

An aerial photograph of a person in a white kayak on clear turquoise water. The person is wearing a life vest and is paddling. The water is very clear, showing the bottom and some ripples. The kayak is white with a small logo on the front. The person is in the center of the frame, and the water is a vibrant greenish-blue color. The overall scene is peaceful and scenic.

# Professional Teachers Training Course 2022'

## Safety practice manual

Presented by Paddler Japan<sup>®</sup>

# Paddler Japan® SUP YOGA / FIT 安全実践マニュアル

## 【道具の点検留意箇所】

- └リーシュコードは切れそうになっていないか
- └フィンの取り付けネジは緩んでいないか
- └フィンがスケッグボックスにしっかりと固定されているか
- └インフレーターを使用する際、バルグが緩んでいないか
- └気圧は十分か
- └パドルのアジャスタブル部分のネジなどが緩んでいないか

## 【出廷前の準備】

- ・ 前日までにゲストの**事前調査**をする（メール、できれば電話でコミュニケーションを取る）
  - └ 体重、身長、緊急連絡先、SUP経験、泳げるか、酔いやすい場合は薬を飲んできてもらうなどの情報を得ること
- ・ **気象情報（気象庁より）、潮回り、活動範囲、活動時間などの情報をまとめてログ（工程表）を作成する**
- ・ ゲストの当日の体調調査
- ・ 日焼け対策や防寒対策を行う
- ・ **保険に加入、同意書に記載してもらう**
- ・ 基本的な海上交通ルールの把握。地域、ルールの把握

# Paddler Japan® SUP YOGA / FIT 安全実践マニュアル

## 【実践に対して】

- ・ 風速5m以上/s、波高0.5以上で行う
  - └ 遭難に至る可能性が高くなっています
  - 風向きによっても状況が変わる為SUPショップのオーナーと相談し実施の有無を決定する
- ・ **1人最低5kg以上のアンカーをつけ、ロープの長さは5m取る、ボードとしっかり固定すること**
- ・ 適正人数比は、インストラクター1人につき5人のゲストまで。ゲストが6人以上の場合は、必ずシスタントつけること

## 【海上ルールの把握】

- ・ 基本的な海上交通ルールの把握。地域、ルールの把握

## 【連絡体制】

- ・ 連絡システムを予め決めておく。活動予定の変更、緊急時の連絡先など

## 【事後アンケート】

- ・ 事後アンケートの実施