２０２５年度 同志社大学 立命館大学 活動規則

全部員が下記規則を厳守し活動するものとする

規則の変更は、両主将, 現場管理者, 再発防止委員の三者の承諾を持ってのみ可能とする。

策定日 R7.02.16

1. 管理体制

責任者：川島健（部長 同志社大学文学部 教授）

現場管理者：千菊輝（監督）、村山智紀（コーチ）

再発防止委員：秦顕治（琵風会 幹事長）、中村幸太郎（琵風会 学年幹事）

※再発防止委員は講習、訓練等に立ち会うなどして、安全対策が適正に実施されているか確認。
内容を評価し、OB 総会にて報告を行う。

安全管理アドバイザー：伊勢田愛（琵風会、JSPO コーチ II）

OB 会長：間宮雄吾

心理ケア：山崎玲子(琵風会　ユニオン担当役員)

現場運営者：小林和夫（主将）、吉田朔大(主将)、杉本環(チーフマネージャー)、岡杏納(主務)

2. 水上練習における安全規則

〈装備について〉

出艇時は下記装備を必須とし、1 点でも欠ける場合は水上練習を禁止とする。

出艇後に欠品を確認した場合には、即時帰着を命じる。

・ライフジャケット（レベル 50/ISO-12402-5）

・ハーネスパンツ

・レスキューシート（４ ㎜×５ｍ）

・笛

・ビブス 回生ごとに色分けされた物を衣服の最も外側に着用
(やむを得ない事情での紛失/損傷は OB 会費にて購入する)

・携帯電話(防水ケース装着のもに限る)
練習中は音量を最大に設定しておく。
所持する携帯電話に下記の携帯電話番号を登録するものとする。
①部員全員 ②木枝社長 ③両大学の監督・コーチ

・班長および班長に準ずる立場の者は、部で所有する予備ジョイントを常に携帯する。

・OB 会費で購入した安全対策品の管理は同志社主将が行いOB 総会にて状況の報告を行う。
(予備ジョイント, 予備レスキューシート, OB 会費購入艇等)

〈夏季（６～１０月）〉

・帽子

・ラッシュガード(メンズの上裸は禁止)
・サングラス(任意)

〈冬季（12～3月〉
・気温、風速に見合った防寒着。
　出艇前に正規練では主将、自主練では 3　回生以上が服装の確認，指導を行う。過
　度な薄着や著しく破損したウェットスーツでの練習は禁止とする。
・正規練時は最大風速 8m/s(Windgru)以上の時に限り 2 回生以上のプレーヤー1 名の乗船を必須とする。

〈気象条件〉
正規練では、気象台に午前/午後それぞれの最大/最小風速，風向予報，注意報，干潮/満潮(遠征時)の確認を行うホワイトボードにマネージャーが掲示し全部員が容易に把握できる状態とする。
・20mm 以上の大雨(Yahoo 天気)または雨による視界不良予報での活動は禁止とする。
・雷を聞いて 30 分間は活動を禁止とする。
　天候不良が予想される(雷)場合は、随時マネージャーが雷レーダー(Yahoo 天気)を確認し練習を行う。
・下記条件時は例外無く水上練習を禁止とする
　①オンショア時、平均風速、最大風速１５m/s 以上 (出艇場所にて風速系を用いて計測)
　②オフショア・サイドショア時、平均風速１０m/s 以上、または最大風速１３m/s 以上
　③気温 3 度以下の時
　④暴風警報が発令されている時
・下記条件時はスタッドレス未満装着車での運転及び海上練習を禁止とする。
　①積雪 1 cm 以上の時

〈帰着時間〉
帰着時間は厳守すること。
週次で主将が帰着時間を日没 1 時間前に設定し、出艇/帰着 Line にて公示する。
緊急時（レスキュー活動等）においては 30 分のみ繰り下げを可能とする。

〈自主練習での安全管理〉
・ショップの休業日は出艇禁止とする。（ただし部船が出る場合はこの限りではない）
・必ず 2 名以上で活動する。(1 名が道具整備, 1 名が水上練習は認めない)
・出艇/帰着申告を　Line　グループにて所定の方式で行う。
・２回生以下のみで出艇は、原則禁止とする。
　しかし、風向風速によっては、都度主将と相談し可とする場合がある。

3.　水上での事故、トラブルの報告について
〈報告の義務〉

正規練、自主練ともに、以下の場合は現場管理者へ当事者もしくは現場運営者が当日中の報告を義務とする。
① 道具トラブル等により帆走不能になった場合
② 他の部員、部船、もしくはショップにレスキューされた場合
尚、一切の例外を認めない。

〈報告方法と報告内容〉
報告は所定の用紙に記載し、下記事項に関して紙面にて報告を行う。
①風向, 風速, 位置関係(海面)
②帆走不能になった原因
③レスキュー方法、反省点、改善点
④事故による損害状況(身体, 破損程度, 使用年月, 金額)

〈フィードバック〉
現場管理者は、発生した報告をもとに再発防止策等を検討し、その対策と発生状況を
前期（4/1～10/31）、後期（11/1～3/31）ごとにまとめ、HP に掲載する。
また、OB 総会において現場運営者がOB 会, 再発防止委員, 現役部員に報告し、同会にて対策を決定する。

4. 講習及び訓練
〈安全対策講習会〉
年 1 回部内講習会を現場管理者の責任のもと実施する。
マネージャーも含め全部員の参加を必須とし例外は認めない。
講習内容は以下の通り。
① 水上活動における注意点、安全対策の説明（新入生対象）
② 救助活動における要救助者、レスキューの要請を受けた者、レスキューする者の
それぞれの役割と行動の確認。
③ シミュレーションを行い、判断、指示、行動をマネージャーも含め共有。
④ 低体温症に関する知識の習得
⑤ 前年度の前期、後期にフィードバックされた事故報告をもとに事例を参考に対策案を検討する。

〈水上訓練〉
現場運営者及び現場管理者のもと夏季に実施する。
訓練内容は以下の通り。
① 水上での解体訓練。
② 部船を用いた海上レスキューシミュレーション訓練

〈 部外講習会 〉
・大学主催水上安全講習会 (新入生は必須とする)

①京田辺キャンパス内のプールで実施、着衣泳を行う
②落水を想定した体験、救助待機の実習
③水難事故を見つけた場合の対処法 ・溺れている人をどのように助けるか、助けに行く場合、どのように泳いで助 けるかを体験。
・ショップ主催の遭難者救助訓練

5.　対策の更新
現場運営者は講習、水上訓練の実施状況を前期/後期にまとめる。
現場管理者はその内容の妥当性を安全管理アドバイザーに共有し、助言を求める。
本対策は適時更新（変更、追加）する。更新した際はホームページにて通知する。
HP アドレス ： https://doshishaboardsailing.wixsite.com/doshishaboardsailing
策定日 令和 7 年 2月4日

6.　練習に関する詳細規則
・道具点検
出艇前に 3 回生以上のプレイヤーが必ず 1 回生のセッティングの点検を行い、不備がないことを確認する。
1 回生から依頼するものとし、班長に実施結果を報告する。

【自主練の規則】
・自主練専用の「出艇管理　LINE グループ」を運用、出艇・帰着を確実に管理し、ショップと共有する。
　①出艇前に班長が、日付、午前/午後を記入したノートを作成する。
　②出艇者が自身の名前をノートに出艇する直前に記入する。
　③帰着後順次、名前をノートに遅滞なく記入する。
　注意：代理での記入は原則認めない。
・エキスパが 1 人しかいない状態のオフショア、サイドショア時は、ビギナーは 2 人まで出艇可能とする。
・1 人での水上練習は一切の例外無く全ゲレンデで禁止とする。

【正規練の規則】
・ 帰着時間の確認
出艇前に主将もしくは主将に準ずる者が帰着時間を声に出して確認、全部員が復唱を行う。
・帰着確認
艇速練では班長が班員全員、ラウンディングでは主将が部員全員の帰着完了を確認後、帰着する。
部船は全プレーヤーの帰着報告を受け次第帰港する。
・マネージャーは当日の出艇者を把握。(プレーヤーからその日出艇しない旨を報告すること)
・海上で練習を離脱する場合は、マネージャー, 艇速練時は班長, ラウンディング時は主将に離脱の旨を伝える。
原則対面での報告とするが、声が通りにくいコンディションの場合は、電話を用いた報告も可とする。

・艇速練時、班員確認のため、出艇前にマネージャーは　LINE グループに班ごとのメンバーを公示する。
・必ず 1 人以上、普通自動車免許を保有する部員が陸で待機する。
・帰宅時間を考慮し、ミーティング時間は集合の号令から主将の挨拶までを原則 1 時間とする。
　終了後は速やかに出発すること。練習後に部員で夕食等をとる場合は親御さんへの連絡を推奨する。

【出艇禁止の階級制度】
下記の最大風速基準に基づき、付与された階級を満たない者の海上練習を禁止とする。
※正規練時に限り、階級の風速以上での出艇も運営の判断により可能。
・佐波江浜の風向定義
　・オンショア：風向が北東から北西
　・サイドショア：風向が北西から南西、または南東から北東
　・オフショア：風向が南西から南東とする。

階級	オンショア（m/s)	オフショア・サイドショア　（m/s)
♟	～15	～ 13
B	～ 12	～ 10
C	～ 10	～ 8
D	～ 8	～ 6
E	～ 6	～ 4

＜階級を定める条件の一例＞
下記項目を例とし、総合的判断で階級を付与する。
また、階級の判断基準は運営及び 4 回生とし、随時見直しを実施する。
・ジャイブ・タックが可能であること。
・風上に向かった帆走が可能であること。
・ハーネスストラップが可能であること。
付与された階級に対する一切の苦言等は認めない。

７．部船に関する規則

・発航前の点検(船を使用する際には以下の発航前の点検する。)

① 船体外板

船首・甲板・左舷・右舷・船尾の船体に亀裂等損傷がないか確認する。

②船体の安定性

船体中央で船体を揺さぶる。

③浸水

エンジンルームのハッチをあけ浸水の有無を確認する。

④ 燃料油系統

燃料が十分にあるか、エアベントスクリューが開いているか確認する。

⑤メインスイッチ

メインスイッチを ON にする。

⑥船外機

船外機が十分に下がっていることと、油漏れやプロペラ付近にごみがないことを確認する。

・清掃

3 月と 9 月に清掃を行い、定期的な簡易清掃は適宜行う。清掃の際に亀裂・破損がないかも確認を行う。

・舶検査

小型船舶は定期検査を 6 年に 1 度行う必要。定期検査から 3 年後に中間検査を義務付けられている。
チーフマネージャが期限について随時確認し実施責任を負うものとする。

・練習で部船を使用する際のルール

①部船を使用する際は最低 3 名以上(うち 3 回生以上 1 名)にて操船する。

②人数分のライフジャケット、レスキューシート、浮き輪を船に常備。

③常に携帯を最大音量にて所持する。

８. 部車規則

「部車マニュアル（部内での運転許可）」を取得した者のみ、部車の運転を許可する。

・部車マニュアルの取得方法

1. 佐波江から各校地までの往復の運転を 10 回
2. 入庫と出庫は 5 回ずつ行う
3. 部車マニュアルをする際には、助手席に必ず部車マニュアル所持者が乗り、指導を行う
4. 部車マニュアルの進捗は LINE グループのノートで報告を行う

5. 運転に危険を感じた際には、助手席の指導者が不合格を伝える。
6. 部車マニュアルを取得後も、事故/危険運転を起こした場合、部車マニュアルは剥奪される。

・部車マニュアルを所持していない部員については、「学年×１０００円」の部車税を毎月部費に加えて支払う（ただし、一回生の３月から支払う義務があるとする。）
・部車は一人で動かしてはならない。必ず二人以上の部員が乗る。
　※駐車場から他の部員を乗せるまでの運転は例外とする。
・１回生のみでの運転は近距離,　敷地内であっても例外無く認めない。
・部車の車検などの管理は、運営が行う。
・部車の清掃は、毎週日曜日の正規練後のビーチクリーンの際に行う。
・原則、自主練では一人　300　円ガス代を支払う。
　ただし、ガソリンの残量や乗車人数によっては最大で 500 円支払う。

＜事故発生時＞
自動車を頻繁に使用する部活である以上ある程度の事故発生はやむを得ない。
事故時は初動が大切であるため、事故発生時は速やかに下記対応を実施する。
①身の安全確保(当方,相手)→人身事故の場合は救急車を呼び人命を最優先とする。
②例外無く警察 110 へ連絡（事故証明の取得が保険利用に必須である)
③保険会社へ連絡
④相手がいる場合(物損含む)は、連絡先を交換する
⑤木枝社長，主将へ連絡する。
※対応に困った場合、⑤に連絡がつかない場合は、現場管理者への連絡を実施する。
⑥当方，相手，状況の写真を撮る

事故後は全体 Line にて遅滞なく報告する。
部車の原状回復費用等は運営にて審議する。

【同立の礼儀】

　あいさつ
・あいさつは自ら進んで行う。
・目を見て発言する
・その日初めて会う上回生には、時間関係なく「おはようございます」と言う。
・初めてお会いする　OB、OG　さん、他大の先輩方には自ら自己紹介をする。
・ショップの常連さんなどにもあいさつする。
・遅れて部活に参加した場合は、一人一人にあいさつに回る。
・練習後は上回生に「お疲れ様です」と言う。

・部屋に入るときには「お疲れ様です」と一言声をかける。
・上回生が部屋に入ってきた時は「お疲れ様です」とあいさつをする。

0言葉遣い
・きちんとした敬語を使う。例)「僕」「わたし」「～です。」「～ます。」
・上回生は、「～先輩」ではなく、「～さん」と呼ぶ。
・名詞で終わらない。
・「～ね」「～でしょ」禁止。
・聞き直すときは「え?」ではなく、「はい?」と聞く。
・上回生を敬う言葉遣いを心がける。
・上から目線になりやすい言葉は極力避けて会話する。

0態度
・原則として上回生を優先させる。
・上回生が仕事をしていたら率先して替わる。
・話している人の方へ体を向ける。
・人の話を聞くときは携帯電話を触らない。
・人の話を聞くときやあいさつする際、帽子やマフラーを外し、ポケットに手を入れない。
・人の話を聞く態度で臨む。
・上回生が話しているときには、他のことをしない。
・上回生が座ってから、下級生が座る。
・外食時は上回生が食べ始めてから下級生は食べ始める。

0練習
⑴１回生の仕事
・マーク運び、マーク打ち、ライン切りなどのライン作り。
・毎回の体操。
・正規練の集合前にホワイトボードを外に出す。
・ミーティング前にホワイトボードを綺麗に消し準備し、終了後もきれいに消す。
・マーカーなどは １ 回生が購入して準備しておく。
・領収証をしっかりともらう。（同志社大学体育会ボードセイリング部）

⑵練習中
・艇速練の集合で上回生を待たせてしまう場合はひたすら漕ぐ。
・ブレイク中は上回生の風上で待機する。
・艇速練はスタートをそろえて同時に漕ぎ出す。
・下級生は上回生よりも先に本部船を目指す。

・海上での指示は全員に伝わるまで大声で復唱する。
・船には絶対に当たらない。
・下級生は上回生の帰着手伝い行う。
・上回生よりも先に 1 回生は帰着する。
・帰着したら大きな声で「お疲れ様です」と声をかける。
・マークを浜付近まで運んでもらったら、1　回生はマークを受け取りにいく。
・帰着後は、道具をおき速やかに上回生の元へ走る。
・「出艇」と言われたら、ダッシュで自分の道具を取りに行く。

⑶ミーティング
・ミーティング中に私語は禁止
・各自ノートを毎回持参する。
・質問をした後は、「ありがとうございます」を言う。
・携帯電話の電源は必ず切る。
・4 回生や OB さんからお言葉をいただく際は
①話してくださる方の方向に体を向ける。
②姿勢を正す。
③「はい。ありがとうございます。」と最後に言う。

0施設
・ショップに借金は原則作らない。
　返済が滞る著しく滞る場合は、運営より指導管理を行う。
・下級生は、練習後すべての戸締りを確認する。
・冷暖房の管理を行う。
・プレハブの電気、換気扇を切る。
・部車の中には自分の荷物を置きっぱなしにしない。
・プレハブと部車の掃除を徹底的にする。
・正規練の昼休みは上回生、ミーティング前と後は一回生がプレハブを掃除する。
・出艇前に下記事項を確認する。
①艇庫は閉まっているか
②車にゴミがなく、窓とドアが閉まっているか
③プレハブの窓とドアが閉まっているか、
④施設(浜、車、プレハブ、芝生など)にゴミが落ちていないかの
⑤ホワイトボードをしまっているか
・艇庫の扉は毎回閉める。
・自主練では各自、自主練浜を綺麗にする。
・施設を壊した場合、必ずショップに報告する。

・プレハブには、私物は原則放置しない。

0健康、安全対策
・平日練は特に安全面に気をつけて練習する。
・体調が悪い場合は上回生に相談。メンズ： 主将、レディース：レディースキャプテン
・同期などの異変に気づいたら上回生に報告する。
・食欲不振、体調が好ましくない場合は出艇を自粛する。
・保険証は毎回必ず持参する。
・持病、アレルギー等はチーフマネージャにあらかじめ伝える。
・冬季の休み時間は温かい恰好に着替える。

0道具管理
・道具の売買はショップを通して行う。
・道具は他人の物は借りない。(トラブルの原因)
・やむを得ない場合は、必ず同期内で貸し借りすること。
・破損した状態での出艇は例外無く認めない。

0車
・車はメーリスが回って来てからお願いする。
・ゴミをのせて頂く際には、下級生がドライバーにお願いする。
・バックする時は、ドライバーさんと一緒に後方を確認する。
・車に乗せていただく際は、「お願いします」、「ありがとうございました」 といったお礼をしっかり言う。
・車の道案内は下級生がする。
・助手席は上回生から座ってもらう。
・後ろの席、補助席は下級生から座る。
・セルフのガソリンスタンドに行った場合は、下級生がガソリンをいれる。
・パーキングエリアでラゲッジを確認する。

連絡手段
・先輩への部活関係の連絡は全て、電話で行う。つながらない場合は LINE で連絡する。
・電話の際に「おはようございます」「おつかれさまです」「今お時間大丈夫ですか?」をまず言う。
用件を伝え終わったら、「わかりました。失礼しました。」を言う。
・基本、朝 9 時前と夜 10 時以降は連絡しない。
どうしても連絡をしなければいけない場合は、「夜分遅くに失礼いたします」、「夜分遅くに失礼しました」
・非常識な時間には連絡しない。
・電話は上回生が切ったのを確認してから電話を切る。
・連絡の期日を必ず守る。

・上回生からの電話やメールにはきちんと毎回全員返事をする。
・Line の既読無視は 原則認めない。
・冠婚葬祭、法事、体調不良、授業、重要な試験、就活以外の休みは練習、積み込みともに原則認めない。
・やむを得ない理由で部活を欠席、遅刻する場合は、同立のキャプテン, チーフマネージャーへ連絡。

0その他
・部費や遠征費の集金は期日を遵守する。