

# Japan Laser Class Association JAN./2025 No.259

# News

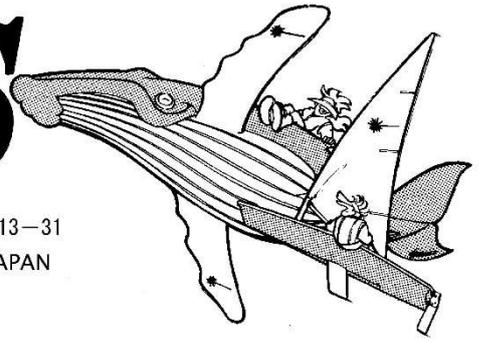
一般社団法人

日本レーザークラス協会 事務局：〒252-1114 神奈川県綾瀬市上土棚南3丁目13-31

Head Office: 3-13-31 Kamitsuchitana-Minami, Ayase, Kanagawa 252-1114 JAPAN

Tel&Fax : 0467-76-1103 Email : info@laserjapan.org

Website: <http://www.laserjapan.org/>



**2025 スケジュール発表 冬の間にも艇も身体も整えて計画立てて遠征へ!!!**

**いい風吹いたね 2024 All Japan @ 浜名湖 今シーズンも楽しみましょう♪**



真っ暗な中、出艇準備中

今年も初日の出セーリング! @津

## Laser-Beam

JLCA 2025 年頭の辞

明けましておめでとうございます。パリオリンピックではセーリング競技男女混合ディンギー種目 470 級で岡田奎樹選手と吉岡美帆選手が銀メダルを獲得しました。日本のセーリングにとって 20 年ぶりのメダル獲得でした。同じセーリングスポーツを行うセーラーに大きな感動を与えていただきました。

我々の ILCA 級は求められる条件は異なりますが、挑戦する選手達に継続的に強化できる環境を JLCA として提供して行く事が必要と考えております。今年は二年に一度の役員選挙の年となりました。更なる組織強化のため役員の増員が出来る様に内規で定められた定員を増やし、非常に負荷がかかっている事業の推進の補強を図ろうとしております。

これまで同様、非常に熱心でパワフルな強化委員会の委員や、情報発信で LaserNews 編集委員、そして 100% ボランティアで指導して頂いている理事、監事の皆様が JLCA の存在意義でもある選手育成と組織発展のサポートをして参ります。

JLCA イベントでお世話になっております全国各地の県連様やサポーターの皆様、水域マネージャーそしてフリートキャプテンとフリートメンバーの素晴らしいセーリングの年となりますことを祈念し新年のご挨拶とさせていただきます。

2025 年 1 月 1 日

(一社) 日本レーザークラス協会  
会長 加藤重雄  
役員一同

# 協会広報

## レスキュークリニック開催地募集中！

日本レーザークラス協会はレスキュークリニックを全国で展開しています。レスキュークリニックでいつでもどこでも誰かの役に立てる技術を学びませんか？

全フリートで、特にレースを開催するフリートはレース前には是非、レスキュークリニックの受講をおすすめします。お申し込みは日本レーザークラス協会まで。

## レスキュークリニック報告



令和6年11月30日、12月1日の2日間、香川県高松市「せとうちサステイナブルヨットハーバー」にて講師にレーザークラス協会の佐々木さんと横浜市消防局の笹生さんを迎えレスキュークリニックが開催されました。

参加者はレーザー高松フリートメンバー、ジュニアクラブのコーチ・保護者、大学生、大学生指導者と多岐にわたりました。

### <11月30日>

#### ① 座学

…「命にかかわる場面で動けるように」基本的な知識、過去に起こった事象、救助に役立つ道具を学ぶ。

#### ② レーザークラスの艀装

…「知っておくことが救助時に役に立つ」基本的な艀装（シートの仕組み等）を知っておくことで素早く、艇を傷つけることなく回収する。

#### ③ ロープワーク

…「すぐに役立つ結び方と注意点」沈艇の係留・回収時に役立つ結び方、結んだ後のシート抜け等トラブルにならないための方法。

#### ④ 海上にて

… 発見・沈艇へのアプローチ・救助&声掛け・艇の係留&回収



### <12月1日>

① 搬送法 担架までの搬送方法、担架の基本的なもち方と声掛けや注意点、搬送時の向き、階段搬送時の注意点、体が大きな人の運び方

#### ② 部門に分かれてのクリニック

##### ■海上レスキューチーム

前日に行った海上訓練を2チームに分かれて実施。

レスキュー艇に乗せておくべき道具の準備チェック&レスキュー現場到着までの準備

沈艇への近付き方、ボートフックの使い方

セーラーの引揚げ（一人で持ち上げる、二人で持ち上げる）&健康状態確認

沈艇へのモニターの取り付け係留、回収・曳航手順

##### ■陸上レスキューチーム

緊急時対応計画（EPA）についての学び・・・役割分担の大切さ、周りに協力を求める必要性の確認、連絡系統の確認&119番通報要領

よくある事案「熱中症」「低体温症」「外傷」の具体的な対応、対応時の注意事項

心肺蘇生法とAEDの使い方研修&反復練習

#### ③ トラブル発生時のシミュレーションの実施

海上レスキューチーム&陸上レスキューチームが合同でシミュレーション

要救助艇の発見から病院搬送迄を実際使っている海面とハーバーを使用して行う

2日間のクリニックを通じて個人的には2つ大きな気づきがありました。

1つ目、救助に必要な道具の準備がとても大切。人手や、技術が足りていなくても道具を上手に使えば不足部分をフォローすることができる。

2つ目、一人で複数の対応を行わない。焦っている中で自分が複数の事をする事で、更なるトラブルが生じることもある。海上・陸上共に役割を決め、難しいと感じた場合は周りにいる人に協力を依頼することが大切であると学びました。

最近、高松では全国的な大会が開かれるようになり、令和7年も大型の大会が予定されています。また、大会がない普通の週末も小学生から社会人まで100人近い人がセーリングを楽しんでいます。不測の事態はいつ起こるかわかりません。いざという時の為に、準備と自分自身のレスキューのスキルアップを続けていきます。

2日間、様々な知識・情報を提供いただいた佐々木様、笹生様ありがとうございました。

また、寒い中この講習の為に何度も沈をしてくれた松下君、本当にありがとう。

高松フリート選手 保護者 石井達也

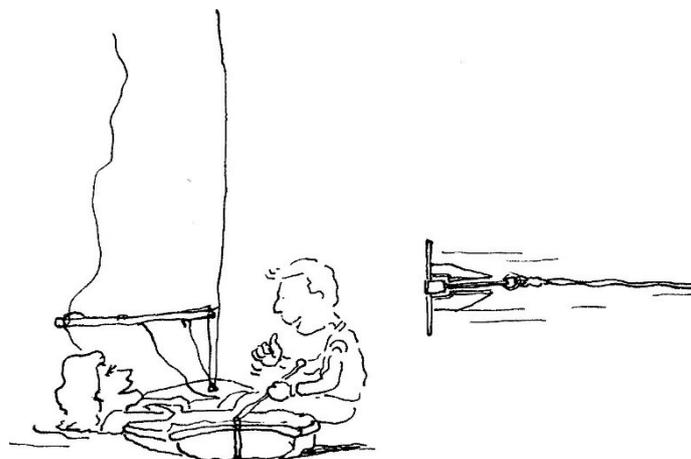


ラジアル セイル 150193 数回使用  
(日本レーザークラス協会迄連絡ください)

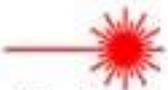
レーザーの備品どの備品も全く同じ格好でなのでレガッタでもフリートでも行方不明ということが良く起こります。

はっきりと名前等を書いておくとか、鍵のかかるロッカーに入れておく様にしましょう。

江の島では出艇中のオーニングの中にしまっておいた現金等が消えてしまったという事例もかなりあるようです  
「ご注意ください!!」



## Sponsors

**MUSTO**   
Performance Sailcraft Japan

 **ROOSTER**

 **Patio Systems**

 **APTSYSTEM**  
APPLICATION PROCESS TECHNOLOGY

 **RUIFAN JAPAN**

**KENTAKU**  
ESTATE PLANNING

**GPM** Co., Ltd.

### .....Laser on the INTERNET.....

#### 日本レーザークラス協会ホームページ

<http://www.laserjapan.org>

日本レーザークラス協会ホームページは協会と各委員会からのオフィシャルな広報をはじめ、レガッタの案内からレーザーNewsのバックナンバーまでさまざまな情報を見ることが出来ます。

#### レーザーEメールリスト

全国のレーザーセイラーが情報や話題を交換するオープンなメーリングリストです。

参加登録は協会HP <http://www.laserjapan.org> 表紙左下「レーザーメーリングリストへの参加」からお名前、メールアドレスを入力後、参加ボタンを押して下さい。

#### 国際レーザークラス協会(ILCA)ホームページ

<http://www.laserinternational.org>

国際レース情報やクラスルール、各国の活動などレーザーに関する世界中の最新情報がここに集まります。

# アジアオープンチャンピオンシップ報告



2024年12月11日から20日まで、中国の海南島、海口でアジアオープンチャンピオンシップが開催されました。この大会は現在で4回ほど行われており、私は2022年のタイ大会には選手として参加していました。ILCA ASIAはこの大会を、ヨーロッパで行われている大会のように、アジアを拠点とする選手たちにとって登竜門となるように盛り上げよう！という機運をもって開催しています。そのため、過去に行われた大会でも、大会前に数日間のクリニックを開催し、ヨーロッパのコーチを招聘して、参加自由の練習会を設けてきていました。今回私は、そのアシスタントコーチとして参加してきましたので、レポートさせていただきます。

(レポート 富部柚三子)

## <クリニック編>

クリニックは12月11日から13日まで行われました。参加自由とはいえ、参加してきたのは80艇近く！（そのうちILCA 4が60艇！！）中国の勢いを感じました。クリニックを担当したのは、私も4年間お世話になったEuropean sailing academyのセーリングコーチTamas EszesとストレングスコーチMatyas Tothでした。

全員が12月10日に現地入りして、会場の視察（ミーティングやトレーニングできる場所があるかの確認、選手たちが泊まっているホテルとの距離の確認など）を行い、その後に天気予報を確認して3日間のスケジュールを決めました。毎日の流れは、朝、選手たちはMatyasのもとウォームアップを行い、コーチたちはその日の練習のキーポイントをTamasからレクチャーを受け、海上練習に出る。練習が終わったら選手たちは捕食を取ってMatyasとクールダウンを行い、コーチたちは再びTamasと振り返りのブリーフィングを行って解散、という形でした。

初日のテーマは「セールセッティングとボートドライブ」でした。海上に出る前にコントロールラインがどうセッティングに影響するかを説明し、海上では実際のフィッティングとメインシート&ステアリングのシンクロ具合、体の動かし方などを確認しました。この日は走りメインの練習だったので、上下に長いコースを作り、ラビットスタートで2周回中、選手やコーチにアドバイスを行いました。

2日目は「動作」がテーマでした。

上下と真ん中にマークを1個、合計3つのマークが風軸に沿って並ぶように設定し、選手は各レグで4回以上のタックと3回以上のジャイブ、真ん中のマークで360°を行いました。船を如何にストレスなくコントロールするかということと、上級者にはどうやら混雑した中を上手くくぐり抜け、相手に対して有利なポジションを取ることができるかを考える良い練習となりました。

3日目は「ルール講習とスタート」がテーマでした。

午前中が講習で、International JulyのDoughが42条に関して、特にILCAで見られる違反について説明してくれました。昼から海上へ出て、上下のコース練習を繰り返し行い、スタートの練習とレースが行われる海面のチェックも兼ねて、3レースほど行いました。スタートは特にILCA 4でリコールが多く、OPから転向してきた子供たちがスタートライン上にアビームで待機してしまうことが原因でラインが高くなるため、その点を各コーチたちに共有して、高い位置で待たないようにアドバイスしました。

3日間を通して10~14ktほどの安定した風で、さまざまな要素を散りばめた、盛りだくさんなクリニックになりました。

Tamas Eszes



今回のコーチ、スタッフ

左からMatyas Toth(ストレングスコーチ)、Chusitt Punjamala(タイから私と同じくtrainee coachとして参加)、Tamas Eszes(セーリングコーチ)、齋藤愛子さん、富部柚三子(筆者)



総勢60人以上で行うウォームアップは壮観で、Matyasの声の届かないところをフォローしたりしました。

## <レース編>

レースは12月14、15日に受付や計測を行ったのち、16日から20日まで行われました。

ILCA 4は男子81、女子53、ILCA 6は男子33、女子44、ILCA 7には48人の参加がありました。その多くは中国の選手でしたが、ILCA 6と7の選手は連盟から派遣されている選手や2024パリオリンピック選手、ヨーロッパからの参加もあり、ハイレベルなメンバーが揃っていました。

大会期間中もほとんど毎日 10kt 以上の風が吹き、選手たちは沖から入るうねりと潮流に苦戦しながらレースをしていました。私は ILCA 6 と 7 の選手たちを担当し、選手たちと海面情報の共有や捕食やジャケットの受け渡しを行いました。選手たちが預けてくるものは、バナナやシリアルバー、大量の水分でした。レースは1日に2レースで、基本的にはあまり長時間の風待ちを行わないので、選手たちは陸上へ上がってから食事をとっていました。

アジアの大会とはいえ、上位を走る選手たちはみんなスラットと背が高く、彼らが本気でトレーニングをしたらますます手強いアジアのライバルになるだろうな、と感じました。

また、この大会がすごいと思ったのは、表彰の多さでした。一般部門に加えて年齢別 (U-16, U-19, U-23, マスターズ) カテゴリー、これらがオープン枠とアジア枠で表彰され、表彰式は1時間近くに渡りました。中国の勢いとパワーを感じさせる演出もあり、大会は盛大に締め括られました。

今回、このような機会をいただけたのは Tamas の推薦を始め、後押ししてくださった斎藤愛子さん、派遣を決めてくれた ILCA Asia の Aileen と CYA (中国ヨット連盟) のおかげでした。貴重な経験をさせていただきありがとうございました。人との繋がりに感謝し、これからも ILCA セーリングに関わることができたら、と思います。

また、皆様に私のレポートを通じて、次回の大会に参加してみよう！とっていただけたら嬉しいです。



Trainee coach として陸上でも選手とディスカッションを行いました



日本でお馴染み、Thai の Weka も参加していました



大会前は更地だった場所に数日で大型のスクリーンとテーブルが、中国の勢いとパワーを感じました。

# Laser

A simple but sophisticated boat for tough competition or barrels of great sailing fun!



# 2024 ILCA レーシングクリニック

開催期日：12/27-12/29 3day  
開催場所：江の島ヨットハーバー  
参加艇：ILCA 4 (10) ILCA 6 (15)

年末・真冬の江の島でレーシングクリニックが開催されました。20kntの強風の中、3日間2クラス 25 艇の ILCA 級セーラーが参加し、その様子を参加選手がレポートしてくれましたので紹介します。

## 「ILCA 4 クラス」



ILCA 4 陸上にて艀装講習

江ノ島フリートの白鳥友治です。僕は2日目と3日目しか練習に参加してないけど、どっちも南風で強風のコンディションで僕にとっては難しい風でした。後ろからコーチがアドバイスをくれたり、いつもの練習より多人数での走り合わせやコース練習が出来てとても楽しかったです。練習終わった後のミーティングで動画を見ながら説明してて理解しやすかったです。

(江の島フリート 白鳥友治)

今年の漢字が「金」ならば、今回のクリニックは「愛」。なんと、初日の海上ではコーチボートから温かいコーヒーの振る舞いが！

2日目は 17kt~21kt、江ノ島特有の大波の中のレース実戦練習。すれ違う参加者やコーチボートから、ボンコツなオバチャンを気遣う「大丈夫?!」。大丈夫、といえば、前日にちょっとしたアクシデントで突き指した右手の薬指がガッツリ腫れて真っ直ぐ伸ばせなくなっていたのを朝一番に顔馴染みのマスターズ達に見せたけど、全員が「動かせるんだから海に出て大丈夫!」。あれも、ボンコツが少しでも上手になる為への愛に違いない。確かにセーリングは思ったより何とかなったけど、主婦業務、特にお節作りは大丈夫じゃないかもしれない。

1レース目フィニッシュしきれなかったので2レース目をどうするか皆から離れて迷っているとコーチボートが飛んできて、「良いお知らせです! 次のレースで終わりです!」。ここまで個別に細やかに気遣い頂けるのは、4艇のコーチボートが配置されていたから。これにレースの本部船を合わせるとかなりの人手が必要で、協会の中でも遙か鹿児島から来てくださっていたり、他団体からの助っ人、ユースのご父兄など本当に沢山の方のご厚意により安全面も含めた万全のサポート体制でした。

帰着後も全日程で温かい紅茶と甘いものをユースのご父兄が準備してくださって、陸上でも万全のサポート体制。未来ある若者や上位入賞を狙えるマスターズはともかく、ボンコツなオバチャンにも等しく愛を注いで下さった皆様に心よりお礼申し上げます。

あ、もちろん、海上では愛のムチも平等にしっかり飛んで来ますので、このレポートを読んで次回の参加を検討される方はそれを受け止める心の準備をよろしくお願ひします♡

(芦屋フリート 西野利香)



気象講習も行いました!



”前へ!前へ!”

ソフトボールチームの守備練習でコーチからいつも言われている言葉をここでも聞くとは。。

でも今回のクリニックで一番心に残ったのはこれだな。昨年のスプリングレガッタ以来二度目の ILCA 4。いつも乗っている ILCA 6 ではこんだけ吹けばもう苦行でしかないんだけどさすがに ILCA 4 だとお地蔵さんにならずに周りを見渡せる。単にハイクアウトでヒールを起すだけではなく、波を見ながら起こした力を前に進めるように舵とセールを連動させる。

頭では良くわからないんだけど実際に海の上で言われてそれ(”前へ前へ”)を呪文のように唱えながら走らせていると何となく早く走れているような気がする。。うん、うん、不思議なもんだ。

”ごっん!!”

ILCA 4 はロアマストがベンドしているせいかバンクが引きやすい。だから多分スーパーバンク時に引きすぎてしまうのかとにかくタックでよく頭をぶつける。しかも結構まともに。

タックの後に波が横から来ていた海面では目の前に火花が散った後、ブームが波をすくってあえなく沈。。

頭が悪いのかこれが3回ほど。頭が悪くて頭を痛打。

頭を冷やせ!とばかりに海の中へ。。

長年のクセというものは中々抜けないものだ。

これは、”低く、低く” だな。

タックの時にはこの呪文を唱えよう。

カニには ”スターボ!”

最近スタートでカニ歩きをして下からのぼらせて来るやつがいるがこれに対抗するには ”スターボ!” とひたすら叫べば良いらしい? (実際にはカニが風位にたったタイミングで叫ぶ)

それと新しいルールでは下から突き上げられてスタートラインから出そうになったらバックするだけのルームを要求できるらしい。これは、”出るぞ!出るぞ!” かな?

でも突き上げてくるやつがこのルールを知らなければ厄介だな。。そうか! 要は自分もカニができるようになればいいんだ。

でもカニってどうやるんだっけ???

”カニ、カニ” って唱えるだけではダメなんだろうな?

そもそもシニアには無理?

今回のクリニックではその他栄養補給や気象のことなど書き出したらきりが無いほどいろいろと教えてもらい、気づきも得ることができました。それに今回は連日風が結構吹いて波もあり、天気も良くてクリニックには最高のコンディションでした。コーチ陣からは終わってからもいろいろと画像を送ってもらったりして大変勉強になりました。感謝感謝です。また次回があれば是非参加させていただきたいと思っています。

番外編

”これは暖かい”

一昨年 Tokyo Bay フリートの忘年会でもらったワークマン製網々のアンダーシャツ。邪道かとも思ったけどこれをウェットスーツの下に着てみると、かいた汗が冷たくなった時にいつもは寒いんだけどこれが無い。今回ラジアルがゼネリコを繰り返して延々と待たされるもあんまり?頭にこない。12 月末に行われるクリニックと聞いて最初は ”寒い嫌だなあ。” と思ったけどこれは大発見。さすがワークマン。

(Tokyo Bay フリート 佐藤潔)



1マーク接戦で回航 ハイアウトの大切さがわかりますね！



1マークまでの距離は少し短くして混戦状況を作り出しました！



レース後はコーチからアドバイスを受けました！



疲れてるはずなのに、レース後のミーティング  
真剣にアドバイスを聞いてくれました。

## 「ILCA 6 クラス」

12月27日から29日の3日間江ノ島で行われたILCAレーシングクリニックに参加しました。1日目はとても強い西風で大きなうねりのある海面でした。ライバルたちの勇ましいハイアウトをみて正直自分のハイアウトに自信を失いました。波一つ一つに対してどううまく対応するかが体力を消耗させないでハイアウトを長続きさせるためにとても重要なだと学びました。

2日目も1日目と同じコンディションの中での練習でした。前日の反省を意識して、練習にのみましました。ですが結局波に揺られてヘトヘトになってしまいました。心が折れそうになりました。

3日目は西風で10knotくらいでした。風は弱くなったもののうねりは残っていて難しいコンディションでした。スタート練習ではマスターズの方々も積極的でとても質の高い練習ができました。

毎朝ある飯島さんによる風の解説や渡辺ジュリーのルール講習、コーチたちとのミーティングでは、学びが多くとても有意義な時間になりました。たくさんアドバイスをくれたコーチの方々、暖かい飲み物とパンを用意してくれたお母さんの方々、関係者の皆さん本当にありがとうございました。

(江の島フリート 遠藤海之流)



20knotの風と大きなうねりの中、毎日レースを行いました！  
沈も沢山しましたが、それ以上に上達できました。

12/27～29 江ノ島ヨットハーバーにて3日間のレーシングクリニックが開催されました。前回は真夏の8月開催でしたが、今回は北海道から日本海側は大寒波で大雪の年の瀬を迎えようとする中、江ノ島は天気と22ノットの風にも恵まれ、より速くなりたい熱い思いの老若男女が集まりました。遠く鹿児島や鳥取から参加の若者、女子、いつも前を走って競い合っている江ノ島のユースの面々、そして私を含め初老はとくに過ぎたマスターズ、技術の差はあるものの、上手くなりた、より速くなりた気持ちは一緒、飯島コーチ、富部コーチ、強化委員の佐々木さん、榮楽さん、高橋(昌)さんをはじめ素晴らしい多くのサポーターの方々の指導、支援の中、良い雰囲気ですクリニックが開催されました。

クリニックは毎日午前中の数時間は机上でのレクチャーが行われ、飯島コーチによる気象についてのレクチャーは毎日海上に出る前に行われ、その日の風の変化を予想し、海上練習後は実際どのような風だったか、なぜそのような風になったかの説明がありました。普段から天気図を見る、気温、地形、雲などを観察して予想する、そして実際との差異について考え蓄積することの大切さを感じました。

また、富部コーチによる栄養講座では、どれだけのカロリー、栄養をどのタイミングで摂取したら良いかなどの説明がありましたが、疲労回復のためレースの合間やレース後早いタイミングで捕食を取ることの重要性を知りました。今回のマスターズ参加者の中にはいけないものの、アルコールは運動で疲れた肝臓に追い打ちをかけることなので、レース後のアルコールの飲みすぎは避けたいものです。

今回特に印象に残ったことは、ジュリーの渡辺さんから42条の説明があり、今まで「やってはいけないこと」とらわれがちでしたが、逆に「やってもいいことをやらないと勝てない」との説明があり、42条を理解して積極的に「やってもいいこと」が出来る技術を磨くことが必要だと感じました。

海上練習はスピード練習、スタート練習、ショートコースでのコース練習を行い、そして2日目、3日目の最後の時間帯は上下800mくらいのコースで5レース行いました。海上では適時、各選手にコーチからのアドバイスがもらえ、海上練習後のミーティングでもビデオに撮った映像を見ながらコーチからの説明があり、自分や他の人の映像を見ることで気づきにつながり大変参考になりました。レースではやはりユースや若手の選手が上位を占める結果になりましたが、中でもレース1日目の22ノットにも達した強風の中、1R、2Rを2位、1位で初日のトップとなった女子の船澤選手は体も大きくないのにその速さには驚きでした。優勝は江ノ島Fの遠藤選手が2日目のレースを2位、1位、1位と安定した走り逆転優勝を飾りました。

前回、今回とクリニックに参加して、クリニック当日は勿論、クリニック後も質問に対して、佐々木さんや富部コーチから献身的に的確な回答、アドバイスを頂き、更に今回は飯島コーチからもコーチングを受けることが出来、本当に感謝でいっぱいです。また、今回のクリニックではクラビング(カニ歩き)の練習でユースの手本を見てマスターズがそれに続いて練習する機会があり、私も加原さんからそのコツを教えてもらったりと年代の壁を越えて融合し、改めてレーザークラスの雰囲気の良い感じました。

今後もレースクリニックを定期的開催することで世界で活躍する沢山の日本人選手が出る日が来るのを願うばかりです。コーチの皆さん、ご支援頂いた方々、寒い中、本当にありがとうございます。

(逗葉フリート 諸橋春雄)



# 『勝てる』スピードのためのボートバランス

## <目次>

1. レースで『勝つ』ための3つのコト
2. 『ボートスピード』を作る3つのコト
3. ヒールバランス
4. 前後トリム
5. 水線長
6. ヒールアングルをうまく使う
7. ニュートラルヘルムを作る
8. ヘルムを有効に使う
9. 水線長を保つ
10. ヒールバランスを保つ
  - ①ハイクアウト
  - ②セールに対する体の向き
11. 前後トリムを上手に使う
12. 舵を使ってバランスをとる
13. まとめ

(一社)日本レーザークラス協会 強化委員会

## 1. レースで『勝つ』ための3つのコト

### ①ボートスピード

動作(ハンドリング)

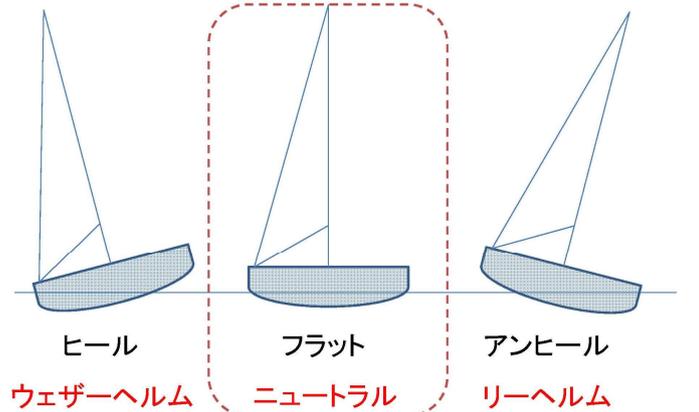
### ②コース

ストラテジー(戦略)/タクティクス(戦術)

### ③スタート

## 3. ヒールバランス

まっすぐ走る⇒抵抗少⇒速い



## 2. 『ボートスピード』を作る3つのコト

### ①セールトリム

セールチューニング

### ②ボートバランス

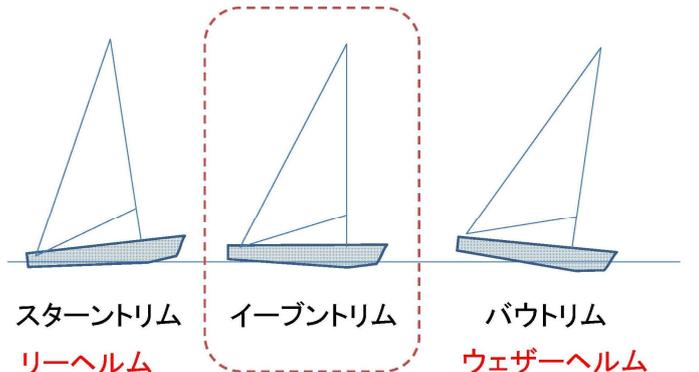
ヒールバランス/前後トリム

### ③ステアリング

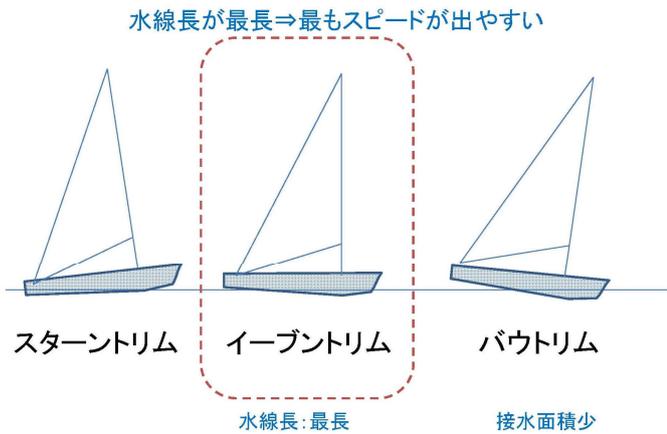
舵とり

## 4. 前後トリム

まっすぐ走る⇒抵抗少⇒速い

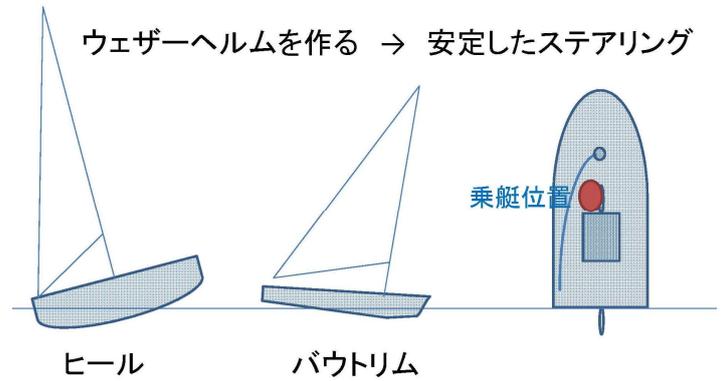


### 5. 水線長



### 8. ヘルムを有効に使う

◇微軽風のクローズホールド



### 6. ヒールアングルをうまく使う

◇進路を変えたいとき

◇ラフィング ⇒ ヒール

- ・タックの前
- ・下マーク回航
- ・スタート直前    etc.



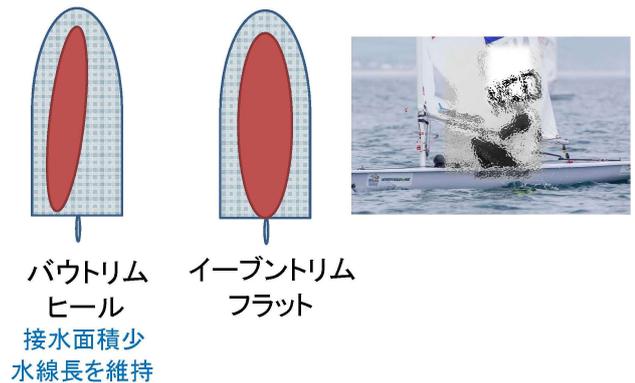
◇ベア ⇒ アンヒール/スタートリム

- ・ジャイブの前
- ・上マーク回航    etc.

### 9. 水線長を保つ

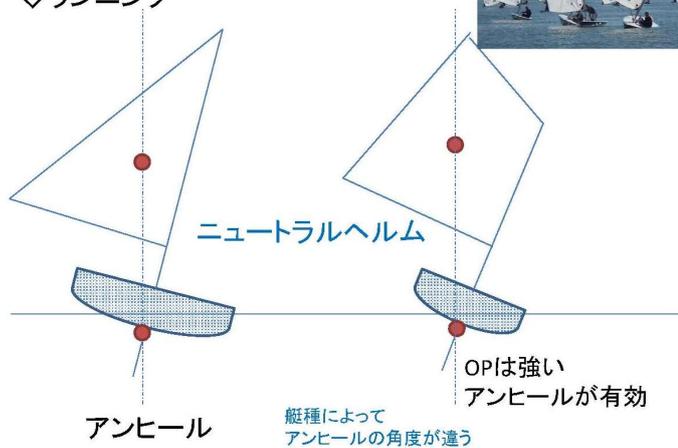
◇微軽風のクローズホールド

接水面積を減らしながら、水線長を保つ



### 7. ニュートラルヘルムを作る

◇ランニング



### 10. ヒールバランスを保つ

①ハイクアウト

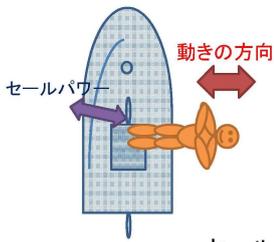


### 10. ヒールバランス・前後トリムを保つ

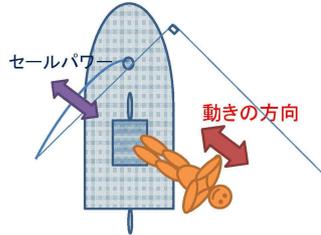
#### ②セールに対する体の向き



#### ◇クローズホールド



#### ◇リーチング

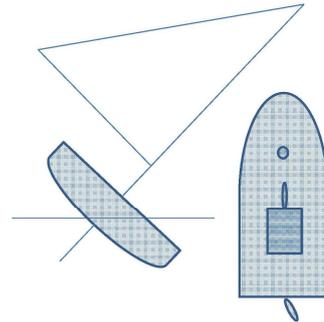


セールに対して体の向きを合わせる  
(セールに正対する)

⇒ バランスが取りやすくなる

### 12. 舵を使ってバランスをとる

#### ◇ダウンウィンドの場合



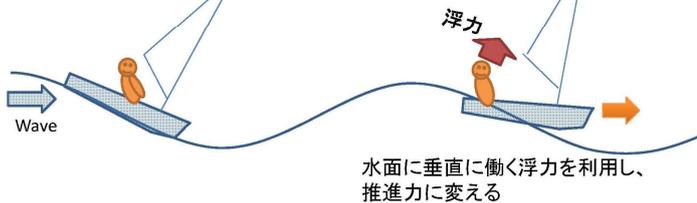
アンヒール ⇒ 舵を押す ⇒ 復元する

### 11. 前後トリムを上手に使う

#### ◇プレーニング(滑走)



#### ◇サーフィン



### 13. まとめ

『勝てる』スピードのために  
ボートバランスで徹底的にこだわる3つのコツ

- ①適切なヒールを保つ
- ②適切な水線長を保つ
- ③適切なヘルムを生み出す



# レース結果 Regatta Results

●協会認定公式記録●

## ラストチャンスレガッタ@鳥取県境港市 All Japan のチケット目指して！！(10/12~13)



レーザー津フリートの黒田です。まず初めに今大会を開催いただきありがとうございます。私は全日本選手権の出場枠をすでに獲得していますがランキング逆転チャンピオンをかけて出場しました。

### 初日 5~9kt

午前中は風がなく、陸上で少し待機したのち、D旗が掲揚され出艇しました。風は不安定で運営の皆様もマークセットに苦戦しており、そんな中でレースが始まりました。

境港特有の左が伸びる風で、左をケアしつつもライバルの安田さんと戦うという難しいレースで、一度も第1マークを1位で回航する事はできませんでした。ですが、ダウンウィンド、2上で巻き返し、2-1-2で総合2位につけました。

### 2日目 10~20kt

朝一は初日同様に風待ちから始まりました。レースが始まる頃には10kt、レース中には15ktほどまで上がり、強風レースとなりました。風が上がり、レースが中止になる可能性があったため、第4レースで1位を取り、逆転しておく必要がありました。しかし、2上のアプローチでミスをし、安田さんに敗れてまたしても2位。

強風では、自分と安田さんの一騎打ちだったため、あと2レースを両方とも1位でフィニッシュしなければ勝てません。しかし、第5レースも序盤から安田さんにリードを許す苦しい展開に。2上でセパレートし、なんとか逆転して1位でフィニッシュすることができました。

### そして運命の第6レース

1位を取った方が優勝という痺れる展開になりました。安田さんが下1、私の上でスタート。ドライブモードの渾身のハイクアウトで上突破！その後は完璧に抑え込み1位でフィニッシュし優勝が確定しました。

急遽開催が決まり、準備の時間が少なかった中で、完璧なレースを行なっていただきありがとうございました。

(津フリート 黒田浩渡)



境港で行われたラストチャンスレガッタは、本当に素晴らしいイベントで、興奮と挑戦、そして素敵な思い出に満ちていました。2日間ともセーリングに最適な天候で、多様なコンディションを楽しむことができました。

初日は弱風から中風、そして2日目には風が強まり波も大きくなりました。この変化に富んだ条件が私たちの技術を試す素晴らしい機会となり、様々な状況で競い合う楽しさを倍増させてくれました。

特に初日は風向きが不安定で難しいレースとなりました。アップウィンドでは、風の変化を読み取りリアルタイムで戦略を調整する必要があり、まるでパズルを解くようなスリリングな展開でした。私たち選手が集中力を保ち、風の動きを読みながら対応しなければならず、精神的にも肉体的にも挑戦でしたが、それがこのレースの面白さでもありました。予測できない瞬間がレースに独特の緊張感を生み出し、全員が自分のベストを尽くす原動力となっていたと思います。

2日目には風が強まり波も高くなり、ダウンウィンドのレグはまさにスリル満点でした。強い風がボートをぐんぐんと前進させ、波に乗る感覚が加わり、その瞬間でしか感じられない興奮を味わえました。

風が増えた中でボートが波を切り裂くように進んでいく感覚は本当に爽快で、速さと難しさが絶妙に組み合わさったセーリング体験でした。強い風と大きな波のコンビネーションが、ダウンウィンドの美しさと興奮を最大限に引き出してくれたと思いました。

私は二日の中で安定したパフォーマンスをでき、最終的に勝利に繋がりました。この競争ではあらゆる段階で努力が必要でしたが、個人的に誇りに思える成果でした。

また、このレガッタの素晴らしい点の一つは、各地から参加された選手との再会です。同じ情熱を共有するセーラー仲間と会えるのは、いつも大きな喜びです。陸上でも皆さんと話し合ったり、経験を共有したり、アドバイスを交換したりする場面がたくさんありました。このコミュニティの絆が、レースだけでなく、セーリングそのものの楽しさをさらに深めているなと思いました。

また、レース運営チームの皆さまに心から感謝を申し上げたいと思います。イベント全体が組織されていて開始から終了まで、すべてがスムーズに進行し、そのプロフェッショナルリズムには感銘でした。ボランティアの皆さまや運営スタッフの方々は非常に親切で、温かく迎えてくださり、レガッタ全体がリラックスしたポジティブな雰囲気にも包まれていました。

全体として、このレガッタは全日本選手権の予選として挑戦的でありながらも素晴らしい経験となりました。厳しい条件、素晴らしい仲間たち、そして優れたレース運営が相まって、忘れられないイベントとなりました。

このような素晴らしいレガッタを開催していただき、心より感謝申し上げます。次の機会が今から待ち遠しく、また皆さんと海上でお会いできることを楽しみにしています。

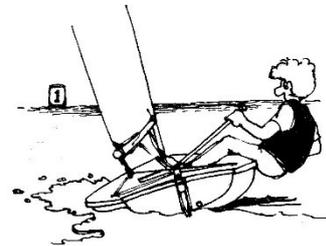
(江ノ島フリート ハムリンたりあ)

### ILCA 7

順位	SAIL No	選手名	JLCA	フリート	1R	2R	3R	4R	5R	6R
1	217704	黒田 浩渡	6228	津	2	1	2	2	1	1
2	192661	安田 真之助	申請手続き中	柳が崎	1	4	1	1	2	2
3	219175	神谷 空弥	6480	蒲郡	5	2	3	3	3	3
4	204996	岡田 佳悟	6999	江ノ島	4	3	4	4	4	5
5	215141	加藤 文弥	7321	津	3	5	6	5	6	4
6	207993	堀田 学	5653	岡山	7	8	5	6	5	7
7	182307	浜田 勇一	5432	境港	6	6	8	7	7	6
8	217047	渡邊 全	7248	江ノ島	8	7	7	8	8	8
9	208000	野上 鉄平	6061	境港	9	9	9	9	9	RET
10	214392	鈴木 博之	5961	材木座	10	10	10	RET	DNC	DNC

### ILCA 6

順位	SAIL No	選手名	JLCA	フリート	1R	2R	3R	4R	5R	6R
1	169388	ハムリンたりあ	7172	江ノ島	1	4	3	1	1	1
2	220184	豊澄 隆成	7092	広島	3	15	9	2	2	2
3	220192	須田 英実子	6370	柳が崎	6	2	14	3	6	3
4	224739	白土 久雄	5264	広島	7	6	16	4	7	4
5	208622	松澤 奈菜	7303	境港	11	13	1	5	3	9
6	213153	田中 年彦	5991	蒲郡	12	12	2	6	5	6
7	208621	井上 航汰	7017	境港	10	3	6	13	10	5
8	211654	多賀 康太郎	6719	柳が崎	9	27	7	10	9	13
9	221066	柿元 麻衣	6398	蒲郡	31	20	11	9	4	7
10	218060	森岡 数明	4470	岡山	8	9	17	15	11	10
11	167322	山内 俊夫	3530	材木座	13	1	5	20	16	23
12	166018	松田 誠太	3393	江ノ島	5	5	19	17	17	22
13	217025	加藤 重雄	826	津	23	18	4	16	14	20
14	217108	久松 志摩	7146	福岡	22	17	8	24	13	12
15	156006	永見 宗士	7240	福岡	15	10	10	21	21	18
16	172269	九富 潤一郎	3480	高松	4	UFD	12	22	22	15
17	206773	久保 雅敬	4614	芦屋	20	8	13	19	18	32
18	154572	杉田 修康	5881	広島	35	26	20	11	15	11
19	205100	田島 憲一郎	4279	材木座	26	7	24	23	20	14
20	196488	櫻井 真也	3327	知多	17	21	30	8	23	25
21	204483	大西 裕	5986	岡山	14	19	18	26	24	35
22	211909	井村 孝	3658	蒲郡	18	39	21	28	12	24
23	152688	角 佳典	5035	境港	2	16	27	43	35	30
24	177064	名倉 海子	4184	高知	21	14	34	27	30	21
25	208220	橋本 正毅	6093	芦屋	41	38	23	18	19	16
26	194920	石田 清久	963	江ノ島	16	44	22	36	25	17
27	217053	森 清司	546	和歌浦	40	11	25	14	27	RET
28	172273	楠本 達也	4718	広島	25	22	15	33	26	RET
29	225264	豊澄 麻希	6881	広島	DNC	DNC	DNC	7	8	8
30	209508	和田 悠希	7278	若洲	19	25	32	34	40	28
31	180025	山村 幸司	3147	高知	44	24	42	12	28	RET
32	111535	従野 孝明	5882	岡山	27	32	31	32	29	34
33	208015	近重 幸士朗	7301	若洲	37	28	38	29	34	26
34	147471	永見 早江	6848	境港	24	37	33	35	36	31
35	170985	眞鍋 博明	7243	岡山	30	23	29	25	RET	RET
36	173731	西口 友晟	申請手続き中	柳が崎	34	31	28	38	38	37
37	190949	小林 祥訓	6196	大阪北港	45	43	44	40	33	19
38	164162	野々口 康介	申請手続き中	柳が崎	49	36	45	39	32	27
39	162151	松下 諒也	7113	高松	38	42	39	37	31	36
40	156027	池本 陽翔	7386	柳が崎	32	34	43	48	42	38
41	209502	鈴木 万三	6212	知多	39	41	26	31	RET	RET
42	208224	佐々木 友彦	5338	芦屋	33	33	41	30	RET	RET
43	217703	石黒 剛	6846	浜名湖	46	46	37	44	37	29
44	225551	平山 勝己	7365	大阪北港	43	47	35	45	39	33
45	169670	岡野 凜音	7110	岡山	29	30	47	47	RET	RET
46	190950	岡野 賢治	申請手続き中	岡山	28	35	46	46	RET	RET
47	217017	平田 和繁	5193	福岡	36	40	49	42	41	RET
48	215097	花牟礼 誠	3990	熊本	47	29	36	RET	RET	RET
49	206251	酒井 隆旗	7382	高松	42	45	40	49	RET	RET
50	164170	野山 吉和	5041	大阪北港	48	DNF	48	41	RET	RET
51	217012	井上 貴	2645	江ノ島	DNC	DNC	DNC	DNC	DNC	DNC
51	220203	岩田 誠也	6732	大阪北港	DNC	DNC	DNC	DNC	DNC	DNC



**秋の東北選手権@宮城県松島海岸(10/26~27)**  
**異常気象？松島では異例のベタ風**



お天気良くて風が、、



曳航されながら景色を楽しめます



牡蠣棚どうする？！



2日目の朝、桂島から出艇

「今回のLaserNews レポートは7位の方に書いていただきます！」  
 レース前の開会式で異例の告知が志鎌キャプテンからあった。  
 7位だけは取らないようにしようと思ったが、こんな時だけジャストで引いてしまった TokyoBayF 芳野からレポートさせていただきます。

■前哨戦

東北選手権といえば桂島へ上陸してのペンションスターボード牡蠣パーティー！但し、宿泊枠の争奪戦は熾烈を極めています。  
 9/20、いつの間にかオンラインエントリーが開始されていました。同じ TokyoBayF 潔さんから早々にお知らせメールを貰っていましたが、その夜はビール半額ナイターで飲んでいたもので、思い出したのは翌日 9/21 の夕方。まだエントリーは13名だったので「何とか間に合った！」と思いエントリーしましたが、その後、東さんから「男子部屋 満室」との連絡！あちゃーと思いましたが、私には奥の手がありました。昨年でも利用したのですが、ペンション鬼ヶ浜という宿が近くにあります。早々宿を確保しようと電話連絡しますが、「現在使われておりません」のトーカーが流れます。東さんに確認すると最近売りに出されたとのこと。。桂島での牡蠣パーティーは半分諦めかけていましたが、その後ご調整いただき、追加宿泊に滑り込みました。ありがとうございます!!

■前夜祭 10/25(金)

さて次なる楽しみは前夜祭ですが、昨年まで利用していた青根ログハウスは残念ながら手放されてしまいました。しかも自身も金曜日午後1時に所要が入り、前夜祭は諦めて気味。ただ、キャンプ場で前夜祭をするらしい。。との情報を入手し、金曜日当日、キャンプ場所をGetしたので、皆さんが飲み疲れているところに合流することとしました。  
 最寄りのインターを降りキャンプ場に向かいますが、あたりは真暗でガソリンスタンドもコンビニもありません。こんな人里離れたところに皆いるのか不安になりつつ車を進めると、暗闇の中にカーブレーザーを発見し無事合流できました。  
 早々にビア、ダバダ栗焼酎で追い上げつつ、焚き火を囲んで牛タンやおでん、焼きマッシュマロなどを堪能！また満点の星空を見上げつつ、流星群らしき流れ星をいくつも皆で見ることができました。最高!!

■初日 10/26(土)

松島ヨットハーバーに到着すると、北は北海道、南は九州から気の知れた仲間が集まっています。気象予報は、この時期の松島では考えられないくらい微風予報です。

日本三景の島々を眺めつつ、のんびりムードで出艇。北風 1-2m といったコンディションでしたが、11時過ぎにスタート(全艇同時)を試みます。下スタ目で皆さんアウターを狙いますが、2回のゼネリコ。3回目は黒旗が掲揚され、少し右に振れたので本部船寄りのスタートとなりました。これくらい風が弱いとスタンダードが先行し、4.7は苦しいレース展開です。途中から右に振れたので2上はチャーリー。弱い弱いパフを掴みながらの耐久レースです。

結果、第1RのTopフィニッシュは茨城の岩田選手、2位は都選手(TokyoBay)、3着は...藤本選手(江ノ島)がラジアルで食い込みましたが残念ながらBFDでした。このレース、4.7全艇を含む10艇がDNFとなりました。

その後、長い長い風待ちをしましたが、結局風が吹かずこの日はレース中止。桂島への上陸組と松島へのハーバーバック組に分かれて曳航開始しましたが、あれれ？茨城の岩田選手が間違えて桂島行ききのボートに曳航されていました。かわいそうに途中で気が付き、遠くなった松島を目指して帰って行きました。

■レセプション

ペンションスターボードに到着し風呂で汗を流すと、早々リコー。レセプション前ですが、飲み会スタート練習開始です。酒の肴は、小〇山さんの上マークでのケース?... 新たな証言艇も加わり審問(尋問)が行われました(笑) 十分に練習した後、本番でのレセプションがスタート。ワタリガニやカレイ、焼き牡蠣を堪能し夜はアツという間にふけていきます。これも最高!!

■二日目 10/27(日)

前日に引き続き、今日も穏やかな松島の海面。朝のうち少し風があるように思いましたが、それでも桂島からレース海面まで1時間は、かかるもみて9時前には出艇。牡蠣棚の間を縫うように走りますが、案の定レース海面まで1時間を要し到着。しかしながらスタート予定の10時にはAP旗掲揚！昨日の長い長い風待ちの続きです。途中、東風が少し入ってきたのでスタートを試みますが、ゼネ

リコ！再スタートを黒旗で行おうとしましたが、風が変わり AP 旗掲揚！再び長い長い風待ちに入り、このまま今日はノーレースか？と思われた 11 時半頃、ようやく 3m くらいの南風が入ってきました。

11 時 40 分；第 2R スタート。ここでやらかしてくれたのは、やはり小○山さん。スタート 30 秒前、下スタ狙いの艇団をポートにタックし“とうせんぼ”「小○山さ～ん」「駄目だよ～」…色んな言葉が飛び交うスタートとなり、本人は反省しリタイヤされました（#.#）レースとしては、即タックでポートロングなコースですが気持ちよく走れます。途中から左に振れ、2 上はチャーリーでした。

結果、第 2R の Top は都選手(TokyoBay)、2 位に佐藤選手(岩手)、3 位に浜田選手(境港)でスタンダード組がフィニッシュ。4.7 もタイムリミットにならずフィニッシュ出来ました。

12 時 40 分；最後の第 3R スタート。南南東の風 4m と、いつもの北風ドン吹きな松島とは大違いな気持ちの良い風の中、レースが出来ました。

結果、第 3R の Top は浜田選手(境港)、2 位に佐藤選手(岩手)、3 位に都選手(TokyoBay)でスタンダード組がフィニッシュし、4 位に藤本選手(江ノ島)がラジアルで続きました。

#### ■表彰式

レースの総合成績としては、スタンダード(ILCA 7)クラスで Top の都選手(TokyoBay)が見事優勝!! 2 位に佐藤選手(岩手)、3 位に浜田選手(境港)でスタンダード組が Top3。

ラジアル(ILCA 6)クラスは、佐藤潔選手(TokyoBay)が優勝!! 同じ TokyoBayF の高嶋選手、芳野選手が仲良くラジアル組 Top3 で続きました。

4.7 (ILCA 4)クラスは、年 1 回、このレースにしか出場しない竹腰選手(材木座)が嬉しい優勝!! 徳丸旦那(福岡)、名倉選手(高知)が 4.7 組 Top3 です。

最後はジャンケン大会で山内選手(材木座)が、ティラーエクステンションを Get するなど、楽しく締めくくりました。仙台 F のみなさま、ありがとうございました。

やっば松島は最高!! 来年は宿争奪戦に出遅れないように頑張ります!!

(東京ベイフリート 芳野紀良)



4.7(ILCA 4)のみんな、私についてらっしゃい♪



第3レース アルファベットのスタート!



みんな大好き小○山さん

順位		選手名	SailNo.	JLCA	フリート	1R	2R	3R
1	ILCA 7	都 茂樹	213161	3867	TokyoBay	2	1	3
2	ILCA 7	佐藤 裕典	209498	5478	岩手	3	2	2
3	ILCA 7	浜田 勇一	182307	5432	境港	4	3	1
4	ILCA 7	岩田 慧吾	208615	6478	スポット	1	4	5
5	ILCA 6	佐藤 潔	214979	3384	TokyoBay	7	8	9
6	ILCA 6	高嶋 由紀雄	208226	5807	TokyoBay	6	7	12
7	ILCA 6	芳野 紀良	114649	3081	TokyoBay	5	16	14
8	ILCA 6	藤本 拳	215038	5954	江ノ島	BFD	5	4
9	ILCA 7	進藤 洋一	109381	7333	仙台	10	10	17
10	ILCA 7	村田 竜志	218632	6851	札幌	14	12	11
11	ILCA 6	山内 俊夫	167322	3530	材木座	8	15	15
12	ILCA 6	北一 邦弘	219592	5519	江ノ島	DNF	6	6
13	ILCA 6	堀 亜由美	187422	7253	福岡	9	13	18
14	ILCA 6	大隈 健五	214967	5024	江ノ島	12	17	13
15	ILCA 6	西野 利香	217707	4585	芦屋	DNF	9	8
16	ILCA 6	佐藤 秀樹	136132	スポット	スポット	DNF	14	7
17	ILCA 6	小見山 三知男	216311	1192	江ノ島	11	RET	10
18	ILCA 6	佐藤 浩行	19301	3255	寺泊	13	18	20
19	ILCA 7	西原 翼	143027	スポット	仙台	15	19	19
20	ILCA 6	西野 隆文	211648	4585	芦屋	DNF	11	16
21	ILCA 6	小笠原 規安	208956	1585	青森合浦	DNF	20	21
22	ILCA 4	竹腰 真紀子	201438	3082	材木座	DNR	22	22
23	ILCA 4	徳丸 元彦	213160	1963	福岡	DNF	21	24
24	ILCA 4	名倉 海子	177064	4184	高知	DNF	23	23
25	ILCA 4	徳丸 知夏	133160	3339	福岡	DNF	24	26
26	ILCA 4	上森 幸雄	178194	5132	道東	DNF	25	25



2024 ILCA 6/ILCA 7 ALL JAPAN CHAMPIONSHIPS  
 @静岡県浜松市三ヶ日青年の家 (11/21~24)  
 期待通りの風が吹く浜名湖でAll Japan!



レース初日、ハーバーは穏やかです



落ち着いてマーク回航準備中の黒田選手

まず初めに、今大会にご尽力いただいたすべての皆様に感謝申し上げます。ありがとうございます。私は目標としていた初優勝を達成することができました。ILCA 7にステップアップし3年ちよつと、全日本選手権は4回目のチャレンジでした。

過去3回に比べると心技体全てが最高の状態で、挑むことができました。これは、オリンピック強化委員会が行う事業のHOPE育成プログラムの育成選手として、様々なサポートを受けてきたおかげだと思います。セーリングのスキルだけでなく、トレーナーさんによるフィジカル強化や、ケア、コンディショニング、ルール委員会の方からルール講習や、海上での推進方法の抜け目、栄養士による大会期間の食事指導、大会で勝つためのトレーニングを行ってきました。

初日15knot前後で3レース、2日目20knot前後で2レース、体力が切れることなく最後まで集中して走り切ることができました。今大会でサポートくださった皆様に最高の恩返しができたと感じます。ここまでの進む方向に間違いはなかったと思えたので、冬季合宿でさらにレベルアップし、春からの国際大会シーズンに備えます。

4日間難しいコンディションの中運営いただきありがとうございます。

(津フリート 黒田浩渡)



夕陽の浜名湖を背景に開会式



ヨーロッパみたいな風景@三ヶ日青年の家



ぶっちぎり中の富部選手

今年はクオリファイシステムが変化して最初の全日本となりました。去年より参加艇数は減ったものの、各大会でクオリファイした総勢62名のILCA 6級セーラーが浜名湖に集結しました。

私は一昨年・昨年と優勝し、今回は三連覇を目標としていて、どんな風が吹くのかワクワクしていました。

結果、5レース全て強風コンディションの大会となりました。昨年より体重が7kg減っていたので流石にトップスピードは体重のある選手には劣りましたが、持久力で粘って勝つことができました。レースは存分に楽しませていただきましたが、今年はユース年代の著しい成長を感じ、これからが楽しみだと思いました。

最後に、一気に寒くなった今大会を、運営・サポートしてくださった皆様、ありがとうございます。

また来年、津でお会いできることを楽しみにしています。

(三国フリート 富部柚三子)

## ◆ JLCA 年間ランキング表彰 ◆

ILCA 7



総合1位 黒田浩渡(津) マスターズ1位 都茂樹(東京ベイ)  
ILCA 6



総合1位 藤本拳(江ノ島) レディース1位 柿元麻衣(蒲郡)  
マスターズ1位 丸田杏(大阪北港)



ユース1位 豊澄隆成(広島) ILCA 7/6年間最多出場  
(10レガッタ)  
山内俊夫(材木座フリート)  
石黒 剛(浜名湖フリート)

## 🍊 全日本選手権大会 番外編・旅レポート 🚢

・初日

千葉県から公共交通機関を乗り継ぎ JR 新所原駅へ、そこで「天竜浜名湖鉄道」というローカル線に乗り換え。みかん畑を右に左に見ながら東都筑駅に到着。浜名湖フリートM永さんがお迎えに来てくれて、おまけにめちゃくちゃ美味しい三ヶ日みかんまでいただき！感激★会場に到着するとチャーター艇を受け取り受付後にセール計測。既に到着されている全国のセラーと再会する。

16:00～の開会式では浜松市の副市長から順番に、お偉い方々のご挨拶。宿泊オリエンテーションの説明を受けた後にチェックイン。各々シートを持って二段ベッドの下段に寝床をセット。

夜は秘密の前夜祭にお呼ばれして、厚焼き卵が乗った鰻井「きんし井」とビールで乾杯。

おばちゃん部屋に戻ってワイワイした後、5階の大浴場で足を伸ばし、旅の疲れを癒す。もう既に初日で満足★

・2日目

7:15～朝食。待ちきれないマスターズは、食堂で茶のみが始まる。ご飯を2～3杯食べる人たちは、ご飯のお供を持参している。

先輩さすがです！近くにいた我々は、ちゃっかり、ふりかけや海苔のお裾分けをいただく。和歌浦フリートMさん、ありがとうございます🎵

ブリーフィング後は風なく、しばらく陸上で風待ち。冬着でスタンバっていた私は、だんだん暑くなってきて、薄着で出艇。1レース目で沈して疲れ、寒さもあり根性なくリタイア... 帰着申告後はシャワーを浴びて津フリートの方とお話ししながら、まったり。部屋で、ゆっくりして皆んなの帰りを待つ。

夜は食堂でレセプションパーティ～🎵ビール、高級赤ワイン、オードブル、カレー、焼きそばなどをいただき、お腹いっぱい。期待していたラップ隊は現れなかったけど、じゃんけん大会で高級商品が続々と登場し盛り上がる。私は高級フェイスマスクをゲット！やったー。宴会後は女子風呂トークしながら、冷えた身体を芯まであっためた。

・3日目

朝からババ吹き。風落ちる予報を信じ、いっぱい着込んで出艇。ひゃー、白波立ってるけど～

スタートして10分くらい走ったところで、ブローにやられて、あっさり沈。自力で起こせず、レスキュー艇に救助される。他にも沈艇が続出しているため、まずは人命救助ということで、私のフネは半沈の状態アンカリング。レスキュー艇は他のフネを救助するため、私は銀紙みたいな保温用のものに包んでもらいハーバーへ。

陸上ではスタッフの皆さんや勇気ある決断をした観光部隊の選手たち、支援者の方々が至れり尽くせりに介抱してくれた。低体温症を心配して、すぐにシャワーを浴びないように...と言われ、皆さん私の帽子やライジャケやブーツを脱がせてくれて、摩ってくれたり手で温めてくれたり、白湯を飲ませてくれたりと献身的。愛を感じるわ～。

少しづつ体が温まってきたところ、お医者さん登場。脈の状態から大丈夫だと判断。沖にアンカリングされたフネも回収してもらい、たくさんスタッフの方々にお世話になりました。この場を借りて心より感謝申し上げます。

多くの方々に支えられて、この大会が成り立っていることを改めて実感。本当にありがとうございました。

少し落ち着いた頃お腹が空いてきたので、お昼ご飯を食べに岡山フリートの人達と浜松餃子を食べに行く。あったかいご飯は本当においしかった～。浜名湖ドライブも楽しかった～。

・4日目

いよいよ楽しい旅行も最終日。今日こそはフィニッシュラインを横切りたい！と鼻息荒く準備するも、また陸上で風待ち。風待ち中にも面白ネタが！

江ノ島フリートS谷さん自作の風見が気になる～。すごい苦心して開発されたようだが皆さん容赦ないイジリ。面白すぎて大爆笑。

やっとD旗が上がり出艇。わーい♪と喜んだのも東の間、風が落ち海上で風待ち。その後、風が出てきてやっとレースだ！と意気込んだものの結局ノーレースに...。今回は一度もフィニッシュラインを横切ることなく終わってしまったけれども、最後にポカポカ陽気の中で浜名湖セーリングをエンジョイできた。

全国の皆さんに会えたと、毎日おばちゃん部屋で大笑いして、楽しい4日間で大満足。新幹線に乗る前に鰻屋「勝美」で美味しい鰻をいただき、もう幸せです～🎵

最後に運営の皆さん、選手の皆さん、関係者の皆さん、本大会を無事に終えられたことに深く感謝いたします。ご協力、ご支援、たくさんの方の応援、声援をいただき、本当にありがとうございました。来年の全日本選手権は津ですって。また鰻が食べられますね～😊。

(東京ベイフリート 見目なお子)



勝美の鰻ハーフサイズです。  
関東風なのか、ふっくらして私好みでしたー！



フロ〜!!!



観覧車と沈



楽しい〜♪



優勝した富部選手と高校生のWEKA選手(THA)



私についてらっしゃい! Mr.Aは姿勢が良いからすぐわかる



自分の年齢を忘れてしまっている Mr.K



この隊長さん、ピンゴへの情熱はLaserと同じくらい?!



高級バックで美しくな〜れ!



ILCA 7 表彰

優勝黒田選手、準優勝南里選手、3位安田選手、4位豊澄選手



ILCA 7 カテゴリー別優勝 表彰

GM 長選手、MA 大塚選手、U-30 黒田選手、AP 南里選手



ILCA 6 表彰 左から 優勝富部選手、準優勝加原選手  
3位 WEKA 選手、4位ハムリン選手、5位秋山選手



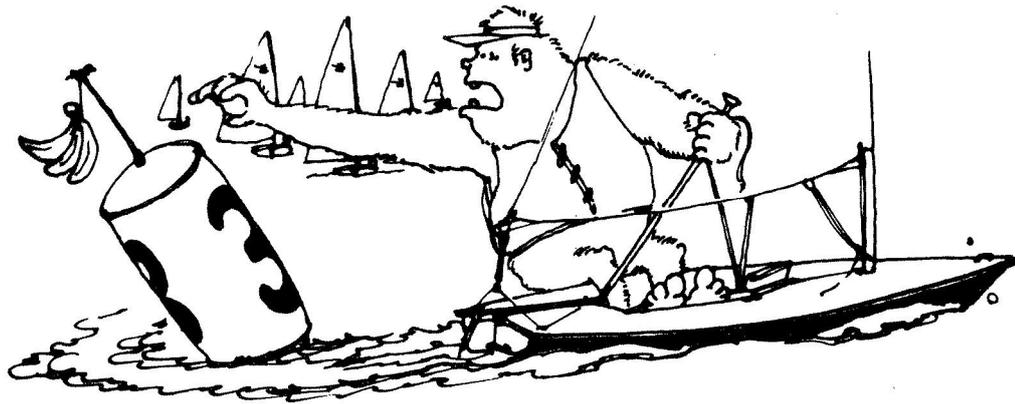
ILCA 6 カテゴリー別 上左から

GGM 2位石塚選手、GM 優勝川戸選手、GM 2位矢崎選手  
M 優勝白土選手、BoyU-17 優勝加原選手  
手前左から M 2位丸田選手、GGM 優勝秋山選手  
Women 2位ハムリン選手、Women 優勝富部選手

ILCA 7

	Sailor	Fleet	Sail No	Finis h	R1 Rank	Point s	Finis h	R2 Rank	Point s	Finis h	R3 Rank	Point s	Finis h	R4 Rank	Point s	Finis h	R5 Rank	Point s	Point s	Point s	Assoc. ID	Age Group	By Age Rank
1	黒田 浩渡	津	217704	5	5	5	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	6	6228		
2	南里 研二	唐津	111513	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	3	3	2	DSQ	32	39	7	5524	AP	1
3	安田 真之助	柳が崎	224985	4	4	4	2	2	2	5	5	5	2	2	2	8	7	7	20	13	5067	AP	2
4	豊澄 成光	広島	198071	7	7	7	7	7	7	3	3	3	4	4	4	4	3	3	24	17	6811	U21	1
5	西尾 将輝	境港	216228	6	6	6	4	4	4	13	13	13	7	7	7	5	4	4	34	21	6451		
6	竹内 修祐	芦屋	217058	8	8	8	8	8	8	11	11	11	5	5	5	3	2	2	34	23	6771		
7	大塚 邦弘	逗葉	216252	3	3	3	6	6	6	6	6	6	9	9	9	12	11	11	35	24	4943	MA	1
8	神谷 空弥	蒲郡	219175	9	9	9	14	13	13	4	4	4	6	6	6	6	5	5	37	24	6480		
9	杉山 航一朗	清水	211151	2	2	2	5	5	5	10	10	10	8	8	8	14	13	13	38	25	5772		
10	栗野 和昭	逗葉	217700	10	10	10	16	15	15	7	7	7	10	10	10	18	17	17	59	42	4588	MA	2
11	大川 晃弘	江ノ島	109377	14	14	14	9	9	9	9	9	9	15	15	15	13	12	12	59	44	6280	AP	3
12	神谷 俊希	蒲郡	223207	15	15	15	10	10	10	14	14	14	12	12	12	11	10	10	61	46	6792		
13	長 義晴	大阪北港	205102	11	11	11	11	11	11	16	16	16	19	19	19	19	7	6	84	52	5254	GM	1
14	加藤 文弥	津	215141	24	24	24	17	16	16	15	15	15	16	16	16	9	8	8	79	55	7321	AP	4
15	小林 正季	浜名湖	164997	18	18	18	19	18	18	12	12	12	11	11	11	15	14	14	73	55	3713	MA	3
16	山下 力蔵	材木座	211037	16	16	16	13	12	12	21	21	21	DNF	DNF	32	10	9	9	90	58	5208	MA	4
17	福田 育弘	芦屋	166990	19	19	19	18	17	17	8	8	8	DNF	DNF	32	17	16	16	92	60	4969	MA	5
18	荒岡 晃彦	大阪北港	211030	13	13	13	15	14	14	22	22	22	13	13	13	22	21	21	83	61	6272	GM	2
19	都 茂樹	TokyoBay	213161	21	21	21	12	11	11	18	18	18	18	18	18	20	19	19	87	66	3867	MA	6
20	水野 本	清水	206513	20	20	20	21	20	20	19	19	19	14	14	14	21	20	20	93	73	5805	AP	5
21	鷲崎 隆陽	岡山	181194	23	23	23	30	29	29	24	24	24	17	17	17	16	15	15	108	79	5040	MA	7
22	岩田 慧吾	水城マナージャー-推薦	208615	17	17	17	29	28	28	20	20	20	DNF	DNF	32	19	18	18	115	83	6478		
23	浜田 勇一	境港	182307	12	12	12	22	21	21	27	27	27	RET	RET	32	25	24	24	116	84	5432	GM	3
24	佐藤 正志	猪苗代	211036	22	22	22	26	25	25	17	17	17	RET	RET	32	23	22	22	118	86	4593	GM	4
25	清水 克彦	逗葉	219524	27	27	27	27	26	26	25	25	25	RET	RET	32	24	23	23	133	101	5005	GM	5
26	岩崎 裕児	岡山	145363	29	29	29	20	19	19	23	23	23	DNC	DNC	32	DNC	DNC	32	135	103	6218	MA	8
27	末永 真	北九州	211047	25	25	25	25	24	24	28	28	28	RET	RET	32	27	26	26	135	103	4648	GM	6
28	池永 跨太郎	鹿児島	187427	30	30	30	23	22	22	26	26	26	RET	RET	32	DNC	DNC	32	142	110	7271	U21	2
29	山村 幸司	高知	180025	26	26	26	31	30	30	30	30	30	RET	RET	32	26	25	25	143	111	3147	GGM	1
30	太田 晶久	芦屋	215033	28	28	28	24	23	23	29	29	29	RET	RET	32	RET	RET	32	144	112	6115	MA	9
31	南原 健一	知多	208958	31	31	31	28	27	27	31	31	31	DNS	RET	32	DNC	DNC	32	153	121	6208	MA	10

	Sailor	Fleet	Sail No	Finis h	R1 Rank	Point s	Finis h	R2 Rank	Point s	Finis h	R3 Rank	Point s	Finis h	R4 Rank	Point s	Finis h	R5 Rank	Point s	Point s	Point s	Assoc. ID	Age Group	By Age Rank	Ladies
1	富部 柚三子	三国	202611	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	9	6	5563	AP	1	1
2	加原 悠季	江ノ島	223687	2	2	2	4	UFD	63	1	1	1	3	3	3	3	3	3	72	9	7279	U17	1	
3	Weka Bhanubandh	津	222277	DNF	DNF	63	1	1	1	10	10	10	2	2	2	2	2	2	78	15	7390	U19	1	
4	八ムリン たけあ	江ノ島	169388	4	4	4	13	12	12	6	6	6	6	6	6	5	5	5	33	21	7172	U17	2	2
5	秋山 紀夫	柳ヶ崎	162556	16	16	16	6	5	5	7	7	7	5	5	5	10	10	10	43	27	1980	GGM	1	
6	藤野 隼	江ノ島	222433	23	23	23	3	3	3	4	4	4	15	15	15	7	7	7	52	29	5265	AP	2	
7	藤本 拳	江ノ島	215038	7	7	7	11	10	10	18	18	18	4	4	4	8	8	8	47	29	5954			
8	遠藤 海之流	江ノ島	213154	6	6	6	8	7	7	14	14	14	12	12	12	6	6	6	45	31	6994	U19	2	
9	豊澄 隆成	広島	217701	11	11	11	9	8	8	3	3	3	10	10	10	11	11	11	43	32	7092	U17	3	
10	川戸 仁	津	220202	8	8	8	5	4	4	27	27	27	9	9	9	12	12	12	60	33	3758	GM	1	
11	矢崎 洋司	諏訪湖	154074	1	1	1	10	9	9	11	11	11	18	18	18	DNC	DNC	63	102	39	2954	GM	2	
12	豊澄 麻希	広島	225264	5	5	5	15	14	14	9	9	9	11	11	11	16	16	16	55	39	6881	U17	4	3
13	船澤 奈菜	境港	217111	36	36	36	7	6	6	17	17	17	13	13	13	9	9	9	81	45	7303	U19/U21	3/1	4
14	若鍋 雄大	江ノ島	217028	25	25	25	12	11	11	13	13	13	21	21	21	4	4	4	74	49	7207	U17	5	
15	三浦 凧紗	浜名湖	214980	26	26	26	14	13	13	5	5	5	14	14	14	17	17	17	75	49	6241			5
16	白土 久雄	広島	224739	10	10	10	30	29	29	12	12	12	16	16	16	14	14	14	81	52	5264	MA	1	
17	田中 年彦	蒲郡	213153	17	17	17	16	15	15	15	15	15	8	8	8	20	20	20	75	55	5991	GM	3	
18	柿元 麻衣	蒲郡	221066	15	15	15	18	17	17	20	20	20	7	7	7	19	19	19	78	58	6398			6
19	丸田 杏	大阪北港	221071	18	18	18	19	18	18	16	16	16	20	20	20	13	13	13	85	65	6257	MA	2	7
20	河原 由佳	津	196300	9	9	9	17	16	16	29	29	29	19	19	19	DNC	DNC	63	136	73	4818	AP	3	8
21	諸橋 春雄	逗葉	217016	22	22	22	29	28	28	19	19	19	17	17	17	15	15	15	101	73	3196	GM	4	
22	井上 航汰	境港	208621	13	13	13	23	22	22	24	24	24	RET	RET	63	18	18	18	140	77	7017	U17	6	
23	久松 志摩	福岡	217108	24	24	24	25	24	24	23	23	23	33	33	33	23	23	23	127	94	7146	U17	7	
24	永見 宗士	福岡	156006	14	14	14	24	23	23	37	37	37	RET	RET	63	27	27	27	164	101	7240			
25	笹谷 優	江ノ島	181193	29	29	29	29	37	36	28	28	28	22	22	22	22	22	22	137	101	3866	GM	5	
26	松浦 颯良	鹿児島	175457	28	28	28	36	35	35	43	43	43	23	23	23	21	21	21	150	107	7137	U19	4	
27	石塚 恒志	浜名湖	221064	33	33	33	34	33	33	22	22	22	26	26	26	29	29	29	143	110	6041	GGM	2	
28	松田 誠太	江ノ島	225263	21	21	21	40	39	39	21	21	21	35	35	35	34	34	34	150	111	3393	GM	6	
29	出口 大輔	浜名湖	210515	12	12	12	31	30	30	8	8	8	RET	RET	63	DNC	DNC	63	176	113	6258	MA	3	
30	齋藤 吉彦	浜名湖	207434	43	43	43	27	26	26	35	35	35	27	27	27	25	25	25	156	113	6820	GGM	3	
31	森岡 教明	岡山	218060	31	31	31	35	34	34	25	25	25	24	24	24	DNC	DNC	63	177	114	4470	MA	4	
32	山内 俊夫	材木座	167322	27	27	27	52	51	51	36	36	36	25	25	25	26	26	26	165	114	3530	GM	7	
33	北川 邦弘	江ノ島	219592	51	51	51	26	25	25	30	30	30	30	30	30	31	31	31	167	116	5519	GGM	4	
34	櫻井 真也	知多	196488	30	30	30	21	20	20	39	39	39	29	29	29	DNC	DNC	63	181	118	3327	GM	8	
35	荒井 かおる	江ノ島	201484	42	42	42	22	21	21	38	38	38	34	34	34	28	28	28	163	121	5728	MA	5	9
36	田島 憲一郎	材木座	205100	37	37	37	48	47	47	31	31	31	31	31	31	24	24	24	170	123	4279	GM	9	
37	高嶋 由紀雄	TokyoBay	208226	19	19	19	41	40	40	46	46	46	RET	RET	63	38	38	38	206	143	5807	GM	10	
38	久保 雅敬	芦屋	206773	35	35	35	51	50	50	48	48	48	28	28	28	33	33	33	194	144	4614	GM	11	
39	尾崎 剛輝	松山	223472	40	40	40	32	31	31	45	45	45	RET	RET	63	36	36	36	215	152	7041	U19	5	
40	多賀 康太郎	柳ヶ崎	211654	20	20	20	19	19	19	55	55	55	DNC	DNC	63	DNC	DNC	63	220	157	6719	MA	6	
41	松永 至央	浜名湖	218633	41	41	41	28	27	27	26	26	26	RET	RET	63	DNC	DNC	63	220	157	6540	GGM	5	
42	井村 孝	蒲郡	211909	32	32	32	50	49	49	47	47	47	RET	RET	63	30	30	30	221	158	3658	GGM	6	
43	佐藤 潔	TokyoBay	214979	39	39	39	55	44	44	40	40	40	RET	RET	63	35	35	35	221	158	3384	GM	12	
44	森 清司	和歌浦	217053	RET	RET	63	38	37	37	33	SCP	34	RET	RET	63	32	32	32	229	166	546	GGM	7	
45	石田 清久	江ノ島	194920	52	52	52	53	52	52	49	49	49	32	32	32	37	37	37	222	170	963	GGM	8	
46	加藤 重雄	津	217025	34	34	34	39	38	38	41	41	41	DNC	DNC	63	DNC	DNC	63	239	176	826	LG	1	
47	大西 裕	岡山	204483	46	46	46	43	42	42	32	32	32	RET	RET	63	DNC	DNC	63	246	183	5986	GM	13	
48	岩波 将吾	江ノ島	217327	RET	RET	63	33	32	32	34	SCP	35	DNF	DNF	63	DNC	DNC	63	256	193	7296	U17	8	
49	橋本 正毅	芦屋	208220	48	48	48	42	41	41	42	42	42	DNC	DNC	63	DNC	DNC	63	257	194	6093	MA	7	
50	三田村 徹	津	217024	45	45	45	44	43	43	44	44	44	DNC	DNC	63	DNC	DNC	63	258	195	6717	GM	14	
51	押井 猛	芦屋	204485	38	38	38	47	46	46	51	51	51	RET	RET	63	DNC	DNC	63	261	198	6376	GM	15	
52	米林 豊	TokyoBay	195680	44	44	44	46	45	45	56	56	56	RET	RET	63	RET	RET	63	271	208	2881	GM	16	
53	西野 利香	芦屋	217707	50	50	50	49	48	48	54	54	54	DNC	DNC	63	DNC	DNC	63	278	215	6195	MA	8	10
54	岩波 萌夏	江ノ島	217070	49	49	49	56	55	55	50	50	50	RET	RET	63	DNC	DNC	63	280	217	7129	U19/U21	6/2	11
55	平田 和繁	福岡	217017	53	53	53	54	53	53	52	52	52	DNC	DNC	63	DNC	DNC	63	284	221	5193	LG	2	
56	小笠原 規安	青森合浦	208956	47	47	47	55	54	54	RET	RET	63	RET	RET	63	DNC	DNC	63	290	227	1585	GGM	9	
57	角 佳典	境港	152688	55	55	55	57	56	56	53	53	53	RET	RET	63	DNC	DNC	63	290	227	5035	MA	9	
58	酒井 秀晴	新潟	211910	54	54	54	58	57	57	RET	RET	63	RET	RET	63	DNC	DNC	63	300	237	1460	GGM	10	
59	和田 悠希	若洲	209508	DNC	DNC	63	315	252	7278															
59	花牟礼 誠	熊本	215097	DNF	DNF	63	RET	RET	63	DNC	DNC	63	DNC	DNC	63	DNC	DNC	63	315	252	3990	GGM	11	
59	目黒 たみを	TokyoBay	207439	DNC	DNC	63	315	252	5306	LG	3													
59	見目 なお子	TokyoBay	173421	RET	RET	63	DNC	DNC	63	DNC	DNC	63	RET	RET	63	DNC	DNC	63	315	252	6101	MA	10	12





来年は三重県 津ヨットハーバーでお会いしましょう！

協会プロモーション用動画 Webに公開！

レース初日の順風、2日目の強風、3日目の微軽風と、臨場感あふれる内容となっております。是非レーザーセイラーだけでなくお知り合い・ご友人にもお披露目ください。

※今回動画の作成は、DRONE\_5757さんに依頼いたしました。



Day0-1



Day-2



Day-3



おかげ様で2024年に創立50周年を迎えることができました。  
これからも日本のLaserセーラーを応援し続けます！

【PSJオンラインショップ】

Laserパーツを日本全国に発送いたします。  
(商品代引き、クレジット決済、ゆうちょ銀行振込)  
ご注文はこちらから！⇒



パフォーマンス セイルクラフト ジャパン 株式会社

〒252-1114 神奈川県綾瀬市上土棚南3-13-31 Tel 0467-76-1051  
E-mail : shop@psjpn.co.jp Fax 0467-76-1052  
<https://psjpn.co.jp/>

**リベンジ！ 四国選手権@高知県香南市夜須町  
海の幸、山の幸とレースを満喫！！ (12/14～15)**



**カツオのたたきはこの勢い！！**



**綺麗な生しらす！**

8月に開催を予定されていた四国選手権が地震の影響で一旦中止になり、この度12/14、15の二日間、高知Fがある高知県香南市マリンスポーツセンターで行われました。

レース前日の13日の夜に前夜祭が行われ生シラス、ウツボとフェフキダイのたたき、自然薯のとろろ、鹿肉のスペアリブなど都会ではお目にかかれぬものが多くふるまわれました。

レース1日目の14日はレース開始時に北寄りの陸風が5メートルくらい吹いていました。海面は右が濃く、ブローも右から入るも地元選手は左海面に行く展開となり、最後のアプローチに左が伸びて、1マーク付近は混戦になりました。

1レース終了時には7～8メートル以上に吹き上がり、沈艇が多く出たため、一旦ハーバーにもどり、風が落ちるのを待ちましたが終日落ちず、1日目は1レースで終了となりました。

1日目夕方にはレセプションが行われ、カツオのたたき、ウツボの唐揚げ、鮎の塩焼きなど前夜祭とは全く違う、高知の海の幸、山の幸が多くふるまわれました。

レース2日目は朝のブリーフィングで寒が入っているため昼から吹き上がるのでそれまでにレースを終えたいとアナウンスがありました。出艇後、風がありませんでしたがしばらくして西寄りの2、3メートルの風が入りレースが行われました。

風が振れたり、止まったりで難しい展開のレースになりましたが上マーク付近で右から少しブローが入り、そのブローをつかめた選手が先行しました。1レース終了後全く風がなくなり、風待ちをしていましたが13:00のタイムリミットまで残り30分となった12:30頃小さなおねりが入ってきて、沖の遠くが真っ黒になってきたところでAP+Aが上がり、ハーバーバックとなりました。風状態から5分くらいで吹き上がり、スロープに着くころには波で着艇が困難なくらいになりました。

2日間少ない運営艇で不安定な風の中、地元の方の良い判断で安全なレース運営をしていただきました。ILCA 4は福岡Fの徳丸選手、ILCA 6は高知F出身、現在は境港Fで活動している井上選手、ILCA 7は淡輪Fの中尾が優勝しました。優勝賞品はこの時期にとっても貴重なスイカが送られました。

(淡輪F 中尾周史)



**2日目の風待ち**



**14日の徳丸さん**



(左から)ILCA 4 優勝 徳丸選手(福岡F) ILCA 6 優勝 井上選手(境港F) ILCA 7 優勝 中尾選手(淡輪F)

**ILCA 4**

順位	SailNo.	氏名	JLCA	フリート	1R	2R
1	213160	徳丸 元彦	1963	福岡	3	1
2	182307	浜田 勇一	5432	境港	1	5
3	146688	西野 隆文	4585	芦屋	4	2
4	177064	名倉 海子	4184	高知	5	3
5	198079	納富 希志夫	2598	福岡	2	9
6	162147	楠本 達也	4718	広島	8	6
7	204482	松浦 裕子	5941	芦屋	7	8
8	133160	徳丸 知夏	3339	福岡	DNF	4
9	172899	上田 琥太郎	7312	高知	9	7
10	181768	小林 祥訓	6196	大阪北港	6	11
11	172898	大見 昇聖	手続き中	高知	RET	10

**ILCA 6**

順位	SailNo.	氏名	JLCA	フリート	1R	2R
1	158584	井上 航汰	7017	境港	1	1
2	154572	杉田 修康	5881	広島	4	2
3	172899	木下 陽仁	7223	高知	2	4
4	158587	小林 胡由希	6797	高知	5	3
5	225263	松田 誠太	3393	江ノ島	3	5

**ILCA 7**

順位	SailNo.	氏名	JLCA	フリート	1R	2R
1	161285	中尾 周史	5014	淡輪	1	3
2	211646	青木 真	スポット		4	1
3	154085	佐藤 正志	4593	猪苗代	3	2
4	180025	山村 幸司	3147	高知	2	DNC
5	172270	山田 蒼生	7035	高知	DNF	4
6	152696	平井 紀行	スポット		DNF	5

# EVENT & RACE SCHEDULE

イベント&レース スケジュール

★ 以下の各催し物参加にはメンバー資格が必要です ★

Date	Notice Of Race / Event Notice
3/14-18	46 <sup>th</sup> Annual Guam/ Japan Goodwill Regatta/マリアナスヨットクラブ, Guam ●特集ページ参照
3/29-30	紀州パンダカップ/和歌浦F ★ 漸次webにて発表 <a href="http://www.laserjapan.org/">http://www.laserjapan.org/</a>
4/5-6	スプリングレガッタ(ジュニアユース選考大会)/JLCA 江の島ヨットハーバー ★☆ ●特集ページ参照
4/12-13	東京湾選手権/東京ベイF 千葉県稲毛 ★ 漸次webにて発表 <a href="http://www.laserjapan.org/">http://www.laserjapan.org/</a>
4/19-20	中部選手権/蒲郡F 愛知県蒲郡市 ★☆ 漸次webにて発表 <a href="http://www.laserjapan.org/">http://www.laserjapan.org/</a>
5/17-18	ジアイカップ/芦屋F 兵庫県芦屋市 兵庫県立海洋体育館 ★ 漸次webにて発表 <a href="http://www.laserjapan.org/">http://www.laserjapan.org/</a>
5/31-6/1	関西選手権/大阪二色F 大阪二色ヨットハーバー ★☆ 漸次webにて発表 <a href="http://www.laserjapan.org/">http://www.laserjapan.org/</a>
6/7-8	春の東北選手権(*指定大会)/猪苗代F 福島県猪苗代湖 ★☆ 漸次webにて発表 <a href="http://www.laserjapan.org/">http://www.laserjapan.org/</a>
6/21-22	春の北海道選手権(*指定大会)/小樽F 小樽市祝津港 ★☆ 漸次webにて発表 <a href="http://www.laserjapan.org/">http://www.laserjapan.org/</a>
6/28-29	関東選手権/江ノ島F 神奈川県藤沢市 江ノ島ヨットハーバー ★☆ 漸次webにて発表 <a href="http://www.laserjapan.org/">http://www.laserjapan.org/</a>
7/19-20	めんたいカップ/津屋崎F 福岡県宮地浜 バナナハウス 漸次webにて発表 <a href="http://www.laserjapan.org/">http://www.laserjapan.org/</a>
7/26-27	四国選手権/高松F 香川県高松ヨットハーバー ★☆ 漸次webにて発表 <a href="http://www.laserjapan.org/">http://www.laserjapan.org/</a>
8/23-24	九州選手権/宮崎F 宮崎県日南市大堂津 ★☆ 漸次webにて発表 <a href="http://www.laserjapan.org/">http://www.laserjapan.org/</a>
8/23-24	北信越選手権/野尻湖F 長野県野尻湖 ★☆ 漸次webにて発表 <a href="http://www.laserjapan.org/">http://www.laserjapan.org/</a>
9/6-7	オータムレガッタ(All Japan予備大会)/JLCA 江の島ヨットハーバー ★ 漸次webにて発表 <a href="http://www.laserjapan.org/">http://www.laserjapan.org/</a>
9/13-14	秋の北海道選手権/道東F 北海道網走市網走湖 ★ 漸次webにて発表 <a href="http://www.laserjapan.org/">http://www.laserjapan.org/</a>
10/4-5	中国選手権&CapeHouse40周年記念レース/山口F 山口県秋穂市CapeHouse ★☆ 漸次webにて発表 <a href="http://www.laserjapan.org/">http://www.laserjapan.org/</a>
10/11-12	全日本マスターズ選手権/別府F 大分県別府市 別府ハーバー ★ 漸次webにて発表 <a href="http://www.laserjapan.org/">http://www.laserjapan.org/</a>
未定	秋の東北選手権/仙台F ★ 漸次webにて発表 <a href="http://www.laserjapan.org/">http://www.laserjapan.org/</a>
11/21-24	2025 ILCA 4/6/7Laser All Japan Championships /JLCA 三重県津市津ヨットハーバー ★☆※1 漸次webにて発表 <a href="http://www.laserjapan.org/">http://www.laserjapan.org/</a>
12/20-21	クリスマスカップ(ILCA 4,ILCA 6ジュニアユース選考大会)/JLCA 江ノ島ヨットハーバー ★ 漸次webにて発表 <a href="http://www.laserjapan.org/">http://www.laserjapan.org/</a>

- セーリング競技規則2021-2024・日本セーリング連盟規程・レーザークラス規則・レースの公示、(以上は帆走指示書による変更を除く)、および、帆走指示書が適用されます。
- ★=各艇種別ランキング対象大会 ☆=All Japan Championshipsクオリファイ対象大会  
※1 ☆「2026年ALL JAPANクオリファイ対象大会」

● 内容は編集時のものです。詳細情報は問合せの上、ご確認ください。

### ユース選考大会

3/21-23	JSAFユースセーリングチャンピオンシップ/和歌山県和歌山セーリングセンター ★ <a href="https://wsail.jp/event/jsaf-ws-youth-selection/">https://wsail.jp/event/jsaf-ws-youth-selection/</a>
3/28-30	2024年度(第33回)セーリング・チャレンジカップ IN 浜名湖/静岡県静岡県立三ヶ日青年の家★ <a href="https://www.ymfs.jp/sec/">https://www.ymfs.jp/sec/</a>

### ランキング対象大会

5/22-25	ENOSHIMA Olympic Week 2025/神奈川県江の島ヨットハーバー ★ 漸次webにて発表 <a href="http://www.laserjapan.org/">http://www.laserjapan.org/</a>
9/28-10/1	わたSHIGA輝く国スポ2025(第79回国民スポーツ大会)/滋賀県柳が崎特設セーリング会場 <a href="https://shiga-sports2025.jp/kokuspo">https://shiga-sports2025.jp/kokuspo</a>

### International Laser Class Asia Championships

Date	Notice Of Race / Event Notice
2025	2025 ILCA THAILAND NATIONAL CHAMPIONSHIPS/ Thailand, Pattaya
1/25-27	<a href="https://www.varuna.org/_files/ugd/3ef57f_d02cff53ebd846dea41a1eb3f986d3b9.pdf">https://www.varuna.org/_files/ugd/3ef57f_d02cff53ebd846dea41a1eb3f986d3b9.pdf</a>

### International Laser Class World Championships

Date	Notice Of Race / Event Notice
2025	2025 ILCA 7 Men's & ILCA 6 Women's World Championships/ CHINA, Qingdao
5/10-17	<a href="https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-site/166">https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-site/166</a>
2025	2025 ILCA 6 Men's World Championship/ GERMANY, Kiel
6/20-25	<a href="https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-site/170">https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-site/170</a>
2025	2025 ILCA 4 Youth World Championships/ USA, San Pedro
7/19-26	<a href="https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-site/167">https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-site/167</a>
2025	2025 ILCA 6 Youth World Championships/ USA, San Pedro
7/28-8/4	<a href="https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-site/168">https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-site/168</a>
2025	2025 ILCA U21 World Championships/ IRELAND, Dun Laoghaire
8/22-29	<a href="https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-site/161">https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-site/161</a>
2025	2025 ILCA 6 & ILCA 7 Masters World Championships/ ITALY, Formia
9/19-28	<a href="https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-site/169">https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-site/169</a>
2026	2026 ILCA Under-21 World Championships/ SPAIN, Playa Blanca, Lanzarote
1/17-24	<a href="https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-list">https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-list</a>
2026	2026 ILCA 6 Masters World Championships/ GREECE, Skiathos
6/2-10	<a href="https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-list">https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-list</a>
2026	2025 ILCA 7 Masters World Championships/ GREECE, Skiathos
6/11-19	<a href="https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-list">https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-list</a>
2026	2026 ILCA 4 Youth World Championships/ DENMARK, Aarhus
8/1-9	<a href="https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-list">https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-list</a>
2026	2026 ILCA 6 Youth World Championships/ DENMARK, Aarhus
8/11-19	<a href="https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-list">https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-list</a>
2027	2027 ILCA 6 Men's World Championship/ GREECE, Volos
8/13-20	<a href="https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-list">https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-list</a>
2027	2027 ILCA 6 Youth World Championships/ GREECE, Volos
8/21-29	<a href="https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-list">https://sailing.laserinternational.org/public/site/event-list</a>

●内容は編集時のものです。最新情報は問合せの上、ご確認ください。



2025年1月吉日

フリートキャプテン殿

日本レーザークラス協会

### 46th Annual Guam/ Japan Goodwill Regatta 選手派遣について

恒例の“46<sup>th</sup>Annual Guam/ Japan Goodwill Regatta”は、2025年3月13日～3月18日の日程でグアムのマリアナスヨットクラブにおいて開催されます。そこで、日本チームはフリートキャプテンの推薦する優秀なレーザー大使を派遣したいと思います。グアムでは、ジュニアメンバーが増えつつあります。さらに今回は、サモア、ニューギニアからのユース選手の参加も予定しております。特にユース選手にとっては海外での大会、海外のユース選手との交流、ホームステイは貴重な経験になるものと思います。

つきましては、下記内容をご確認の上、貴フリートメンバーをご推薦下さい。毎回人気を集めているこのレガッタですが、チャーターボート数に制限があり、推薦者多数の場合は事務局にて抽選(ジュニアユース派遣選手3名を除く)を行い派遣決定致しますのでご承知下さい。

・5艇のチャーターボートの準備ができる予定です。

※1 46th Annual Guam/ Japan Goodwill Regatta ジュニア・ユース 派遣のお知らせ(次ページ) を参照ください。

#### 『46th Annual Guam/ Japan Goodwill Regatta 派遣要項』

日 程 2025年3月14日～3月18日  
 (※1 派遣ジュニア・ユースは3月13日～3月18日)  
 費 用 エントリー&チャーター料 + 航空券等  
 \*現地ではホームステイのため、宿泊代、食事代はかかりません  
 参加資格 2024年レーザークラス協会のメンバーであること。  
 フリートキャプテンの推薦を受けたもの。  
 締 切 2025年1月20日  
 送 り 先 日本レーザークラス協会事務局  
 Mail ilcajpn@cityfujisawa.ne.jp

下記のフォームにてメンバーを推薦して下さい。キャプテンの任にある方は自薦でも構いません。

----- 切り取り -----

46th Annual Guam/ Japan Goodwill Regatta に下記のメンバーを推薦します。

氏 名	協会No.	性別	年齢	パスポート	スケジュール可能性
1. _____	_____	男 女	____才	有 無	____日～____日
2. _____	_____	男 女	____才	有 無	____日～____日

月 日 \_\_\_\_\_ フリート 推薦者

## 46th Annual Guam/ Japan Goodwill Regatta ジュニア・ユース 派遣のお知らせ

この度、46th Annual Guam/ Japan Goodwill Regatta への海外大会派遣を行うことを決定致しました。つきましては下記要項をご確認の上、エントリーをお願い致します。

目的：ユースセーラーが海外大会とホームステイの体験を通して、交流を深めていくことで海外経験を積み、さらにレベルの高い海外大会へ参加する足掛かりとなる機会を提供する。

- 1 派遣大会：グアム・ジャパン親善レガッタ 2025年3月15日～3月16日  
(ILCA 4、ILCA 6 で開催予定)

具体的な現地での活動予定；

出発日は夕方現地に着き、まずチャーターボートを受け取り、自分でフィッティングをおこないます。翌日2日目は海外の選手とともに練習会を行い、3日目、4日目は親善レガッタに参加し、5日目はホストファミリーとともに観光をおこない夜は日本チームが日本食ディナーパーティーを主催します。  
6日目の早朝にグアムを出発し午後帰国を予定しています。

3/13 出発 グアム到着後マリアナスヨットクラブでチャーター艇引取り  
3/14 練習会  
3/15-16 46th Annual Guam/ Japan Goodwill Regatta  
3/17 グアム観光・日本チームによる日本食ディナーパーティー  
3/18 午後 帰国

この大会の費用について：

往復の航空券が約¥120,000、エントリーフィーが約¥30,000、チャーターボート料が約¥30,000、現地ではホームステイですので宿泊費、食費、滞在費は基本的にかかりません。外出時のちょっとした飲食、お土産代位は必要です。

今回派遣する選手にもとめること：

- ・夜はほぼ毎日パーティーになります。そこで海外選手と交流をもち、親善活動に努めること。
- ・5日目にある日本食パーティーに積極的に取り組むこと。
- ・グアム親善レガッタのレポートをクラス協会ニュースにて紹介すること。

- 2 参加申込

フリートキャプテンの推薦を受け 46th Annual Guam/ Japan Goodwill Regatta へのエントリーをされた選手で当該派遣を希望する者はクラス協会強化委員会へ通知することにより申し込みとする。

申込先 日本レーザークラス協会強化委員会  
ilcajpn-kyouka@cityfujisawa.ne.jp  
〆切り 2025年1月20日

- 3 補助内容

対象選手：ジュニア・ユース (U-18に限る)  
補助人数：3名  
補助金額：2万円／一人あたり  
コーチ1名帯同：強化委員会スタッフ

- 4 補助対象者の選考

- ： 46th Annual Guam/ Japan Goodwill Regatta 選手派遣対象選手の中から選考を行う
- ・自己推薦書の提出（ワード1枚程度）  
セーリング活動経歴、グアム派遣でチャレンジしたい内容を含むこと。  
※ 強化委員会にて自己推薦書の内容を確認し、代表選手を決定いたします。

- 5 補助金支給の条件

- ①選手団派遣日程に参加可能な者  
※利用する空港については選手決定後、成田 or 関西空港のいずれかとする。
- ②渡航手続等（計画）については強化委員会指定の業者を利用する。
- ③派遣大会後にレポート（写真含む）の提出が確認された後、補助金を支給する。





2025年1月吉日  
日本レーザークラス協会強化委員会

**46th Annual Guam/ Japan Goodwill Regatta**  
**ジュニア・ユース 派遣に伴う帯同コーチ募集のお知らせ**

この度、**46th Annual Guam/ Japan Goodwill Regatta**への海外大会派遣を行うことを決定致しました。つきましては選手に帯同するコーチを募集します。

目的：ユースセーラーが海外大会とホームステイの体験を通して、交流を深めていくことで海外経験を積み、さらにレベルの高い海外大会へ参加する足掛かりとなる機会を提供する。

- 1 派遣大会：グアム・ジャパン親善レガッタ  
2025年3月15日～3月16日  
(ILCA 4、ILCA 6で開催予定)

具体的な現地での活動予定；

出発日は夕方現地に着き、まずチャーターボートを受け取り選手がフィッティングするのをサポートしていただきます。

翌日2日目は海外の選手とともに練習会を行いますのでその練習会を主催していただきます。3日目、4日目の親善レガッタの際はコーチボートに乗っていただきサポートをお願いいたします。

5日目はホストファミリーとともに観光をおこない、夜は日本チームが日本食ディナーパーティーを主催します。この時、選手と相談して日本食の提供と一芸をやっていただきます。(前回2022年は選手・コーチでソーラン節をおどりました。)

6日目の早朝にグアムを出発し午後帰国を予定しています。

- 3/13 出発 グアム到着後マリアナスヨットクラブでチャーター艇引取り  
3/14 練習会  
3/15-16 **46th Annual Guam/ Japan Goodwill Regatta**  
3/17 グアム観光・日本チームによる日本食ディナーパーティー  
3/18 午後 帰国

この大会の報酬について：空港までの交通費、航空券代は協会が負担いたします。コーチ報酬として6万円を準備いたします。

- 2 申込先 日本レーザークラス協会強化委員会  
ilcajpn-kyouka@cityfujisawa.ne.jp  
〆切り 2025年1月31日

# 2025 スプリングレガッタ

神奈川県藤沢市 江ノ島ヨットハーバー  
2025年4月4日(金)～4月6日(日)

主催：一般社団法人 日本レーザークラス協会  
後援：神奈川県セーリング連盟(申請中)  
一般社団法人江ノ島ヨットクラブ(申請中)  
協力：江ノ島ヨットクラブジュニア(予定)  
神奈川県ユースヨットクラブ(予定)  
協賛：パフォーマンスセイルクラフトジャパン  
ルースターセーリングジャパン

## NOTICE OF RACE

[NP]の表記は、艇は、他艇の規則違反に対し抗議できないことを意味する。これは、規則 60.1(a)を変更している。

### 1. 規則

- 1.1. 本レガッタには、「2025-2028 国際セーリング競技規則」(以下、RRS)に定義された「規則」が適用される。
- 1.2. 規則 87 に基づき、レーザークラス・ルール 7. (a)を以下のように制限する。  
「レース中は登録された 1 名のみ乗艇できる。」
- 1.3. [DP][NP]セール番号が艇体の番号と違う場合や参加申し込み時と違う場合には、大会本部に備え付けられた「セール番号変更届」により申請すること。これはレーザークラスルール 4. (e). ii を変更している。

### 2. 帆走指示書

帆走指示書は、2025年3月29日までに大会ホームページ  
HP<http://sail.jpn.com> より入手できる。

### 3. コミュニケーション

本大会の公式掲示及び諸連絡の掲示、プロテスト公式掲示及び42条掲示は、「オンライン掲示版」にて掲示する。各自の携帯電話又はパソコンからアクセスし、掲示内容を確認すること。掲示版URLは大会前日までに大会ホームページ  
<http://sail.jpn.com> で公開される。

### 4. 参加資格

- 4.1. 競技種目は以下のとおり。  
ILCA 4 および ILCA 6
- 4.2. 競技者は、以下の点をすべて満たしていること。
  - 4.2.1 日本レーザークラス協会の2025年度メンバーであること。
  - 4.2.2 レーザークラス協会会員証を受付時に提示すること。  
当日、会員証を提示できず会員であることが確認できない場合、参加できない場合がある。

### 5. 参加申込

- 5.1. 参加申込みはオンラインエントリー及び参加料の入金を確認できた順に受け付ける。  
(各クラスの参加申込みが60艇に達した場合、参加申込み締め切り前であっても、エントリーを締め切る)
- 5.2. 大会ホームページ <http://sail.jpn.com> にてオンラインエントリーを行い、下記口座に参加料を振り込むこと。  
**振込先：横浜銀行 長後支店 普通 6111550**  
**シャ) ニホンレーザークラスキョウカイ**
- 5.3. 参加申込締切日は、**3月19日(水)**とする。
- 5.4. レイトエントリーは**3月26日(水)**まで認め、NOR5.5と同様の扱いとする。
- 5.5. エントリー締め切り後の参加料送金遅延者は1,000円の遅延金を受付時に支払うことで申込が完了する。
- 5.6. 参加申込締切日(3月19日)後の不参加申出期間については3月26日までに返し金手数料(一律1,000円)を差し引いた金額を返却する。3月26日以降は参加料の返却はせず得点記録DNCとして記録する。
- 5.7. 大会開催を中止する場合、参加料は、送金手数料を除き、返却される。

### 6. 参加料

- 6.1. 12,000円(レセプション参加料含む)
- 6.2. レセプションのみの参加料(大会受付時払い) 2,000円/一人  
\*選手付き添いの方等のレセプションのみの参加の方はエントリー時に申し、大会受付時にお支払いください。

### 7. 日程

#### 7.1. 大会日程

	Date	Event	Time
Day0	4月4日(金)	大会受付・計測 (計測フォーム提出方式) (於：セーリングセンター1F)	14:00 - 17:00
Day1	4月5日(土)	大会受付・計測 (計測フォーム提出方式) (於：セーリングセンター1F) 開会式・ブリーフィング 最初のクラスの第1レース予告信号 引き続きレースを行う。 デ・ブリーフィング  レセプション	08:00 - 9:25  09:30 11:25  抗議締め切り 時刻以降 18:00
Day2	4月6日(日)	ブリーフィング その日最初のクラスの最初のレース予告信号 引き続きレースを行う。 閉会式	08:30 09:55  17:00

ただし、天候その他の事情により日程はレース委員会の裁量で変更することがある。

4月6日は、14時00分より後に予告信号を発しない。  
各日とも海上で昼食をとることがある。

#### 7.2. レース数

6レースの実施を予定する。

### 8. 装備検査

- 8.1. 各艇は、あらかじめセルフチェックを行い、大会受付時に記入済みの計測フォームを提出することで計測を完了させなければならない。  
計測フォームは大会サイト <http://sail.jpn.com> からダウンロードすること。
- 8.2. 計測は、テクニカル委員会の判断により、この他の日程に行われることがある。
- 8.3. 大会期間中、テクニカル委員会は随時、艇または装備の検査をすることがある。

### 9. [DP] [NP] 安全

- 9.1. 艇は、直径6mm以上、長さ5m以上のバウラインを搭載し、その一端はバウアイに結び付けられていなければならない。
- 9.2. マストトップに浮力体を取りつけても良い。形状は球形に限り、1箇所のロープで取り付けなければならない。コンディショニングにより、付けたり外したりしても良い。
- 9.3. 各艇の乗員は、離岸から着岸まで、衣服または個人装備を一時的に替えたり整えたりする間を除き、競技者は個人用浮揚用具を着用していなければならない。これは規則40を変更している。なお、個人用浮揚用具とは、体重を支えるに十分な浮力があり、体形に合致したサイズ表示と浮力が明示されたものでなければならない。膨張式浮揚用具、ドライスーツおよびウェットスーツはこれに含まれない。

### 10. 開催地

- 10.1. 神奈川県藤沢市江ノ島ヨットハーバー及びその沖の海面
- 10.2. 添付図1におおよそのレース・エリアの位置を示す。

### 11. コース

帆走するコースは、ソーセージコース2周又は3周を予定している。

### 12. ペナルティ方式

付則P及びTが適用される。

### 13. 得点

- 13.1. シリーズの成立には1レースを完了することが必要である。
- 13.2. (a) 完了したレースが3レース以下の場合、艇のシリーズの得点はレース得点の合計とする。
- (b) 完了したレースが4レース以上の場合、艇のシリーズの得点は、最も悪い得点を除外したレースの得点の合計とする。

### 14. 支援艇

- 14.1. 全ての支援艇は、参加申込締切前までに大会ホームページで登録を行わなければならない。
- 14.2. 全ての支援艇は、登録料として 3,000 円/艇を大会受付に支払うこと。
- 14.3. ハーバーへの搬入手続きは各自で行い、船検証に記されている航行可能区域を確認のこと。
- 14.4. [DP] 全ての支援艇は、最初にスタートするクラスの準備信号から全ての艇がフィニッシュもしくはリタイアするまでの間、またはレース委員会が最初にスタートするクラスをゼネラルリコールとするか、全てのクラスを延期もしくは中止とする信号を発するまでの間、レースエリアの外側にいなければならない。
- 14.5. [DP][NP] 支援艇はレース委員会から救助および曳航の要請があった場合、これに応じる。また、大会主催者から貸与される無線機を携帯して出航し、やむを得ない場合を除き、常に指定されたチャンネルを受信していること。
- 14.6. [DP][NP] 支援艇の乗員は、水上にいる間は、衣服または個人装備を一時的に替えたり整えたりする間を除き、常時、個人用浮揚用具を着用していなければならない。ウェット・スーツやドライ・スーツは個人用浮揚用具ではない。
- 14.7. 全ての支援艇は船舶保険に加入のこと。また乗船者は有効な傷害保険と賠償保険に加入のこと。

### 15. リスク・ステートメント

このレガッタの競技者は、自分自身の責任で参加する。RRS3 「レースをすることの決定」を参照。大会に参加することによって、それぞれの競技者は、セーリングには内在するリスクがあり、潜在的な危険を伴う行動であることに合意し、認めることになる。これらのリスクには、強風、荒れた海、天候の突然の変化、機器の故障、艇の操船の誤り、他艇の未熟な操船術、バランスの悪い不安定な足場、疲労による傷害のリスクの増大などがある。セーリング・スポーツに固有なのは、溺死、心的外傷、低体温症、その他の原因による一生消えない重篤な傷害、死亡のリスクである。なお、主催団体は、レガッタの前後、期間中に生じた物理的損害または身体障害もしくは死亡によるいかなる責任も負わない。

### 16. 保険

競技者は、有効な傷害保険と賠償保険に加入していなければならない。

### 17. 大会不成立

強風、無風、降雪、地震等自然災害、事件、事故等により大会不成立の場合には、参加料の返金はしない。

### 18. 賞

各クラスの成績上位者には賞が授与される。

### 19. クオリファイ

ILCA All Japan Championships 参加資格 (クオリファイ) 適応大会として参加枠が付与される。

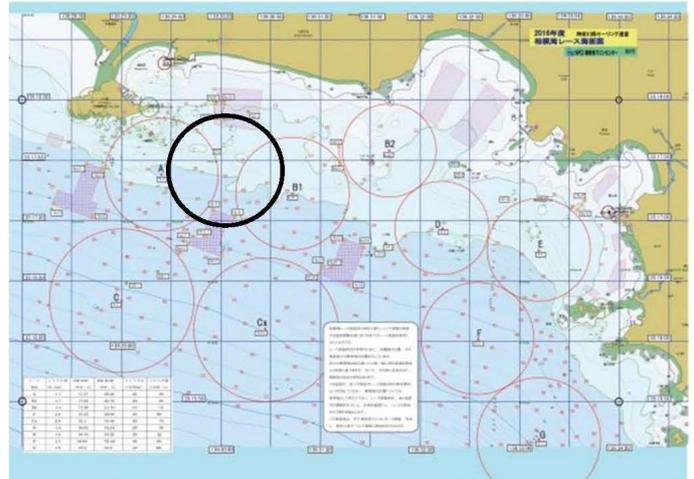
### 20. 肖像権

競技者は、本大会に参加することにより、大会期間中の競技者または競技者の装備に関する動画、写真等の映像について、その競技者に予告なく主催団体の判断で使用される権利を主催団体に与えるものとする。

### 21. 問い合わせ先

2025 スプリングレガッタ 大会事務局  
 (一社) 日本レーザークラス協会 奥津  
 メールアドレス : ilcajpn-kyouka@cityfujisawa.ne.jp

### 22. 添付図 1 レース海面図



### 23. その他の情報

#### 1. 艇置料

レース艇の艇置料及び支援艇の艇置料等は、ヨットハーバー事務所にて各自で手続き及び艇置料等の支払いを行うこと。

#### 2. 大会本部

大会本部は、中央ゲートから入って右側の新しくできたセーリングセンターに設置される。

#### 3. 艇の搬入及び駐車場について

外来艇ハーバー使用者は別途、江の島ヨットハーバー事務所受付にて各自でハーバー利用手続き及び利用料の支払いを行う。  
 利用料金 神奈川県内在住 1,020 円/1 日  
 県外在住 1,190 円/1 日  
 学生は上記金額の 1/2 (学生証が必要)

\*ハーバー手続き時間短縮及び混雑(密)を避けるため、各自(できるだけフリート、チームまとめて)事前に「臨時係留/陸置き施設利用承認申請書」に記入の上、FAX を管理事務所へ送信願います。(FAX 0466-25-5413)  
 申請書はこちらからダウンロード。

<https://www.riviera.co.jp/marina/enoshima/application/index.html>

\*駐車場はハーバー前の県営駐車場に入れてください。駐車券はハーバー事務所に持参し、スタンプを押してもらってください。ハーバー利用者料金 (830 円/1 日) になります。艇の搬入は中央ゲートから行い、搬入後速やかに県営駐車場に移動願います。

#### 4. チャーター艇 (先着順)

チャーター艇を6艇準備(ハル、スパー、フォイル、船台のみ) 詳細は大会ホームページに公示。  
 \*チャーター料は大会受付時払い。  
 \*チャーター艇を希望する選手は、大会ホームページ <http://sail.jpn.com/> にて申し込みを行ってください。  
 チャーター艇抽選結果発表 : 大会ホームページ <http://sail.jpn.com/>

以上



## Masters World Championships in Italy

明けましておめでとうございます。いよいよ、2025年 ILCA 6 & ILCA 7 Masters World Championships in Italy の年となりました。今回は交通についてレポートします。

フォルミア(Formia)はローマ空港、もしくはナポリ空港(Capodichino)が最寄りの空港となります。個人的には、ナポリ空港からのアクセスの方がローマ空港(Fiumicino)よりも容易だと思います。各空港からフォルミア(駅名 Formia-Gaeta)へのアクセス時間は、ほぼ同じです。ナポリ空港の利用をお勧めする理由

1. ナポリ空港はローマ空港と比べるととても小さいので、飛行機を降りた後、すぐに空港を去ることができます。
2. ローマ空港はローマの市街地から離れたところに位置するため、まず電車でローマセントラル駅へ電車で移動する必要があります。それから電車でフォルミアへ。ローマセントラル駅は大きくとても混雑しています。

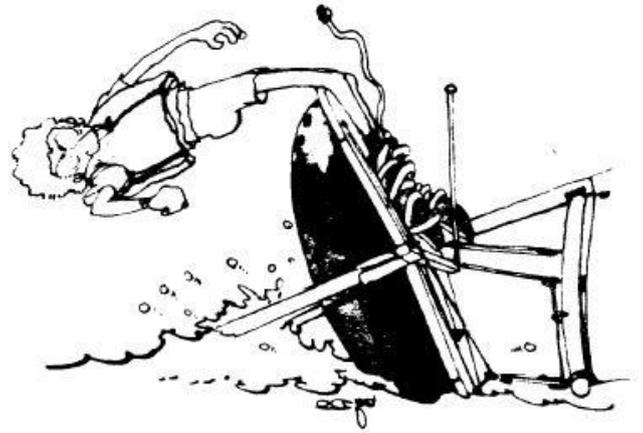
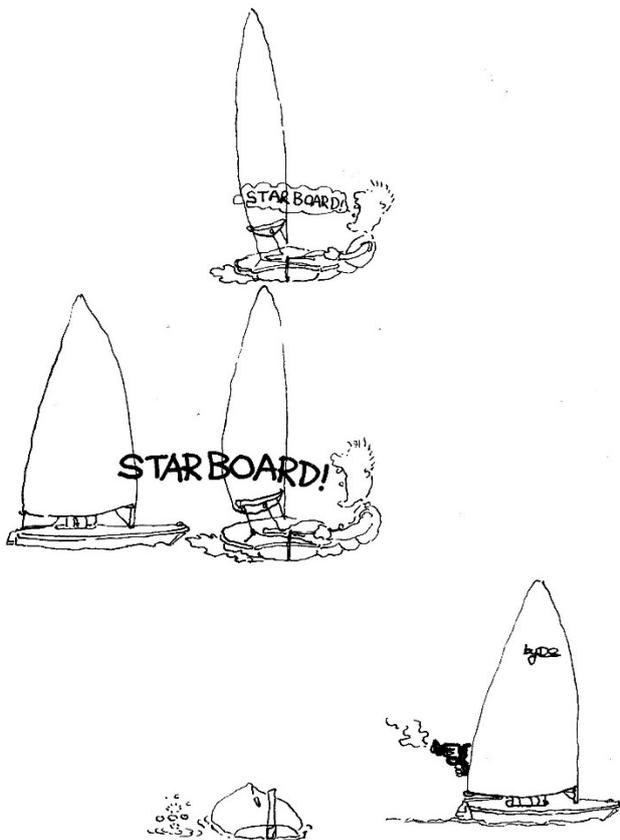
ナポリ空港の場合は空港からナポリセントラル駅までは Ari バス(バス停はナポリ空港から歩いて1分)へ移動、ナポリセントラル駅からフォルミアへの電車での移動になりますが、ローマ駅ほど混雑していません。ただし、ITA という航空会社が最近ローマ-羽田間のダイレクトフライトを運行するようになったので、飛行機の乗り換えと、駅での混雑や複雑な事態が気にならないければ、ローマ空港からのアクセスも良いかもしれません。

Notice of Race が掲載されました。

<https://2025ilcamasters.ilca-worlds.org/wp-content/uploads/sites/29/2024/11/NOR-2025-ILCA-Masters-ITA.pdf>  
イタリアは、4月に開催される Italia Masters の成績によって、World に出場する選手を決めるようです。

何かご質問あれば(観光などなど)、遠慮なくご連絡下さい。

バスケス鶴代(旧 姓:西田)



## CAPSIZE



2024年4月から材木座フリートキャプテンを拝命致しました五十嵐と申します。よろしくお願ひ致します。

以前は積極的に遠征をしていたのですがセイル屋の仕事柄、土日祝日は99%クルーザーのセーリングとなっております。なのでレーザーには平日の風が良い時に仕事の合間にサクッと短時間乗り、年に1、2回遠征を楽しんでおります。その遠征先で場末のスナックに行くのが趣味です。

材木座フリートは近年ストイックに遠征に出かける選手も増えております。遠征をしなくても頻繁に材木座でセーリングを楽しむメンバーも多くいらっしゃいます。

この湘南界限では第一週は逗葉フリートレース、第二週江ノ島フリートレース、第三週材木座フリートレースが行われており、レース派にとっては最高の条件が整っているのではないのでしょうか。

しかも、セーリング後に江ノ島、富士山を眺めつつ飲むビール、これが最高です。是非一度遊びに来てください。レースはもちろんアフターセーリングも楽しんでいただけたと思いますよー。

私はあまり遠征出来ておりませんが、もしレース会場で見かけたら気軽に声をかけてくださいな。

(材木座フリート 五十嵐厚志)

皆様、ありがとうございました。この号を最後に LaserNews の編集を交代します。今春から芦屋フリースの西野利香さんが編集です。聡明でパワーのある利香ちゃんは LaserNews にびったり！原稿遅れたり、忘れたりしないでくださいね。ご協力よろしくお願ひします。

そもそも、私が LaserNews との関わり始めは当時、会長だったジアイさんから原稿の回収が大変だから「押しの強い関西のおばちゃん！」が取り立てしてね、って。

が、原稿の取り立てだけのつもりが 2010 年師走のある日、「LaserNews 編集する人がいなくなった！やって！！」って、海外へ出発する直前の大谷さんが空港から私に電話。困った私は夫に相談したら「大谷さんからの依頼に No はない、Yes だ。僕が手伝うから」と。

ジアイさんも大谷さんも一応、説明しておくとして日本にレーザ一を広めた重要人物です。今はめったにお目にかかれませんが私がレーザ一に関わりだした頃はいつでもどこでも裸足の大谷さんが「レーザ一って面白いよ！」って日本中、世界中に出かけて行って面白い写真を撮ったり、レース中にあまりにも遅い私のところにやってきて「早くフィニッシュしてくれないと次のレースがスタートできないからついてきて！」って私を先導したり。

ジアイさんは会長だった時、「みんな僕のことを会長！って言うけど僕はレーザ一の一(いち)メンバーなんやけどなあ」って。いつまでもみんなと一緒に楽しむことを大切になさっている方です。

LaserNews 編集を始めてから 10 年以上。長い間、クレームも言えず (=みんな我慢してた) 素人編集でごめんなさい！たくさんの方のお陰で毎号、できあがっていました。本当に感謝申し上げます。無茶なお願いを受けてくださった皆様、ありがとうございました。お陰様でいろんな方とご縁ができました。

長い間、関わらせていただいていますので私のことを協会の偉い人だと勘違いして下さっている方もいらっしゃるかもしれませんが普通のメンバーです。組織として役割分担が小学校の学級会のようにはありますがレーザ一クラス協会は偉いとか偉くないとか無いです。とにかくみんな楽しいことをもっと楽しく面白くなるようにいい年した大人が「真剣」に考えています。大人が楽しそうにしていれば自然に子供達も楽しくなっちゃいますよね。

これからは長距離運転苦手な私は運転手がいなくなってカートップで遠征はできなくなりましたがお手伝いさせていただけることがあれば、電車、バス、飛行機、自転車、徒歩、etc. 体力が続く限りどこでも行っちゃいます。今年もどこかでどうぞよろしくお願ひいたします♪

LaserNews 編集 永岡明美



Painted by YUKA K.



## FINISH LINE

長年レーザ一ニュースの編集に携って下さったニュース副委員長長の永岡明美さんが退任されることになった。「永岡明美さん 長い間ありがとうございました。」委員長更迭、副委員長昇格の予定だったが！！？？？。永岡さんの後任は、西野利香さんである。「西野利香さん よろしくお願ひ申し上げます。」

2025 年になったばかりではあるが、所属する東京ベイフリースは、2026 年のレーザ一マスターズをお引き受けする準備を開始している。開催場所は、千葉県の銚子である。当フリースが前回マスターズをお引き受けしたのは、2003 年の銚子であったが、当フリースメンバーだけではなく、銚子や県連の関係者の全面的なご協力をいただきながら開催できた。

昨年末のフリースの総会では、2026 年度全日本マスターズ(銚子)開催に向けた準備会議を開催し、1. 各タスク毎に役割分担を定め準備を進めること。2. 日程を確定させ、実施要綱を作成し、銚子・県連のキーマンに打診すること。等が議論された。

前回の開催から 20 年以上となり、多少のフリースメンバーの入れ替わりもあるが、多くのメンバーが残っている。平均年齢は大幅に上昇していると思われるが、その分、経験も豊富になっていると考えられる。銚子や県連の関係者、他フリースのメンバーの協力も仰ぎながら、準備を進めて行きたいと考えている。

(ニュース委員長 重松貴)