

改訂版図書のご案内

(増補三訂版)

ディンギーヨットの基礎訓練

初級から中級へ

笹岡 耕平 著

A5判, 226頁, 定価3,675円(5%税込), 発送費390円



本書はディンギーヨットを基礎の基礎から解説したテキストです。将来はクルーザーを目指す方、ヨット競技を極めたい方の双方に役立つ基本動作を徹底解説しています。

著者の笹岡氏は、アドミラルズカップ、太平洋横断レースをはじめ、世界一周クルージングまで豊富なヨット歴をもつ第一人者です。

今回の増補3訂版では、4年ごとの国際セイリング規則の改正に準拠し、独学でも理論と実技を習得できるよう見直しをしました。

おかげさまで本書は初版の発行以来20年にわたり、ヨットのベーシックなテキストとして高い評価をいただいております。皆さまのご指導のお役にたてれば幸いです。

ご注文は、下記の申込書にご記入いただき、ファックスでお送りください。請求書・振替用紙は「本」とともに成山堂書店より同封発送いたします。

申込先：(株)成山堂書店 〒160-0012 東京都新宿区南元町4-51 成山堂ビル
担当：編集チーム 杉山 桂
電話 03-3357-5861 FAX 03-3357-5867

キリトリセン

平成22年 月 日

申 込 書

申込 FAX 03-3357-5867

(株)成山堂書店 担当:杉山 (電話 03-3357-5861)

〒160-0012 東京都新宿区南元町4-51 成山堂ビル

『ディンギーヨットの基礎訓練』を_____冊申し込めます。

団体名

所属部課名

お名前

電話

ご住所 〒

「ディングーヨットの基礎訓練」目次

第1章 ディンギーに乗る時の服装

第2章 ヨットの名称と用語

第3章 艀装と発艇

第4章 ロープワーク

第5章 帆走の基礎知識

第6章 沈と再帆走

第7章 基本操作の練習

第8章 荒天帆走

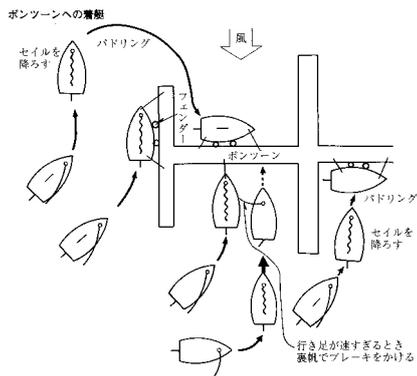
第9章 ヨットの基本的ルールとヨットレース

第10章 陸上での練習

第11章 シーマンシップ

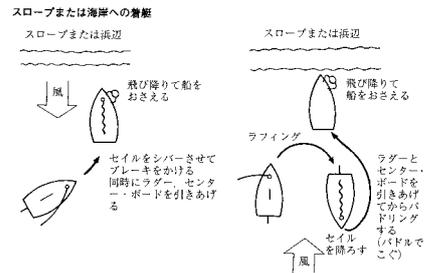
第12章 ヨットマンの常識

せば推進力はなくなるが、セイルはなくてもハル（船体）に受ける風圧で風下に流されることも充分予測の中で考えなければならない。また、あてになるブレーキの方法もない。従って着艇する前に、艇と着艇場所の特性と風向、風力をよく考慮して計画を立てて、おそるおそる慎重に実行することがよいシーマン・シップである。スロープへの乗りあげ（センター・ボードやラダーのこすり）、ポンツーンへの衝突など、着艇の失敗は許されない、恥ずかしいミスなのである。



- ① 着艇する場所（スペース）と、そこへのアプローチ・コースを確認する。
- ② パウ・ラインとバドルを準備する。

- ③ ラフイングして風下側から近づく。
- ④ 行き足（階性）を考えてセイルから風をぬく。行き足は不足気味の方がよい。不足した分はバドルで滑く。
- ⑤ 風位に立ててセイルをシバーさせる。行き足が速すぎる場合はブームを前に押し出して裏帆にしてブレーキにすることもありますが、これは緊急時の対策であって好ましい方法ではない。
- ⑥ パウ・ラインを動かして、セイルを降ろす。



- リグ（帆装）の構造上、水上ではセイルを降せないキャット・リグの場合で、追い風でスロープ又は浜辺に着艇するときは、
- ① 完全にシートをフリーにして、セイルをバイザ・リー状態にして、デッド・スローでアプローチする。
 - ② センター・ボードとラダーをあげる。
 - ③ 足が立つ位置で水中に降りて艇をおさえる。

著者紹介 笹岡 耕平 ささおか こうへい

昭和 39 年大阪市立大学卒、ヨット部 0B。

サントリー、ヤマハ発動機を経て、

現在マリンコンサルタントオフィス「そよかぜ産商」代表。

クォータートン世界選手権、アドミラルズカップ、太平洋横断レース、チャイナシーレース、南太平洋クルージング、世界一周クルージング、日本一周クルージング、メルボルン・大阪ダブルハンドヨットレース、ヨーロッパ内陸水路縦横断クルーズなど豊富なヨット歴がある。

著書 「クルージング読本」「ヨット招福の冒険」「ヨッティングへの招待」「列島ぐるりヨットの旅」など多数。