



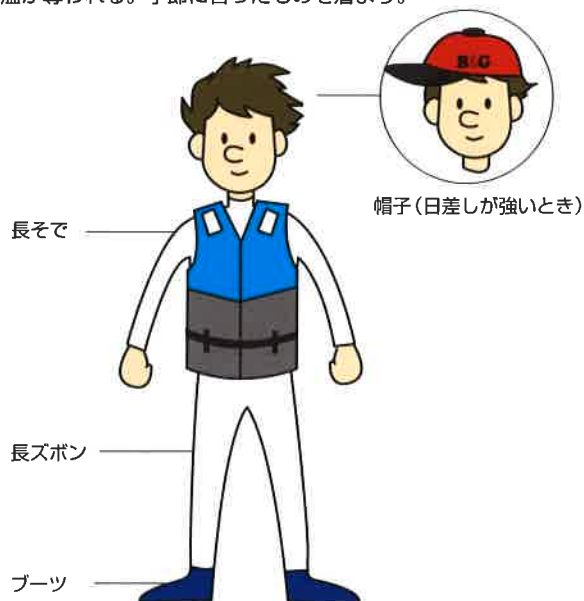
水辺に出よう！ OPTIMISTディンギー（OPディンギー）

Basic Technique

① 服装を確認し、ライフジャケットを着よう

【服装】

濡れると体温が奪われる。季節に合ったものを着よう。



【ライフジャケット】

ライフジャケットは自分の命を守る、大切なもの。
自分の体に合ったものを選び、陸に上がるまで必ず着用しよう。

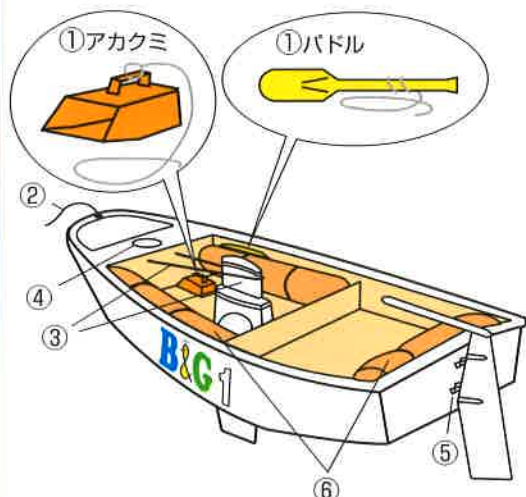


ヨットの世界では「夏でも冬支度、晴れでも雨支度」といわれています。どんな天候になっても対処できるよう万全の準備を整えよう。

② 出艇前の確認

出艇する前に、装備品の確認をしよう。

- ①アカクミ・パドル
- ②パウライン
- ③センターボード・ショックコード
- ④マストステップ
- ⑤ピンドル・ガジョン
- ⑥浮力体



装備品の不良は大きな事故につながります。忘れずに装備品の確認を心がけよう。

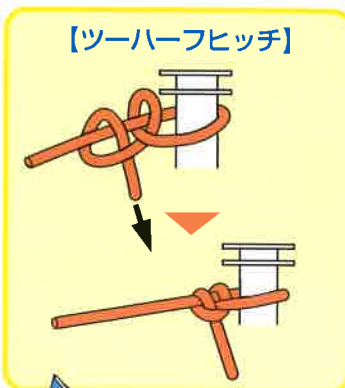
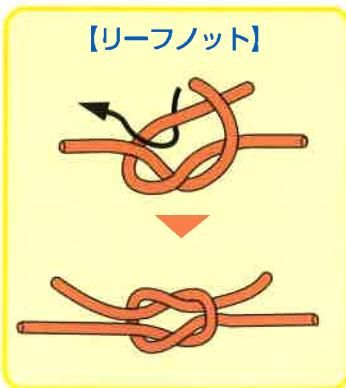
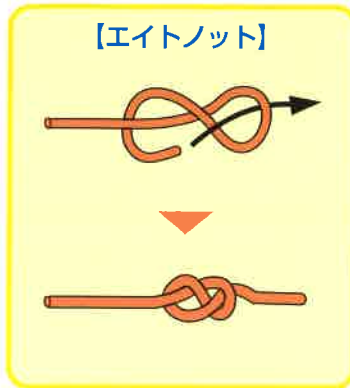
③ 艇体と艀装品の名称

- ①バウ(艇首)
- ②スタン(艇尾)
- ③センターボード
- ④ガンネル
- ⑤ラダー
- ⑥ティラー
- ⑦メインシート
- ⑧セール
- ⑨スプリットポール
- ⑩ブーム
- ⑪マスト
- ⑫パテン

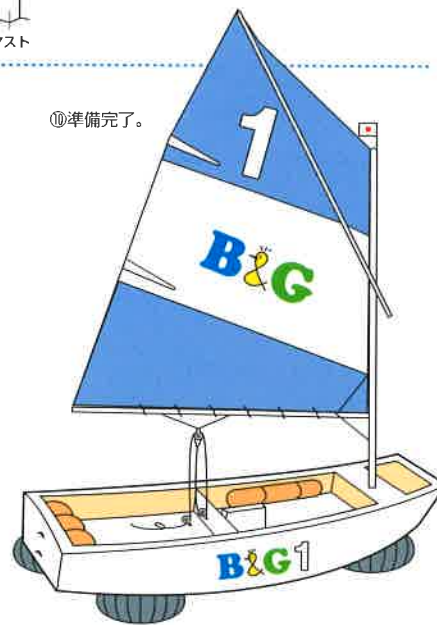
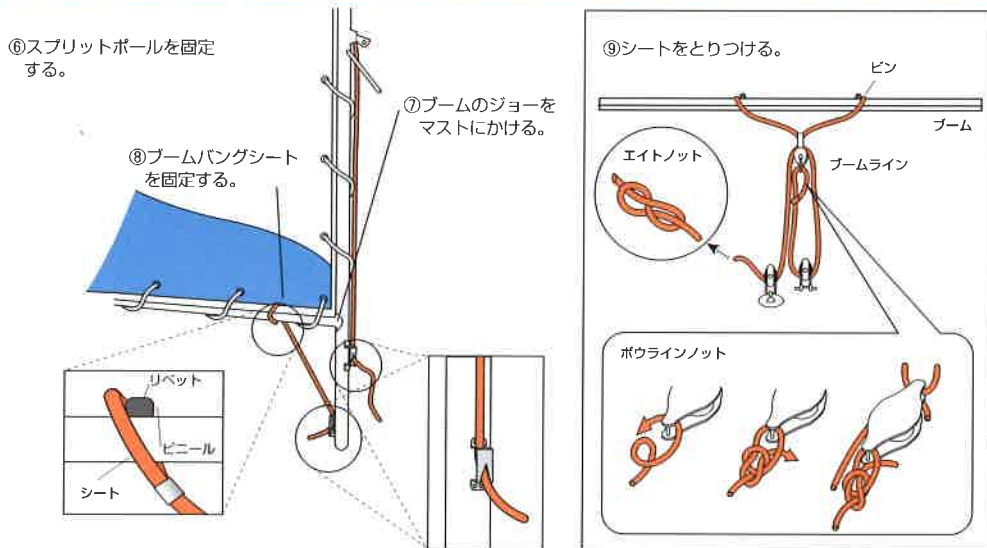
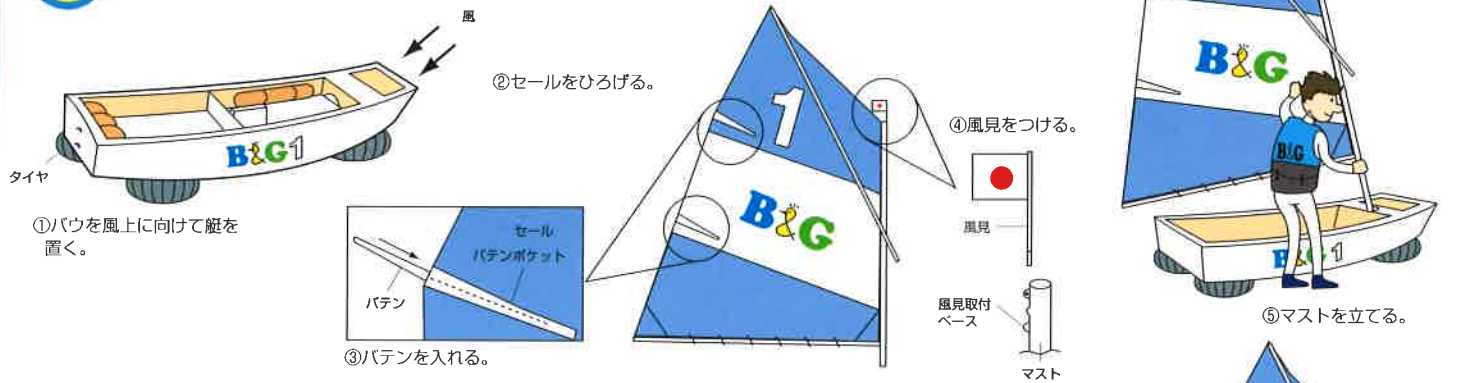


各部の名称を覚えられたら、次はこれらの各部が、どんな役目をしているか考えてみよう。

4 ロープワーク OPディンギーで使うロープワークを覚えよう。



5 ヨットに乗る準備 (艀装) をしよう

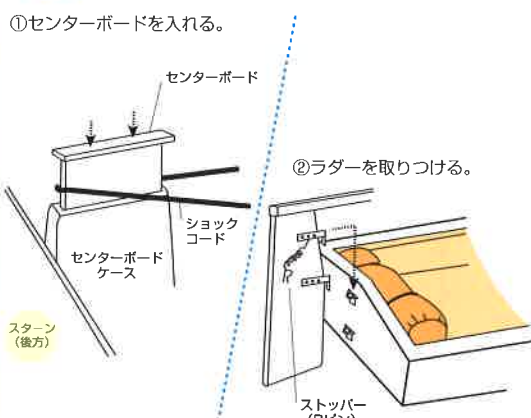


6 乗るときに



低い姿勢で艇のバランスをとりながら。

7 乗ってから



8 正しく座る

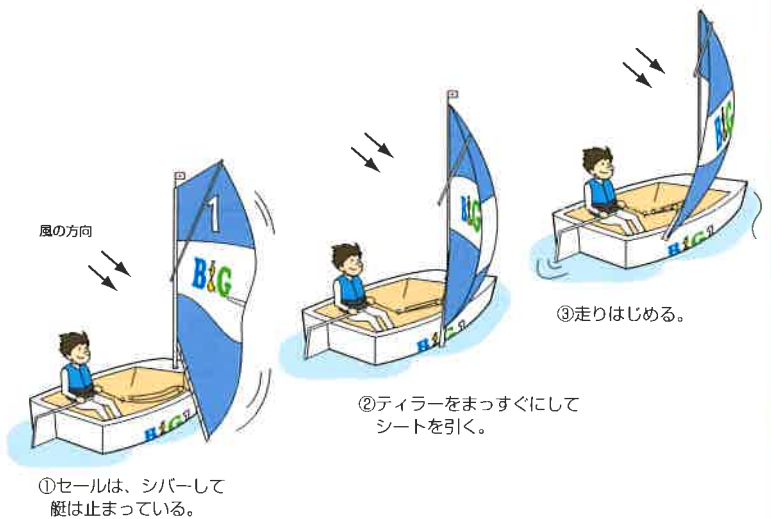


風上側のコックピットに座り、スオートにわき腹をつけるようにし背中を艇べりにつけて座る。

9 出艇しよう



10 初めは横風を受けて走ろう



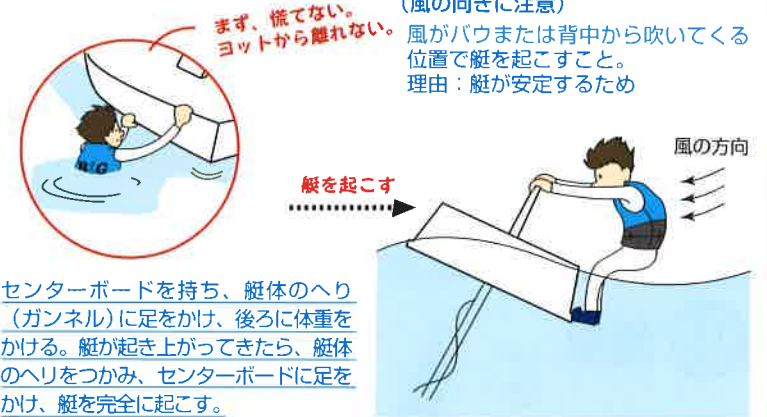
11 止まるときは

シートを緩め、風を逃がす。
風上に艇を向ける。



12 転覆(キャブサイズ)してしまったら

(風の向きに注意)
風がバウまたは背中から吹いてくる
位置で艇を起すこと。
理由: 艇が安定するため



13 走り方

ヨットを早く走らせるには、風の方向とブームの角度を合わせる事が大切です。
この、3種類の帆走をマスターしよう。

A クローズ・ホールド

- 風上方向に向かって走る走り方。
- ブームの位置を決めて、その位置を動かさないようにして、風の向きに艇の向きを合わせるようにティラーを操作して走る。



B リーチング

- 横方向から風を受けて走る走り方。
- 速いスピードが得られる。
- 操作はクローズ・ホールドと同じである。
- 風の吹く方向によってセールの角度を変える。

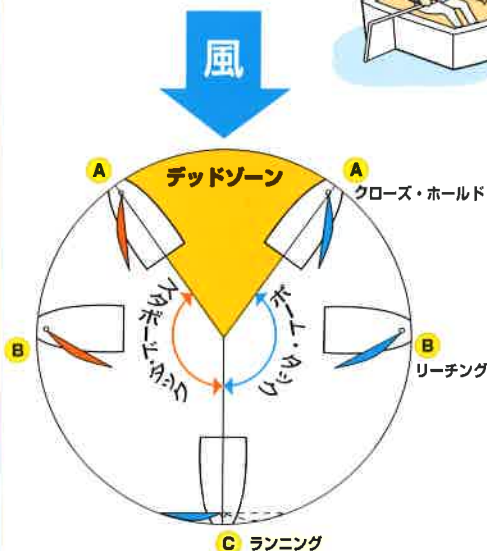
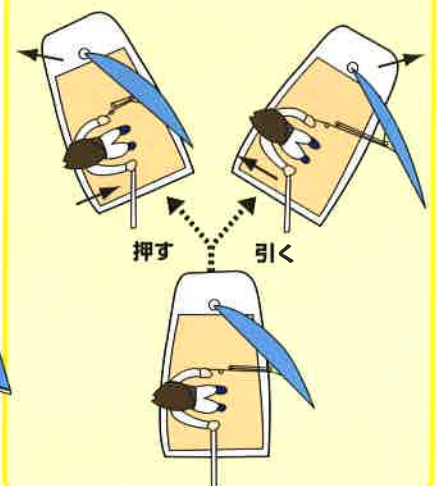
C ランニング

- 艇のまうしろから風を受けて走る走り方。
- セールのシバーに気を使う必要はないが、ヨットが蛇行しやすく、また、セールが急に反対側に返ることがあるので注意しよう。



●ティラー(舵)の使い方

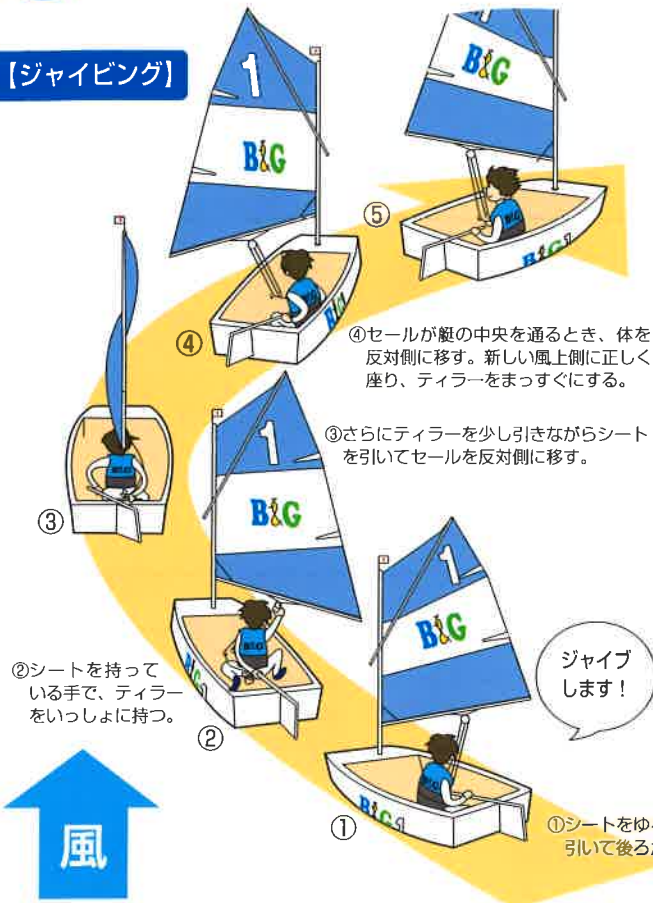
艇はティラーの操作と反対方向に進む。



14 方向転換 (タッキングとジャイビング)

方向転換には、風上に向かって方向を変える「タッキング」と風下に向かって方向を変える「ジャイビング」の2種類があります。まずは、比較的簡単にできる「タッキング」をマスターし、難易度の高い「ジャイビング」にチャレンジしよう。

【ジャイビング】

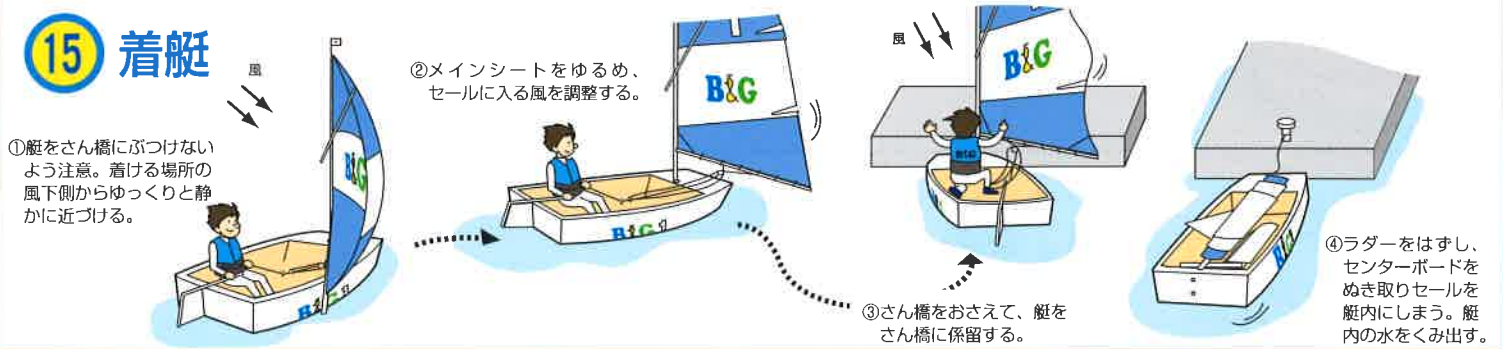


【タッキング】

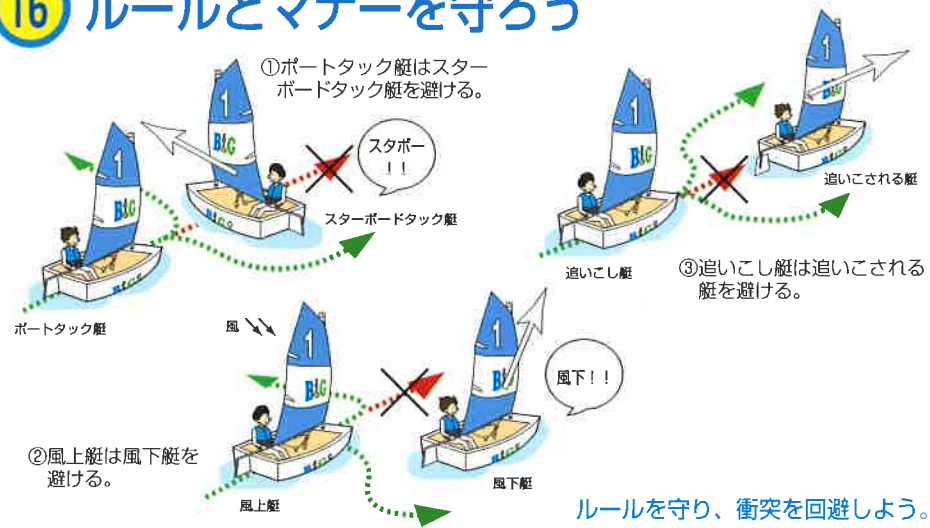


「タッキング」や「ジャイビング」をするときは、他の艇に衝突しないよう、周りに十分注意しよう。大きな声で、「タックします」といってから、「タッキング」をおこなう。

15 着艇



16 ルールとマナーを守ろう



！ 事故を防ぐためにこれだけは守ろう！！
—自分の命は自分で守る—

- いつも天候と風に注意しよう
- 指導員の教えと注意を守ろう
- 練習中は他人にたよらないようにしよう
- 他人の迷惑にならないようにしよう
- 同じ失敗はくり返さないように気をつけよう
- 海を汚さないようにしよう

携帯電話や腕時計など、水辺の野外活動に対応していない道具を携帯して、ヨットに乗ることは止めよう。もし携帯して壊れても自己の責任です。

海で何かあったら
☎118番 (海上保安庁)
に連絡しよう！！