

セーリング体験試乗会 テキスト

ヨットの種類

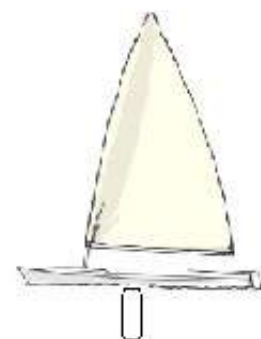
ディンギー、クルーザー、ハルの種類についてご紹介しています。

ヨットとひと口にいてもいろいろな大きさ、形があります。

大きくはディンギーとクルーザーに分けられます。

ディンギーは キャビン（船室）のない小型のヨットで、1人または2人で操るのが一般的です。

艇体の横流れに対して 自在に出し入れのできる センターボードで調節し、
ヒール（艇体の傾き）は乗った人の体重移動でコントロールするなど、
乗り手の走らせ方に敏感に反応するので、入門用としても適しています。



一方、クルーザーにはキャビン(船室)があり、人が寝泊まりできる設備がついています。

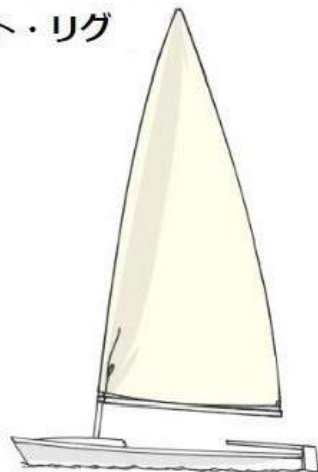
多くは固定されたキールによって艇体の横流れを防ぎます。

キールの先端（下端）にはバラストと呼ばれる鉛や鉄の重りがつけられているため、
万が一艇体が横転しても、起き上がりこぼしのように自然に元へ戻る仕組みになっています。



ディンギー、クルーザーとも、セイルの張り方（リグと呼んでいます）によって、
いろいろな艇種があります

キャット・リグ



1本のマストに1枚のセイルしか揚げないものを指します。シーホッパーのように、機装がシンプルで1人でも操作できる利点を持っています。

[艇種例]

- ☐ **ILCA7** (**Laser Standard**) ☐ **ILCA6** (**Laser Radial**)
☐ **ILCA4** (**Laser4.7**) ☐ Byte ☐ RS Aero ☐ Europe ☐ Finn
☐ OK Dinghy ☐ **O'pen Skiff** ☐ **RS Tera** ☐ Splash ☐ **Topper** ☐ Zoom 8
☐ **Moth** ☐ Contender ☐ Musto Skiff
 ※シーホッパー シーマーチン ダックリング (日本ローカル)

スループ・リグ



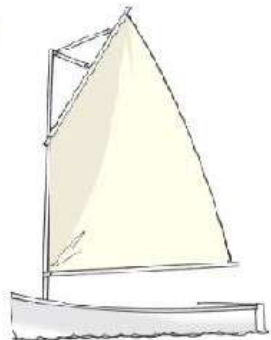
1本のマストにメインとジブの2枚のセイルを揚げる方式でたいてい2人で乗ります。前方にジブを展開することで、空気力学的にスロットル効果を生み出し、効率のよい風をメインセイルに与え速くより風上まで走れます。

[艇種例]

- ☐ **420** ☐ **470** ☐ **29er** ☐ **49er** ☐ **49er FX**
SSセーリングスピリッツ
☐ 505 ☐ GP14 ☐ International 14 ☐ B14
☐ Fireball ☐ Flying Dutchman ☐ **Flying Junior**
☐ Laser II ☐ Cadet ☐ Mirror ☐ RS 500 ☐ **RS Feva** ☐ Vaurien
☐ **Snipe** ☐ **Tasar** ☐ Enterprise ☐ Lightning

(カタマラン) ☐ **Nacra15** ☐ **Nacra17** **Hobieホビー** 等あり

ガフ・リグ



低めのマストに、ガフと呼ばれる支え棒(スパー)でメインセイルの上部を吊っています。そのため、メインセイルは三角形ではなく、変四角形になります。古いタイプのリグ

[艇種例]

- ☐ **Optimist** ☐ Sunfish **A級ディンギー**

セーリングの 服装・注意点

ディンギーに乗るときの服装は、まず動きやすいことが基本です。

“夏でも冬じたく”という言葉が示すように、陸上での感覚よりプラス1枚以上のウェアを用意しましょう。真夏ならショートパンツにTシャツでも十分ですが、濡れたうえに風にさらされると体温が奪われ、予想以上に体力を消耗します。また、日焼けにも注意が必要です。そのためにも長ズボン、長袖シャツ、帽子などはいつもバッグに用意しておきましょう。

また長い髪はゴムでしばる、眼鏡や帽子を着用の場合、専用のバンドを付けるなど風で飛ばされたりしないような対策を事前にしておきます。

季節、天候、海象に合ったウェアを身に付け、最後にライフジャケットを必ず着用しましょう。



ディンギーの各部品・名称

まずは、赤丸の部品から

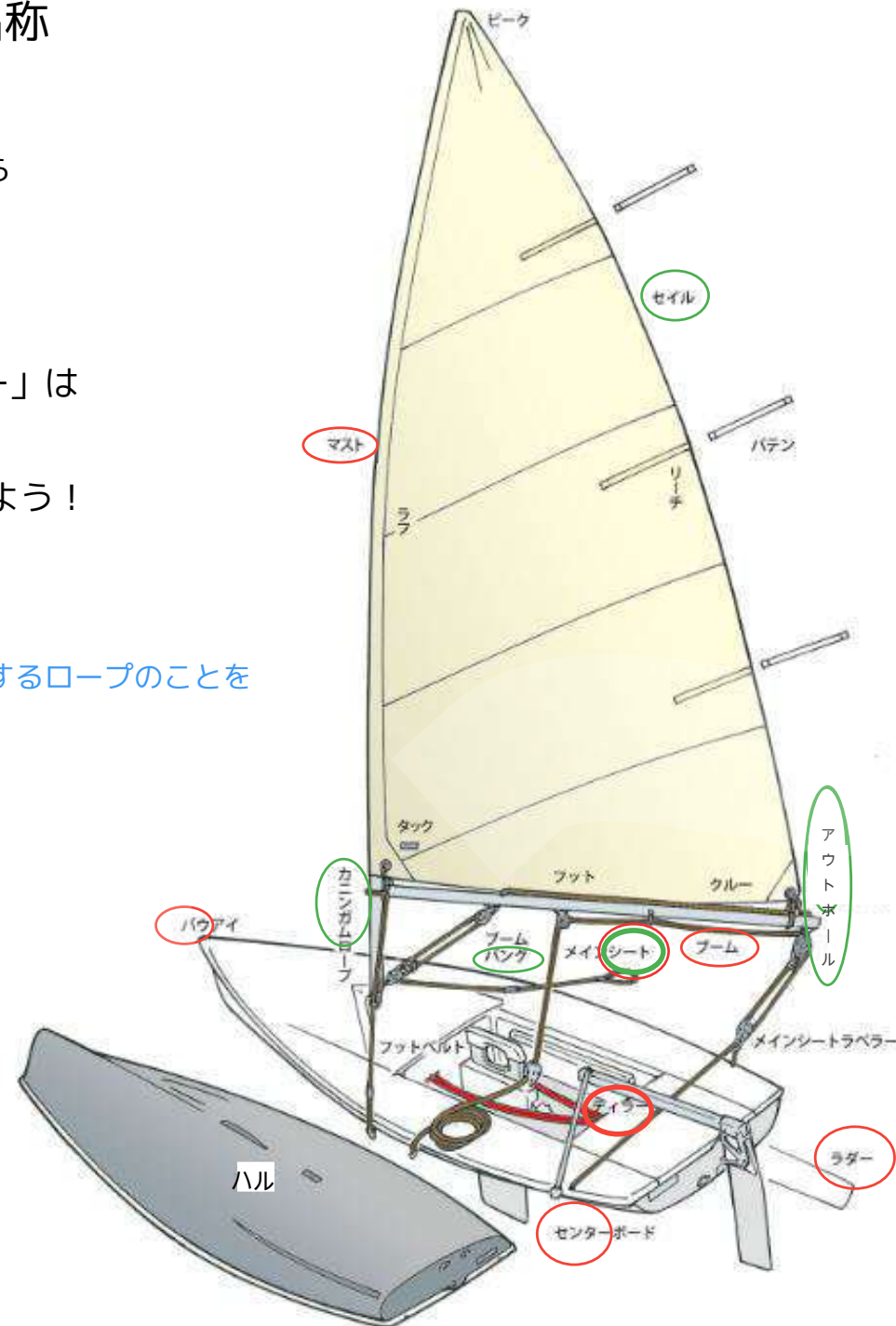
とくに

「シート」と「ティラー」は

絶対 覚よう！

セーリングでは

セイルをコントロールするロープのことを『シート』と呼びます



ティラーとメインシート

セーリングの時には、ティラーとメインシートの操作を1人でおこないます。ティラー操作は通常、ティラーエクステンションを持ってします。艇の中央部風上側で、ティラーが脚にあたらないポジションで、片手をティラー、もう一方の手でメインシートを握ります。強風下のランニングでは、ティラーエクステンションではなくティラーを直接持つようにします。腕の動き（操作）が直接ラダーに作用するため、より素早い操船を行うことが可能になります。

ティラーエクステンションの一般的な持ち方



風向の変化、また方向転換などでセイルトリムが必要になる場面は頻繁にあります。舵をフラフラさせず、うまくシートを引きこむようにします。

ラフィングしていくときは、ティラーを少し押し気味にしながら、大きなストロークでいっきにシートを引き込みましょう。ティラーを持つ手で引いたシートをホールドしたら、また引き込む、というこの動作をスムーズに繰り返します。ラフィングしすぎないように、初めは次の目標物などあらかじめ進行方向に見当をつけておくことをお勧めします。



メインシートのブロックのところから大きく引きこむ

リーチング アビーム帆走

艇の真横から風を受けてのアビームでセーリングします。方向を確かめる：セイルをトリムする：コースを維持する：ヒールをコントロールする：自艇の周辺の安全を確認する—といった作業をします。

風向を確かめる

風向を知る手がかりの少ない洋上では、風見や波の立ち方などで風向を確かめます。風を感じとる自分自身の感覚も大切です。

セイルをトリムする

セイルを引きこみすぎるとヒールが大きくなるばかりでスピードアップにはなりません。またセイルがばたつくような状態ではスピードダウンしてしまいます。いつも適切なセイルトリムを心がけましょう。

コースを維持する

始めのうちはバウの延長線上に目標を見定め、それに向かってセーリングするようにします。ティラー操作はウェザーヘルムを修正するために最少限の動きにとどめ、なるべく小さくおこないます。

ヒールをコントロールする

風速によって艇のバランスが変わります。体重を利用してヒールをコントロールしましょう。

周辺の安全を確認する

特にセイルの影となる風下側の水域に気をつけてください。他艇の動きに注意し、漁網には近づかないようにします。



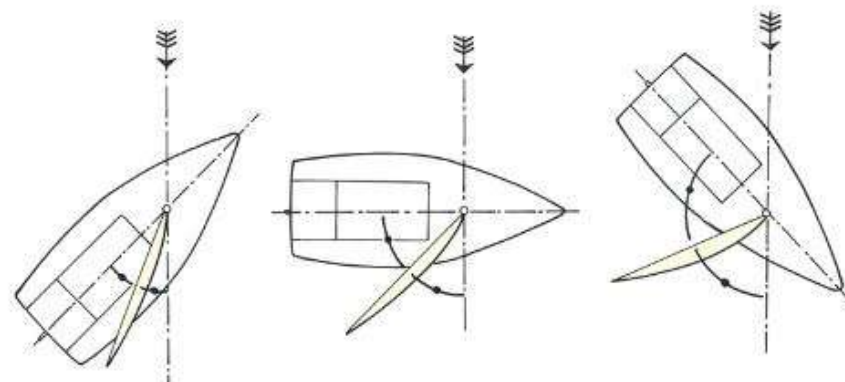
風の方向とセイル

ヨットのどの方向(角度)から風を受けるかによって、セイルの出し方(開き)を調整します。その調整をセイルトリムといいます。

セーリングは、風が唯一のエネルギーですから、風をいかに効率よくとらえるかが大切なポイントになります。セイルトリムは、セーリングの一番の基本ともいえます。

セイルトリムは、メインシート、メインシートトラベラー、クルーアウトホールロープ、カニングガム、ブームパンクによっておこないます。

メインシートの引き込みは、風向と進行方向がなす角度のほぼ2等分線上にブームがくるように調整します。

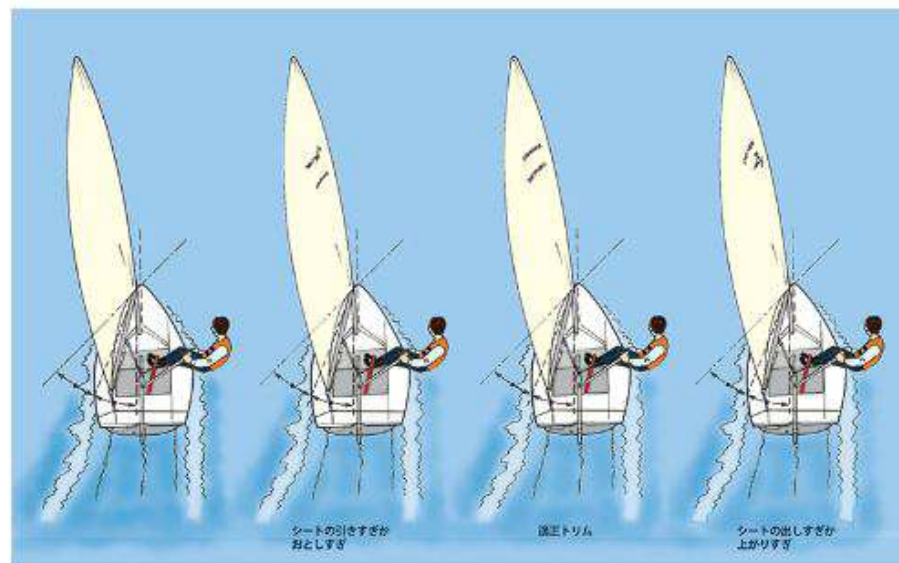


ラフを見ながら徐々にシートを引き込んでいくと、やがてラフに裏風(バックウィンド)が入った状態になります。そこでもう少しずつシートを引き込むと、裏風が無くなりセイル全体がきれいに張ります。

テルテールの見方

風上側のテルテールが乱れる場合は、シートの出しすぎか、ラフしすぎ。風下側のテルテールが乱れる場合は、シートの引き込みすぎか、あるいはベアしすぎです。

風上、風下、両方のテルテールがきれいに流れている状態が、ベストトリムです。

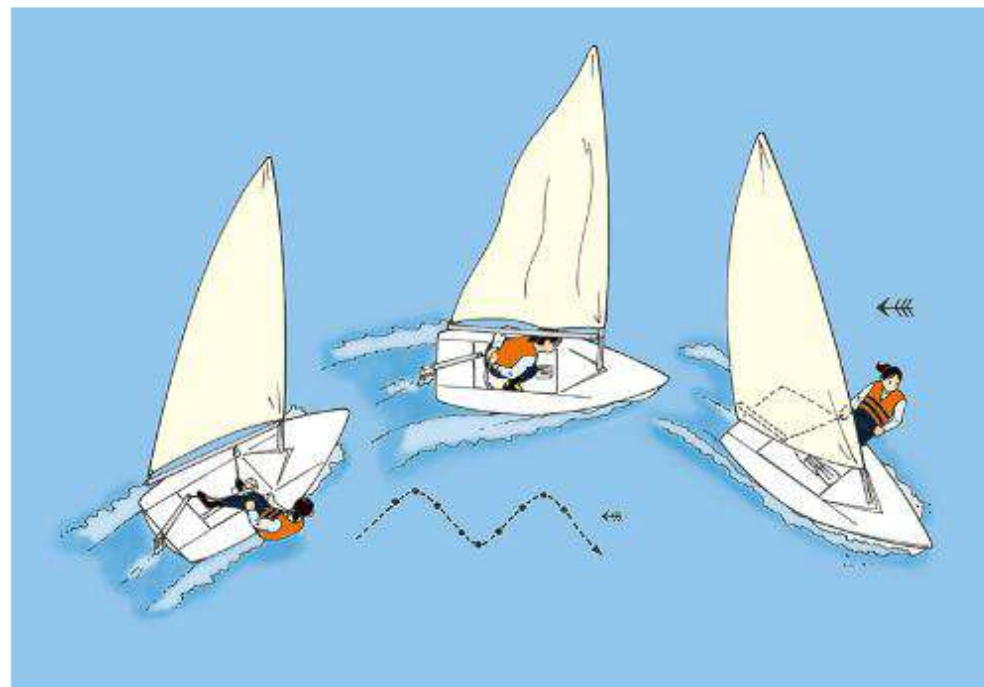


タッキング

クローズホールドの状態からさらにラフイングし、艇を風位（風の吹いてくる方向）に立て、それまでとは反対の舷から風を受けてのクローズホールドの状態までベアする間をタッキングといいます。

1. クローズホールドの状態からティラーを押し（風下へ）、艇の廻りに合わせ身体を艇内に移動します。
2. 艇が風位に立ち、新しい舷から風を受けるところでティラーを戻しながら、ティラーとシートの持ち手を替えます。シートをゆるめないようにしっかり握っておきます。ブームに頭などをぶつけないように気をつけましょう。
3. 新しい風上舷へ移動し、風下におとし過ぎないようにティラーを操作して反対のクローズホールドで走ります。タッキングは風上に向かうときや、危険物を避けるときなどに必要な技術です。常に進行方向周辺に目をくばりながら、スムーズに作業できるように練習しましょう。

クローズホールドからクローズホールドへ、うまく方向転換をするには、初めのクローズホールドでの十分な艇速が必要です。スピード不足だと、スムーズにヨットが廻ってくれません。



ライフジャケットは必ず着ける

海の上に出るときは 必ず ライフジャケットを着用しましょう。

ライフジャケットを着けていれば
万が一、船から海に落ちるようなことがあっても、体が自然に浮き、
体力の消耗を抑えることができます。



ヨットが沈しても、ヨットから離れてはいけません。

まず、ヨットを起こして再帆走する努力をしてください。

それが無理ならヨットにつかまって救助が来るのを待ちましょう。
そのときも、ライフジャケットを着けていれば落ちついて行動できます。



もしも 落水 や 沈 (艇が横転) したら

ヨットから落ちても ヨットから離れてはいけません。

沈の起こし方 (うまくいったら、ぬれません)

- ① オーバーヒール沈するなら、ガンネルにまたがります
- ② センターボードには、まずは根元にのります
- ③ ガンネルをつかみ、センターボードの端に立ちます
- ④ やがて沈が起きたら、艇内に入ります

落水時の対応

起きた艇には、風上側で、いっきに水中からよじ登ります

半沈している艇には、センターボードの根元から、のぼります → 以後は「沈起こし」へ

