



【 安全なダイビング JP の願い 】

JPではダイバーの皆さまが安全にダイビングを楽しんでいただけるよう、インストラクターがプロの責任と自覚を持ってダイビング活動に取り組んでおります。

しかし、安全に楽しいダイビングを実施するためには、インストラクターの役割だけではなく、ダイバーの皆さまの協力も必要不可欠です。

以下の内容をご理解いただき、安全なダイビング活動への取り組みにご協力をお願いいたします。

1. 体調は万全ですか

ダイビングは体調に左右されるスポーツです。ダイビング活動の当日、体調に不安がある際は、必ずインストラクターに相談してください。

また、二日酔いやアルコールの飲酒、副作用の強い薬などを服用してのダイビングは行わないでください。

2. バディシステムを守りましょう（バディシステム：指名されたパートナーや相棒の事であり、お互いに助け合うシステムです）

ダイビングを実施する前からお互いにバディを意識し、器材装備時や器材装着時に協力し助け合い、水中ではバディとすぐにコンタクトできる範囲で行動しましょう。

水中生物やカメラ撮影に夢中になり過ぎず、常に先頭にいるインストラクターを意識し、インストラクター・バディーとはぐれないように努めてください。

3. ダイビング開始（エントリー）前に、必ず自分の器材の動作確認を行ってください

器材の装備、動作確認は人任せにせず、自分で実施できるようにしてください。（レギュレーター・BCDの動作確認は特に重要です）

タンク圧力（残圧）・空気のおい・バディチェックも忘れずに。

初めて使用する器材やレンタル器材は、インストラクターに使い方をしっかり確認してください。

現在使用しているご自分のレギュレーターのオーバーホール（OH）はいつ行いましたか？ 期限が迫っている場合は、インストラクターに OH を依頼しましょう。

4. ダイビングを行う海況を確認しましょう

海況を知る事はとても重要です。潮流・透明度・海底の様子・ダイビングポイントの注意事項など、ブリーフィング時にインストラクターに確認しましょう。

潮流が速すぎるなど経験した事のないダイビングポイントや海況の悪い場合は、ポイントの変更やダイビングの延期をインストラクターに相談してください。

5. ダイビング中のタンク圧力チェックを忘れずに

タンク内の圧力は自分自身で把握し、インストラクターに知らせてください。

ハンドシグナルを活用しましょう。

6. アクシデントが起こった場合

何らかの原因でチームとはぐれてしまったら、水中を探し回らずその場で 30 秒～1分待機し、合流できない場合は、ゆっくりと浮上速度（1 分間に 9m）を守りながら浮上してください。浮上後はBCDに空気を入れ、浮力を十分に確保してください。インストラクターも合流のために水面に浮上します。水中では慌てずにゆっくり行動しましょう。

7. インストラクターより深く潜っている事はありませんか？ ダイビング中の技術はしっかりと活用してください

インストラクターは無制限圧時間内のダイビング計画を実施します。インストラクターより深く潜る事が無いよう水深に注意してください。

ダイビング中はダイビング技術を活用し、中性浮力を取り、浮上する際は呼吸を止めず、浮上速度にも気を付けましょう。

8. 私たちインストラクターからのお願いです

基準やルール、学科内容、ダイビング技術に少しでも不安や疑問がある時は、必ず担当インストラクターに相談してください。また苦手なダイビング技術は、繰り返し練習を行い、完全に身に付けてください。

スキンドイビングはスクーバダイビングの基本です。日頃からスキンドイビング技術向上に努めてください。

安心してダイビングを行うために、日頃より身体を動かし、可能であればプールで水泳を実施し水慣れに努めてください。

C カード取得後、ダイビング活動から遠ざかってしまった際は、学科内容を見直しダイビングに必要な知識と技術を再確認してから参加してください。

スポーツダイバーとしてルールとマナーを守り、スクーバダイビング講習・ファンダイビングツアーにご参加ください。