

# 不安を解消！疑問Q & A

## ■ダイビングって危険ではないのですか？

スキューバ・ダイビングもアウトドア・レジャーのひとつ。自然を相手にするアクティビティです。

水中という環境では、息をするのにも機械の力を借りなくてはならないし、深く潜るほど身体に水圧もかかります。本来、安全に楽しめるスキューバ・ダイビングですが、それなりの危険性がないとは言えないのです。だからこそ、PADIオープン・ウォーター・ダイバー・コースで安全確保と危険回避のスキルをしっかりと学びます。スキルをきちんと身につけることは、安全にダイビングを楽しむための基本なのです。

## ■泳ぎがあまり得意ではありませんが、大丈夫ですか？

水泳が得意である必要はありません。ただ泳げればOKです。コースを開始する前にPADIインストラクターが水に慣れているかどうかの確認をいたしますので、泳ぎの苦手な方はご相談ください。ダイビングを始めたら水泳がうまくなったという方もいらっしゃいます。

## ■サメが怖いのですが、大丈夫ですか？

約250種類もいるサメのうち、人間にとって危険なのは約4～5種類で、これらのサメとは滅多に遭遇することはありません。

一般にダイビングで見るサメはリーフシャークと呼ばれる小型のおとなしい種類で、ファンも多いほどです。

サメに限らず危険な生き物についての情報は、その海を熟知したインストラクターによく聞いて安全なダイビングを心がけることが大切です。

## ■目が悪いのですが、ダイビングできますか？

マスクをすると水中ではものが1.25倍ほど大きく見えるので、視力が0.5ぐらいまでなら問題はないと思われます。それよりも視力が悪い方、また心配な方は、水中マスクに度付きレンズを入れてご使用するのがベターでしょう。

## ■ダイビングに年齢制限はないのですか？

年齢の上限はありません。70歳を過ぎてもダイビングを楽しんでいる方はたくさんいらっしゃいます。

ただし、45歳以上の方は講習を始める前に診断書をご用意いただく場合があります。

年齢の下限は、成長期における水圧の影響を考慮した10歳です。尚、未成年者は親権者の同意が必要です。

## ■Cカードって何ですか？

Cカードの正式名称はCertification Card。

つまり認定証のことです。

このCカードは「所有者は特定の期間、ダイビングに必要な知識と技術を取得した」ことを証明するものです。

また、このカードには「PADIオープン・ウォーター・ダイバー」などのランクや「PADIスペシャルティ・ダイバー」など色々な種類があります。



## ■Cカードはなぜ必要なのですか？

ダイビングを行なう際には、ルールを守り、安全に配慮して自分の責任において判断し行動することが前提になります。

海に行かれた際にこのCカードを忘れてしまうと、ダイビングのご希望をお受けできない場合もあります。

あなたのダイブキャリアにあったサービスやアドバイスのためにも必要なのです。

## ■講習ではどんなことをするのですか？

PADIオープン・ウォーター・ダイバー・コースは、「[知識開発\(学科の講習\)](#)」、「[プールダイブ\\*1](#)」、「[海洋実習](#)」という3つのセクションから成り立っています。

「学科講習」と「プールダイブ」は各々5セクションに細分化され、簡単なものからだんだんと難しくといった内容で身につけていきます。「海洋実習」では、実際に海で4回のダイビングを行ないます。

\*1「プールダイブ」は、プールだけでなく海の浅い場所で行なう場合もあります。



## ■Cカード取得までに何日位かかりますか？

PADIの講習は、「時間ベース」ではなく「達成ベース」です。

つまり、PADIの各コースが求めている「安全のためにできるようになること」がしっかりできるようになればOKなのです。ですから、人それぞれ準備度や理解力、体力、そのときの環境などにより習得のペースが同じとは限らないため、「誰でもどのぐらいの時間で終わる」とコースが始まる前から約束できるものではありません。特に極端に短い日程ではなおさらです。

PADIオープン・ウォーター・ダイバー・コースの「安全のためにできるようになること」の数や内容から考えると、連続2日間またはそれより短い期間でPADIが求めている全ての知識とスキルを身に付けることは相当難しく、ほとんどの方にとって無理と言えます。

経験豊富なベテランのインストラクターでも、きちんとお教えするにはそれなりの時間が必要です。

## ■講習は連続して受けないといけないのですか？

PADIのコースはいくつかのパートに分かれています。

例えば、PADIオープン・ウォーター・ダイバー・コースなら「知識開発(学科講習)」と「プールダイブ」は各々5セッション、「海洋実習」は4回のダイビング、といった具合です。

このセッションを区切りとして、分割で受講することもできます。

昼間にお仕事をされている方なら、知識開発やプールダイブ部分を1セッションずつ、お仕事帰りの夜の時間に受けることも可能です。

「忙しくてなかなかできない」と思われてる方も、一度ダイブアワードにご相談ください。

知識開発 (学科講習)	プール ダイブ	海洋実習
1	1	1
2	2	2
3	3	3
4	4	4
5	5	
5つの セッション	5つの セッション	4回の ダイビング

## ■ステップアップするコースにはどんなものがありますか？

PADIスクーバ・ダイバーならPADIオープン・ウォーター・ダイバー・コースへ、PADIオープン・ウォーター・ダイバーならPADIアドベンチャー・イン・ダイビング・プログラムへステップアップできます。

PADIのステップアップ・プログラムはダイバーとしての活動半径を広げるためのものです。

インストラクターを目指したい方向けのプログラムも用意されています。

## ■「PADI eラーニング」とは何ですか？

「PADI eラーニング」は、「いつでも」「どこでも」「自分のペースで」PADIオープン・ウォーター・ダイバー・コースの知識開発(学科講習)部分をインターネットで完結できる画期的なシステムです。

この「PADI eラーニング」で知識開発(学科講習)部分をご自分のお好きな時間に好きなペースで終わらせることができます。あとはプールダイブと海洋実習をショップで受けるだけ！

## ■持病があるのですが、大丈夫ですか？

コース参加前に病歴を伺い、それによって医師の判断を仰ぐ場合があります。

ご心配な場合は、まずダイブアワードへご相談ください。

一般に、狭心症や心筋梗塞などの循環器系疾患をお持ちの方は避けたほうがよいでしょう。

頻繁にぜんそくの発作がある方、貧血や高血圧の方も、ダイブアワードやかかりつけの医師にご相談ください。

## ■生理中や妊娠中でもダイビングできますか？

生理中のダイビングは問題ないといわれていますが、他のスポーツと同様、生理痛がひどいときは避けたほうがよいでしょう。

妊娠中のダイビングはNGです。ダイビングと母体や胎児への影響の因果関係は研究中の段階ですが、ダイビングが原因の流産などが世界でも数件とはいえ報告されています。

## ■ダイビング器材は買わないといけませんか？

ダイビングを続けていくか迷っているなら、レンタルを利用するのも賢明ですが、ダイビングはその性質上、器材に多くを依存するレジャーです。そのため、自分にぴったり合った器材を使うことは、ダイビングのスキルを磨くうえでストレスなく集中できるという大きなメリットもあるのです。信頼できるショップとよく相談し、納得してから器材を買うことが大切です。

## ■まず最初に揃えたほうがいい器材は何ですか？

7点セットと呼ばれているマスク、フィン、スノーケル、さらにスーツ、ブーツ、グローブ、メッシュバッグは揃えたほうがよいでしょう。素材や機能によって価格に幅がありますが、自分のカラダとレベルに合ったものを選んでください。特にスーツは、自分のカラダにジャストフィットするものをレンタルで探すのは難しいものがあります。保温や保護の役目をするスーツは、その機能性を高めるためにも、ぜひ自分のスーツを持つことをお勧めします。BCDやレギュレータ等の重器材、これらも使い慣れてもらうためにも早めに自分のものを揃えたほうがベターです。コース受講のときから自分の器材を揃えて使用することが、結局はダイビング上達の近道ですし、講習がいつそう楽しくなること、間違いナシです。

## ■メカオンチですが、大丈夫ですか？

大丈夫です。ダイビング器材はパソコンやAV機器のように複雑な構造をした機械ではありませんし、熟練しないと扱えないような難しい操作も必要としません。インストラクターの丁寧な指導のもと、自分で器材を扱うことで、操作や取扱にも次第に慣れてくるでしょう。



# Dive Award