

スノーケラーの7つ道具

gear

マスク

水中で見えるために絶対必要。スノーケリングでは鼻まで塞ぐタイプを選ぶ。マスクに入った水を簡単に抜くための排水弁がついているものもある。自分の顔に合っていないれば、水が入りやすい。

ライフジャケット

安心してスノーケリングを楽しむための必需品。体のサイズに合ったものを選び、着用。

グローブ

手を怪我から守ってくれる。水でふやけた手は指袋より怪我しやすいので、グローブがあると安心。

フィン

これがあるととても楽に泳げる。自分の足のサイズ、足の力に合わせたものを選ぶ。初心者にはあまり大きくなく、やわらかくて軽いものが好まれる。岩場の場合は、マリンスポーツの上から履けるフラップタイプのフィンがおすすめ。

NAUIスクーパーセンター

一般社団法人 東北海洋スポーツ普及協会
〒980-0802 仙台市青葉区二日町17-22
TNER410
TEL 022-279-8890

スノーケル

水面に顔をつけたまま呼吸ができる。要するもの。持ちずしに長時間スノーケリングを楽しむ。波しぶきなどの水が入りにくいものや、入った水を出しやすい排水弁がついているものもある。くわえやすく自分の快適さに合ったものを選び、着用。

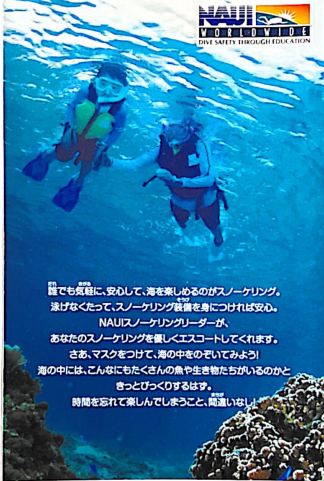
ラッシュガード

日焼けや、すり傷から体を守ってくれる。濡れても乾きやすく、Tシャツより吸水性が速い。

シューズ

足を怪我から守る。砂や岩場の海では必需品。スニーカーでもよいけど、マリンスーツなら水抜ききもよく、長時間の使用でも快適。

器材提供: ●Ishibata 〓 Reef Tourer



誰でも気軽に、安心して、海を楽しむのがスノーケリング。
泳げなくても、スノーケリング装備を身につければ安心。
NAUIスノーケリングリーダーが、
あなたのスノーケリングを優しくエスコートしてくれます。
さあ、マスクをつけて、海の中をのぞいてみよう！
海の中には、こんなにたくさんの魚や生き物たちがいるのかと
きっとびっくりするはず。
時間を忘れて楽しんでしまうこと、間違いなし！

NAUI SNORKELING PROGRAM

Snorkeling Guide

NAUI
スノーケリングガイド

スノーケリングの安全ルール

rule

体調が悪いときには海に入らない

体調が悪いときは、海に入らないようにしましょう。もちろん、アルコールの影響が残っているときも絶対に海に入ってはいけない。判断が鈍ることや、思ったように活動できなくて、大変なトラブルになる可能性が高い。

浮力のあるもの(浮くもの)を身につける

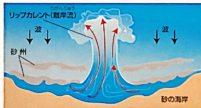
ライフジャケットを身につけよう。長時間楽に浮かぶことができ、何かあったときでも水で助けを持つことができる。

必ずバディと一緒に行動する

スノーケリングは、必ずバディ(一緒に行動する相手=仲間)と行動しよう。相手の安全を守る気持ちで、常に一緒に行動すること。器材をつける時のチェックや、安全の確認、足がつったときのサポートなど、バディがいれば大きな安心になる。バディと一緒に楽しんでもいいけど(子供の場合は、大人のバディが必要)。

安全な場所で遊ぶこと

波や流れがなく、安心して遊べる場所を選ぶ。海水浴などで遊泳可能な場所がよい。NAUIスノーケリングリーダーから楽しめる場所を紹介してもらおう。足場がよくて、フィンの着脱がやりやすく、波の影響の少ない場所から出入りすること。急に引き込まれるおそれのあるテトラポットの近くでは、決して遊んではいけない。リップカレントに注意をして、もし巻き込まれたときは岸と平行に泳いで、流れが弱くなったところから海岸を自前そう。



日焼けや怪我に注意しよう

夏の日光の下で水着だけで長時間スノーケリングしていると、日焼けで皮膚が大変なことになる。ラッシュガードやTシャツを着て楽しもう。岩場の海岸では足を怪我しやすいので、マリンスーツやスニーカーを履いた上にフィンを履くようにしましょう。グローブもあると安心だ。夏は水分をこまめにとって、熱中症を予防しよう。また、水に入っていると暑くても体が冷える。早めに休んで、体を冷やさないようにすること。



https://www.naui.co.jp

NAUI

検索

