



安全な

詳しくはこちら




ウォーターセーフティガイド
スノーケリング編

スノーケリングの楽しみ方

ライフジャケット等の浮力体

身体に合ったサイズを選んで正しく着用しよう。
チャック、バックル、ベルト、股紐をしっかりと締めよう。
助けを呼べる笛付きだと安心。

水中マスク

顔に合ったものを選んで正しく装着しよう。
水が入った際の排水方法、マスククリアを身につけよう。

フィン(足ひれ)

足に合ったものを選んで正しく装着しよう。
正しいキックの方法、フィンキックを身につけよう。

スノーケル

装着の向きを確認し、ゆっくり大きく呼吸をしよう。
水が入った際の排水方法、スノーケルクリアを身につけよう。

★使用前には損傷箇所がないことを確認しよう

作成 海上保安庁

協力 (公財)河川財団 (一財)日本海洋レジャー安全・振興協会 (一社)日本スクーバダイビング協会
日本スノーケリング連盟 レジャーダイビング認定カード普及協議会
警察庁 消費者庁 消防庁 スポーツ庁 海事局 観光庁