

# 「水泳研修」プログラム

## 1 活動内容

瀬戸内海の広島湾に開けた自然豊かな水泳場で、水泳研修ができる。

## 2 活動のねらい

- ・海に親しみ、海に対する興味・関心を高めるとともに、安全に留意して活動する態度を養う。
- ・救命胴衣の正しい着用の仕方やそのよさを身につけさせる。(利用団体の要望による。)

## 3 研修対象者

小学校4年生以上とする。

ただし、保護者又は責任の持てる引率者と組んで活動する場合はこの限りではない。

## 4 研修人数

最大100人

※他団体と活動が重複する場合は調整する。

## 5 実施時期、研修時間、活動場所

(1) 実施時期 7月1日～8月31日

(2) 研修時間

午前 9時00分～11時30分

午後 13時30分～16時00分

※他団体と活動が重複する場合は調整する。

(3) 活動場所

交流の家から約1km離れた水泳場で、簡易ブイよりも岸側の範囲での遊泳可。

海岸は、天候によって漂着物が多数みられることと、砂浜に打ち上げられた貝殻等に注意する必要がある、素足での遊泳は厳禁。

## 6 実施の可否

(1) 判断時期

① 午前の部…8時40分 午後の部…13時10分  
(いずれも研修当日)

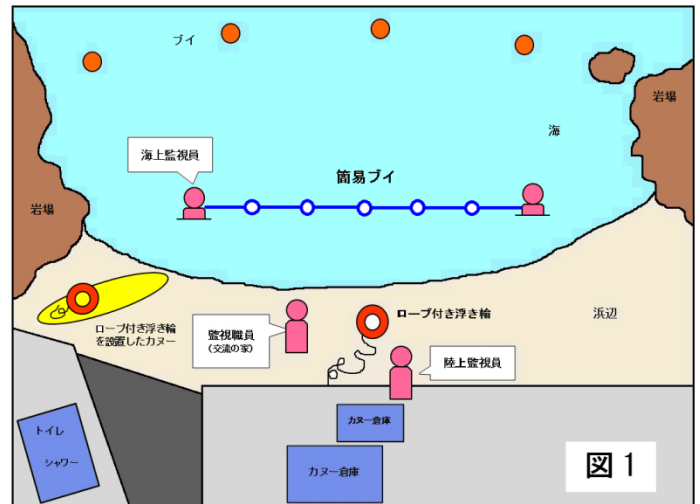
② 活動実施中…随時

(2) 可否基準

以下の①～⑪の場合、活動を実施しない。

- ① 水温が20℃未満の場合
- ② 瞬間風速5m/s以上
- ③ 高波0.7m以上(白波が見受けられる状態)
- ④ 局地風(突風)がある場合
- ⑤ 台風の接近が予想できる場合
- ⑥ 強風注意報及び暴風警報が発表されている場合
- ⑦ 大雨注意報及び大雨警報が発表されている場合
- ⑧ 波浪注意報及び波浪警報が発表されている場合
- ⑨ 津波注意報及び津波警報が発表されている場合
- ⑩ 雷鳴がしている場合
- ⑪ その他、特に水泳に不適切と判断した場合

水泳研修図



総括責任者、指導担当者、救護担当者  
(適切な場所に配置する)



水泳場研修場

### (3) 可否の連絡方法

#### ①上記(1)①の場合

交流の家職員(以下「職員」)から、9(2)①の総括責任者に連絡する。

#### ②上記(1)②の場合

ア. 9(1)の監視職員が活動を中止すると判断した場合は、直ちに総括責任者に連絡する。

イ. 交流の家所長が活動を中止すると判断した場合は、直ちに職員が監視職員を通じて総括責任者に連絡する。

## 7 継続研修時間

1回の水泳時間は30分以内とし、休憩は必ず10分以上とる。

## 8 準備物

- (1) 個人…服装は水着、濡れてもよい靴(脱げにくいもの)、ビーチウェア(Tシャツ等)とし、日射病・熱中症予防のためにタオル・帽子・飲み物を用意する。また、必要に応じて浮き輪、ゴーグル、着替え等を持参する。
- (2) 交流の家(事務室)…(緊急時用)ハンドマイク1、救急箱1、ホイッスル3
- (3) 交流の家(カヌー倉庫)…(救助用)救助用カヌー1、救命胴衣3(陸上監視員・海上監視員用)ロープ付浮き輪2、AED

## 9 指導・安全管理

### (1) 指導者の配置・人数・役割分担

研修中、交流の家は監視を行う職員(以下「監視職員」)1名を配置する。

研修は、「水泳研修」プログラムをもとに団体が、指導及び安全管理等を行う。なお、10(6)の指導については監視職員が行い、監視担当者はこれに従う。

### (2) 引率者の配置・人数・役割分担(前ページ図1参照)

活動団体で次の役割を持たせる。(小規模の団体は担当を兼ねられる)

- ① 総括責任者(全体の総括・指導)・・・1名
- ② 指導担当者(用具の準備・後始末の指示、指導及び安全管理)・・・1名以上
- ③ 監視担当者  
陸上監視員(陸上からの監視・安全管理)・・・1名  
海上監視員(簡易ブイでの監視・安全管理)・・・2名  
救護担当者(健康観察・応急処置)・・・1名以上  
【留意事項】 陸上監視員と海上監視員は兼ねることはできない。

### (3) 事故発生時の措置

- ① 監視職員: 事故の状況を把握し、交流の家に連絡をする。  
※ただし、緊急時には、直接江田島消防署、江田島警察署、第六管区海上保安本部に連絡を入れ、その後交流の家に連絡をする。
- ② 総括責任者: 事故の状況を把握し、監視職員に伝える。
- ③ 指導担当者: 浜辺に設置した救助用カヌーで事故現場付近に速やかに行き、備え付けのロープ付浮き輪で救助する。事故現場が浜辺に近い場合は、浜辺からロープ付浮き輪を投げ救助する。
- ④ 監視担当者  
陸上監視員: 事故をホイッスル等で直ちに連絡し、ハンドマイクなどで全員陸に上がるよう指示し人数、名前を確認する。  
海上監視員: 事故をホイッスル等で直ちに連絡する。
- ④ 救護担当: 応急処置を行う。

事故発生の連絡が交流の家にあった場合、所長は複数の職員を現



ロープ付浮き輪

場に派遣し、救助、応急処置に加わせるとともに、搬送用の車を手配する。緊急時には、江田島消防署、江田島警察署、第六管区海上保安本部に連絡を入れる。(①ですでに連絡済の場合、不要)

## 10 展 開

- (1) 「水泳研修実施届」及び「水泳研修参加者名簿」(以下「実施届等」)の提出  
実施届等に必要事項を記入し、総括責任者が水泳研修の1週間前までに郵送で交流の家へ提出をする。実施届等が到着後、職員は確認の電話をする。
- (2) 事前打合せ  
職員と総括責任者の打合せ
  - ① 研修生の健康状態に十分配慮し、体調不良者は水泳をさせないことを説明する。団体から提出された「実施届等」の変更の有無を聴取し、変更がある場合は修正する。2部コピーし、1部は監視職員に、もう1部は総括責任者を通じて指導担当者に渡す。(原本は交流の家事務室用)
  - ② 「水泳研修」プログラムを基に研修の実施方法、安全管理等を説明する。
- (3) 交流の家出発  
(指導担当者)
  - ① 交流の家(事務室)からハンドマイク1、救急箱1、救急法の基礎知識1、心肺蘇生法マニュアル1、ホイッスル3を受け取る。
  - ② つどいの広場(ピロティ)に班毎に整列させる。
  - ③ 救護担当者に健康観察を行わせる。
  - ④ 実施届等で参加者、見学者、引率者の人数、名前を確認する。変更がある場合は実施届等を修正する。
  - ⑤ 目的を説明する。
  - ⑥ 班毎に2列縦隊で水泳場に引率する。(水泳場まで約1km)  
※参加者の更衣場所は、宿泊棟を原則とする。使用できない場合は指定した場所で更衣する。
- (4) 水泳場到着
  - ① 利用団体は、監視職員の指示により、カヌー倉庫から清掃道具、救助用カヌー1、救命胴衣3(陸上監視員・海上監視員用)、ロープ付浮き輪2を出す。
  - ② 海上監視員は、救命胴衣を着用し、簡易ブイを持つ。(1ページ水泳研修図参照)
  - ③ 陸上監視員は、救命胴衣を着用し、救助用カヌーにロープ付浮き輪を乗せ、浜辺の所定の位置に設置する。また、もう1つのロープ付浮き輪を所定の位置に設置する。(1ページ水泳研修図参照)
  - ④ 監視職員は陸上監視員にカヌーの操作方法等を指導する。
  - ⑤ ②～④の関係者以外の者は、浜辺の清掃をする。(10分くらい)
- (5) 健康観察、人数、名前の確認  
(指導担当者)
  - ① 浜辺に班毎に整列させて、バディ(3人以上も可)を組ませる。
  - ② 救護担当者に健康観察をさせる。
  - ③ 実施届等で参加者、見学者、引率者の人数、名前を確認する。変更がある場合は実施届等を修正し、監視職員に報告する。変更のない場合も、その旨報告する。(変更がある場合、監視職員は所持している実施届等を修正し、交流の家に連絡する。)
- (6) 監視職員による指導
  - ① 注意事項の説明をするとともに、指導を行う。

**水辺活動は特に危険を伴い、事故は死につながります。注意事項を確実に遵守してください。**

- ・水泳は30分以上続けない。休憩は必ず10分以上とる。
- ・水泳は特に危険を伴い、事故は死につながる。
- ・バディ(3人以上も可)を組み、ともに行動する。
- ・担当者の指示に従い、悪ふざけや勝手な行動は絶対しない。
- ・体調が悪くなったら、早めに活動をやめ、救護担当者に連絡をする。
- ・体調不良者は水泳をしない。
- ・事故を目撃したり、ケイレン等が起きたら直ちに大声で叫ぶ。
- ・原則、簡易ブイより岸側で活動する。

- ・ 休憩時間は海に入らない。
- ・ 見学者は水泳を行っている者をよく監視し、勝手な行動をしない。

② 準備運動をさせる。

<利用団体の要望があった場合>

③ 救命胴衣を着用させる。（個に適した大きさの物を使用する。紐をしっかりと締める。）

④ 救命胴衣着用時の浮き体験及び救助法等の説明をする。

#### (7) 団体による研修指導

(指導担当者)

① 班毎に、バディを組んで全員膝まで水に入れる。（手・顔・大腿・肩・胸の順に水をかけ、慣れたらゆっくり肩まで水につかる）

② 班毎にかたまってバディ同士でお互いを確認しあいながら、水泳を始めさせる。

③ 休憩のため海から上がった時と休憩後海に入る時は、次のことを行う。

ア 班毎に整列させバディを組ませる。

イ バディ同士で互いの確認をさせるとともに、実施届等で参加者の人数、名前の確認をする。

ウ 救護担当者に健康観察をさせる。

エ イウの状況を監視職員に報告する。実施届等に変更がある場合は修正する。

(変更がある場合、監視職員は所持している実施届等を修正し、交流の家に連絡する。)

#### (8) 水泳後

(指導担当者)

① 浜辺に班毎に整列させバディを組ませる。

② バディ同士で互いの確認をさせるとともに、実施届等で参加者、見学者、引率者の人数、名前を確認する。

③ 救護担当者に健康観察をさせる。

②③の状況を監視職員に報告する。（監視職員はその旨を交流の家に報告する。）

④ 整理運動をさせる。

使用した救助用カヌー1艇、救命胴衣3（陸上監視員・海上監視員用）、ロープ付浮き輪2をトイレから引いたホースで洗浄し、清掃用具とともにカヌー倉庫に片付けさせる。

⑤ トイレの掃除をさせる。

⑥ シャワーを浴びせさせる。（人数が多い場合等状況に応じては浴室のシャワーを利用させる。）

⑦ 持参したゴミ等は必ず持ち帰らせる。



トイレ・シャワー場

#### (9) 水泳場から交流の家へ出発

指導担当者が、参加者を整列させ、2列縦隊で交流の家に引率する。

#### (10) 帰着

(指導担当者)

① 更衣等の諸連絡をし解散する。

② ハンドマイク1、救急箱1、心肺蘇生法マニュアル1、救急法の基礎知識1、ホイッスル3を交流の家（事務室）に返却するとともに、水泳研修が終わったことを報告する。

## 1 1 連絡先

		一般電話番号	緊急通報用電話番号
江田島青少年交流の家	TEL	0 8 2 3 - 4 2 - 0 6 6 0 0 8 2 3 - 4 2 - 0 6 6 1	
江田島消防署（救急係）	TEL	0 8 2 3 - 4 0 - 0 3 5 8	1 1 9
江田島警察署	TEL	0 8 2 3 - 4 2 - 0 1 1 0	1 1 0
第六管区海上保安本部	TEL	0 8 2 - 2 5 1 - 5 1 1 1	1 1 8

## 水泳研修実施届

国立江田島青少年交流の家所長 様

研修団体名

総括責任者名

印

連絡先（携帯電話）

水泳研修を下記のとおり実施します。なお、指導及び安全管理等は当団体が行い、研修中の事故、けが等については、当団体の責任において対処します。

## 記

1. 期 日 平成 年 月 日 曜日 時 分～ 時 分

2. 指導体制等

(1) 指導者の役割

指導担当者名 (1名以上)		
監視担当者名	陸上監視員 (1名)	海上監視員 (2名)
救護担当者名 (1名以上)		

(2) 研修参加者数 (名簿を添付すること)

水泳をする人数	水泳をしない人数	合計
人	人	人

(3) 貸出物品等 \*交流の家職員との打ち合わせ時に記入

ハンドマイク 1, 救急箱セット 1, ホイッスル 3
-----------------------------

3. その他

- 打ち合わせ資料「『水泳研修』プログラム」を遵守し、実施します。
- 参加者の健康状態を十分に調査し、適当と判断した者のみ研修をさせます。
- 水泳研修の前に浜辺を清掃します。
- 持参した物品等は、責任をもって持ち帰ります。

以下は記入の必要はありません。

上記の活動を実施することを許可 ( する しない ) ※どちらかに○をつける。

所長	次長	主任企画指導専門職	事業推進係長	担当企画指導専門職

## 活動プログラム参加者名簿

◎活動プログラムに✓を入れてください。

- 古鷹山登山研修      カヌー研修      オリエンテーリング研修  
サイクリング研修      水泳研修      ウミホテル観察研修  
海辺の生物観察研修      \*名簿は、活動プログラムごとに提出ください。

研修団体名( ) ※該当の区分に○を入れてください。

	名前	男性	女性	見学者	引率者
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					

	名前	男性	女性	見学者	引率者
31					
32					
33					
34					
35					
36					
37					
38					
39					
40					
41					
42					
43					
44					
45					
46					
47					
48					
49					
50					
51					
52					
53					
54					
55					
56					
57					
58					
59					
60					
合計人数					

