

氏名(漢字)				(英文)			
住所							
生年月日	年	月	日	Mail	アドレス		
自宅電話				携帯	電話		
緊急連絡先	氏名				住所		
団体	ランク	カードNo.	経験本数				
前回潜ったのはいつですか?							
いつ?				どこで?			
BLUE ZONEをどの様にして知りましたか?							
<input type="checkbox"/> インターネット <input type="checkbox"/> 紹介 <input type="checkbox"/> 広告・看板・チラシ <input type="checkbox"/> 通りがかり <input type="checkbox"/> るるぶ <input type="checkbox"/> ゆくるボン <input type="checkbox"/> その他							

## PADI病歴／診断書 (MEDICAL STATEMENT) コース参加者記録 (重要部外秘情報)

### 署名する前によく読んでください。

この病歴／診断書は、ダイビングにはある程度の危険性が内在すること、トレーニング・プログラムにはやりとげなければならないことが告知されていることを、確認するためのものです。スクーバ・ダイビング・プログラムに参加するには、あなたの署名が必要です。

インストラクター名: \_\_\_\_\_

スタア名: \_\_\_\_\_

住所: 〒 \_\_\_\_\_

署名をする前に、この声明書をよく読んでください。スクーバ・トレーニング・プログラムに参加するには、この病歴／診断書の声明書の全項目に記入することが必要です。この声明書には病気に関する質問があります。未成年者の場合には親権者、または保護者の署名が必要になります。

ダイビングはエキサイティングなスポーツですが、同時にハードな活動でもあります。正しいテクニックを用いる限りはダイビングは比較的安全なスポーツです。

しかし、安全手順に従わないときには、危険が増す場合があります。スクーバを安全に楽しむには、極端なオーバーウェイトであったり、コンディションを軽視すべきではありません。ダイビングはそのときのコンディションだけでは、非常に激しい活動にもなります。呼吸器系と循環器系が健康であること、すべての体内空間に異常がなく、健康であることが必要です。冠状動脈性の心臓の疾患、現在カゼをひいていたり、うっ血、てんかん、重度の医学的なトラブル、アルコールや薬物依存の傾向などがある人は、ダイビングをすべきではありません。

また、ぜんそく、心臓の疾患、その他の慢性的な症状がある人、現在定期的に投薬を受けている人は、プログラムに参加する前と終了後も定期的に、医師そしてインストラクターに相談してください。さらにスクーバ・ダイビングでの呼吸、圧平衡についてはプログラムの中でインストラクターから学びます。スクーバ器材の誤った使い方は、大きな障害につながる可能性があります。正式な資格をもつインストラクターの直接の指導のもとで、器材の安全な使い方のすべてを学ばなければなりません。

この病歴／診断書について質問があるときには、署名をする前にインストラクターとともに一度検討してください。

### 病気に関する質問表 参加者の皆様へ:

この質問表は、リクリエーショナル・スクーバ・ダイビングに参加される前に、医師の診断を受けるべきかを判断するためのものです。

あなたが以下の各質問に Yes と答えたからといって、ダイビングをする資格がないことを意味するわけではありません。あなたのダイビング時の安全性を阻害させる条件を判断させ、スクーバ・ダイビングに参加する前に医師からのアドバイスが必要とすることを意味します。

あなたの過去と現在の健康状態に関して、以下の質問に Yes または No で答えてください。回答が不明の場合は、安全を記して Yes と答えてください。Yes の場合には、スクーバ・ダイビングに参加する前に、医師と相談していただかなければなりません。

- 現在妊娠をしている、もしくはその可能性がある。
- 現在処方せんによる投薬を受けている (避妊薬、マラリア予防薬は除く)。
- 45歳以上の方で、以下の項目が1つ以上あてはまる。
  - ・ バイブ、葉巻、タバコを喫煙している。
  - ・ コレステロール値レベルが高い。
  - ・ 家族に心臓発作や脳卒中の病歴がある方がいる。
- ・ 現在診療を受けている。
- ・ 高血圧である。
- ・ 食事療法で調整しているが糖尿病である。

以前に以下の病気にかかったことがある、または現在かかっていますか?

- 喘息 (ぜんそく)、あるいは呼吸時の喘息 (げいげいする)、または運動時に喘息が起きる、または起きたことがあった。
- 花粉症、またはアレルギー症状の激しい発作、あるいは頻繁な発作がある。
- カゼ、副鼻腔炎、または気管支炎によくかかる。
- 何らかの肺の病気 (肺炎など) がある、またはなったことがある。
- 気胸がある、またはなったことがある。
- その他の肺の病気がある、またはなったことがある。もしくは肺(胸)部の手術を受けたことがある。

- 行動上の問題、または精神的、心理的な問題がある、またはなったことがある (不安発作、閉所恐怖症、広場恐怖症など)。
- てんかん、発作、けいれんをおこす、またはそれを抑えるための薬を服用している。
- 複雑型偏頭痛を繰り返し起こす、またはそれを抑えるための薬を服用している。
- 意識喪失や、気絶したことがある (完全、または一時的に意識を失う)。
- 乗り物酔いがよくある。または乗り物酔いが激しくある (酔酔いや車酔いなど)。
- 赤痢または脱水症状で治療が必要である。
- 何らかのダイビング自己や減圧症である、またはなったことがある。
- 中等度の運動ができない (例えば、約1.6キロの距離を12分以内で歩くことができない)。
- 過去5年間に、意識を失う頭部の損傷があった。
- 腰痛を繰り返し起こす。
- 腰部または背骨の手術を受けている。
- 糖尿病である、またはなったことがある。
- 腰、腕、脚の外科手術、外傷や骨折後の後遺症がある。
- 高血圧症、または血圧降下剤など、血圧をコントロールする薬を服用している、またはしていた。
- 心臓疾患にかかっている、またはわずらっていた。
- 心臓発作がおきる、またはおきあことがある。
- 狭心症、あるいは心臓外科手術、または動脈手術を受けている。
- 副鼻腔の手術を受けている。
- 耳の病気や手術を受けたり、聴覚障害、平衡感覚障害である。
- 耳の病気を繰り返し起こす、または起こしていた。
- 出血やその他の血液障害がある、またはあった。
- ヘルニアにかかっている、またはわずらっていたことがある。
- 潰瘍、または潰瘍の外科手術を受けている。
- 大腸や回腸の人工肛門の手術を受けている。
- 過去5年間に娯楽で麻薬を使用しあり、治療のために麻薬を用いた、またはアルコール依存症になったことがある。

私の病歴について、上記の情報は、私の知るかぎり間違いありません。

私は現在あるいは過去の健康状態を明らかにしなかった場合、記載漏れの事項に関する責任を負うことに同意します。

## 注意して読んだ後にご署名下さい。

この声明書は、スキン・ダイビング、スクーバ・ダイビングを安全に行うために必要なことを知っていただくためのものです。これらを再認識し、了解していただくためにまとめられたものであり、ダイビングをするにあたっての快適度や安全性を増していただくために作成されています。

安全なダイビングをするための習慣を理解されているという確認として、あなたの署名が必要です。署名をする前にこの声明書をよく読み、ご不明な点がある場合には担当のインストラクター、またはスタッフにお尋ねください。

もしあなたが未成年の場合は、保護者（親権者）の署名が必要になります。

私 \_\_\_\_\_ は、ダイバーとして以下の事項を守るべきであることを了解しています。

(氏名を楷書で)

1. ダイビングするときは、心身共に健康を維持してください。アルコール類や危険性のある薬物を服用してダイビングしてはいけません。継続教育を通してダイビング・スキルを維持するようにし、久しぶりにダイビングをするときにはコントロールされた環境で復習をするようにして、知識やスキルを忘れないようにしてください。
2. あなたが潜るダイビング・ポイントをよく知る。初めて潜る場合やダイビング・ポイントの情報が不足している場合は、知識豊かな現地スタッフなどから正式なオリエンテーションを受けてください。あなたが経験したことのある環境よりもコンディションが悪い場合は、ダイビングを延期するか、あるいは良いコンディションのダイビング・ポイントを代替地として選ぶようにします。あなたの受けたトレーニングや経験にあったダイビング活動にのみ参加するようにしてください。専門のトレーニングを受けていない場合は、ケープあるいはテクニカル・ダイビング活動に参加してはいけません。
3. よく手入れされていて、使い慣れている器材を使用してください。器材は各ダイビング前に正しく調整し、きちんと作動するかチェックしてください。認定を受けていないダイバーに自分の器材を使用させてはいけません。スクーバ・ダイビングを行うときは必ずBCDと残圧計を使用してください。バックアップ空気源（オクトパスなど）や中圧インフレーター（パワー・インフレーター）を使用するほうが望ましいということを確認してください。
4. プリーフィングや注意事項、その他ダイビングに関する説明や指示をよく聞いて、あなたのダイビング活動を監督する人のアドバイスに敬意をはらってください。また、特別なダイビング活動への参加、不慣れた地域でのダイビング、6ヵ月以上ダイビングをしていない場合などは追加のトレーニングが推奨されることを認識してください。
5. ダイビング中は、最初から最後までバディ・システムを守ってください。水中での連絡方法や万一離れ離れになったときに再集合するための方法、緊急手順などのダイブ・プランをバディと一緒に計画してください。
6. RDPの使用方法をきちんと理解してください。全てのダイビングを減圧不要限界内で行い、安全のために余裕を持ったダイビングを計画し実行します。水中で深度や時間を測るために必要な計器を携帯してください。最大深度はあなたが受けたトレーニングや経験のレベルをよく考えて決定するようにし、1分間に18メートルより遅い速度で浮上してください。S.A.F.Eダイバーになること—Slowly Ascend From Every Dive（すべてのダイビングでゆっくりと浮上）。3分間あるいは用心してさらに長く、深度5メートルで安全停止をしてください。
7. 正しい浮力を維持してください。ダイビング前にBCDに空気を入れられない状態で水面で中性浮力になるようにウエイトを調整するようにします。水面移動をするときや水面で休息するときにはプラス浮力を確保してください。ウエイト・ベルトはいつでもすぐにはずせるように装着し、ダイビング中にトラブルが起こった場合は、まずプラス浮力を確保することを忘れないようにしてください。
8. ダイビング中は正しい呼吸を維持してください。圧縮空気を吸っているときには絶対に息ごらえやスキップ呼吸をしてはいけません。また、スキン・ダイビングなどの息ごらえダイビングでは、過激なハイパーベンチレーションを避けてください。水面、水中を問わず、水中にいるときは動きすぎて疲れてしまわないようにし、あなたの能力の限界内でダイビングしてください。
9. 可能な限り、ボートやフロート（浮具）、その他の水面用ステーションを設置して使用してください。
10. 各ダイビング・ポイントでの漁業規則や、ダイブ・フラッグの使用など、ダイビングに関する法律や規則やルールを守ってください。

私の病歴について、表面の情報は、私の知る限り間違いはありません。私は現在あるいは過去の健康状態を明らかにしなかった場合、記載漏れの事項に関する責任を負うことに同意します。

私は、これらの実施要項の重要性と目的を理解しました。これらを守ることが私自身の安全と楽しむために必要であることを理解し、ダイビングにあたって、これらの実施要項を守らない場合には私自身を危険な状況においてしまう可能性があることを認識しています。

参加者署名

日付

未成年の場合、  
保護者の氏名

日付

(親近者、保護者の署名)(親権者あるいは後見人)

担当