこと	備品
◎レスキューに、最低限度必要な救助備品 ①シーナイフ、②ワイヤーカッター、③ゴーグル、④ロープ、⑤アンカー、 ⑥ポートフック	備品
常時、通信可能な無線機器を備えておくこと	備品
沈艇が予測される場合には、事前に係留用のアンカーとブイを用意すること	備品
万が一に備えて、人工呼吸補助具(QQジョイント等)をレスキューボートに備えておくこと、慌てずに人工呼吸できて効果的	備品
乗員を救助するとき、備え付けのライフリングを使用すると救助がスムーズ	備品
低体温に備えて、濡れた衣服を脱がせ、体を包める毛布やタオルがあると効果的	備品
◎原則としてレスキューボートがない状態では出艇しないこと	体制
日頃からレスキューボート、スタッフボート等のボートのチェックを怠らないこと(海上での修理は不可能に近い)	体制
レスキューボートには、二名以上で乗艇すること(一人では作業に限界がある)	体制
主催者としての安全対策マニュアルを作成し、スタッフ全員で読み、文書として引き継ぐこと	体制
◎日頃から、沈処理や強風に備える体力作りに努めておくこと	体制

レスキューボートは、できればゴムボートと、あと一艇準備することが好ましい	体制
◎経験不足のものが参加する場合や悪天候が予想される場合、試乗会・スクール・催事の中止の要件(基準)を事前に主催者・スタッフ内で確認しておくこと	体制
緊急時の救助要請方法を予め決めておくこと (手を拡げて横に振る、または笛を吹けば救助要請などと決めておく)	情報
直近の天気予報を確認する(時間経過に伴う状況変化にも常に気を配ること)	情報
ミーティングでの情報、注意事項は重要な情報なので、必ず、スタッフ全員が理解しておくこと	情報

D 試乗会、スクール、催事中に対応すべき事項

対 応 事 項	分類
レスキューボートの乗員は、出艇した艇のセールナンバーは必ず確認しておき、常に全体の状況に注意すること	情報
スタッフ全員で気象・海象の変化に注意すること	情報
周囲の沈艇の位置や経過時間を把握するため、レスキューボートの乗員全員が注意を怠らず、できれば状況をメモする担当を決めておくこと	情報
デスマスト等で曳航作業を必要とする艇がある場合、リーダーは、どの要救助艇を優先するか、または他の要救助艇があるかどうかを考慮すること(→アンカーリングの検討)	情報
◎ひやりとした状況があった場合、必ず、ミーティングでスタッフ全員へ報告すること	情報
海上での情報伝達は視覚優先で、大きなアクションで伝えること	情報
◎トラブル等で救援を求める場合には、両手を上げて開いたり閉じたりして緊急を知らせること	情報
◎スタッフ、レスキュー要員からの指示が理解できたら、必ず、片手を挙げて知らせること	情報
曳航時に大波を受ける場合には、バウを波に立て減速すること(曳航ロープが切れる)	曳航
艇の振れを防ぐため、スターントリムにすること	曳航
◎艇が波に振られるので、曳航時には、必ず、センターボードを上げる	曳航
無風時、船舶の往来が多い海面においては、早目に曳航体制に移行し帰港すること	曳航
パワーが小さいゴムボートでの曳航は極力避ける	曳航
荒天時に、レスキューされた艇を海上に一時放置する場合、予め大きめのアンカーとブイを艇と共に海面に設置しておくことと便利	錨泊
無風時、潮流が速い場合には、アンカーリング等により艇の分散を防ぎ、併せて集団で目立つようにして、プレジャーボート等からの安全を確保すること	錨泊
曳航やアンカーリングの際には、艇体の破損等を確認し、エアータンク内への浸水等による沈没の危険性のないことを確認しておくこと(艇の二次被害を防止)	錨泊
◎海の利用者はセーラーだけではない。集団で行動することにより、第三者特にプレジャーボート等からの安全が確保できる	体制
緊急時の旗を決めておき、旗で指示する習慣をつけると情報伝達が確実になる	体制
◎リーダーの指示に従って集団で行動すること。単独行動が許される場合も集団から離れないこと。	体制
レスキューボートのスタッフは、いつでも飛び込める準備をしておくこと	体制
練習中止や帰港の際には、できるだけ分散させないこと(目の届く範囲に)	体制
ゴーグルをつけて潜ると、沈艇の水面下の状況が把握できて効果的	沈処理
◎軽風時に、必ず、沈艇の処理方法(沈起こし)を経験習得しておくこと	沈処理

沈艇に潜る場合の対応等を、微風時に実際に経験しておくことと慌てないで済む	沈処理
◎沈艇を発見したら、必ず、乗員(全員)メンバーの姿を確認するまで目を離さないこと	沈処理
◎乗員の姿(頭)が確認できないときは、必ず、接近して安全を確認すること	沈処理
指示を出すレスキューボートは、風上に位置しないと艇に声が届きにくい	沈処理
風上からの救助は、レスキューからの声が届きやすい	沈処理
◎沈した場合には、艇から絶対離れないこと(波間に姿が消えてしまい、見失うことがあるし、体力の消耗を招く)	沈処理
沈起こしの練習をする前には、ライジャケをつけて泳ぐ練習をしておくこと	沈処理
沈処理している間、沈艇のメンバーは、互いに声を掛け、安全を確認し合うこと。また、スタッフやチームメンバーに安全を知らせる場合は、しっかりと両手で頭上に輪を作るなどの合図をして知らせること	沈処理
◎シートやライン等に絡む危険性があるので、むやみに沈艇の下を潜らないこと	沈処理
センターが下がって、完沈した艇の中で作業する場合には、沈艇メンバー同士でボトムを叩くなどして常に安全確認を行うこと	沈処理
◎非常時には、どんなことでも、笛を吹いてスタッフ、メンバーに知らせること。また、両手を上げて開いたり閉じたりして緊急を知らせること	沈処理
体力が低下しているメンバーは、早めにレスキューボートに引き上げて、レスキュー要員と交替させた方が、沈艇処理がスムーズ	沈処理
沈処理が長引くと危険なため、力のないメンバーは早目に交替させること	沈処理
一艇の救助に、長時間、手を取られないこと(→アンカーリングに移行)	沈処理
荒天時、沈処理のために飛び込む際には、出来る限り命綱をつけて、二次災害を防止すること	沈処理
強風で沈起こしがしにくい場合は、フォアステイまたはマストにラインを取り、スローでゴー・アスターンを繰り返し、沈艇を風に立てると起きやすくなる	沈処理
救助活動の間も出来るだけ周囲に気を配り、より危険に瀕している艇が生じていないか注意しておくこと	沈処理
◎再帆走に時間がかかりそうな場合、艇をアンカーリングし、沈艇のメンバーをレスキュー艇に引き上げること	沈処理
一過性の強風時には、無理に起こそうとせず、強い風をやり過ごす方が安全	沈処理
◎強風のときやうねりのある海面では、沈艇へのアプローチは風下からが原則	操船
◎うねりの少ない海面では、風上からアプローチし、少しずつ後進を掛けながら、常にバウを風下にすると、救助艇の位置取りが容易(特に軽量で船長が長い艇)	操船
沈艇のメンバーとプロペラの位置に注意し、出来るだけプロペラをメンバーに近づけないこと	操船
プロペラにロープが絡まったときは、思い切ってナイフでロープを切断すること	操船
バウラインや曳航ロープがプロペラにかからないように操船すること。補助者がいる場合、クリートと曳航される艇との間のラインを、補助者は手に持ち、手繰り寄せたり離したりしてラインがプロペラに巻きつかないように注意すること	操船

