

1999 東京家政学院大学紀要原稿 紀要 40 号

(研究ノート)

海上遠泳大会のための

シーカヤックによる支援体制についての研究

A Study about the Supporting System with Seakayaks for Long Distance Swimming events on Ocean

家政学部 助教授 芳賀 健治

1) 本研究の視点

本研究は、遠泳の支援体制の中にシーカヤック組み入れ、シーカヤック愛好者を遠泳サポートの人的資源としてコーディネートするという目的をもって始められたものである。

城ヶ島ロングディスタンススイミング大会の実行責任者である石井晴幸氏(トラジオンスイミングクラブ)から筆者あてに、「遠泳大会でサポートしてくれるライフセービングの人材が不足しているので、シーカヤックを遠泳のガイドとしてお願いしたい。」という依頼があった。この大会は、関東身体障害者水泳連盟主催で実施され、障害の有無を問わずに参加できる大会である。

依頼を受け、筆者は、石井氏と共同で遠泳におけるシーカヤックガイドの方法や手順について実地検分を実施した。1998年5月30日(土)と5月31日(日)の2日間で予行演習を行い、さらにシーカヤックガイドだけで大会の前日7月19日に下見調査を行った。大会は、7月20日、海の記念日に実施された。さらに、12月23日には、ドーバー海峡横断を想定した低水温での遠泳訓練も行った。

さて、近年、日本ではカヌー・カヤックの普及が近年加速し、カナディアンカヌー、リバーカヤック、シーカヤック、ファルトボート等にいくつか分化しつつ普及が進んでいる。これらの小艇は、小型で機敏に水面上を移動でき、なおかつスクリューが無いため遠泳実施上、これらを遠泳サポート用に使用している団体は多いと思われるが、その実態についてはまったく把握されていない。多くの遠泳実施団体では、ほとんどの場合、リバーカヤック、シーカヤック、和船、サーフボード等複数の支援機材を使用しているものと予想される。

本研究では、シーカヤックの普及に伴ってシーカヤック人口も増加しており、遠泳大会のサポートボランティアとして活用できないかという視点で開始された。本研究を通じて、シーカヤックは遠泳のサポートとして有効であるばかりでなく、水泳愛好者とシーカヤッカーという同じ海をフィールドにする者同士の交流の機会を生んだり、また新しいタイプのボランティアの形式を生み出すなど、予想外の収穫が得られたと言って良いであろう。

2) 遠泳の現状について

a) 日本の遠泳の現状

海での遠泳は、かつては夏の臨海学校や夏の行事として広く日本全国で実施されていた。日本は遠泳の伝統が長く、言わば遠泳の先進国であったと言えよう。近年は事故への不安、青少年の体力低下、水質汚染等の問題によって、年々減少傾向にある。

現在の遠泳実施組織の多くは、学校であり、臨海学校や体育系大学の臨海実習等で実施されている。伝統行事として実施してきた学校が多いが、大学、高校、中学では徐々に必修科目から選択科目に変更されつつあり、遠泳の行事の数自体は現象傾向にある。

また、数は少ないが、水泳が特に身体障害者(児)のする。スポーツとして好ましい条件を備えているため、障害者(児)関係の遠泳大会はやや増加傾向にあるように思われる。

遠泳は、かつて夏の一大行事であったところが多いが、近年では静岡県焼津市ケースのよ

うに遠泳大会を見送る傾向が見られる。以下はその中止理由であるが、以下のような傾向は他の地域でも共通して見られる傾向である。

- 1) 近年、気象変動の影響のため水温や潮流が不安定であること
- 2) 開発等によって遠泳水域が年々狭められている。
- 3) 生活廃水や工場廃水の流れ込みによる海水汚染が進行していること。
- 4) 遠泳コース選定が年々困難になりつつあること。

しかしながら、近年、従来の平泳ぎで集団遠泳を行うタイプ（学校中心・教育的意義を強調するタイプ）から、クロールの2ビート泳法で海、湖、川などの戸外の自然の中を泳ぐという野外活動的な新しいコンセプトの遠泳が広がりを見せはじめているように思われる。また、競技としての遠泳も高度化しており、遠泳競技会も数多く実施され、その記録もかなり高度なレベルに達していると思われる。

これらは、「オープンウォータースイミング」「ロングディスタンススイミング」「マラソンスイミング」「ラフウォータースイミング」（波のある海上で泳ぐ遠泳をさすと思われる。）「チャンネルスイミング」（海峡横断泳）「スイムマラソン」等の様々な名称が散見される。筆者が調べたインターネット上では「オープンウォータースイミング」が一番数が多いように思われたが、まだ「遠泳」に替わる新しい名称が定着したとはいえないであろう。

b) 遠泳のいろいろ

今日、実施されている遠泳の形態も次のようなものが見られる。

- 1) プール使用 同じコース上を何度も往復し距離、時間を競う、挑戦する、チームでリレー方式をとるタイプとソロの形式がある。
- 2) 一般的な遠泳 フラットウォーター
これも、リレー形式とソロ形式がある。
 - ・内湾
 - ・海峡横断泳（ドーバー海峡、ハワイマウイ島～ラナイ島間等）
 - ・外洋遠泳（三角コースまたは往復の周回コース、島の1周コース、岬から岬まで等）
 - ・湖の横断または1周

以上の中で最も多いのは、波静かな内湾での遠泳である。一方で、より高度なレベルを目指して海峡横断や外洋での遠泳に挑戦する人も増加してきているように思われた。

c) 遠泳のサポート体制について

以上見てきたような遠泳には、安全のために必ずサポート体制が取られている。従来の遠泳イベントでは、漁船、モーターボート、ゴムボート（エンジン付き）を伴走船として利用してきた。さらに、泳者に最も近く、かつ緊急事態が生じた際に、ほぼ5～30秒程度で何らかの対応策がとれるように、和船やサーフボード、サーフスキー、サーフボード（ライフセービング用）等を使用している。

また、一部の遠泳競技会では、「集団泳」というガイド方法が採用されている。これは、伴走船から10mの範囲内を集団で泳ぎ、この範囲に踏みとどまれない者は落伍とみなされるガイドシステムである。

今日の遠泳大会では、原則としてクロールで泳ぐことが原則となっている。平泳ぎは、速度が遅く、また長距離を泳ぐ場合にはクロールよりも疲労度が大きくなると思われる。

一般的な大会での制限時間（カットオフタイム）は、500m 平均1分30秒で算出し、3km 90分、5km 150分、10km 300分が、大体の目安であるが、同じ距離でも逆風、潮流の影響により所要時間に倍ほどの開きが出ることがある。たとえば、熱海～初島間の遠泳では、速い時で3時間、長いときで8時間40分という記録が見られた。

鹿児島県の桜島錦江湾横断遠泳での記録を見ると、4kmのトップが45分、全員完泳の

平泳ぎグループで2時間20分(4km)。大体の目安としては平泳ぎが4kmを2時間30分、クロールなら1時間30分くらいが目安になるのではないと思われる。

平泳ぎの遠泳における長所は、常に進行方向を確認しながら泳げるので、集団で隊列を組んで遠泳を実施する場合には非常に適している。ただし、4kmくらいまでの遠泳までなら対応できるが、この距離を超える長距離(たとえばドーバー海峡34km等)には向かないと思われる。

d) 世界の遠泳の現状

近年、遠泳が注目されつつあるのは、ドーバー海峡の横断遠泳が注目されていることもひとつの要因として挙げられる。ドーバー海峡は潮の流れが速く、水温がきわめて低いのが特徴であり、もっとも困難な遠泳の一つに数えられている。

ドーバー海峡は、直線距離は34kmだが、潮流が速いため、遠泳の場合、実際に泳ぐ距離は50km前後になると報告されている。また、水温が平均16.7度と日本の冬の時期の太平洋岸の水温と変わらない温度である。このドーバー海峡のチャンネルスイミングの最高記録は1往復半、36時間、150kmで、泳いだのは女性である。全般的に見てこのような最も困難な外洋や海峡の横断泳では女性の方が有利であるように思われた。

ドーバー海峡横断泳をサポート及びその遠泳を証明するボランティア団体(Channel Swimming Association、1927年設立)があり、世界中の遠泳のレギュレーション(規程)に大きな影響を与えている。

規程では、出発時は波打ち際から歩いて海に入り、泳いで渡り、対岸の陸地にタッチすることで終了すると規定されている。また、年齢制限があり、16歳未満の者はソロの資格が無い。リレーの場合には6人で1チームが構成され、伴走船に関しては1チームにつき1隻プラス補助のディンギーまたはインフレーターブルカヤックの伴走が認められている。インフレーターブルカヤックにした理由は、恐らく横波の影響を受けた際にシーカヤックの場合だと艇体が泳者に当たる可能性があるため、衝撃をやわらげるためにインフレーターを採用しているものと思われる。また、ディンギーの場合、センターボードがついているために、横波を受けてもシーカヤックのように横にスライドして泳者を轢いてしまうことが少ないためではないかと推測される。

また、オーストラリア人、スージー・マロニーさん(22)が、1998年5月12日に、145kmのフロリダ海峡横断に成功したという大記録がある。所要24時間半。サメが出る海域であるため、金属製のかごを伴走ボートの横に取り付け、この中で泳いだ。

e) 障害者と遠泳

たとえ車椅子や松葉杖をついている人でも、水泳の場合は上半身のみでも泳ぐことができるため、下肢の障害が陸上運動ほど大きなハンディキャップとはならない。水泳は、障害者スポーツとして最もポピュラーな種目のひとつであるが、遠泳は、さらに、水泳を利用したアドベンチャー的な要素も備えたアウトドアスポーツ種目としても位置付けることができると思われる。

また、シーカヤックをはじめとするカヤックやカヌーも下肢障害者でも自由に乗り回せるというメリットがある。

つまり、両者とも障害者に適したスポーツ同士であり、なおかつアドベンチャー的な要素を持つアウトドアスポーツである。また、どちらも、運動に関しては健常者と障害者という区別をつける必要のほとんど無いスポーツである。今後の課題としては、泳者もシーカヤックサポート要員も両方が障害の有無を問わない大会にしたいというのが大会関係者の願いである。この大会では、障害の有無を問わず、「城ヶ島1周」というひとつの目的のもとにさまざまな領域の人々が集まっている。この多様性という要素も、障害者スポーツでは重要な要素であるといえる。シーカヤックと遠泳の組み合わせは障害者スポーツに新たな地平を切り開く可能性を十分に持っていると言えるであろう。

3) シーカヤックによる遠泳ガイドについての実地検分

a) 予行会で実施したガイド法

関東身体障害者水泳連盟、トラジオンスイミングクラブと筆者らのシーカヤックのグループの合同で、1998年5月30日(土)および31日(日)の両日にわたり、遠泳予行会を実施し、シーカヤックのガイド方法、安全等について実地検分を行った。予行会の両日とも波高が最大1m前後、場所によっては最大2~3mの大きな波が打ち寄せる条件であった。天候はくもり、風は弱い状況であった。参加したシーカヤックは、土曜日3名(3艇)、泳者が2名であった。泳者2名は外洋遠泳の熟達者であり、波高3mの白波が立つような場所でも混乱無く泳ぎきることができた。むしろ、シーカヤックの方が、大波に翻弄され、危険な状況にあったことが他のシーカヤックサポート要員から報告された。日曜日が4名(4艇)、泳者が8名(うち女性2名)であった。

予行会初日、および2日目、シーカヤック側は、筆者以外は全員遠泳のガイド経験がはじめてであった。

遠泳の熟達者になってくると、海流(沿岸流)の影響を利用してできるかぎり海岸や岩礁の近くギリギリの所をねらって通過する。このような場所では、波がブレイクしてシーカヤックにとっては非常に危険な状況となることが予行会では明らかとなった。筆者も大会前日の7月19日、遠泳コース下見の際に、岩礁地帯で突然4メートル前後の高波を真横から受け、転覆、岩に激突という事故に遭遇した。

b) 実地検分で分かったこと

波に対するシーカヤックと泳者のリアクションの違い。

泳者は、身体が水面下にほぼすべて没しているため、大波やうねりの中では、泳者の方がシーカヤックよりも波の影響を受けにくいことがわかった。ただし、遠泳の熟達者でも波が大きくなればなるほど、まっすぐに泳げなくなっていく傾向が見られることも判明した。

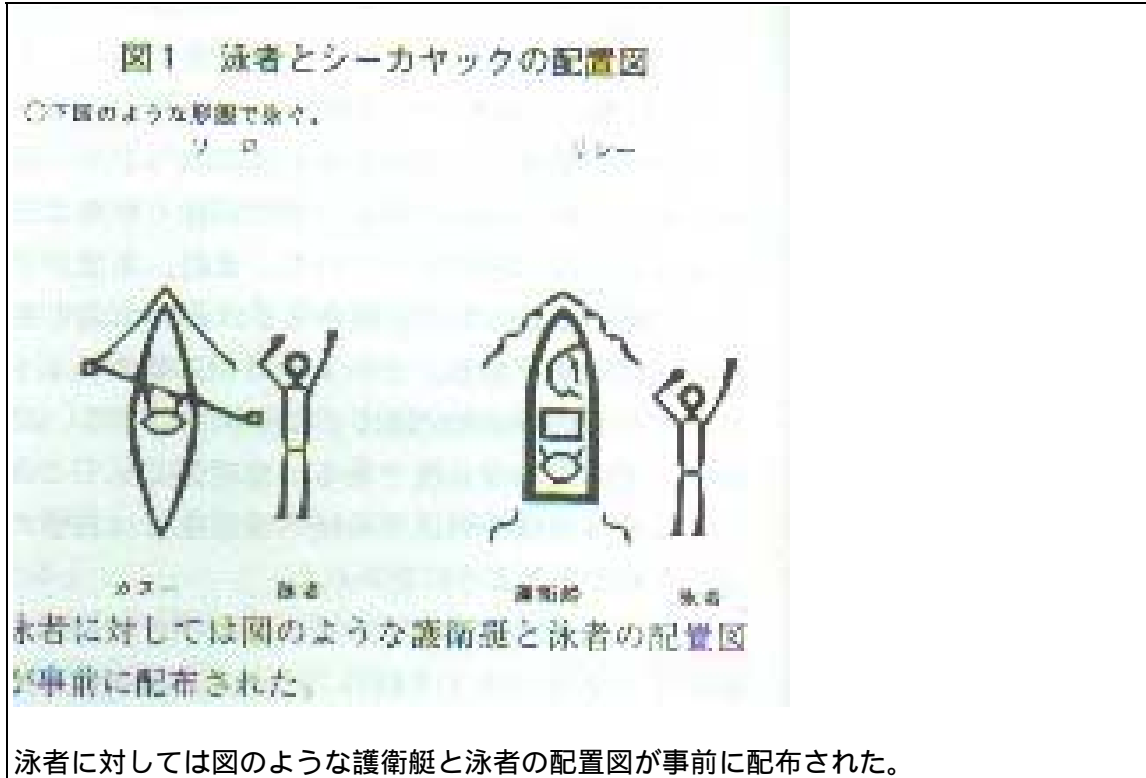
このようなことから、シーカヤックが泳者をガイドする場合、波が高い場合、あるいは岩礁地帯で高波が予想される場合には、海流に乗れず、多少のタイムロスがあっても、大波が立ち上がることの無い沖合を航行すべきことが示唆された。

予行会での実地検分の結果をもとに、以下のようなガイドのための方策を筆者らが検討した。

今年度の大会では、泳者1名につきシーカヤックが1艇つき、泳者が息継ぎをする際に顔が上がる側に艇がつく形をとった。シーカヤックが波側にあると泳者の顔に波が当たるのを防ぐ役割を果たしているものと思われる。

また、シーカヤックの艇数が不足し、1艇で2名の泳者を船頭する場合には、息つぎの顔を上げる方向が2名とも同じ方向の場合には同じ側に泳者2名を配置する。また、艇から遠い方により熟練した泳者を配置すべきである。

図 1 泳者とシーカヤックの配置図



泳者に対しては図のような護衛艇と泳者の配置図が事前に配布された。

泳者 2 名が左右異なる方向に息つきをする場合にはシーカヤックが中央に入る。この方式であれば、泳力に差が無ければ、左右 2 名ずつ合計 4 名の泳者をシーカヤックがガイドできることになるが、安全管理上からは 4 名では緊急事態の体制が十分に取れない可能性がある。今年度は、1 艇につき最大 2 名までのガイドで実施した。

ガイドの方法として、遠泳の実行責任者石井晴幸氏から、「泳者は艇の真横よりも、半艇身後方」として欲しい旨、要請があった。ガイドの方法としては、泳者の頭が艇の最後尾付近かそれよりも若干前に配置するのが理想的である。しかしながら、移動しながら常にこの位置関係を維持するのはなかなか容易なことではない。まして、波が出てきた場合にはシーカヤックの中上級者でなければ対応ができなくなる恐れもある。

欠点としては、シーカヤックのガイドが常に後方を注意していなくてはならず、これを 3 時間近く続けるため、首が痛くなるということがシーカヤックの要員から報告された。また、位置関係を保持しようとするが、泳者が寄って来るために艇と泳者の距離を保つことができなかったという報告もあった。

予行会の際、筆者は 2 名の女性スイマーを 1 艇でガイドしたが、1 名は経験が長く、3 時間連続して艇と一定の間隔を保って進路を維持してくれたため非常にガイドしやすかった。逆に、シーカヤック側がガイド以外の用務で一時艇の方向を変更すると、同じように泳者も進路変更するのでシーカヤックガイドは最初から最後まで不必要な進路変更は一切すべきではないことも分かった。また、ガイド以外の任務を負うべきではないということも分かった。

c) リタイアの状況

遠泳の際にリタイアする原因は、疲労の他、海水を飲んで咳き込んだり、低水温での危険性がある。

咳き込み

海水が、息継ぎの時に喉に入り、せき込んでしまってリタイア。海での経験が少ないと、波の上下で息継ぎの際、海水が喉に入ることがよくある。これを避けるために、シーカヤックのガイドは、波がブレイクして白く波立つ場所をできる限り避けるべきである。トップをねらう泳者は、この波の碎けるポイントぎりぎりのコースをねらうことがよくある。

ハイポサミア（低体温症）

「足の指先 10 本がしびれて感覚が無くなっていく。次に、手がしびれてくる。さらに目がかすんでくる。さらには、方向感覚が無くなり、判断力が無くなる」という泳者からのレポートがインターネットで見られた。これは典型的なハイポサミア（低体温症）の症状である。

d) 泳者とシーカヤックのコミュニケーション

予行会では、シーカヤックと泳者のコミュニケーションの方法としていくつかの方法を試みた。

大声を出す（3回～5回くらい繰り返す）

シーカヤックのガイドが、腕を外側に振ると「艇から離れろ」、招き寄せるように腕を振った場合は「艇に近づけ」、腕を横に出して静止させたら「ストップ」というサインを試した。

しかし、波が穏やかな海面では腕のサインは使えるが、泳者の方が「離れろ」か「近づけ」のどちらかを認知できないことが多かった。また、波が高くなってくると、シーカヤックガイドは艇の方向を保持し、転覆を回避するためにバランスを取ることで手いっぱいになり、これらのサインは常に使用できるものではないことが判明した。

結局、最も有効なサインは、艇と泳者の間隔を常に一定に保ち、艇の進行方向を泳者が確認するということが最も適切なサインであると思われた。これを実際に行うためには、スタート前 10 分程度のシーカヤックと泳者との共同練習が必要である。「艇と泳者の間隔を常に一定に保つ」ということが、最も重要な約束事であることを泳者もシーカヤッカーも認識すべきである。この点が本研究の結論といってもよいであろう。

また、泳者側もある程度シーカヤックについて泳ぐ訓練が必要である。予行会初日のガイドでは、泳ぐスピードはかなり速いが、うねりや横波が来る度に泳者の進行方向が波が来る方向に向いてしまい、それを修正するのにいろいろな方法を試したが、結局大声での「右」「左」という声かけが最も確実な方法であった。クロールで泳いでいるため、この声による指示は 3～5 回程度繰り返さないと確実な指示とはならなかった。

視覚障害者への方向指示は一般的にアナログ時計の方向で指示されているが、これを応用し、遠泳の場合も進行方向はアナログ時計の方向指示で統一する（例 4 時方向）ことが有効であるように思われたが、結局試す機会が無かった。

艇の後部から色つきのひもを吹き流しのようになれば、1 艇で 2～3 人縦方向にガイドできるのではないかというアイデアもあったが、この方法だとシーカヤックの漕ぎ手の負担が大きくなること、吹き流しがほとんど泳者に確認できないこと、万一の際にはこの吹き流しが逆に 2 重事故を発生させる可能性が否定できないこと等の理由により、実施しなかった。

海流の影響は、当然シーカヤックよりも泳者側に大きく出る。秒速 1 m の潮流に遭遇するケースもあるが、場所を少しずらしただけでも潮流の影響を少なくすることができる。このような極めて小さな潮流変化に最も敏感に反応できるのがシーカヤックであることが分かった。泳いていると潮流の弱い場所を見つけにくいだが、シーカヤックは視線の位置が高いため、潮の変化を発見しやすいのである。

4) シーカヤックボランティアの募集

次の本番に備え、本番の遠泳の際のガイド役を募集することになった。シーカヤックは比較的人口がすくないため、インターネットで情報を入手している人が多く、今回は筆者が所属するカヌークラブのホームページの掲示板と、パソコン通信ニフティーサーブのシーカヤックのフォーラムに募集の掲載を行った。この結果、20 名の問い合わせがあり、当日都合がつかない人も出たが、本番では 14 名のシーカヤックガイドを募集することができた。

実地検分の結果、特に、城ヶ島の外洋側の海岸沿いの水域は、波、うねりが強い場合、

高波の立つ危険地域であることが確認された。城ヶ島 1 周は、シーカヤックのツーリングコースとして多くのシーカヤッカーに楽しまれている海域である。しかし、今回の遠泳大会のように海岸や岩礁のごく近くを通過することはあまり無い。実地検分の結果を踏まえ、本番の大会のためのガイドラインとして、ボランティアのシーカヤックに危険な状況に遭遇させることのないようにするため、次のような注意事項を参加者に通知した上でシーカヤックガイドのボランティアを募集した。

シーカヤックの安全

城ヶ島灯台付近、馬ノ背洞門付近、安房崎灯台付近は、宮川湾では波静かな状況であっても、うねり、海流の影響によりシーカヤックにとっては困難な状況になる場合が数多くあります。馬ノ背洞門付近は大きなサーフ状態の波が横方向から直撃する場合があります。遠泳選手は、このような波の中でも泳ぎますが、むしろシーカヤックにはかなり怖い状況となります。安房崎灯台付近は、複雑な海流、岩礁、狭いルートといった条件が重なり、一部シーカヤッカーと泳者が離れて通過する箇所があります。原則としてシーカヤックが漕行困難な場合、シーカヤックに安全なコースを取ります。シーカヤック側が「怖い」と感じたら遠慮しないで安全なコースを選択して下さい。泳者にもこの点は周知します。

また、サポートする相手も遠泳大会参加者の多様な要望を考慮して次のような選択肢を設定した。

あなたはどのようなサポートのスタイルを希望しますか。

- 1) どちらかという大波やうねりの中で無理はしたくない。
- 2) 完泳を目指す遠泳の経験の浅い人につきたい。(3時間は拘束されますが、完泳の喜びは格別です。)
- 3) トップをねらう泳者に伴走し、横波、大波を受けても構わない。(泳者とシーカヤッカーがパートナーとなって、シーカヤッカーはナビゲーターの役割を果たします。エスキモーロールができることが条件。)

結局、3) を選択したボランティアはいなかったため、筆者の方でシーカヤックの技術レベルを考慮して、上級者に3) のトップをねらう泳者のガイドとなってもらうことにした。

予行会で行った調査結果を全員に通知し、かなりの危険性が生じる可能性についても通知した。また、主催者側としても保険による補償だけではすまない可能性も考慮し、誓約書の提出を依頼した。このような手続きの結果、2名が、岩礁地帯での波の状況に自分の実力で対応できるかどうか不安があるという理由で、ソロの泳者のガイドとならずに、遊軍として全体のパトロールをお願いすることにした。

大会当日、シーカヤックガイドのボランティアは、最終的に14名の参加となり、ソロの泳者21名中14名がシーカヤック、1名がサーフスキー、5名がサーフボードのガイドによってレースに参加した。シーカヤック以外は日本ライフセービング協会のメンバーであった。泳者21名の内訳は、障害無し12名、障害あり9名で、障害の内訳は聴覚障害、頸椎損傷、左前腕欠損、片下肢麻痺、視覚障害、身体障害等であった。多様な障害はあっても、「泳ぐ」という条件下では、障害の種別はさほどの大きな問題とならないと思われた。健常者も障害者もまったく区別しないで大会運営が行われていたと感じられた。

この当たり前のようなことが、実は多くの障害者が参加するスポーツイベントでは極めて少ないのが日本の実情である。

この他、泳者4名がリレー形式で城ヶ島1周で泳ぐ、団体リレーの部が設けられた。4チームが参加したが、いずれも知的障害児の団体であった。

5) 遠泳大会の概要

城ヶ島ロングディスタンススイミング大会の概要を簡単に照会しておきたい。遠泳参加

者の参加資格は、下記の通りである。「過去1年以上に渡り、週1回以上水泳トレーニングを重ねた健康な者で、城ヶ島1周を3時間以内に完泳できる泳力を持った者。(障害の有無を問わない)。「泳者は水着以外使用してはならない。」「ウェットスーツの着用は認められていない。ただし、保温用のワセリン等の油類、の使用は認められている。」「スイミングキャップ、ゴーグル、ノーズグリップ、耳栓の使用は認められている。」特に、低水温(20度c以下)では、頭の冷えを防止する上で重要である。

以上のレギュレーションは、主としてドーバー海峡横断遠泳の規程を参考にしていると思われる。

また、安全に関わる事項として、「有事の際の救助に際しては、救命浮環を渡すか、シーカヤックまたはサーフボードにつかまること」とし、二重事故防止のため「泳いで救助」することは厳禁している。

参加者は、ソロの部20名、リレーの部20名の合計40名である。
その他の概要は、下記の通り。

人員配置：

看護婦1、監視・水先案内(シーカヤック・サーフボード)20、救助員10(漁船に乗船)、護衛船パイロット10、無線員15、招集・誘導・計時3、会場係1、通行安全係2

全体の配置：

先導艇2(漁船)
救助艇3(エンジン付きゴムボート)

届け出先

横須賀海上保安部、三崎警察署、三浦市消防本部、に事前に連絡。

大会会場付近には艇の積み下ろしができる十分なスペースが無かったため、シーカヤックガイドは、前日の下見および大会当日は、城ヶ島のスタート地点から約1.5km離れた宮川湾から出艇した。宮川湾からスタート地点までは、シーカヤックで15分程度で行ける。

図2 コースの概要



図3 98年度大会のサポート体制全体配置図

図3 98年度大会のサポート体制全体配置図

護衛船Aがこの位置にいますと、護衛艇のシーカヤックから進行方向が見えず、大きなハンディキャップとなる。護衛船Aはもっと沖合に居て欲しかったという報告が、先頭グループについてのガイドからあった。

通常の遠泳大会では、先頭の護衛船はこの位置が良いが、シーカヤックのサポートがつく場合は護衛船目と同じくらい沖合の方が、ガイドしやすい。

岩礁地帯では、どこに岩があるか確認しておかないと、突然高波に襲われる危険性がある。

泳者は、最短コースをわらって岩礁ギリギリを通過する

- 140 -

護衛船Aがこの位置にいますと、護衛艇のカヤック（特にトップグループ）から進行方向が見えず、大きなハンディキャップとなる。シーカヤックがガイドする場合には護衛船はもっと沖合にいななければならない。シーカヤックがいない場合の通常の遠泳ではこの位置が望ましい。

特に岩礁地帯ではどこに岩があるかが見えないと、知らぬ間に高波が突然立ち上がる危険な位置にはまり込む危険性が高い。

5) まとめ～シーカヤックサポートを必要とする今日的理由～

予行会の両日、大会前日および当日、さらに冬季の低水温遠泳訓練での実地検分を通じて、シーカヤックガイドの遠泳サポートの展開を支持する理由は下記のように整理された。

- ・大都市近辺に限定されるが、今日、シーカヤックが大きな広がりをもたせはじめ、シーカヤックボランティアによる遠泳サポートが確実な数として見込めるようになったこと。
- ・これまで学校や団体の遠泳を支援してきた漁協の船頭さんの高齢化が進み、またその後継者不足によって遠泳支援に熟達した人材や遠泳用にチャーターできる漁船が不足していく傾向にあること。
- ・シーカヤックが海において機動力を発揮し、かなり大きな波がきても対応できること。

- ・遠泳を実施する水面が、内湾の静水環境ばかりでなく荒波が押し寄せる外洋に面した海面でも実施されるようになってきたこと。
- ・遠泳技術の高度化。一部の遠泳上級者がドーバー海峡横断泳を目指すようになり、遠泳の技術が高度化していること。また、遠泳の泳法が平泳ぎからクロールにほぼ完全に替わり、2 ビート泳法のクロールが主体となり、泳ぐ距離が飛躍的に伸びたこと。
- ・遠泳の際、漁船から泳者までの距離は、安全管理上約 5m 以上離さなければならないが、シーカヤックやその他の小艇ならば泳者に最も近いガイド役となることができる。また、泳者に緊急事態が発生した場合にすぐに対応できる。特に外洋遠泳では低水温のため一瞬の隙に泳者が沈んでしまうという事態が発生する可能性が高い。
- ・波のほとんど立たない内湾では、スラロームカヤックでも十分に対応できる。しかし、外洋に面した比較的波の高い（波高 1 m 以上）の海上では、スラローム艇では、波によって艇の向きが変わり易く、また転覆の危険性も大きい。艇の長さ長いシーカヤックは、直進性が高く、波が立っている海でも安定して航行できる。
- ・内湾での平泳ぎによる集団遠泳には、むしろスラローム艇の方が適している。艇長が長い場合、シーカヤックは集団が泳いでいる中での方向転換はほとんど不可能である。スラローム艇ならば、非常に回転性能が優れているため、集団が泳いでいる中を移動することが可能である。また、普及している艇数も非常に多いため、ボランティアの数も確実なものとして見込むことができる。
- ・ライフセービングで用いられるサーフボードの場合、水面より上のデッキ部分がないため、泳者の目標となりにくい。シーカヤックやリバーカヤックの場合は、海面上に艇体のデッキ部分が出る上に、さらに浮力体を取り付けるため泳者にとって非常に見やすい目標となる。
- ・ライフセービング用のサーフスキーは、バランスが悪く、救助用としてのスピードは出るが、遠泳の場合は低速での漕行となるため熟練を要する。熟練を要するために、遠泳大会でのサポート要員やボランティアとして確実な人数が見込めない。
- ・通常の遠泳大会および競技会では、一般的にシーカヤックやサーフボードのサポートは無い。このため、クロールで泳ぐ選手は、息つぎの際に、大体 3 ~ 5 ストロークに 1 回の割合で進行方向の確認を行っている。シーカヤックのガイドがつくことによって、この方向確認のために首を上げる必要がなくなり、エネルギーのロスを大幅に減らすことができる。クロールでは、方向確認を常にしない限りまっすぐには進めないと言っても過言ではない。特に、うねりが大きくなってきた場合には息つぎの際の方向確認では不十分であるケースが考えられる。
- ・内湾、外洋ともに経験の浅い泳者、及び障害を持つ泳者にはカヤックやサーフボードを利用した一対一のガイドは、特に有効なものである。
- ・泳者全般に言えることは、シーカヤックが側についてくれることで、安心感が非常に大きくなるという精神的側面でのメリットが特に大きいと言える。
- ・シーカヤックガイドの視線の位置が高いため、極めて小さな潮流変化に最も敏感に反応できる。泳いているとほとんど潮流の弱い場所を見つけることは困難である。。

以上のような条件を踏まえると、海上遠泳では、内湾、外洋ともに、また様々な気象条件の変化に対して安定して遠泳のガイドとして最も適切に対応できるのはシーカヤックであ

ると言える。内湾や防波堤の中の遠泳と外洋の遠泳では、根本的に大きな違いが見られるように思われた。波、うねりの中で泳ぐ遠泳は、アドベンチャー的な種目であると言える。

以上述べてきたような筆者らの実地検分の結果、およびシーカヤックボランティアの感想、反省点、泳者側の感想、反省点等を総合して、次年度以降の城ヶ島ロングディスタンススイミング大会のシーカヤックガイドマニュアルを試案として作成してみた。

6) シーカヤックガイド遠泳サポートマニュアル原案

a) シーカヤックガイドへ

- ・シーカヤックガイドは、泳者を常に半艇身後方で約2～3m離れた位置を常に保って下さい。遠泳選手にもこの点は通知してあります。この位置関係を保ち続けることが最も有効で基本的なガイド法となります。
- ・レーススタート前に、10分間程度この位置関係を保つ練習をして泳者と共同で行って下さい。
- ・シーカヤックを操作する者は、艇をむやみに方向変更をしないで下さい。シーカヤックの速度低下に伴う安定性の低下には十分注意して下さい。
- ・事前の泳者との打ち合わせで、沖合いの波が大きい場合は最短コースを取らず、沖合いの安全なコースを取ることを確認して下さい。
- ・大波が横方向から来ると艇が泳者の身体の上を乗り越えてしまう場合があります、危険です。
- ・シーカヤックガイドは、泳者の監視を行うとともに、周囲の波や潮流の状況を把握し、安全で的確なコース取りを行って下さい。
- ・泳者が不調を訴えたり異変があった場合は、まず第一に艇に選手をつかまらせて下さい。その上で、笛等でエンジン付ゴムボートその他の救護船を呼んで下さい。

b) 泳者へ

- ・泳者は、常にシーカヤックやサーフボードの半艇身後方で約2～3m離れた位置に保って下さい。ガイドにもこの点は通知してあります。この位置関係を保ち続けることが最も有効で基本的なガイド法となります。艇にいたずらに近づくと、艇の操作がしにくくなり、適切な進行方向を維持できなくなります。またパドル等が身体に接触する恐れがあります。
- ・レーススタート前に、10分間程度この位置関係を保つ練習をしてガイドと共同で行って下さい。
- ・事前のガイドとの打ち合わせで、沖合いの波が大きい場合は最短コースを取らず、沖合いの安全なコースを取ることを確認して下さい。
- ・泳者の独断でコースを決定しないで下さい。泳者には安全でもガイドには極めて危険な状況となる場合があります。(艇が岩礁に激突する等の事故の危険性があります。)
- ・大波が横方向から来ると艇が泳者の身体の上を乗り越えてしまう場合がありますので、この危険性を周知しておいて下さい。
- ・シーカヤックガイドは、泳者の監視を行うとともに、周囲の波や潮流の状況を把握し、安全で的確なコース取りを行います。
- ・泳者が不調や異変を感じた場合は、まず第一に艇の後尾につかまって下さい。その上で、ガイドが笛等でエンジン付ゴムボートその他の救護船を呼びます。

補足) シーカヤックガイドボランティアの感想

今回はパイロットスタディのため、特に質問事項は設けず、大会終了後サポート要員から筆者宛てにインターネット経由で反省すべき点や気が付いた点を報告して頂いた。以下は、ボランティアから寄せられた反省点や気づいた点である。研究資料として、あえて、e-mailの通信文を引用した。

a) 予行会

・「コースはできるだけ最短を通過して下さいと指示があり、そうすると、かなりうねりや波の強い岸近くを通過する事になるのですが、カヤックではかなりシンドイのに泳者はぜんぜん大丈夫なんですね。当日の城ヶ島の外側はかなの大きなうねりがあって、山のようなうねりと、崩れる波の中を平気で泳いでいくんですね。びっくりしました。逆にカヤックは大丈夫ですかと、心配されてしまいました。私は、マリブ2を一人のりで、参加しましたので、安定感は抜群でほとんど不安感もなく、並走できましたが細い舟だと、相当の技術がいるのではないかと思いました。マリブ2でもバウが空を向くほどの波が何度かあったくらいですから、細いカヤックは迂回したほうが安全だと思いました。」

b) 大会当日

・「わたしも赤羽根手前で横波食らって5mほど横にもってかれて泳者を轢いてしまいました。ボトムに違和感がなかったのでクラッシュはしていなかったようだと思いますが、頭なんぞにガンとぶつかったらと思うとちょっとぞっとします。パドルでどついたことやスターンぶつけたことは数知れず。

Kさん、ごめんなさい。ゴールした後で「泳ぎやすかった」なんて言ってもらえてかえって救われた気分です。」

・「大会当日の方は、波も穏やかでよかったです。とは言え、岩の間の水路やブレークポイントすれすれを泳者のペースで漕ぐのは緊張しますね。予行会に続き、2回目の経験でしたが、泳者によっても艇との間隔の取り方などの癖が違い、事前の打ち合わせの大切さを痛感いたしました。今回サポートした方が聴覚障害だったこともあり、そのあたりのコミュニケーションが不足していたなと反省。出来れば、スタート前に10分程度でも一緒に練習できれば、とも思います。」

・「泳者の心理として、荒れていて不安な状況になるとサポートのカヤックに近づきたくなくなる、と言うのがあるような気がします。こちらは距離を置きたくて離れようとするのに、向こうはまっしぐらに艇を目指して泳いできてしまう、というケースが何度かありました。」

・「私は、「完泳を目指す」方を希望して、Nさん（交通事故により左手首欠損）に付きました。コースの下見も、遠泳の事も、分からないまま2,3分の打ち合わせだけでスタートしてしまい、いつ声をかけ、応援をして、ナビゲーションすれば良いのか、分からないままぶっつけ本番になってしまいました。

途中、前後関係が気になり振り向いたときに彼女の足をパドルで叩いてしまった事と、赤羽根海岸の入り口で潮に流され5分以上同じ位置で泳いで居た事に早く気が着かなかった等深く反省することなどあります。それから、カヤックが併漕する事で、遠くからでも、どの選手が何処に居るのか陸地からも見え、もって多くの人が応援出来ると思

います。

ゴールの後、Nさんと話をしましたが、やはり赤羽根海岸の入り口でメゲかかっていたそうです。」

・「私自身の反省すべき点は、暗礁があるところで横波を食らい、泳者の上を通過してしまっただけです。泳者に何事も無かったようですが、もしあの時に泳者の腕が空中にある時だったら、多分肩を痛めていたかも知れませんね。直ぐ前に行く先導船からの注意を素直に聞いて居れば良かったかなと思う反面、先導船はもう少し離れてくれと言えば良かった（先導船が余りにも近いために前方が見えず、目標がつかめなかった。）。そして、泳者にはっきりと進行方向を言い続ければ良かったと反省しています。」

・「こちら初めての経験でちょっと漕いでは止まってる繰り返して、泳ぐ方との距離の取り方やペースの合わせ方など、あれで良かったのかと気になっていましたが、終わってから「レスキュー・ボードより見やすく良かったです」と言っていただきました。今後は泳者との練習を重ねて誰でも判るマニュアル的なものを作りたいと思います。それにしても2～3mのうねりの中を泳ぐ人たちにただ感心します。」

・「サポートに行ったつもりが逆に泳者に多くのことを教えられました。人間の可能性、海という自然に立ち向かう水泳とシーカヤックの立ち向かい方の違い等多くのことを学ぶことができました。」

（謝辞）

最後に、このような遠泳サポートの機会を提供して下さい、また共同で遠泳とシーカヤックガイドの可能性についての検討の場を作って頂いたトラジオンスイミングクラブの石井晴幸氏に心から感謝したい。また、シーカヤックガイドボランティアとして予行会の現地検分や城ヶ島ロングディスタンススイミング大会の運営にご協力頂いた数多くの皆様に感謝したい。

参考文献・資料

1) 遠泳のホームページ <http://www.chichibu.ne.jp/~fujiwara/>