

水難救助員講習日程

日時・場所	内容
2025年3月10日(月) 9:30~17:00 場所: OMSB事務局内 —那覇市山下町18—26 —山下市街地住宅3階301 豊崎美ら SUN ビーチ 学習室 集合場所 豊崎美ら SUN ビーチ 管理棟前	学科講習 1. OMSB水難救助員 2-1.心肺蘇生法 2-2.自動体外式除細動器(AED) 2-3.気道内異物の除去 2-4.回復体位 2-5.応急処置 3-1.水難事故の原因 3-2.事故者の発見 3-3.救助者の安全 3-4.レスキュー技術
2025年3月11日(火) 9:00~16:00 場所: うみそら公園 —ダイビング・スノーケリングエリア 豊崎美ら SUN ビーチ 集合場所 うみそら公園駐車場 —(ダイビング・スノーケリングエリア駐車場)— 豊崎美ら SUN ビーチ 管理棟前	海洋トレーニング 4-1.基礎トレーニング 1) フリップパートレーニング 2) 曳航方法のサーキットトレーニング 3) 曳航と人工呼吸 4-2.レスキュートレーニング 1) 反応のある事故者の救助 2) パニックに陥った事故者の救助 3) 水面意識不明者の救助 4) 水中意識不明者の引上げ 5) スノーケラーの救助 6) 救助と曳航 4-3.陸上への引上げ
2025年3月12日(水) 9:00~13:00 場所: 豊崎美ら SUN ビーチ	レスキュー検定・泳力 1) フリッパー※400m(9分以内) 2) 25m 平行潜水(スノーケル、フィン)無し 3) 立ち泳ぎ(5分間) 4) サーフエスダイブ※(水深5m程度) 5) 800m遠泳(フィン、スノーケル)無し 6) フルレスキュー
2025年3月12日(水) 14:00~16:00 豊崎美ら SUN ビーチ 学習室	筆記テスト

※マスク、フィン、スノーケルの3点を装備

※講習最終日は、海況によって筆記テストと検定が入れ替わる場合があります。

当日

- ・参加当日に体温を測って頂き、37.5℃以上ある方は参加をご遠慮下さい。
- ・体調がすぐれない方は参加をご遠慮下さい。

準備・持参頂く物

日時・場所	準備・持参頂く物
3月10日 9:30~17:00	・筆記用具 ・OMSB 水難救助員テキスト（当日配布します）
3月11日 9:00~16:00	・マスク・スノーケル・フィン・ライフジャケット・ブーツ・水中メガネ ・適正ウエイト、ウエイトベルト ・ウエットスーツはフルスーツ推奨。（フルスーツ以外の場合は、長袖ラッシュガードと足首までのレギンス等で肌が露出しないようにすること。） ・フィンはストラップフィンを推奨。フルフットフィンの場合は靴下（足を保護できるもの）を着用すること。
3月12日 9:00~13:00 場所：豊崎美ら SUN ビーチ 集合場所 ビーチ管理棟前	・マスク・スノーケル・フィン・ライフジャケット・ブーツ・水中メガネ ・適正ウエイト、ウエイトベルト ・ウエットスーツはフルスーツ推奨。（フルスーツ以外の場合は、長袖ラッシュガードと足首までのレギンス等で肌が露出しないようにすること。） ・フィンはストラップフィンを推奨。フルフットフィンの場合は靴下（足を保護できるもの）を着用すること。
3月12日 14:00~16:00	・筆記テスト ・OMSB 水難救助員テキスト

※適正ウエイトの判断基準

- (1) ウエットスーツ・ウエイト着用
- (2) 水面で肺いっぱい空気を含み込む
- (3) (2)の状態、マスクが半分浸かっている状態で浮いていれば適正ウエイト

上記(1)~(3)で適正ウエイトを判断できます。

※ 昼食は各自でご準備をお願いします。

※ 海洋実習会場は駐車場料金（上限 500 円/日）が発生します。

※ 貴重品は各自で管理をお願いします。

※ 講習会場までの経路は下記 URL 又は「豊崎美ら SUN ビーチ HP」から確認ください。

https://churasun-beach.com/user_data/access