



安全マーメイド・ダイビング実施了解声明書

署名する前によく読んでください。

これは、マーメイド・スイムおよびマーメイド・ダイビングを安全に行なうために必要なことを知っていただくための声明書です。この声明書は、マーメイド・ダイビングを安全に行なうために必要なことを知っていただくためのものです。これらを再確認し、了解していただくためにまとめられたものであり、ダイビングをするにあたっての快適度や安全性を増していただくために作成されています。安全なダイビングをするための習慣を理解されているという確認として、あなたの署名が必要となります。署名をする前にこの声明書をよく読み、不明な点がある場合には担当のインストラクター、またはスタッフにお尋ねください。あなたが未成年者の場合には、親または保護者に署名をしてもらわなくてはなりません。

私 _____ (氏名を楷書で) _____ (氏名を楷書で) は、マーメイド・ダイバーとして以下の事項を守るべきであることを了解しています。

1. マーメイド・スイムおよびダイビングをするときは必ずトレーニングを受けたことのあるパディと行ない、この確立されたマーメイド・パディの実施要項に従います。
2. スクーバ・ダイビングをした日にはオープンウォーター・マーメイド・ダイビングに参加しません。
3. 潜降するときには、不快感を感じる前に繰り返し優しく耳とマスク(使用している場合)の圧平衡をします。絶対に、圧平衡のできないゴーグルを使用しての潜降はしません。
4. 圧平衡なしで決して潜降しません。圧平衡できない場合には水面へ戻ります。
5. 絶対に、力づくで無理やり圧平衡しようとしません。長く強引な圧平衡は、耳に重大な障害を引き起こし、聴力を失ってしまう恐れがあります。
6. 十分に息を吸い込んでから潜降します。
7. 健康な状態でマーメイド・スイム/ダイビングをします。風邪やうっ血の状態ではマーメイド・スイム/ダイビングを行ないません。
8. たとえスクーバ・ダイバーであっても、マーメイド・ダイビング中は水中でスクーバから呼吸をしません。緊急時に、スクーバ・ダイバーが私とエアを共有して、スクーバ・ダイビングの浮上をする場合は例外とします。
9. 息ごらえの時間を伸ばすためにはリラックスします。絶対、ハイパーベンチレーション(過呼吸)は使いません。
10. 息ごらえの時間は徐々に増やすようにし、ゆっくりと経験を積んでいきます。
11. 深い深度への潜降後、自身の限界内で余裕をもって浮上します。ダイブが深ければ深いほど、浮上は早めに開始します。
12. 水中でブラックアウトしたり、水面で水を吸い込んでしまったかもしれないマーメイドがいるときには、たとえまったく問題ないように思われても病院へ連れて行きます。
13. マーメイド・ダイビングでは、息を吐いた後でも水面で快適に浮くようなウエイト量にします。
14. スノーケルを使用する場合、潜降するときは口から外します。
15. 浮上の際、特定のマーメイド・スキルをするとき、または、水面にたどり着く直前に早く息が吸えるように息を軽く吐く場合を除いては、ダイビングの最中は息は吐きません。
16. 水面へ戻ったときは、自然にゆっくりと息を吐きます。そしてより早く積極的に息を吸います。少なくとも3回は繰り返します。
17. 次のダイブを行なう前に、少なくとも無呼吸時間の3倍の回復時間をとります。
18. 深いところから浮上するときは、浮上の最後の部分で私のパディにエスコートしてもらいます。
19. 私のパディが前のダイビングから完全に回復するまで、潜降を始めません。
20. 常にパディ・システムに従い、必ず各マーメイドの水面にパディがいるようにします。パディの役割をするときはバイフィンを使用します。
21. マーメイド・ダイビングのセッションの前にコンディションを評価し、自分のセッションを計画します。マーメイド・スイム/ダイビングを行なうかどうかを決めるのは私自身です。私は自分の安全に責任を持ち、私自身がダイビングをするかどうかを決定します。
22. 波が高く、海が荒れているときにはマーメイド・ダイビングをしません。
23. すべての生物、特に馴染みのないものについての接触を避けま。マーメイド・スイム/ダイビングをするエリアの危険な生物について理解します。
24. 新しいマーメイド・ダイビングのポイントではその地域の情報を入手し、そして/またはその場所のコンディション、生物、危険性、そしてその地域特有なダイビングの方法を学ぶためにオリエンテーションに参加します。
25. 太陽からも身を守り、常に水分補給に気をつけます。

私は、これらの実施要項の重要性と目的を理解しました。これらを守ることが私自身の安全と楽しみのために必要であることを理解し、ダイビングするにあたって、これらの実施要項を守らない場合には私自身を危険な状況においてしまう可能性があることを認識しています。

参加者の署名

日付(日/月/年)

親/保護者の署名(該当する場合)

日付(日/月/年)