

JSPA 会員研修会

ガイドのための実践 SRP ーその判断が、命を守る。 現場で本当に使えるレスキュー訓練ー

作成 2026/07/15

SUP CAMPER

澤田 智子

経験だけに頼らない、安全のアップデートをしていますか？ この講習は現役ガイドのために設計された実践型レスキュープログラムです。

講習内容：

- ▶ 実際に起こった事例を基にした実戦的な訓練
- ▶ 個人及びグループレスキューの対応（複数人の落水も含む）
- ▶ 強風の中での再乗艇、ボードリカバリーの方法、及び救助判断
- ▶ トーイング・引き上げ技術

を学びます。

【日程】 2026 年 10 月 6 日（火曜日）12 時～15 時 ※ランチミーティングも含む

【参加費】 JASP 会員 5,000 円 / JSPA 非会員 8,000 円

※SUP ボード一式レンタル、お弁当注文可能

【講師】 中村昭彦 /一滴 Paddle&MountainGuide 代表/JSPA 理事

【対象】 SUP またはカヤックの現役のガイド/インストラクター またはガイド/インストラクターを目指したい方

【レベル】 PT レベル 3 以上の経験者 ※初心者不可

この講習によって

- ✓ 実践的な対応力を身につけます。
- ✓ チームの連携力の向上につなげます。
- ✓ 事故を未然に防ぐ判断力を養います。

※定員少数・実践重視のためお早めにお申し込みください。

□

概要

【フェーズ 1】基礎知識～ランチをしながら座学ミーティング～

内容

①SUP 事故の主な要因

- 風・流れ・低体温・疲労・初心者のパニック

②リスクアセスメント

- 天候判断（風速 5m/s 以上の危険性など）
- フィールド特性（川・海・湖）

③装備の理解

- リーシュコードの重要性
- PFD（ライフジャケット）

④セルフレスキュー（再乗艇）

- 強風時の再乗艇
- 注意点

⑤レスキューの優先順位

- 自分？
- チーム？
- お客さま？
- 重症者？

【フェーズ 2】個別レスキュー技術

① アプローチ技術

- 風下と風上から接近の違いを知る
- パドルを使った距離管理

② 落水者の救助

- 安定したボードへの引き上げ

- タンデムレスキュー（2人乗り）
- 意識がある／ない場合の違い

③ 牽引（トローイング）技術

- リーシュによる牽引
- トゥーラインの使用（装備ありの場合）
- 長距離牽引の体力配分
- 何人まで牽引可能か体験する

【フェーズ3】 グループレスキュー

① 想定トレーニング

- 2～5人同時落水
- 装備なし初心者グループのパニック

② 実践内容

- 優先順位判断
- 声かけ・心理安定化
- 集団のまとめ方（ボード集約）
- 救助ロープの活用

③ フォーメーション

- 全員がバラけないためのフォーメーション
- ガイド複数時の役割分担

必須・推奨装備

- PFD（必須）
- リーシュ
- トゥーライン
- ホイッスルなど緊急時対応のもの

- 防水無線/携帯
- レスキューナイフ
- ファーストエイドキット

受講者に伝えたい重要ポイントまとめ

- 3S「シンプル」「安全」「スピード」
- ガイドは“最後の砦”ではなく“最初の防波堤”
- 事前予防（風・ルート）が最大のレスキュー

以上