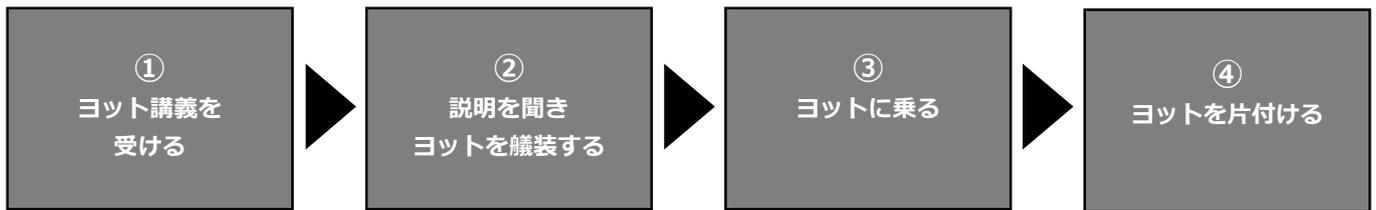


# ヨットプログラム

## ●ヨットプログラムの流れ



- ① ・ヨット体験の前に必ず「ヨット講義」を対象者全員で受講する。（主に前日の夜に30分程度）  
※「各部の名称と役割」「実際の操作」「危険について」「ロープワーク」等を学びます。
- ② ・湖上プログラム用の服装に着替え、持ち物を確認し、指定された浜辺に集合する。  
※**服装：水着・濡れても良い服・ウォーターシューズ（かかとが固定されているもの・クロックスやビーチサンダルは不可）・帽子**  
※**持ち物：水筒・タオル**  
・ヨットの道具を準備し、説明を聞きながら自分たちで艦装（ヨットの組み立て）をする。  
※しっかり艦装できないと乗ることはできません。説明を良く聞き、確実に組み立ててください。  
・ボートハウスにて、自分の身体の大きさに合うライフジャケットを装着する。
- ③ ・操船方法の説明を受ける。  
・湖上スタッフの指示の元、**必ずひとりずつ順番に**ヨットに乗る。  
※どのヨットに誰が乗るか、どのような順番で乗るか等、あらかじめ決めておきましょう。  
※「チームパンチ」に気をつけましょう。  
※他のヨットとぶつからないように、操作してください。  
※決められたエリアの中で活動をお願いいたします。  
※「沈」した場合、ヨットのそばから離れないでください。落ち着いて、ヨットの先端を風上に向け、センターボードを引き出し、センターボードの上に乗ってヨットを起こしてください。



1人で乗るときの  
座る位置はここです

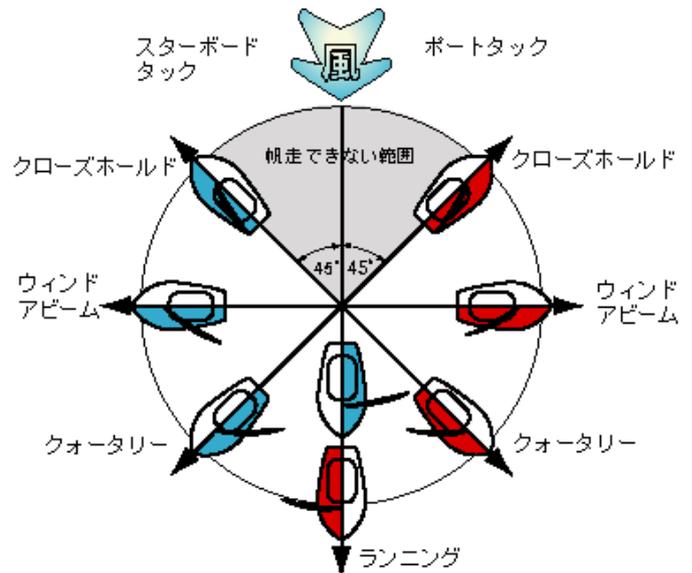
2人で乗るときの座る位置はここです。  
メインシートを持つ人（写真左側）と  
ティラーを持つ人（同右）に分かれています



- ④ ・合図が合ったら、浜にヨットを上げ、ひとりずつ降りる。  
※一斉に浜に着艇すると危険です。ゆっくり順番に着艇しましょう。  
・ヨットを解装し、道具類を元通りに片付ける。

## ●ヨットを上手に操船するためのポイント

- \* ヨット講義後、「どこをどう操作すれば、ヨットはどう動くか」を頭の中でイメージしておきましょう。
- \* センターボードをしっかり下ろすと、ヨットは安定します。
- \* 水面に藻が大量に発生している時は、センターボードをあげると進みやすくなります。
- \* 方向転換するときは、ティラーを前に押してターンするのを原則とします。(タック)
- \* メインシートを引っ張るとセールが風をとらえやすくなり、スピードが増します。メインシートをゆるめると、風の影響をおさえることができ、船は安定します。
- \* ティラーのロープを引っ張るとラダーが下がり、方向転換が容易になります。
- \* 船の向きやスピードの調整に役立つため、常に風の方向を意識しましょう。



## ●引率者が指導する際、配慮していただきたい点

- \* 常に「危険と隣り合わせの活動だ」ということを、あらかじめ伝えてください。
- \* 服装確認とトイレ確認を済ませ、ヨットのグループごとに整列し、そろったらお声かけください。
- \* 集合の際、タオル・水筒などの持ち物は、グループごとにまとめて集合場所以外のところに置いておきましょう。
- \* 交代がある場合、「どのヨットに」「いつ」「誰が乗るか」をあらかじめ決めておき、参加者に覚えておくようにさせてください。
- \* スムーズに交代できるよう、時間配分や交代メンバーの待機のさせ方などの工夫をお願いします。

