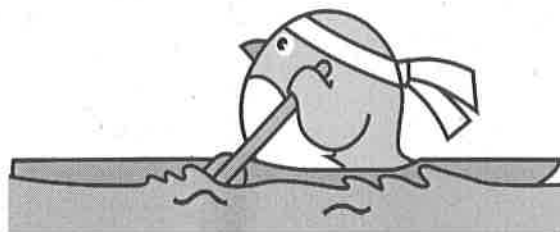


18 ボート

事故防止のための6カ条

- 1 気象条件をしっかりと把握する。
- 2 水域固有の事情（放流条件・警報）を熟知する。
- 3 練習水域のトラフィックルールを守る。
- 4 浸水・転覆時の自助・救助能力を高める。
- 5 救助艇及び通信・連絡手段を確保する。
- 6 艇の点検・整備を徹底する。



日頃の練習や競技会に潜む危険因子

- 1 気象条件における危険因子
 - 風の強い日は転覆の危険が高まる。
 - 低水温時の浸水・転覆は溺水事故の危険が高まる。
 - 暑熱下では乗艇中の熱中症の危険が高まる。
 - 艇やオールは、カーボンやグラスファイバーでできているため、落雷の危険が高まる。
- 2 練習・競技環境における危険因子
 - 河川の増水やダム放流により水域の流れが速くなる。
 - 固定障害物（橋脚・杭など）や浮遊物（流木など）に接触・衝突する可能性がある。
- 3 艇の構造上の危険因子
 - 後ろ向きで進むため前方（進行方向）不注視による事故の可能性が高い。

事故防止のための安全対策

- 1 気象状況を常に把握し、予想される危険について事前に十分理解させておく。また、落雷の恐れがある場合は、練習や競技会を即刻中止し、参加選手等については、安全な場所に避難させる。
- 2 十分なウォーミングアップやクールダウンを心がけさせるとともに、陸上においてもストレッチや筋カトレニングを行わせる。
- 3 常に正しい技術とルール・協定・マナーを認識させる。
- 4 浸水や転覆した際の対処法について十分理解させるとともに、自助・救助能力を高める訓練が必要である。（救命具の携行）
- 5 暑熱下の練習や競技では熱中症を、低水温・低気温時では低体温症の発生を防止するための指導が重要である。（帽子や防寒具の着用と、練習前・練習中の給水機会の確保を徹底）
- 6 万一の事故発生や天候の急変に備えて、救助艇の配備と確実に陸上と連絡できる手段を確保する必要がある。
- 7 乗艇前に艇やオールの点検・整備を必ず行わせる。