



「泳力認定」運営マニュアル

泳力認定委員会 編



カッパの忍者
にんてーくん

一般社団法人 日本スイミングクラブ協会

「泳力認定」運営マニュアル

－ 目 次 －

はじめに	1
泳力認定員資格について	2
泳力認定会の実施について	3
泳力認定会Webシステムについて	6
泳力認定会の実施方法について	8
泳力認定水泳段位の申請について	13
泳力認定基準・水泳段位認定基準および検定料・認定料について	16
命を守る30分完泳について	17
命を守る30分完泳実施について	17
命を守る30分完泳実施方法について	21
命を守る30分完泳認定基準および検定料・認定料について	25
ゴールドマスターズスイマー称号付与について	26
泳力認定委員会規定	27
泳力認定員規定	28
泳力認定員資格取得規定	28
泳力認定（級）実施規定	29
泳力認定種目の一部免除及び級の飛ばし規定（細則）	30
泳力認定1級特別認定規定（細則）	31
泳力認定事業推進登録クラブ表彰規定	31
泳力認定（水泳段位）実施規定	32
水泳十段位特別認定規定（細則）	33
名誉水泳十段位授与規定	34
ゴールドマスターズスイマー称号付与規定	34
ベストスイマー表彰規定	35
泳力認定実施要領	36

<付録>ジュニア救急法実施マニュアル

《はじめに》

「泳力認定」実施のご案内

泳力認定とは、「一般社団法人日本スイミングクラブ協会」が定めた全国統一の泳力認定基準に基づき、スイマーの泳力を認定するものです。

当協会加盟のクラブ会員並びに日本に在住しているすべての水泳愛好者が認定を受けることができます。この泳力認定実施運営マニュアルは、各登録クラブにおいて泳力認定会を円滑に実施していただくために、その手順や決まりをまとめたものです。

本マニュアルを活用していただくことによって、多数の水泳愛好者が検定に合格し、スイミングパスポートを取得されますことを願っております。

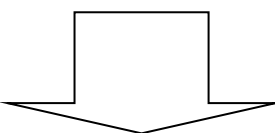
●泳力認定事業に取り組むには、まず・・・

[泳力認定員の有資格者が必要です]



加盟クラブで泳力認定事業を行うためには、そのクラブに必ず1名以上の泳力認定員が必要です。

[泳力認定員資格取得講習会に参加]



全国10支部で「泳力認定員資格取得講習会」を開催しています。まず、クラブの指導者のうちどなたかが講習会を受講し、泳力認定員の資格を取得してください。

[泳力認定事業の実施]



これで、あなたのクラブで泳力認定事業を実施することができます。早速、本マニュアルに従って泳力認定事業に取り組んでみましょう。

[泳力認定事業の内容] 取り組める泳力認定事業は次のとおりです。

- ①泳力認定会
- ②水泳段位
- ③命を守る30分完泳
- ④ゴールドマスターズスイマー称号付与

●泳力認定員資格について

[資格取得について]

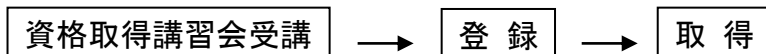
泳力認定員の資格は、2時間程度の講習会を受講して簡単に取得することができます。

但し、受講者の保有している資格や経験によって「筆記試験」が必要な場合がありますので、ご注意ください。

(1) 講習会受講のみで取得

○受講条件・・・水泳教師

○上記の方は、泳力認定員資格取得講習会の受講のみで資格が取得できます。



* 受講料は無料です。

* 登録料は無料です。

* 送付書類（2点）①資格取得申請書/②顔写真

(2) 筆記試験に合格して取得

○受講条件・・・下記の3つのどれかに該当していること。

①水泳インストラクター資格保持者または水泳基本講習会受講修了者で、商業スポーツ施設にて3年以上の指導経験がある方

②商業スポーツ施設で5年以上の指導経験を持つ方

③教員の資格を持ち、学校等において3年以上の水泳指導経験を持つ方

○上記の方は、泳力認定員資格取得講習会を受講した後、筆記試験に合格して資格が取得できます。



* 受験料は5,500円（税込）

* 合格

* 登録料3,300円（税込）

* 送付書類（4点）

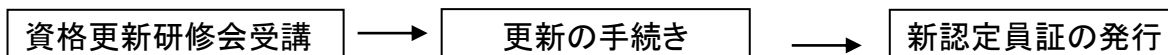
①資格取得申請書/②合格通知書写し

③顔写真/④振込受領書写し

[資格の更新について]

泳力認定員資格の有効期限は4年間です。資格が交付された月から4年の間に、必ず「資格更新研修会」を受講してください。更新研修会受講後、更新手続きをお済ませください。

(3) 更新継続の手続き



* 受講料は無料です。

* 更新手続きは無料です。

* 新たに4年間の期限更新

* 送付書類（3点）

①資格更新申請書/②受講証明証写し/③顔写真

※満60歳を経過した泳力認定員は、研修会が免除になります（平成20年6月改定）

《泳力認定会の実施にあたって……2つのやり方》

クラブ内にて泳力認定会を開催する方法には、大きく分けて2つのやり方があります。

自クラブに合ったやり方を選択して、「泳力認定会」を開催してください。

I. イベント方式：イベントとして日時を決めて参加者を募集し、「泳力認定会」を開催する方法

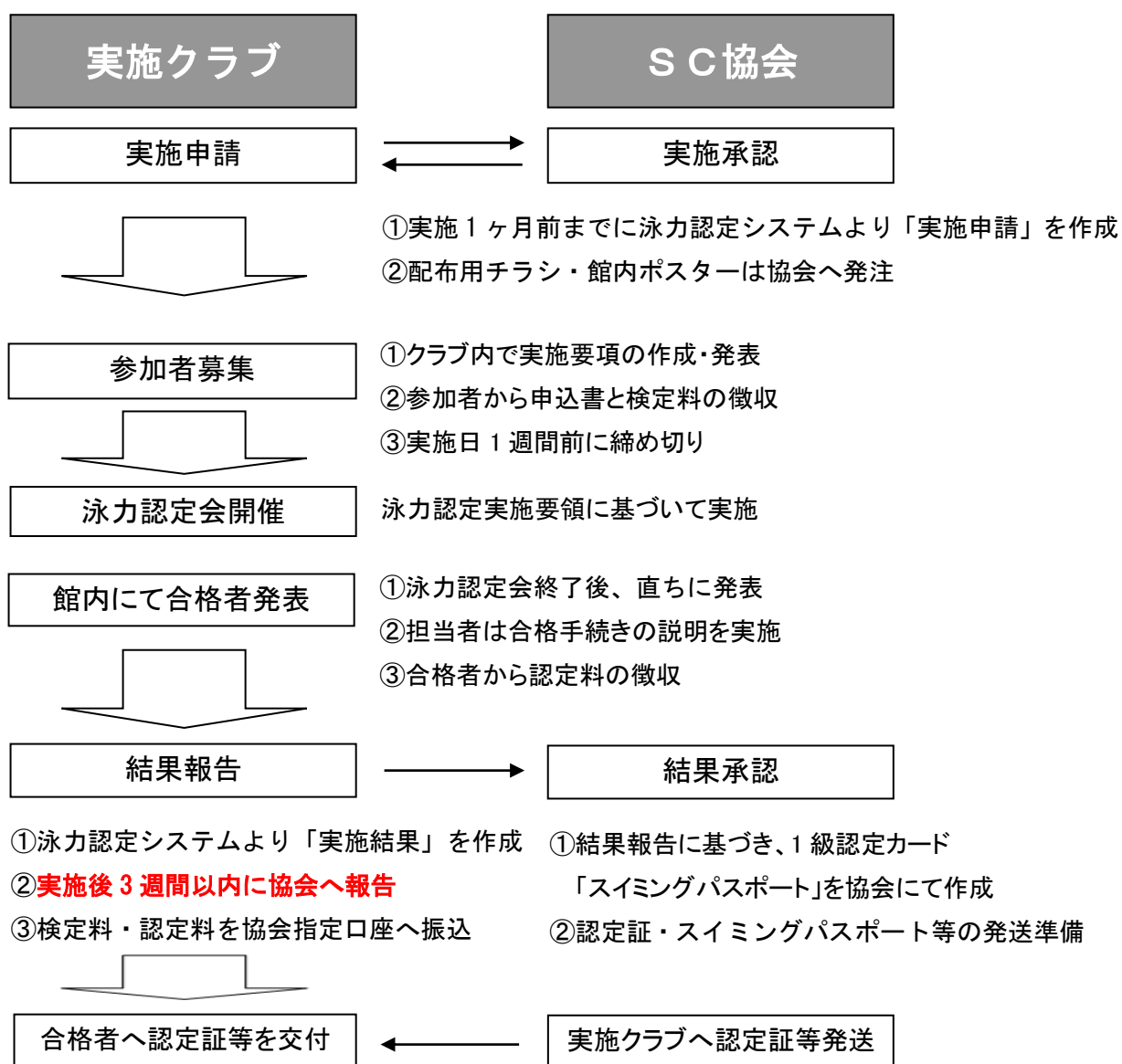
II. リンク方式：クラブ独自の進級テストを実施する際に、「泳力認定会」を抱き合わせで行う方法

[I. イベント方式]

日時を決めて、「泳力認定会」を開催する方法で、泳力認定会の基本となるスタイルです。

①「泳力認定会」の開催する日時を決めて要項を作成・配布し、受検者を集めて実施してください。

②実施手順は、次のとおりです。



※実施申請方法および取りまとめ後の申請については、「協会へ結果報告の仕方」をご覧ください。

〔Ⅱ. リンク方式〕

（１）リンク方式で実施する場合の事前準備

現在クラブで実施している「進級テスト」と「泳力認定会」を、一緒に実施する方法です。

基本的には前項の実施手順が元になりますが、自クラブの進級テストの基準と泳力認定級基準が異なることが多いため、次の事前の準備が必要になります。

①自クラブの進級基準と泳力認定級基準とのすり合わせ

それぞれのクラブの進級基準と泳力認定級基準を、事前にリンク方式採用のためにすり合わせをする必要があります。

②リンク方式による泳力認定級合格の案内文の作成

リンク方式で泳力認定級の認定を行う場合、自クラブの進級テストに合格をした時点で泳力認定級の合格という形になりますから、泳力認定級の不合格者は出ません。自クラブの進級テストと泳力認定級の合致した級が合格した時点で、泳力認定級の合格の案内が行くことになります。

そこで、前もって「リンク方式による泳力認定級合格の案内文の作成」が必要になります。

③リンク方式による泳力認定級合格の案内文の一例は次ページにてご案内します。

（２）合格者へ「全国統一泳力認定級取得のご案内」の手紙の配布

①そのクラブの進級テストが終了したら、泳力認定級の合格者に対して「全国統一泳力認定級取得のご案内」（P5）の手紙を配布してください。

②合わせて、当委員会が発行をしています泳力認定のチラシと一緒に配布してください。（泳力認定のチラシは、泳力認定委員会に請求をしてください。）

（３）泳力認定級の申込に対して

「全国統一泳力認定級取得のご案内」の手紙の配布後、泳力認定級の申し込みがございましたら、各級の検定料と認定料を徴収してください。協会へ結果報告後、認定証等をクラブへ発送致しますので、届きましたら記入をして渡してください。

※リンク方式による泳力認定級合格の案内文の一例

一般社団法人日本スイミングクラブ協会認定全国統一泳力認定級取得のご案内

様

拝啓 ○○の候、ますますご健勝のこととお慶び申し上げます。日頃は、当クラブの運営にご協力とご支援を賜り厚くお礼を申し上げます。

さて、当クラブの「○○進級テスト」は、一般社団法人日本スイミングクラブ協会認定の全国統一の「泳力認定会」とリンクで開催をいたしております。これは、当クラブの「○○進級テスト」を段階的に合格をされますと、一般社団法人日本スイミングクラブ協会認定の全国統一の「泳力認定級」の認定者になっていただけるものです。

あなたは、当クラブの○○進級テスト○級に合格されていますので、一般社団法人日本スイミングクラブ協会認定の泳力認定の下記の級の合格が認められ、認定者になっていただくことができますのでご案内を申し上げます。つきましては、これを機会に全国統一の泳力認定級の認定者になっていただきますようお願い申し上げます。 敬具

○○○スイミングクラブ
代 表 ○ ○ ○

記

1. 泳 力 認 定 級： ○級

2. 認 定 料：

級	認定料（検定料を含む）	備 考
○級	○○○○円	認定証・スイミングパスポート代を含む

3. 認 定 の 手 続： 下記の認定申込書に必要事項をご記入の上、認定料（検定料を含む）を添えて当クラブフロントへお申込下さい。

4. 認定の受付期間： ○○年○○月○○日～ ○○月○○日

5. そ の 他： 1) 泳力認定証は、お申込をいただいた翌日以後のレッスン日にお渡しをいたします。
なお、1級認定者のみにお渡しするスイミングパスポートは、お申込後お渡しするまで約1ヶ月程度かかる場合があります。

以上

----- キリトリ -----

全国統一泳力認定級申込書

氏 名		会 員 N o		コ ー ス	
住 所	〒				
電 話		生年月日	西 暦	年 月 日	生（ 歳）
認定級	○級				

上記の者が、泳力認定級の認定を受けることを承諾します。

保護者

印

● 泳力認定Webシステムについて

泳力認定Webシステムは、各登録クラブと協会間の申請・認定手続きを円滑に実施して頂くためのシステムです。このシステムを活用することによって、申請・認定データの管理、各登録クラブと協会間の相互入力・相互参照ができ、効率よく申請・認定を行うことができます。

(1) クラブ専用システムの画面へログインおよび入力フォーマットのダウンロード

※泳力認定システム ご利用の手引きを確認して操作を行ってください。

はじめに — クラブ画面から入力フォーマットをダウンロード

日本スイミングクラブ協会
のトップページ
(<http://www.sc-net.or.jp>)

泳力認定ホームページ

ダウンロード

「JSCA ID」と「パスワード」を入力して、
ログインをクリックすると、
登録クラブ様専用のページへ移動します。

1 泳力認定

2 ログイン

3 ダウンロード

※パソコンに保存してください

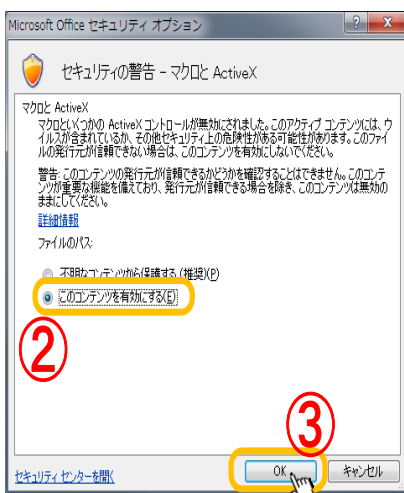
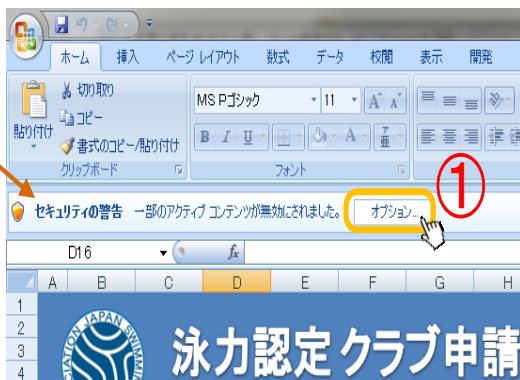
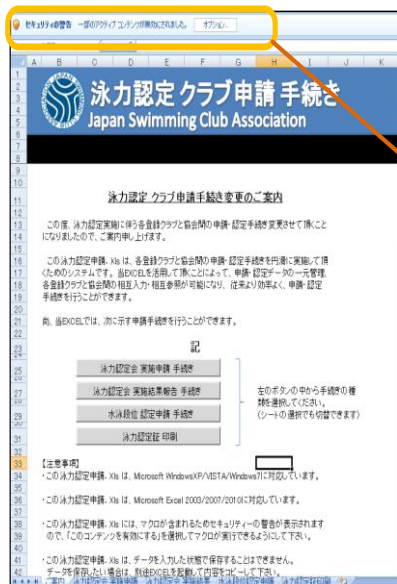
各クラブのIDとパスワードは、事前に登録クラブへ通知します。もし、IDとパスワードが分からない場合には、協会へ確認してください。また、パスワードの変更もできます。詳細は、手引きを参照ください。

※上記の画面は、クラブのウェブサイト（確認画面）です。実際に申請やデータを入力するのは、エクセルのフォーマットになり、ウェブサイトからエクセルのフォーマットをダウンロードしてください。

(2) ダウンロードしたシートを使用する前の準備

※泳力認定システム ご利用の手引きを確認して操作を行ってください。

申請書(Excel)のセキュリティの警告について



申請書(Excelファイル)を開いた後、マクロを有効にするかどうか確認する画面が表示された場合には、「このコンテンツを有効にする」を選択してください。(Excelのバージョンによって、メッセージが異なる場合があります)

申請書は、申請毎にダウンロードして頂く必要はありません。一度、パソコン上に保存していただくと、毎回 Excel ファイルを開くだけで利用できます。

既にマクロを有効にしている場合は、上記の手順をせず、システムを使用できます。

また、エクセルのバージョンによって、実際の(上記)図が異なる事があります。

準備が整ったら、実際にシステムを利用して泳力認定事業を行ってください。

● 泳力認定会の実施方法について

[I . 実施申請]

(1) 実施申請の手順

必ず**実施1ヶ月前までに**申請手続きを行ってください。

※泳力認定システム ご利用の手引きを確認して操作を行ってください。

実施申請の仕方(Excel)

泳力認定会 実施申請
Japan Swimming Club Association

新規作成 開く 登録 ⑥ 削除 クリア

年度 申請番号
2012 ②

申請日

クラブ

代表者

メールアドレス

実施期日

プール名
(m × m コース)

プール住所

TEL 例: 03-3511-1552

泳力認定員 No.

泳力認定員名
姓 名

泳力認定
前回の申請内容を元に作成しますか?
はい(Y) ④ いいえ(N)

泳力認定会 実施申請
Japan Swimming Club Association
この内容で申請しますか?
⑦ 申請する
一時保存する
確認画面で承認状況を確認してください。
OK ⑧ キャンセル

ログイン
泳力認定
Japan Swimming Club Association
JSCA ID:
パスワード:
ログイン ① クリア

ログイン画面が表示された場合には、
IDとパスワードを入力してください。

(2) 飛ばし級／泳力認定1級特別認定申請を希望する受検者には……

「泳力認定種目の一部免除および級の飛ばし規定（細則）」を満たしている場合、または、「泳力認定1級特別認定規定（細則）」を満たしている場合は、それぞれの規定に基づいた受検方法にて受検または認定ができます。

詳細、手続きは・・・「泳力認定種目の一部免除および級の飛ばし規定（細則）」 → P.30

「泳力認定1級特別認定規定（細則）」 → P.31

[II . 参加者募集 / III . 泳力認定会開催]

(1) 参加者の募集

- ① 泳力認定会実施の2週間前までに、クラブ内で「泳力認定実施要項」（参考書式は泳力認定システム内ダウンロードより）の作成・発表を行ってください。
- ② 泳力認定会参加者から、「泳力認定申請並びに承諾書」（参考書式は泳力認定システム内ダウンロードより）と検定料を徴収してください。
- ③ 泳力認定会実施の1週間前に締め切りとします。

(2) 泳力認定会開催

- ①「泳力認定」運営マニュアルおよび諸規則に従い、泳力認定会を開催してください。
- ②泳力認定会の採点業務は、泳力認定実施要領に基づいて泳力認定員が行ってください。

[IV. 合格者の発表（結果の取りまとめ）]

(1) 結果の取りまとめ

- ①「泳力認定会合格者一覧表」に記入する認定番号は、次の通りとします。各実施クラブにおいて設定し、合格者に認定番号を交付してください。

-

(左 4 桁-正会員番号) (中 6 桁-生年月日 西暦年末尾 2 桁と月日 4 桁) (右 1 桁 - 受検級)

(2) 合格者への手続き方法の説明

- ①合格・不合格の結果発表は、泳力認定会実施後、直ちに発表すること。
- ②合格者には、合格の手続きの仕方を必ず説明してください。(合格者への、認定証や認定カード等の受け渡しは後日となります。)
- ③泳力認定会実施後 2 週間以内に、合格者から、別に定める認定料を徴収します。(検定料・認定料については P.16)

V. 協会へ結果報告の仕方

(1) 結果報告の手順

※泳力認定システム ご利用の手引きを確認して操作を行ってください。

結果報告の仕方(Excel)

協会へ結果報告

- 実施後 3 週間以内
- 検定料・認定料 (P.16) を協会指定口座へ振込
- システム「実施結果」を作成後申請(郵送不可)

結果承認・認定証等発送

- 結果報告に基づき、1級認定カード「スイミングパスポート」を協会にて作成
- 認定証・スイミングパスポート等の発送

合格者へ認定証等を交付

確認・保管して終了

(2) 証明書の提出（泳力認定1級特別認定規定（細則）による1級申請者のみ）

「泳力認定1級特別認定規定（細則）」を満たしている1級申請者がいる場合には、認定条件を証明できるものの写しを本委員会へ提出してください。（郵送・FAX・メール可）

詳細は・・・「泳力認定1級特別認定規定（細則）」 → P.31

(3) 検定料・認定料の納付

検定料と認定料の2分の1を、実施日から3週間以内に本委員会へ納入してください。

納付先は下記のとおりです。

振込口座：三菱UFJ銀行 神保町支店

普) 2308188 一般社団法人日本スイミングクラブ協会泳力認定委員会

[VI. 合格者への認定証・1級認定カード・記念品について]

(1) 認定証・1級認定カード・記念品の送付

協会に送付された「結果報告」の合格者人数に基づき、協会より認定証と1級認定カード「スイミングパスポート」および記念品を実施クラブ宛送付いたします。実施クラブは、送付されてきた認定証を印刷し、合格者に交付してください。

(2) 認力認定証の印刷について

泳力認定システム内で泳力認定証の印刷ができます。

※泳力認定システム ご利用の手引きを確認して操作を行ってください。

認定証の印字の仕方(Excel)

泳力認定証印刷
Japan Swimming Club Association

開く(4) 印刷(8) 印刷位置調整 ②(必要に応じて印刷位置を調整してください) クリア

年度 申請番号

クラブ 実施期日 プール名 泳力認定員

ジュニア マスターズ

選定 ⑦

印刷位置調整
泳力認定証 印刷位置調整
Japan Swimming Club Association
左余白: 2.5 cm 上余白: 2.5 cm
(0.0~5.0 の間で指定してください)
設定 ③ プレビュー印刷 キャンセル

⑧の後、プレビュー画面が表示されるので、印刷ボタンをクリックしてください。

(3) 1級の認定カード

1級の認定カード「スイミングパスポート」は、実施クラブから結果報告を受け取った後、本委員会にて作成し発送いたします。クラブで作成することはできません。

(4) 認定証・1級認定カード・記念品の交付

合格者への、認定証等の引換券等のフォームは特に作成しておりません。各クラブの実情にあわせて対応をお願いします。

[VII. その他]

(1) 泳力認定員が主管者（クラブ）にいない場合

- ①他クラブの泳力認定員を招聘して実施することができます。
- ②その場合は本協会の規定により、4時間以内5千円、4時間を超え8時間以内1万円の日当と、交通費実費を支払うことが定められています。

(2) 書式について

泳力認定会に必要な全ての書類および書式は、泳力認定システム内ダウンロードに掲載の参考書式をコピーして使用するか、同じ形式で作成した書式を使ってください。

また、個人の情報に関しては、必要な連絡以外には使用しない旨を必ずお書き添えください。

(3) 広報チラシの発注

会員へ配布する泳力認定のチラシおよび館内ポスターを無料にて配布致しております。希望される場合は、本委員会へ発注してください。

チラシの配布枚数は1回につき1000枚～、ポスターは1枚～とします。

(4) 認定者の掲載について

3級以上の合格者は、月刊「スイミングマガジン」にお名前を掲載しています。

●泳力認定水泳段位の申請について

[I. 距離集計]

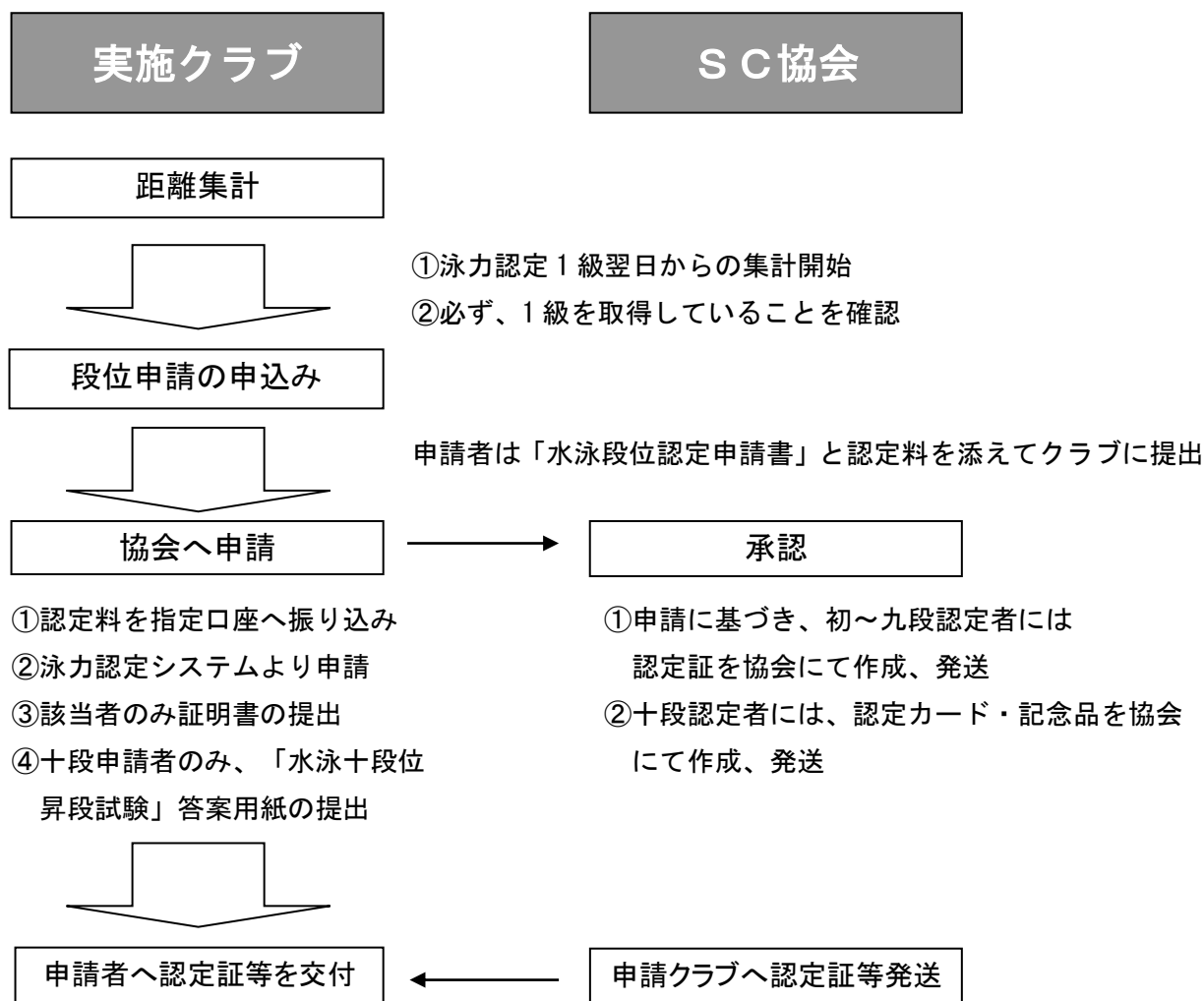
(1) 段位認定とは

泳力認定事業の「段位認定」とは、泳力認定1級取得者が、1級取得後トレーニングを継続していく際に、泳いで到達した累計距離によって認定していくものです。

(2) 実施の際の注意点

- ①累計距離は、泳力認定1級取得翌日から初段申請に向けて距離を集計してください。
- ②集計方法は、各クラブ（または泳力認定員）にて決めて頂いて結構です。
- ③必ず1級を取得していることを確認してください。

(3) 実施手順は、次のとおりです。



[II. クラブの泳力認定員に段位申請の申込]

- ①申請希望者に、「水泳段位認定申請書」（参考書式は泳力認定システム内ダウンロードより）記入の上、認定料を添えてクラブへ提出してもらいます。（五段、水泳十段位特別認定申請者は別途対応有）
- ②五段申請者は、「水泳五段位認定申請書」（参考書式は泳力認定システム内ダウンロードより）

記入の上、認定条件を証明できるものの写しと認定料を添えてクラブへ提出してもらいます。

詳細は・・・「泳力認定（水泳段位）実施規定」 → P. 32

水泳五段位認定条件の動画視聴について → P. 15

③「水泳十段位特別認定規定（細則）」を満たしている場合の十段申請者は、「水泳十段位特別認定申請書」および該当条件を証明できる証書の写しと認定料を添えてクラブへ提出してもらいます。

詳細は・・・「水泳十段位特別認定規定（細則）」 → P. 33

[Ⅲ. 協会へ申請]

(1) 「水泳段位認定申請手続き」の入力

※泳力認定システム ご利用の手引きを確認して操作を行ってください。

段位申請の仕方(Excel)

(2) 証明書の提出（五段申請者、水泳十段位特別認定規定（細則）による十段申請者のみ）

五段申請者がいる場合、「水泳十段位特別認定規定（細則）」を満たしている十段申請者がいる場合には、それぞれ認定条件を証明できるものの写しを本委員会へ提出してください。

詳細は・・・「泳力認定（水泳段位）実施規定」 → P. 32

「水泳十段位特別認定規定（細則）」 → P. 33

(3) 「水泳十段位昇段試験」答案用紙の提出（十段申請者のみ）

水泳十段位申請者には「水泳十段位昇段試験」があります。（先述の「水泳十段位特別認定規定（細則）」による十段申請の場合は除く。）泳力認定員から答案用紙を申請者へ渡し、回収した答案用紙原本を、

WEB 申請から 1 か月以内に協会へ郵送ください。泳力認定委員会にて審議し、合格者には十段の認定カードと記念品を作成して所属クラブへ発送いたします。なお、十段の認定カード・記念品の作成には、昇段試験に合格後、1 ヶ月程度お時間をいただいております。予めご承知おきください。また、申請者にもその旨ご周知ください。

※問題用紙をお持ちでないクラブは、協会へその旨ご連絡ください。メールにて答案用紙をお送りしますので、クラブで保管いただき、今後申請者が出た場合にはそちらをご使用ください。

※先述の「水泳十段位特別認定規定（細則）」による十段申請の場合、昇段試験は免除です。代わりに特別認定条件を証明できるものの写しを本委員会へ提出してください。

（４）認定料の納付

認定料の 2 分の 1 を、申請と同時に本委員会へ納入してください。納付先は下記のとおりです。

振込口座：三菱UFJ銀行 神保町支店

普) 2308188 一般社団法人日本スイミングクラブ協会泳力認定委員会

[IV. 認定証送付／V. 申請者へ渡す]

申請を受理した協会は、初～九段認定者には水泳段位認定証を、十段認定者には認定カード・記念品を作成しクラブへ送付します。協会よりクラブへ水泳段位認定証等が届いたら、速やかに申請者へ渡してください。

[VI. その他]

（１）水泳五段位認定条件の動画視聴について

水泳五段位の認定には、泳いだ距離合計のほかに、講習会受講もしくは動画の視聴が必要です（※P16 参照）。動画の視聴を選択する場合は、泳力認定システム内サイトメニューよりページ移動を行い視聴してください。その際は必ず、申請者が泳力認定員立ち会いの下で視聴することを徹底してください。

（認められない例／泳力認定員が申請者に、自宅で個々に視聴してくるよう指示をした）

視聴が完了したら、泳力認定員は「動画視聴の証明書」を作成し、本委員会へ提出してください。

（郵送・FAX・メール可）

（書式は泳力認定システム内サイトメニューよりページ移動後にダウンロードしてご使用ください。）

動画および動画視聴の証明書の掲載場所は、下記の通りです。

<https://www.sc-net.or.jp/anzen/junior.html>

※講習会受講の場合・・・各講習会の受講が確認できる資料（修了証や受講証等のコピー）を本委員会へ提出してください。（郵送・FAX・メール可）

※泳力認定員は必ず、申請者が①水泳四段認定後の泳いだ距離合計が 150,000m 以上であること。②講習会を受講または動画を視聴していること。以上 2 つの認定基準を満たしていることを確認してから WEB 申請を行ってください。②の証明書が未提出の状態では、申請は認められず、認定ができません。

(2) 書式について

泳力認定会に必要な全ての書類および書式は、泳力認定システム内ダウンロードに掲載の参考書式をコピーして使用するか、同じ形式で作成した書式を使ってください。

また、個人の情報に関しては、必要な連絡以外には使用しない旨を必ずお書き添えください。

(3) 認定者の掲載について

水泳段位認定者は、本協会ホームページにお名前を掲載しています。

● 泳力認定基準・水泳段位認定基準および検定料・認定料について

[泳力認定基準および検定料・認定料について]

級	泳力認定の内容／種目	検定料	認定料
6級	4泳法(カール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ)の中の1泳法 25m 完泳	770円	880円
5級	4泳法の中の1泳法(6級受検合格泳法を除く) 25m 完泳	770円	880円
4級	4泳法の中の2泳法(6級・5級受検合格泳法を除く) 25m 完泳	770円	880円
3級	4泳法 50m 完泳	770円	1,430円
2級	100m 個人トレー完泳	770円	1,980円
1級	200m 個人トレー完泳	770円	2,530円

①各級の認定料には、認定証代が含まれています。1級の認定料には、認定カード代も含まれています。

②級により記念品を併せて配布することがあります。

③検定料及び認定料の2分の1は、主管者の事務費とする。

残り2分の1は、一般社団法人日本スイミングクラブ協会に納入すること。

④上記価格は全て税込価格です。

[水泳段位認定基準および認定料について]

段 位	称号名	認 定 基 準	認定料金
水泳初段		1級認定後の泳いだ距離合計が110,000m以上である。	5,500円
水泳二段		水泳初段認定後の泳いだ距離合計が120,000m以上である。	5,500円
水泳三段		水泳二段認定後の泳いだ距離合計が130,000m以上である。	5,500円
水泳四段		水泳三段認定後の泳いだ距離合計が140,000m以上である。	5,500円
水泳五段		水泳四段認定後の泳いだ距離合計が150,000m以上、かつ、次のいずれかの講習会を受講※または本協会が指定した蘇生法に関する動画を視聴していること。 ※本協会蘇生法適任者講習会・本協会ジュニア救急法講習会・日赤救急法基礎講習会・消防署実施講習会・パティアリカ心臓学会EFR。	5,500円
水泳六段		水泳五段認定後の泳いだ距離合計が160,000m以上である。	5,500円
水泳七段		水泳六段認定後の泳いだ距離合計が170,000m以上である。	5,500円
水泳八段		水泳七段認定後の泳いだ距離合計が180,000m以上である。	5,500円
水泳九段		水泳八段認定後の泳いだ距離合計が190,000m以上である。	5,500円
水泳十段	水泳名人	水泳九段認定後の泳いだ距離合計が200,000m以上である。併せて水泳十段位昇段試験に合格すること。	11,000円

①初～九段の認定料には、認定証代が、十段の認定料には、認定カード・記念品代が含まれています。

②認定料の2分の1は、主管者の事務費とする。

残り2分の1は、一般社団法人日本スイミングクラブ協会に納入すること。

③上記価格は全て税込価格です。

●命を守る 30 分完泳について

「命を守る 30 分完泳」実施運営マニュアル

実施の主旨

水難事故に瀕した際、自己の身を守るために最も大事なことは、冷静に安全を確保することです。しかしながらパニックになり冷静な対応が出来ないことで、毎年多くの尊い命が失われております。そのような悲しい事故を少しでも減らすため、私たちに出来ることは何でしょうか。それは持久的泳力を養うことと考えます。持久的泳力を身につけることで、パニックにならない自信を培い、安全を確保できる環境まで命をつなぐことが出来るようになります。

そこで当委員会では、「命を守る 30 分完泳」と称して、有事の際の安全確保を目的とした持久的泳力を認定する制度を実施しております。

この「命を守る 30 分完泳」を普及させることは、万が一、水難事故に遭遇した際でも慌てずに自己の安全を保てる子供たち（または成人）を増やすことにつながります。また、全国の加盟クラブにおいても、4 泳法で一定の距離や速さで泳ぐことを目標にしている子供たちに、新たな目標を与え、泳ぎ続ける力への関心を高めることが期待できます。

この制度を普及させることは、私たちスイミングに携わる者が担うべき新たな社会貢献であると考えます。そして、この制度が 1 人でも多くの命を守ることに繋がると信じております。

●命を守る 30 分完泳実施について

- 泳力認定員の有資格者が必要です。1 クラブに 1 名以上（※P1 参照）
- 「命を守る 30 分完泳」の会場設営が必要です。
- 規定の時間を泳ぎ続けるために、事前に遠泳の練習を行っておくことが必要です。

[1. 検定コース]

- (1) 初級 10 分完泳
- (2) 中級 20 分完泳
- (3) 上級 30 分完泳

[2. 受検資格]

- (1) 担当コーチまたは泳力認定員に、規定の時間の周泳が、安全に参加できると判断された者。
- (2) 健康状態が良好な者。

[3. 実施場所]

- (1) プールは公益財団法人日本水泳連盟公認プールまたはそれに準ずるプールであること。プール内の環境（水温、室温等）は通常行っているレッスン環境と同じであること。

[4. 会場設営]

- (1) 周泳することが出来る環境を設営すること。(※P20/図1参照)
- (2) プールの中心にフロア等を沈め、監視台を設置すること。
- (3) 残り時間表示用の掲示板を、フロアや壁等に設置し、残り時間を記載したA3用紙等を貼り、泳者の視線の高さに掲示すること。但し、残り時間の合図方法や間隔については主管クラブの判断で決めて良い。

[5. 実施に必要な準備物]

- プールフロア等(泳路の中心を掲示する物)
- 掲示板等(残り時間を示す物)
- 笛等(スタートゴールを周知させる物)
- ストップウォッチ
- 参加者名簿

[6. 合格基準及び禁止事項]

- (1) 一定方向に規定の時間を泳ぎ続けること。逆進禁止。
- (2) プールの水底に立ったり、側面等につかまったりしないこと。
- (3) プールの側面を蹴って進まないこと。
- (4) 故意に、他の泳者につかまったり、進路を妨害したりしないこと。
- (5) 検定中の会話禁止。

[7. 泳者に事前に周知させる注意事項]

- (1) 【6. 合格基準及び禁止事項】に則ること。
- (2) 周囲と接触するような泳法は控えること。
- (3) 検定途中で泳法等を変更しても良い。
- (4) 中心の監視台に近づかないよう、できるだけ外周を周泳すること。
- (5) 残り時間は、「掲示板」で確認できること。(例：30分、25分、20分、15分、10分、5分)
- (6) 検定途中、足が水底等に着いた場合は、自発的に近くのプールサイドに上がることを。

[8. 実施手順]

- (1) 検定は、泳力認定員1名を含め3名以上を配置すること。(2名以上の補助員は水泳インストラクターまたは水泳基本講習会受講修了者以上であることが望ましい。)
- (2) 検定員は全体が見渡せる位置に配置すること。そのうち1名はプール中心位置に配置し、残りの2名は対角線上に配置すること。(P20/図2参照)
- (3) 泳者が多い場合は、泳力や年齢、身長等でグループ分けを行い適切な人数で行うこと。
(25m×6レーンのプールで30人を目安とする)
- (4) 10分、20分、30分の各検定を一斉に行う場合は、スタートを分けて実施し、終了時刻を統一する。
- (5) 受検者は同日に複数の検定コースを受検することはできない。
- (6) 必ず実施前と実施後に点呼を行うこと。

事前説明

- (1) 全参加者を集合させ、【7. 泳者に事前に周知させる注意事項】を説明すること。
- (2) P20/図1の設営図(開始事前説明会用 用紙見本)を貼り出し、説明すること。

スタート前

- (1) 検定員は、定められた実施時間になったら受検者を集め、出席、欠席の確認後、準備体操及びウォーミングアップを十分に行わせること。

スタート

- (1) スタートは入水後、プール側面につかまった立位状態から行うこと。
- (2) スタート位置は参加人数に応じてプール側面全体を有効利用すること。また、スタート直後の衝突を防止するため、泳者の配置間隔は充分にとること。
- (3) 全泳者に伝わるよう、笛等の音や合図でスタートさせること。

途中合図

- (1) 経過時間が全泳者に伝わるよう、残り時間を掲示板に掲示すること。(※P20/図2参照)但し、主管クラブの判断で他の方法で示してもよい。

ゴール

- (1) 全泳者に伝わるよう笛等の音や合図で、周泳を止めること。
- (2) 最も近くのプールサイドから退水させること。

中 止

- (1) 泳者の反則行為を発見した場合、及び他者への故意の妨害や危険な泳ぎを行う泳者を見つけた場合は、その泳者が他の泳者の妨げにならないよう退水させること。
- (2) 泳者個人への中止指示は、他者に影響がないように直接本人に近づき声をかけることが望ましい。
- (3) 溺れている泳者を見つけた場合、即座に救出活動を行うこと。
- (4) 災害や事故等により検定の続行に支障をきたした場合、泳者全員の泳ぎを中止させ、速やかに退水させること。

[9. その他]

- (1) 実施クラブは、事業推進のため年1回以上開催することが望ましい。
- (2) 本協会(各支部又は地域協会を含む)が主催する持久泳大会における泳力も認定する。その場合、以下の要件が必要となる。
 1. 運営において本マニュアルを遵守すること。但し、会場設営については、プールの水深・形状に応じて適宜変更してもよい。
 2. 申請前に、各支部泳力認定委員長の認可を得ていること。
 3. 申請は、泳力認定員が在籍する本協会加盟クラブより【10. 申請手続き】に基づき行うこと。
 4. 大会に参加する本協会非加盟クラブ所属の参加者の認定は行わない。よって本協会に納入する「事務手数料を除いた検定料・認定料」は、当該参加者分は不要とする。

[10. 申請手続き]

- (1) 実施1ヶ月前までに、泳力認定システムより申請手続きを行うこと。
- (2) 実施後3週間以内に結果報告をし、事務手数料を除いた検定料・認定料を指定口座に振り込むこと。

(3) 当該認定にかかる費用は、検定料 770 円（消費税込）、認定料 1,980 円（消費税込）とする。但し、不合格者については、認定料を受領しない。

※主管クラブの事務手数料は、検定料・認定料の 1/2 とする。（合格時：1 人あたり 1,375 円消費税込）

(4) 完泳者には「完泳証」を本協会が発行し、後日、主管クラブへ発送する。

(5) 実施クラブには、「命を守る 30 分完泳」推進クラブのステッカーを進呈する。（ステッカーは、初回時の検定終了後に送付しますので、施設利用者が見える玄関入口等に掲示して下さい。）

※実施申請及び結果報告は、通常の泳力認定級の申請・報告と同様に、泳力認定 WEB システムより行っていただけます。（※P21～P24 参照）

推進クラブステッカー



図 1 **開始事前説明会用** 用紙見本 A3 コピー用紙（ラミネートパウチ等をするとうい）

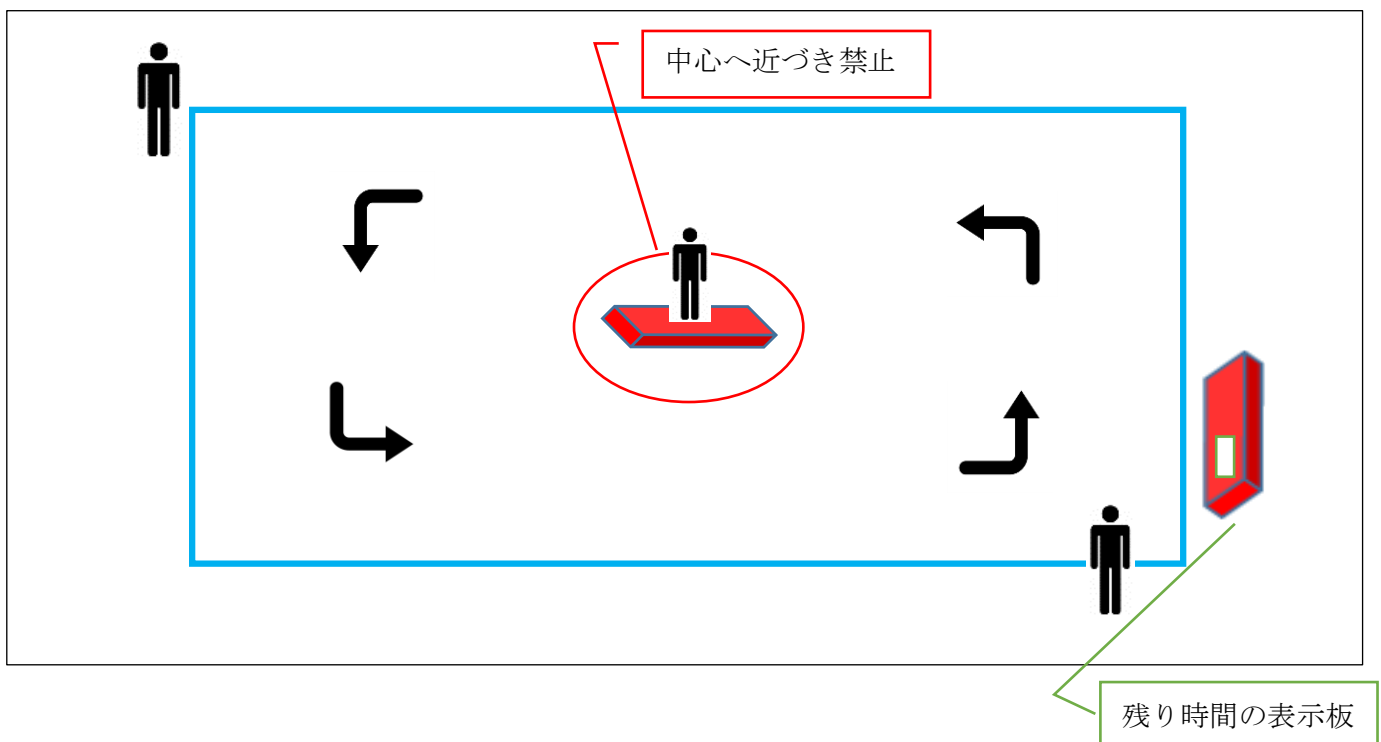
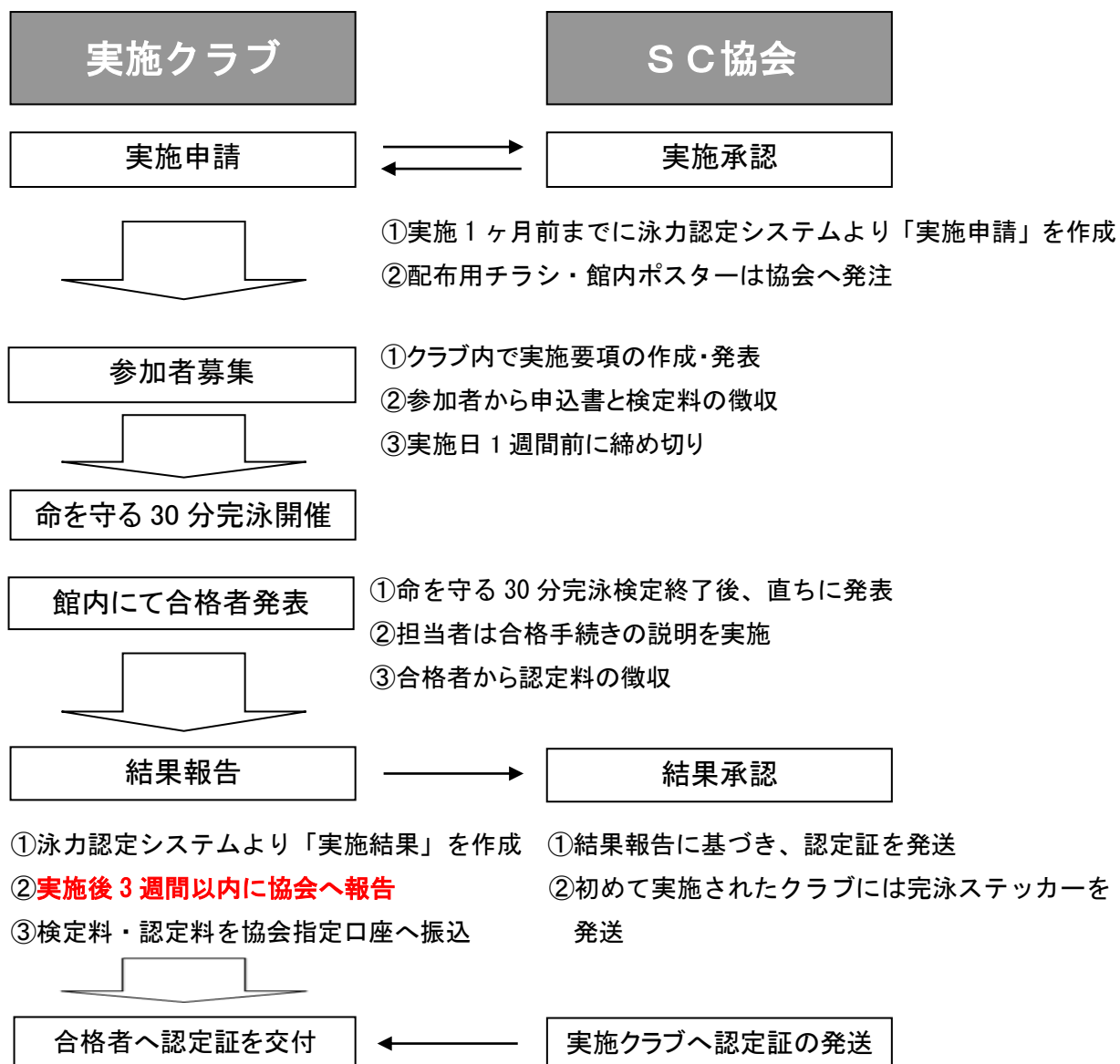


図 2 **残り時間表示** 用紙見本 A3 コピー用紙（ラミネートパウチ等をするとうい）



●命を守る 30 分完泳の実施方法について

実施手順は、次のとおりです。



[I . 実施申請]

(1) 実施申請の手順

必ず**実施 1 ヶ月前**までに申請手続きを行ってください。

※泳力認定システム ご利用の手引きを確認して操作を行ってください。

※実施申請及び結果報告は、通常の泳力認定級の申請・報告と同様に、泳力認定 WEB システムより行っていただけます。

実施申請の仕方(Excel)

泳力認定クラブ申請手続き
Japan Swimming Club Association

泳力認定 実施申請
Japan Swimming Club Association

新規作成 ③ 開く 登録 ⑥ 削除 クリア

年度	申請番号
2012 ②	

泳力認定 実施申請
Japan Swimming Club Association

この内容で申請しますか?
⑦ 申請する
⑧ 一時保存する
確認画面で承認状況を確認してください。

泳力認定
Japan Swimming Club Association

泳力認定 実施申請
Japan Swimming Club Association

この内容で申請しますか?
④ はい(Y) ④ いいえ(N)

ログイン画面が表示された場合には、IDとパスワードを入力してください。

[Ⅱ. 参加者募集／Ⅲ. 命を守る30分完泳開催]

(1) 参加者の募集

- ① 泳力認定会実施の2週間前までに、クラブ内で「命を守る30分完泳実施要項」（参考書式は泳力認定システム内ダウンロードより）の作成・発表を行ってください。
- ② 命を守る30分完泳参加者から、「命を守る30分完泳申請並びに承諾書」（参考書式は泳力認定システム内ダウンロードより）と検定料を徴収してください。
- ③ 命を守る30分完泳実施の1週間前に締め切りとします。

(2) 命を守る30分完泳開催

- ① 「泳力認定」運営マニュアルおよび諸規則に従い、命を守る30分完泳を開催してください。
- ② 命を守る30分完泳の採点業務は、泳力認定員が行ってください。

[Ⅳ. 合格者の発表（結果の取りまとめ）]

(1) 合格者への手続き方法の説明

- ① 合格・不合格の結果発表は、命を守る30分完泳検定実施後、直ちに発表すること。
- ② 合格者には、合格の手続きの仕方を必ず説明してください。（合格者への、認定証の受け渡しは後日となります。）
- ③ 命を守る30分完泳検定実施後2週間以内に、合格者から、別に定める認定料を徴収します。（検定料・認定料についてはP.25）

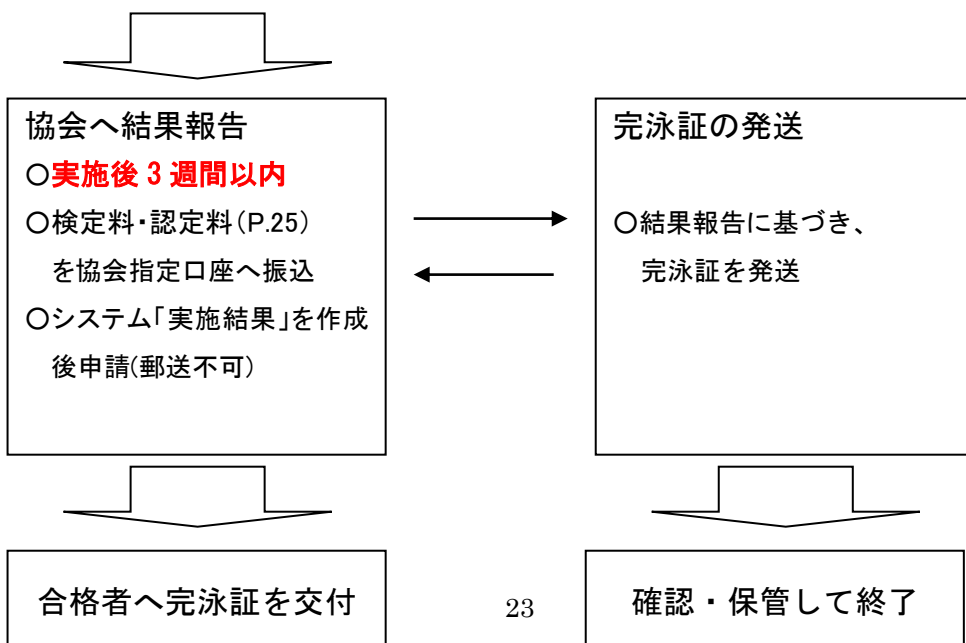
[V. 協会へ結果報告の仕方]

(1) 結果報告の手順

※泳力認定システム ご利用の手引きを確認して操作を行ってください。

※級と完泳を同じシート内に入力いただき、まとめて申請いただくことも可能です。

結果報告の仕方(Excel)



(2) 検定料・認定料の納付

検定料と認定料の1/2を、実施日から3週間以内に本委員会へ納入してください。

納付先は下記の通りです。

※主管クラブの事務手数料は、検定料・認定料の1/2とする。(合格時：1人あたり1,375円消費税込)

振込口座：三菱UFJ銀行 神保町支店

普) 2308188 一般社団法人 日本スイミングクラブ協会 泳力認定委員会

[VI. 合格者への認定証について]

(1) 完泳証の送付について

協会に送付された「結果報告」の合格者人数に基づき、協会より完泳証を実施クラブ宛に送付いたします。実施クラブは、送付されてきた完泳証を作成し、合格者に交付してください。

(2) 完泳証の印刷について

泳力認定システム内で完泳証の印刷ができます。

※泳力認定システムご利用の手引きを確認して操作を行ってください。

認定証の印字の仕方(Excel)

④ 開く ⑧ 印刷 ②(必要に応じて印刷位置を調整してください) クリア

年度 申請番号

操作ボタン: 色は入力できません。

下のジュニアボタン、またはマスターズボタンをクリックして泳力認定証を印刷して下さい。
また、任意の行の選択セルをダブルクリックして、印刷の有無を選択できます。

級	ジュニア	マスターズ	移行	特別
1				
2				
3				
4				
5				
6				
総				

選択	名前	フリガナ	性別	生年月日	年齢	受験級	実施日	認定番号

⑧の後、プレビュー画面が表示されるので、印刷ボタンをクリックしてください。

印刷位置調整 dialog: 左余白: 2.5 cm 上余白: 2.5 cm (0.0~5.0の間で指定してください)

[VII. その他]

(1) 広報チラシの発注

会員へ配布する30分完泳チラシおよび館内ポスターを無料で配布しております。希望される場合は、本協会へご注文ください。チラシの配布枚数は1回につき1000枚～、ポスターは1枚～とします。

●命を守る 30 分完泳認定基準および検定料・認定料について

[命を守る 30 分完泳検定料・認定料について]

コース	検定料合格基準及び禁止事項	検定料	認定料
初級 10 分完泳	①一定方向に既定の時間（各コースによる）を回泳し続けること。逆進禁止。 ②プールの底に立ったり、側面等につかまったりしないこと。 ③プールの側面を蹴って進まないこと。 ④故意に、他の泳者につかまったり、進路を妨害したりしないこと。 ⑤検定中の会話禁止。	770 円	1,980 円
中級 20 分完泳			
上級 30 分完泳			

- ①各コースの認定料には、認定証代が含まれています。
- ②検定料及び認定料の 2 分の 1 は、主管者の事務費とする。
残り 2 分の 1 は、一般社団法人日本スイミングクラブ協会に納入すること。
- ③上記価格は全て税込価格です。

《泳いだ年間距離合計の認定》

泳力認定事業には、前述の「泳力認定会」開催や「水泳段位」「完泳級」認定の他にもうひとつ「ゴールドマスターズスイマー称号付与」事業があります。

この事業は、普段のトレーニングで泳いだ距離を1年間集計して、その合計距離が100,000mを超えた方をゴールドマスターズスイマーとして認定するものです。

[ゴールドマスターズスイマー称号付与とは]

本協会加盟登録クラブ会員（満18歳以上）の方が、生活の一部として水泳を行うことは大変素晴らしい行為です。特に会員の方それぞれの体力と健康状態に合わせて、年間を通して定期的に泳がれることは、より豊かな生活につながることであり奨励されるべきことです。

そこで、定期的に泳ぐことを称賛し、引き続き水泳を継続して貰う為に、泳いだ年間距離合計を認定し、ゴールドマスターズスイマーの称号を付与するものです。

(1) 称号付与内容について

称号付与の内容は、次の通りです。

- ①称号名称：ゴールドマスターズスイマー
- ②対象者：本協会加盟登録クラブの会員で、距離集計終了時（3月31日現在）の年齢が満18歳以上の方。
- ③称号付与条件：4月1日より翌年3月31日までの間に泳いだ（水中歩行や水中ジョギングも認める）距離の合計が100,000m以上であり、その距離の合計をそのクラブの泳力認定員が認定していること。
- ④詳細について：「ゴールドマスターズスイマー称号付与規定」 → P.34

(2) 申請手続きについて

- ①ゴールドマスターズスイマー称号の申請は、各登録クラブごとに行ってください。
- ②各登録クラブは、所定の申請フォーマットを用いたデータを本協会泳力認定委員会にメール送信してください。※申請方法・フォーマット等の詳細は、毎年2月頃に各登録クラブへご案内致します。
- ③なお、称号付与手数料2,750円（消費税込）のうち一人当たり1,980円（消費税込）申請時にお支払ください。
（残りの770円（消費税込）は、主管登録クラブの事務手数料としてお納めください。）

(3) 申請期間

前年度分を、その年の4月末日までに申請してください。

(4) 称号の決定について

- ①称号付与の決定は、5月又は6月に開催する泳力認定委員会で行います。
- ②称号付与者に対しては、申請して頂いた登録クラブを通して、称号付与認定証と記念品を授与し、その功績を讃えます。
- ③当協会ホームページにて、各年度毎に「ゴールドマスターズスイマー称号付与者名簿」を公開します。

泳力認定委員会規則

● 泳力認定委員会規定

- 第 1 条（目的） この規定は、一般社団法人日本スイミングクラブ協会（以下「本協会」という）専門委員会設置規則第 11 条に基づき、泳力認定委員会の所掌事務の範囲及び権限を明確にするとともに、その所掌する事務を能率的に遂行するにたる組織を定めることを目的とする。
- 第 2 条（任務） この委員会は、水泳の泳力認定に関する事務を遂行する責任を負う専門委員会とする。
- 第 3 条（所掌事務） この委員会の所掌事務は、次のとおりとする。
- ① 泳力認定事業に関すること
 - ② 泳力認定に関する教本刊行に関すること
 - ③ 泳力認定に伴う研究に関すること
 - ④ 泳力認定の普及に関する事業
 - ⑤ その他、泳力認定に関する一切のこと
- 第 4 条（権限） この委員会は、前条の所掌事務を遂行する為に次に掲げる権限を有する。
- ① 泳力認定事業の実施に関すること
 - ② 泳力認定員養成の為の講習会の開催
 - ③ 泳力認定の為の講習会、研究会の開催
 - ④ 泳力認定に関する教本の刊行
 - ⑤ ゴールドマスターズスイマー称号付与事業
 - ⑥ ベストスイマー表彰の実施に関すること
 - ⑦ その他、泳力認定に関する一切のこと
- 第 5 条（組 織） この委員会の組織は、次のとおりとする。
- ① 委員長 1 名
 - ② 副委員長 2 名
 - ③ 専門委員 15 名以内
- 2) 専門委員は、各支部より選出された支部委員長で構成する。
- 3) 委員長、副委員長及び専門委員の任期は 2 年とする。
- 第 6 条（会議） 委員会は、必要に応じ委員長が招集する。
- 第 7 条（支部泳力認定委員会） 各支部に泳力認定委員会を設置し、泳力認定委員会の指揮監督を受けるものとする。
- 2) 各都道府県に地域泳力認定委員会を設置するときも前項に準じる。
- 第 8 条（事業計画、収支予算及び収支決算） この委員会の事業計画及び収支予算は、委員長が編成し毎会計年度開始前に本協会会長に届け出て、その許可を得なければならない。
- 2) この委員会の収支決算は、委員長が作成し、事業報告書と共に毎会計年度終了後 1 ヶ月以内に本協会会長に報告しなければならない。
- 第 9 条（会計年度） この委員会の会計年度は、毎月 4 月 1 日に始まり、翌年 3 月 31 日までとする。
- 第 10 条（規定の改廃） この規定の改廃は、泳力認定委員会が立案し、理事会の決議による。
- 第 11 条（附則） この規定は、一般社団法人の設立登記の日から施行する。（2012 年 3 月 30 日）

●泳力認定員規定

- 第 1 条（任務） 泳力認定員は、泳力認定の目的をよく理解し、厳正公正なる判断によって泳力の検定を行うこと。合わせて、水泳界の先達として自覚と誇りを持ってその普及発展に努めなければならない。
- 第 2 条（資格） 水泳教師資格及び、それと同等以上の実力（水泳教師講習会の専門科目講師・支部泳力認定委員会委員長）を有する者は、泳力認定員資格取得講習会を受講し、申請書を提出することで、泳力認定員になることができる。
- 2) 泳力認定員資格取得講習会を受講し、試験に合格することにより泳力認定員になることができる。
- 3) 次の場合には、泳力認定委員会は、職権でその者の登録を抹消する。
- ①登録した者が資格を失ったとき。
- ②その他登録を抹消すべき事由があると泳力認定委員会が判断したとき。
- 第 3 条（資格の確認） 泳力認定員は、所定の様式に従い登録を申請し、泳力認定員証の交付を本協会から受けなければならない。資格取得の月より 1 ヶ月以内に登録申請を行わない場合は取得した資格は効力を失う。
- 2) 泳力認定員の有効期限は、交付を受けた月より 4 年とする。
- 第 4 条（義務） 泳力認定員は、次の義務を負うものとする。
- ①泳力認定員の任務を遂行する為に、本委員会が定めた研修会には資格の有効期限内に 1 回以上出席しなければならない。
- ②泳力認定員は、本協会主催の認定事業には積極的に参加しなければならない。
- 第 5 条（更新手続き） 泳力認定員資格は、前条①に定める研修会を受講し、その有効期限内に更新手続きをとらなければならない。但し、満 60 歳を経過した泳力認定員は、当該研修会を免除する。
- 2) やむを得ない事情がある場合に限り、前項の研修会は、泳力認定委員会の指定するレポートの提出をもって、これに代えることができる。
- 第 6 条（規定の改廃） この規定の改廃は、泳力認定委員会が立案し、理事会の決議による。
- 第 7 条（附則） この規定は、一般社団法人の設立登記の日から施行する。（2012 年 3 月 30 日）

●泳力認定員資格取得規定

- 第 1 条（資格取得講習会受講条件） 次の条件を満たしている者は、泳力認定員資格取得講習会を受講することができる。
- ①商業スポーツ施設で 3 年以上の水泳指導経験がある者で、水泳インストラクター資格取得者または水泳基本講習会修了者
- ②小学校・中学校・高等学校の教員資格を有し、学校等において 3 年以上の水泳指導経験のある者
- ③商業スポーツ施設で、5 年以上の水泳指導経験のある者
- 第 2 条（資格取得方法） 泳力認定員資格取得講習会を受講し、試験に合格した者に対して、泳力認定員資格を与える。
- 第 3 条（資格取得講習会） 泳力認定員資格取得講習会は、本委員会が主管実施する。
- 第 4 条（資格取得費用） 受験者は、別に定める講習会受講料を支払うものとする。また、合格した場合は、登録料を支払うものとする。
- 第 5 条（合格者の手続き及び任務） 合格者は、泳力認定員規定に従って手続き及び任務を果たすものとする。
- 第 6 条（規定の改廃） この規定の改廃は、泳力認定委員会が立案し、理事会の決議による。
- 第 7 条（附則） この規定は、平成 10 年 4 月 1 日より施行する。

●泳力認定（級）実施規定

第 1 条（泳力認定） 泳力認定級の認定とは、本協会が全国統一の泳力基準級を決定し、その基準に基づいて検定を行い、各個人の泳力を認定することである。

第 2 条（目的） 泳力認定は、下記の目的の為に実施される。

- ①全国規模での泳力の把握を行うこと
- ②泳力向上の目安及び動機付けをすること
- ③全国水泳愛好者の一員であることの自覚と誇りを持たせること
- ④泳力認定を受けたことによって、広く水泳の啓発を行うこと
- ⑤水泳指導者への道を開くこと
- ⑥その他

第 3 条（泳力認定基準） 泳力認定基準は次のとおりとする。

級	泳力認定の内容／種目
6 級	4 泳法(クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ)の中の 1 泳法 25m 完泳
5 級	4 泳法の中の 1 泳法(6 級受検合格泳法を除く) 25m 完泳
4 級	4 泳法の中の 2 泳法(6 級・5 級受検合格泳法を除く) 25m 完泳
3 級	4 泳法 50m 完泳
2 級	100m 個人スタイル完泳
1 級	200m 個人スタイル完泳

2) 泳力認定基準に伴う泳法採点細目については、別に定める泳力認定実施要領に従うものとする。

第 4 条（実施） 泳力認定は、主催：本協会、主管：登録クラブ、支部泳力認定委員会、地域泳力認定委員会、支部事業企画委員会、地域事業企画委員会、認定：泳力認定委員会で行う。

2) 実施会場は、主管クラブの会場に限る。但し、特別認定は除く。

第 5 条（申請） 各主管者が主管するに当たっては、実施日の 1 ヶ月前までに泳力認定委員会に申請し本委員会の承認を得て行うものとする。

第 6 条（実施要項の発表） 泳力認定実施要項の発表は、主管者が 2 週間前までに発表する。なお、実施要項は、参考書式をコピーして使用するか、各クラブの実情にあわせて同じ形式で作成した書式を使用すること。

第 7 条（泳力認定員） 泳力認定会の採点業務は、本協会が委嘱をした泳力認定員が行う。

第 8 条（受検資格） 日本に在住している水泳愛好者であること。

第 9 条（受検手続き） 受検者は、申請書（参考書式「泳力認定申請並びに承諾書」もしくはそれに準じて主管者が作成した書式）に必要事項を記入の上、検定料を添えて、主管者へ直接申し込むこと。

2) 受検者は、原則として 6 級から受検すること。なお、別に定める規定を満たしている場合は、泳力認定種目の一部免除及び級を飛ばして受検することを認める。

3) 受検者が、別に定める規定を満たしている場合は検定を免除し、泳力認定 1 級特別認定として申請にて 1 級の合格を認める。

第 10 条（合格・不合格の発表） 合格・不合格の結果発表は、泳力認定実施後すみやかに実施場所内で発表すること。

第 11 条（合格者の手続き） 合格者は、合格日より 2 週間以内に第 14 条に定める認定料を納入して、認定証の交付を受けなければ当該泳力認定は無効となる。

第 12 条（結果の報告） 主管者は、検定終了後 3 週間以内に泳力認定システムより「実施結果」を作成して、泳力認定委員会に報告しなければならない。

また、第 14 条に定める検定料、認定料を本協会に納入すること。

第13条（認定証の発行） 泳力認定委員会は、級の泳力認定の申請を受けたら確認の上、すみやかに認定証・1級認定カード・記念品を発行し、主管者を通して申請者に渡すものとする。

第14条（検定料・認定料） 検定料・認定料は次の通りとする。

級	検定料	認定料	備考
6級	770円	880円	認定証代を含む
5級	770円	880円	認定証代を含む
4級	770円	880円	認定証代を含む
3級	770円	1,430円	認定証代を含む
2級	770円	1,980円	認定証代を含む
1級	770円	2,530円	認定証代・認定カード代を含む

- 1) 級により記念品代を含みます。
- 2) 検定料及び認定料の2分の1は、主管者の事務費とする。
残り2分の1は、一般社団法人日本スイミングクラブ協会に納入すること。
- 3) 全て税込価格です。

第15条（規約の改廃） この規定の改廃は、泳力認定委員会が立案し、理事会の決議による。

第16条（附則） この規定は、一般社団法人の設立登記の日から施行する。（2012年3月30日）

●泳力認定種目の一部免除及び級の飛ばし規定（細則）

※ この規定は、「泳力認定（級）実施規定」の細則を定めるものです。

第1条（泳力認定種目の一部免除及び級の飛ばし） 一定以上の泳力を有するものについては、泳力認定種目の一部免除および飛ばしての受検を認めるものとする。

第2条（条件） 以下の条件を満たしている場合は、泳力認定種目の一部免除および飛ばしての受検を認める。但し、受検者は、6級から受検することを原則とする。

- ①受検者がすでに4泳法50m完泳する泳力を保持し、泳力認定会を主管する泳力認定員がそれを認めた場合、3級からの受検を認める。
- ②受検者が、本協会主催大会（各支部及び地域主催大会を含む）または公益財団法人日本水泳連盟公認大会（各県水泳連盟公認大会を含む）または一般社団法人日本マスターズ水泳協会公認大会に出場し記録が認められている場合は、3級からの受検を認める。その場合の検定種目は、3級の泳力認定種目の中で記録の認められていない種目のみとする。
- ③受検者が本協会主催大会（各支部及び地域主催大会を含む）または公益財団法人日本水泳連盟公認大会（各県水泳連盟公認大会を含む）または一般社団法人日本マスターズ水泳協会公認大会において、4泳法の全種目50m以上に出場し記録が認められている場合は、2級からの受検を認める。
- ④受検者が本協会主催大会（各支部及び地域主催大会を含む）または公益財団法人日本水泳連盟公認大会（各県水泳連盟公認大会を含む）または一般社団法人日本マスターズ水泳協会公認大会において、100m個人メドレーに出場し記録が認められている場合は、1級からの受検を認める。

第3条（受検手続き） 泳力認定種目の一部免除および飛ばしての受検を希望する受検者は、泳力認定（級）実施規定第9条に定める申請書のほかに、条件を証明するもの（参考書式「泳力報告書」もしくはそれに準じて主管者が作成した書式）、認定料を添えて、主管者へ申し込むこと。

第4条（結果の報告） 主管者は、検定終了後3週間以内に泳力認定システムより「実施結果」を作成して、泳力認定委員会に報告しなければならない。また、実施結果入力の際は、受検者の年齢と受検級に合わせて「飛JO級」または「飛MO級」を選択すること。なお、実施結果の提出をもって、協会が委嘱した泳力認定員がその内容を確認し、規定の条件を満たしていると判断されたとみなします。本協会への証明書等の提出は不要です。

第 5 条（補則） 前条以外の内容は、泳力認定（級）実施規定に従うものとする。

第 6 条（規定の改廃） この規定の改廃は、泳力認定委員会が立案し理事会の決議による。

第 7 条（附則） この規定は、一般社団法人の設立登記の日から施行する。（2012 年 3 月 30 日）

●泳力認定 1 級特別認定規定（細則）

※ この規定は、「泳力認定（級）実施規定」の細則を定めるものです。

第 1 条（泳力認定 1 級特別認定） 受検者は、6 級から受検することを原則とするが、以下の条件を満たしている場合は泳力認定 1 級特別認定として検定を免除し、申請にて 1 級の合格を認めるものとする。

第 2 条（泳力認定 1 級特別認定条件） 特別認定の条件は以下のとおりとする。

- ①水泳教師資格及びそれと同等以上の実力（水泳教師講習会の専門科目講師）を有する者と泳力認定員
- ②JSCA ブロック対抗水泳競技大会、日本短水路選手権水泳競技大会（旧日本室内選手権水泳競技大会）、日本選手権水泳競技大会、日本社会人選手権（旧日本実業団水泳競技大会）、日本高等学校選手権水泳競技大会、全国中学校選抜水泳競技大会、全国ジュニアオリンピック春季・夏季水泳競技大会、日本学生選手権水泳競技大会、国民体育大会夏季水泳競技大会、ジャパンパラ水泳競技大会の出場者
- ③JSCA 全国マスタースイミングフェスティバルの優勝者
- ④本協会主催大会（各支部及び地域主催大会を含む）または公益財団法人日本水泳連盟公認大会（各県水泳連盟公認大会を含む）または一般社団法人日本マスタース水泳協会公認大会において、個人メドレー200m・400mに出場し記録が認められている場合
- ⑤JSCA 全国知的障害者水泳競技大会に出場して日本新記録を樹立された方

第 3 条（申請手続き） 泳力認定 1 級特別認定を希望する受検者は、申請書（参考書式「泳力認定 1 級特別認定申請書」もしくはそれに準じて主管者が作成した書式）に必要な事項を記入の上、特別認定条件を証明するもの、認定料を添えて、主管者へ申し込むこと。（検定免除のため、検定料はいただきません。）

第 4 条（結果の報告） 主管者は、泳力認定 1 級の特別認定申請書を受けたら、泳力認定システムより「実施結果」を作成して、泳力認定委員会に報告をしなければならない。また、実施結果入力の際は、受検者の年齢に合わせて「特別 J1 級」または「特別 M1 級」を選択すること。併せて、泳力認定 1 級特別認定条件を証明するものを提出すること。泳力認定（級）実施規定第 14 条に定める認定料を本協会に納入すること。

第 5 条（合格の発表） 申請手続きに不備がなければ合格として、登録クラブ内で発表すること。

第 6 条（補則） 前条以外の内容は、泳力認定（級）実施規定に従うものとする。なお、JSCA ブロック対抗水泳競技大会に出場した選手および JSCA 全国マスタースイミングフェスティバルの優勝者、JSCA 全国知的障害者水泳競技大会に出場して日本新記録を樹立された方は、泳力認定委員会へ直接申し込むことができる。

第 7 条（規定の改廃） この規定の改廃は、泳力認定委員会が立案し理事会の決議による。

第 8 条（附則） この規定は、一般社団法人の設立登記の日から施行する。（2019 年 3 月 30 日）

●泳力認定事業推進登録クラブ表彰規定

第 1 条（目的） 泳げない人に泳法を指導し泳げるようにすることは、スイミングクラブの大きな使命である。その使命に基づき、泳力認定事業を積極的に推進し、多数の認定者を誕生させることは大変重要であり誇り高いことである。以上の事を踏まえてこの規則は、泳力認定事業を積極的に推進した登録クラブを表彰することについて定める。

第 2 条（手続き） 表彰の決定は、毎年 1 回、当該表彰規定に基づき泳力認定委員会が決定する。

2) 表彰登録クラブには、会員総会もしくは後日、表彰状と記念品を授与し、その功績を讃える。

第 3 条（種類） 表彰は、次の 3 種類とする。

①優秀スイミングクラブ賞

4 月 1 日より翌年 3 月 31 日までの間に、泳力認定級と水泳段位認定者数を合計し、延べ人数で 100 名以上 199 名以下誕生させ、優秀と認められたクラブ

②最優秀スイミングクラブ賞

4 月 1 日より翌年 3 月 31 日までの間に、泳力認定級と水泳段位認定者数を合計し、延べ人数で 200 名以上誕生させ、優秀と認められたクラブ

③特別賞

B 賞・4 月 1 日より翌年 3 月 31 日までの間に、泳力認定級と水泳段位認定者数を合計し、延べ人数で 500 名以上誕生させたクラブ

A 賞・4 月 1 日より翌年 3 月 31 日までの間に、泳力認定級と水泳段位認定者数を合計し、延べ人数で 1,000 名以上誕生させたクラブ

第 4 条（規則の改廃） この規則の改廃は、泳力認定委員会が立案し、理事会の決議による。

第 5 条（附則） この規定は、一般社団法人の設立登記の日から施行する。（2012 年 3 月 30 日）

●泳力認定（水泳段位）実施規定

第 1 条（水泳段位認定） 水泳段位認定は、1 級認定者に対して、本協会が全国統一の段位基準を決定し、その基準に基づいて段位を認定するものである。

第 2 条（目的） 水泳段位認定は、以下の目的の為に実施される。

- ①より一層の泳力向上の目安及び動機づけをすること
- ②それぞれの年齢と体力に合わせて、定期的に泳ぐことを称賛する為
- ③全国水泳愛好者の一員として自覚と誇りを持たせること
- ④段位認定を受けたことによって、広く水泳の啓発を行うこと
- ⑤その他

第 3 条（水泳段位認定基準） 水泳段位認定基準は、次のとおりとする。

段 位	称号名	認定基準
水泳初段		1 級の認定を受けた後泳いだ距離合計が 110,000m 以上であること。
水泳二段		水泳初段の認定を受けた後の泳いだ距離合計が 120,000m 以上であること。
水泳三段		水泳二段の認定を受けた後の泳いだ距離合計が 130,000m 以上であること。
水泳四段		水泳三段の認定を受けた後の泳いだ距離合計が 140,000m 以上であること。
水泳五段		水泳四段認定後の泳いだ距離合計が 150,000m 以上、かつ、次のいずれかの講習会を受講※または本協会が指定した蘇生法に関する動画を視聴していること。※本協会蘇生法適任者講習会・本協会ジュニア救急法講習会・日赤救急法基礎講習会・消防署実施講習会・パティアリカ心臓学会 EFR。
水泳六段		水泳五段の認定を受けた後の泳いだ距離合計が 160,000m 以上であること。
水泳七段		水泳六段の認定を受けた後の泳いだ距離合計が 170,000m 以上であること。
水泳八段		水泳七段の認定を受けた後の泳いだ距離合計が 180,000m 以上であること。
水泳九段		水泳八段の認定を受けた後の泳いだ距離合計が 190,000m 以上であること。
水泳十段	水泳名人	水泳九段の認定を受けた後の泳いだ距離合計が 200,000m 以上であること。併せて水泳十段位昇段試験に合格すること。

第 4 条（実施） 水泳段位認定は、主催：本協会、主管：登録クラブの泳力認定員、認定：泳力認定委員会で行う。

第 5 条（泳力認定員） 水泳段位認定基準の距離合計の認定は、本協会が委嘱した泳力認定員が行う。

第 6 条（申請資格） 日本に在住している水泳愛好者で、水泳段位認定基準を満たしている者。

第 7 条（申請手続き） 水泳段位認定申請者は、申請書（参考書式「水泳段位認定申請書」もしくはそれに準じて主管者が作成した書式）に必要事項を記入すると同時に泳力認定員の距離合計の認定を受け、認定料を添えて主管者へ直接申し込むこと。但し、五段申請者、水泳十段位特別認定申請者は次のとおり

別途の対応が必要となる。

- 2) 水泳五段位を申請する者は、申請書（参考書式「水泳五段位認定申請書」もしくはそれに準じて主管者が作成した書式）に必要事項を記入の上、五段の認定条件を証明するもの、認定料を添えて主管者へ直接申し込むこと。
- 3) 水泳十段位を申請する者は、申請書提出後、「水泳十段位昇段試験」の答案用紙原本を主管者へ提出すること。
- 4) 申請は、原則として水泳初段から受けること。なお、別に定める「水泳十段位特別認定規定（細則）」を満たしている場合は、段位の飛ばしを認め、水泳十段位特別認定として十段位を認定する。昇段試験は免除とする。

第 8 条（結果の報告） 主管者は、水泳段位認定の申請書を受けたら、所定のフォーマットを通して泳力認定委員会に報告をしなければならない。また、五段申請者がいる場合は認定条件を証明できるものの写しを、十段申請者がいる場合は「水泳十段位昇段試験」の答案用紙原本を提出すること。併せて、第 10 条に定める認定料を同時に本協会に納入すること。

第 9 条（認定証の発行） 泳力認定委員会は、水泳段位認定の申請を受けたら確認の上、すみやかに水泳段位認定証を発行し、主管者を通して申請者に渡すものとする。

第 10 条（認定料） 認定料は、次のとおりとする。

段 位	認定料	備 考
水泳初段	5,500 円	認定証代を含む
水泳二段	5,500 円	認定証代を含む
水泳三段	5,500 円	認定証代を含む
水泳四段	5,500 円	認定証代を含む
水泳五段	5,500 円	認定証代を含む
水泳六段	5,500 円	認定証代を含む
水泳七段	5,500 円	認定証代を含む
水泳八段	5,500 円	認定証代を含む
水泳九段	5,500 円	認定証代を含む
水泳十段	11,000 円	認定カード・記念品代を含む

- 2) 認定料の 2 分の 1 は、主管者の事務費とする。
残り 2 分の 1 は、一般社団法人日本スイミングクラブ協会に納入すること。
- 3) 全て税込価格です。

第 11 条（規定の改廃） この規定の改廃は、泳力認定委員会が立案し、理事会の決議による。

第 12 条（附則） この規定は、一般社団法人の設立登記の日から施行する。（2012 年 3 月 30 日）

●水泳十段位特別認定規定（細則）

※ この規定は、「泳力認定（水泳段位）実施規定」の細則を定めるものです。

第 1 条（水泳十段位特別認定） 水泳段位認定の申請は水泳初段から認定を受けることを原則とするが、1 級の認定を受け、協会が定める一定の条件を満たしている場合は、段位の飛ばしを認め水泳十段位特別認定として申請にて十段位を認めるものとする。

第 2 条（水泳十段位特別認定条件） 以下の条件を満たしている場合は、水泳十段位特別認定として段位の飛ばしを認めるものとする。

- ① 泳力認定員として、積極的に泳力認定事業に協力し 500 人以上の泳力認定の採点を行なった者で、1 級認定後の泳いだ距離合計が、500,000m 以上の場合
- ② JSCA ブロック対抗水泳競技大会、日本短水路選手権水泳競技大会（旧日本室内選手権水泳競技大

会)、日本選手権水泳競技大会、日本社会人選手権(旧日本実業団水泳競技大会)、日本高等学校選手権水泳競技大会、全国中学校選抜水泳競技大会、全国ジュニアオリンピック春季・夏季水泳競技大会、日本学生選手権水泳競技大会、国民体育大会夏季水泳競技大会のいずれかの出場者で6位以上の入賞者

③JSCA 全国マスターズスイミングフェスティバル、JSCA 全国知的障害者水泳競技大会、その他のマスターズ水泳大会および障害者水泳大会に出場して日本新記録を樹立された方で、その記録を一般社団法人日本マスターズ水泳協会または一般社団法人日本知的障害者水泳連盟、一般社団法人日本パラ水泳連盟、一般社団法人日本ろう者水泳協会が認めている場合

第 3 条(申請手続き) この規定により水泳十段位を申請する者は、申請書(参考書式「水泳十段位特別認定申請書」もしくはそれに準じて主管者が作成した書式)に必要事項を記入の上、特別認定条件を証明するもの、認定料を添えて泳力認定会実施登録クラブ等の主管者へ直接申し込むこと。

第 4 条(協会への報告) 主管者は、水泳十段位特別認定の申請書を受けたら、所定のフォーマットを通して泳力認定委員会に報告をしなければならない。また、段位申請入力の際は、受検者の年齢に合わせて「J1→十段」または「M1→十段」を選択すること。併せて、水泳十段位特別認定規定を証明するもの、を提出すること。泳力認定(水泳段位)実施規定第10条に定める認定料を本協会に納入すること。

第 5 条(補則) 上記以外の内容については、水泳段位認定規定に従うものとする。なお、JSCA ブロック対抗水泳競技大会に出場し6位以上の入賞者(リレーも含む)およびJSCA 全国マスターズスイミングフェスティバルまたはJSCA 全国知的障害者水泳競技大会に出場して日本新記録を樹立された方で、その記録を一般社団法人日本マスターズ水泳協会または一般社団法人日本知的障害者水泳連盟が認めている場合は、泳力認定委員会へ直接申し込むことができる。

第 6 条(規定の改廃) この規定の改廃は、泳力認定委員会が立案し理事会の決議による。

第 7 条(附則) この規則は、一般社団法人の設立登記の日から施行する。(2012年3月30日)

●名誉水泳十段位授与規定

第 1 条(名誉十段位授与) 名誉十段位授与とは、本協会が主催している水泳十段位に、名誉の称号を付与して十段位を授与するものである。

第 2 条(授与条件) 名誉水泳十段位は、以下の条件を満たした場合に授与される。

- ①泳力認定事業の発展に貢献した者
- ②水泳の発展普及に貢献した者
- ③スイミングクラブの発展に貢献した者

第 3 条(授与の申請・決定) 名誉水泳十段位授与申請は、本協会理事及び泳力認定委員が行い、その都度泳力認定委員会が決定する。

第 4 条(授与の方法) 名誉水泳十段位受賞者に対しては、本協会より通知をし、名誉十段位認定証と記念品を授与する。

第 5 条(規定の改廃) この規定の改廃は、泳力認定委員会が立案し、理事会の決議による。

第 6 条(附則) この規則は、一般社団法人の設立登記の日から施行する。(2012年3月30日)

●ゴールドマスターズスイマー称号付与規定(泳いだ年間距離合計の認定)

第 1 条(目的) 本協会加盟登録クラブ会員が、生活の一部として水泳を行うことは大変素晴らしい行為である。特にそれぞれの体力と健康状態に合わせて、年間を通して定期的に泳ぐことは、より豊かな生活につながることであり奨励されるべきである。以上の事を踏まえて、この規定では定期的に泳ぐことを称讃し、引き続き水泳を継続して貰う為に、泳いだ年間距離合計を認定し、ゴールドマスターズスイマーの称号を付与することについて定める。

- 第 2 条（称号付与内容） 称号付与の内容は、次のとおりとする。
- ①称号名称：ゴールドマスターズスイマー
 - ②対象者：本協会加盟登録クラブの会員で満 18 歳以上の方
 - ③称号付与条件：4 月 1 日より翌年 3 月 31 日までの間に泳いだ（水中歩行や水中ジョギングも認める）距離の合計が 100,000m 以上であり、その距離の合計をそのクラブの泳力認定員が認定していること
- 第 3 条（手続き） 称号付与の決定は、毎年 1 回加盟登録クラブより申請のあったものについて、泳力認定委員会で決定する。
- 2) 称号付与決定者に対しては、本協会加盟登録クラブを通して、称号付与認定証と記念品を授与しその功績を讃える。
 - 3) 称号付与決定者は、別に定める称号付与手数料を支払うものとする。
- 第 4 条（規定の改廃） この規定の改廃は、泳力認定委員会が立案し理事会の決議による。
- 第 5 条（附則） この規則は、一般社団法人の設立登記の日から施行する。（2012 年 3 月 30 日）

●ベストスイマー表彰規定

- 第 1 条（目的） 国民が、生活の一部として水泳を行うことは大変素晴らしい行為である。その中で社会的に影響のある方や本協会加盟登録クラブの会員が、その人の体力と健康状態に合わせて年間を通して水泳に親しむことはより豊かな人生につながる行為である。その事が、国民に水泳の素晴らしさを教えることになると同時に水泳の発展と普及につながることであり、称賛に値することである。以上のことを踏まえてこの規定では、年間を通して水泳に親しむことを通して、水泳の発展と普及に貢献した方をベストスイマーとして表彰することについて定める。
- 第 2 条（表彰内容） ベストスイマー表彰とは、本協会が選考条件を基に選出し、ベストスイマーの称号を付与して年間ごとに表彰するものである。
- 第 3 条（選考条件） ベストスイマー表彰は、以下の条件のいずれかを満たした方より選出されるものとする。
- ①社会的に影響のある方で、水に親しみ年間を通して泳いでいる方。または水泳をこよなく愛し、水泳が似合う方で、水泳の発展と普及に寄与していただける方
 - ②本協会が主催するマスターズスイミングフェスティバルや JSCA 長距離通信記録会等において、最も優れた成績を収めた方、またはゴールドマスターズスイマー称号付与者の中で、最長距離を泳がれた方
 - ③本協会登録クラブの所属会員のなかから、特に支部会長の推薦があった方で、且つ、その推薦事由がベストスイマー受賞に相応しい方
- 第 4 条（選出数） ベストスイマー表彰は、年度ごとに行うものとし、選出数を 5 名以内とする。但し、第 3 条の①の条件より 5 名以内、②および③の条件より 5 名以内とする。
- 第 5 条（表彰の方法） ベストスイマーに選出された方に対しては、本協会より通知し、表彰式でベストスイマー認定証と記念品を授与する。なお、第 3 条①の選考条件によって選出された方に対しては、合わせて名誉水泳十段位を授与する。
- 第 6 条（規定の改廃） この規定の改廃は、泳力認定委員会が立案し理事会の決議による。
- 第 7 条（附則） この規則は、一般社団法人の設立登記の日から施行する。（2012 年 3 月 30 日）

泳力認定実施要領

● 泳力認定実施要領

※ 泳力認定の実施については、以下の事項に従って実施しなければならない。

[1. 実施場所]

- (1) 泳力認定は、本委員会の承認を得て行うこと。プールは公益財団法人日本水泳連盟公認プール及びそれに準ずるプールであること。プール内の環境（水温、室温等）は、通常行っているレッスン環境と同じであること。
- (2) 泳力認定の検定を行っていることが分かるように実施中の表示を掲げること。
- (3) クロール、平泳ぎ、バタフライのスタートは、水中からのスタートを基本とする。但し、スタート台の高さと水深、および受検者の日頃の練習状況から十分危険回避ができると泳力認定員が判断した場合はスタート台からのスタートを認める。

[2. 実施手順]

- (1) 泳力認定員は、定められた実施時間になったら受検者を集め、泳力採点表に基づき出席、欠席の確認を行うこと。
- (2) 泳力認定員は、出席、欠席の確認後、準備体操及びウォーミングアップを十分に行わせること。
- (3) 1種目の検定が終了し、次の種目の検定を行う前に休憩を取り、脈拍が平常脈に戻ってから次の種目を実施すること。
- (4) 合格、不合格の結果は、泳力認定実施後速やかに、泳力認定合格者一覧表にて、実施場所内で発表すること。
- (5) 合格者には、認定の手続きの仕方について説明すること。

[3. 泳力認定の採点基準]

泳力認定の採点は、18歳未満の受検については公益財団法人日本水泳連盟の競技規則に違反していない泳ぎであること。また、18歳以上の受検については一般社団法人日本マスターズ水泳協会競技規則に違反していない泳ぎであること。そして、無理なく指定された距離を完泳することを前提とし、以下の採点ポイントをもとに採点すること。

クロール

(1) クロールの採点ポイント

①腕の動作について

- ・いつでもどちらかの腕がストロークしている。
- ・入水（エントリー）は、頭の延長線上から肩の延長線上の間に、肘を上げて入水をしている。
- ・キャッチは、肘を残したままで真下に水を押さえている。
- ・プルは、体の中心線に沿って行っている。
- ・フィニッシュは、肘を支点として手で十分に押している。

②脚の動作について

- ・けり上げは、膝を伸ばして行っている。
- ・けり下ろしは、軽く膝を曲げて行っている。
- ・けり上げとけり下ろしを波動的に行っている。

③呼吸と全体の動作について

- ・呼吸は水中で行い、特に吸気の直前に強く行っている。
- ・泳いでいる時の視線は、斜め前方を見ている。
- ・呼吸は頭の頂点を軸とし、ローリングを使いながら行っている。
- ・腕の動作と脚の動作が、うまくマッチした泳ぎになっている。

④スタート・ターンの動作について

- ・スタートは両足で壁をけり、水中でけのびの姿勢を作っている。
- ・ターンは、とぎれのないスピードで行っている。

(2) クロールの採点基準

クロールの採点ポイントが全て守られている場合を「完成した泳ぎである」として100点とする。それ以下の場合、次の基準で採点をする。

90点	模範として良い	(採点ポイントの90%が守られている)
80点	上手な泳ぎである	(採点ポイントの80%が守られている)
70点	やや上手である	(採点ポイントの70%が守られている)
60点	普通である	(採点ポイントの60%が守られている)
50点	やや下手である	(採点ポイントの50%しか守られていない)
40点	下手である	(採点ポイントの40%しか守られていない)

(3) 合格基準 60点以上を合格とする。

背泳ぎ

(1) 背泳ぎの採点ポイント

①腕の動作について

- ・いつでもどちらかの腕がストロークしている。
- ・入水（エントリー）は、頭の延長線上から肩の延長線上の間に肘を伸ばし小指から入水している。
- ・肘を残した状態でキャッチし、肘を支点としたプルに入っている。
- ・肘を支点としたプルから、手を水底に押し込むようにフィニッシュをしている。
- ・リカバリーは、抵抗なく抜きはじめ、体の上を腕を伸ばしたまま運んでいる。

②脚の動作について

- ・ けり上げは、軽く膝を曲げて行っている。
- ・ けり下ろしは、膝を伸ばして行っている。
- ・ けり上げとけり下ろしを波動的に行っている。
- ・ キックは、腰が良く伸び骨盤の回転をうまく行っている。

③呼吸と全体の動作について

- ・ 呼吸は、片方のリカバリー時に吸い、他方のリカバリー時に吐いている。
- ・ 泳いでいる時は、頭の位置が固定し真っ直ぐ上を見ている。
- ・ 腕の動作と脚の動作が、うまくマッチした泳ぎになっている。

④スタート・ターンの動作について

- ・ スタートは、腕を思い切り振りだし、腕、頭、上体、下肢、足先の順に正しい角度で入水している。
- ・ ターンは、とぎれのないスピードで行っている。

(2) 背泳ぎの採点基準

背泳ぎの採点ポイントが全て守られている場合を「完成した泳ぎである」として100点とする。それ以下の場合、次の基準で採点をする。

- | | | |
|-----|----------|-----------------------|
| 90点 | 模範として良い | (採点ポイントの90%が守られている) |
| 80点 | 上手な泳ぎである | (採点ポイントの80%が守られている) |
| 70点 | やや上手である | (採点ポイントの70%が守られている) |
| 60点 | 普通である | (採点ポイントの60%が守られている) |
| 50点 | やや下手である | (採点ポイントの50%しか守られていない) |
| 40点 | 下手である | (採点ポイントの40%しか守られていない) |

(3) 合格基準 60点以上を合格とする。

平泳ぎ

(1) 平泳ぎの採点ポイント

①腕の動作について

- ・ キャッチからプルにかけて、肘を高く保っている。
- ・ プルからフィニッシュにかけては、素早く行っている。
- ・ リカバリーは、フィニッシュのスピードを活かし、指先を伸ばして素早く行っている。

②脚の動作について

- ・ 引き付けは、背中全体の筋肉を使う気持ちで抵抗のないように行っている。
- ・ けり出しは、腰全体の筋肉を使う気持ちで鋭く行っている。
- ・ 引き付けとけり出しを波動的に行っている。

③呼吸と全体の動作について

- ・ 呼吸は水中で行い、特に吸気の直前に強く行っている。
- ・ 腕がプルに入る時、呼吸の為に頭をを起こし始め、フィニッシュと同時に呼吸を完了している。
- ・ 脚と腕のリズムは、腕のかき込み時に脚の引き付けを行い、腕のリカバリー時に脚のけり出しを行うリズムになっている。

④スタート・ターンの動作について

- ・スタートは両足で壁をけり、水中でけのびの姿勢を作った後、途切れのない一かき一けりの動作を行っている。
- ・ターンは、とぎれのないスピードで行われ、それに一かき一けりの動作がスムーズに行われている。

(2) 平泳ぎの採点基準

平泳ぎの採点ポイントが全て守られている場合を「完成した泳ぎである」として100点とする。それ以下の場合、次の基準で採点をする。

- 90点 模範として良い (採点ポイントの90%が守られている)
- 80点 上手な泳ぎである (採点ポイントの80%が守られている)
- 70点 やや上手である (採点ポイントの70%が守られている)
- 60点 普通である (採点ポイントの60%が守られている)
- 50点 やや下手である (採点ポイントの50%しか守られていない)
- 40点 下手である (採点ポイントの40%しか守られていない)

(3) 合格基準 60点以上を合格とする。

バタフライ

(1) バタフライの採点ポイント

①腕の動作について

- ・腕は止まらず、プル動作とリカバリー動作をしている。
- ・腕が入水(エントリー)をし、開いてから肘を上げて内側にプルをしている。
- ・肘を上げたまま体の中心線をかき込み、肘を支点として外側にフィニッシュしている。
- ・リカバリーは、腕の力を抜いて行っている。

②脚の動作について

- ・両脚をそろえ、けり下ろしは膝を曲げるが、けり上げは膝を伸ばしている。
- ・腰は、けり下ろし時にヒップアップし、けり上げ時にヒップダウンをしている。
- ・けり上げとけり下ろしを波動的に行っている。

③呼吸と全体の動作について

- ・呼吸は、プルに入ったら頭を起こし始め(プルに合わせて呼吸を行う)、腕のフィニッシュと同時に顎を水面につけて呼吸を完了し、直ちに頭を戻してリカバリーに入っている。
- ・脚と腕のリズムは、リカバリーの腕が入水する時に第1キックを行い、腕のフィニッシュ時に第2キックを行っている。

④スタート・ターンの動作について

- ・スタートは両足で壁をけり、水中でけのびの姿勢を作っている。
- ・ターンは、とぎれのないスピードで行っている。

(2) バタフライの採点基準

バタフライの採点ポイントが全て守られている場合を「完成した泳ぎである」として100点とする。それ以下の場合、次の基準で採点をする。

- 90点 模範として良い (採点ポイントの90%が守られている)
- 80点 上手な泳ぎである (採点ポイントの80%が守られている)
- 70点 やや上手である (採点ポイントの70%が守られている)
- 60点 普通である (採点ポイントの60%が守られている)
- 50点 やや下手である (採点ポイントの50%しか守られていない)
- 40点 下手である (採点ポイントの40%しか守られていない)

(3) 合格基準 60 点以上を合格とする。

個人メドレー

(1) 各泳法の採点ポイント

- ①腕の動作について
 - ・各泳法の採点ポイントと同じである。
- ②脚の動作について
 - ・各泳法の採点ポイントと同じである。
- ③呼吸と全体の動作について
 - ・各泳法の採点ポイントと同じである。
- ④スタート・ターンの動作について
 - ・スタートは両足で壁をけり、水中でけのびの姿勢を作っている。
 - ・バタフライから背泳ぎのターンは、とぎれのないスピードで行っている。
 - ・背泳ぎから平泳ぎのターンは、とぎれのないスピードで行っている。
 - ・平泳ぎから自由形のターンは、とぎれのないスピードで行っている。

(2) 個人メドレーの採点基準

個人メドレーの採点ポイントが全て守られている場合を「完成した泳ぎである」として 100 点とする。それ以下の場合、次の基準で採点をする。

- 90 点 模範として良い (採点ポイントの 90%が守られている)
- 80 点 上手な泳ぎである (採点ポイントの 80%が守られている)
- 70 点 やや上手である (採点ポイントの 70%が守られている)
- 60 点 普通である (採点ポイントの 60%が守られている)
- 50 点 やや下手である (採点ポイントの 50%しか守られていない)
- 40 点 下手である (採点ポイントの 40%しか守られていない)

(3) 合格基準 60 点以上を合格とする。

身体的障害者の採点について

身体に障害のある方が受検された場合の採点は、障害のある身体部分以外の動作を採点対象として採点を行ってください。

(例えば、左腕に障害があり右腕での片腕クロールしかできない場合は、クロール種目で片腕クロールにて採点を行ってください。)



ジュニア救急法実施マニュアル

一般社団法人日本スイミングクラブ協会
安全水泳委員会

ジュニア救急法指導の概要

一般社団法人日本スイミングクラブ協会
安全水泳委員会

小・中学校の会員を対象に、一般社団法人日本スイミングクラブ協会の活動目標の一つである「健康・安全」の具体的なプログラムとして、会員の発達段階に応じた救急法講習コースを設定した。事故防止と救急措置の基本的かつ初歩的な知識や技術を習得させることにより、命の尊さと安全の教育をより効果的に進めていくために、極めて必要かつ有効な講習である。

1. 講習の目的

ジュニア救急法を学ばせることにより、自他の生命を尊重し、安全な生活を営むことのできる態度や能力（技能）を身につけさせる。

2. 講習の種類と対象

ジュニア救急法・初級 …… 対象：小学1年生～小学3年生 講習時間：2単位時間

ジュニア救急法・中級 …… 対象：小学4年生～小学6年生 講習時間：4単位時間

ジュニア救急法・上級 …… 対象：中学1年生～中学3年生 講習時間：6単位時間

※講習時間：1単位時間は人数等により40～50分とする。

3. 講習会場

各加盟校のトレーニングルーム等

4. 講師

赤十字水上安全法指導員、赤十字救急法指導員、赤十字幼児安全法指導員、安全水泳法管理者、水泳教師、以上の資格保有者または、救急蘇生法適任者資格を保有する泳力認定資格保持者に限る。

5. 講習実施について

①受講人数が確定次第、「講習会実施申請書・備品購入申込書」をFAXまたはメールにて協会本部へ提出。



②協会本部より講習用備品を送付。（送料実費）



③実施後3週間以内に「ジュニア救急法修了証発行一覧表」をFAXまたはメールにて協会本部へ提出。備品購入クラブは振込の完了。



④協会本部より修了証を送付。



⑤各校にて修了証に記名・捺印記入のうえ、ジュニア救急法修了証を発行。

6. 講習料・手数料について

①講習料：(単位時間500円以内を基準)

初級：1,000円以内、中級：2,000円以内、上級3,000円以内にて、各校にて設定する。
(受講生に配布する消耗品は、各校にて別途実費徴収)

7. その他

①この講習は資格認定講習ではなく、よってその後の更新講習も必要としない。しかし、この講習は低年齢のうちから生命の尊さや応急手当の必要性を説くもので、一人でも多くの子どもたちに知ってもらうことが肝心である。こうして初級から中級、上級へと進んでいくと、おのずと人命を尊重する大人へと成長し、救急法や救助法に関心が向くことが期待できる。協会加盟の多くのクラブが、積極的にこのジュニア救急法を取り入れることを推奨したい。

②講習に必要な器材等は各校にて揃えること。

資料パネル等の教材は各校にて作成し用意すること。

初級教材(修了証)、中級教材(修了証・キューマスク)、上級教材(修了証・キューマスク)の購入は「備品購入申込書」をFAXまたはメールにて協会本部へ送ること。

③修了証の修了番号について

□□□□ — □□□□□□□□

登録クラブ正会員番号

生年月日(西暦)

※裏面に講師の捺印を入れること

例：2013年8月5日生
→ 130805

ジュニア救急法（初級）

指導時間（2単位時間）

1. はじめに

ジュニア救急法（初級）はジュニア救急法（中級）の前段階として位置付け、対象は小学低学年とする。発達段階と学校の保健授業を考慮したうえで、カリキュラムの編成を以下のようにする。

2. 指導計画

時間	指導項目	指導内容（抜粋）	評価の観点
1	応急手当の必要性 人を呼ぼう	大人を呼ぶ 救急車を呼ぶ（119番通報） 電話のかけ方 状況の伝え方	助けを呼ぶことの重要性を理解させる
2	自分の出血を止めよう	血液の説明 直接圧迫止血法 包帯法「伸縮」	血液を止めることの重要性 伸縮包帯の使い方

3. 準備するもの

電話模型・滅菌ガーゼ・伸縮包帯など

4. 指導上の留意点

- ①指導時間1単位時間は、参加人数等により40分～50分とする。
- ②集中力の続かない低学年では、1単位の中で1つの内容を伝えることが精一杯である。従って、内容は中級の前段階として「助けを呼ぶ」、「自分の血は自分で止める」とした。
- ③出来るだけ分かり易い言葉や説明と、視覚に訴えた教材を準備すること。
- ④一人の指導者だけでなく、クラブ指導者（複数）にお手伝いをお願いする。

※初級は心肺蘇生までの一連の動作の中から、小学校低学年で出来る範囲の内容で指導を行う。具体的には電話をかけたり、大人を呼びに行くことなどが中心である。

※初級では自分で出来る応急手当を覚え、自分で出来ることは自分で出来るようにさせたい。

ジュニア救急法（中級）

指導時間（4単位時間）

1. はじめに

ジュニア救急法（中級）はジュニア救急法（上級）の前段階として位置付け、対象は小学高学年とする。発達段階と学校の保健授業を考慮したうえで、カリキュラムの編成を以下のようにする。

2. 指導計画

時間	指導項目	指導内容（抜粋）	評価の観点
1	応急手当の必要性	自分で出来る手当 人にやってもらう手当 いつどこで誰がやるのか 救命曲線 心肺蘇生	自分で出来る手当てと人にやってもらう 手当の基準は何か
2	止血法 包帯法（巻軸帯）	血液量と直接圧迫止血法 基本巻・突き指の固定包帯	自分の血液量と止血を理解し、実技が出来たか 包帯の実技が出来たか RICE が分かったか
3	心肺蘇生①	一連の動作を完全に覚える 大人を呼ぶこととAEDの重要性 二人一組での実技練習	心肺蘇生はどのように行うのかが分かったか
4	心肺蘇生②	二人一組での実技練習 レサシアンでの実技	心肺蘇生までの一連の流れを実技で出来たか 119番通報、大人の人とAEDの依頼が確実に出来たか

3. 準備するもの

レサシアン・滅菌ガーゼ・包帯・フェイスシールド・血液量を知る（ペットボトル）など

4. 指導上の留意点

- ①指導時間1単位時間は、参加人数等により40分～50分とする。
- ②子どもに分かり易く説明するためには、気道確保（空気の通り道）や下顎挙上法（下顎の骨張った堅いところを上挙げて首を伸ばす）など言葉と説明の工夫が必要。
- ③出来るだけ理論は短く、実技を中心に実施すること。
- ④実技は二人一組で出来るように工夫する。二人で実施することで、疑問点など質問し易くなる。心肺蘇生についても実技は二人一組で繰り返し行い、そのあとレサシアンを使って一連の動作実習を行う。
- ⑤教材は市販されているもの（止血法実習モデル等）もあるが、教材を工夫し視覚に訴えるものを考えたい。

※中級は心肺蘇生（大人の人とAED到着）までの一連の動作を実技内容とし、止血法や身近に起きるけがを想定した講座を考える。

ジュニア救急法（上級）

指導時間（6単位時間）

1. はじめに

ジュニア救急法（上級）は一般の普及講習会に準じた内容を中学生対象として、学校の保健体育授業を考慮したうえで、カリキュラムの編成を行なった。

2. 指導計画

時間	指導項目	指導内容（抜粋）	評価の観点
1	応急手当の必要性	救命曲線（パネル） 傷病者を発見した時の対応 心肺蘇生（実技ポイント）	人を呼ぶこと（119番通報とAEDの要請）が出来たか 救急車到着するまで出来る応急手当が分かったか
2	心肺蘇生の実技	二人一組での実技練習 手順や方法を確認しながら練習	心肺蘇生の一連の動作の順番を覚えたか
3	心肺蘇生の実技	レサシアンを使っての練習	救急車が到着するまでに心肺蘇生法が出来たか
4	心肺蘇生の実技	レサシアンで心肺蘇生とAED を使っての練習	心肺蘇生とAED使用の実技が確実に出来たか
5	止血と実技包帯法 （巻軸帯）	大出血の応急手当 血液量の説明 直接圧迫止血 包帯の実技 RICE	血液の量や出血の種類が分かったか 止血法が出来たか 包帯法が出来たか
6	ロールプレイング	その他の応急手当 応急手当のロールプレイング	仮想事例から応急手当が出来たか

3. 準備するもの

レサシアン・滅菌ガーゼ・包帯・フェイスシールド・AEDトレーナー・血液量を知る（ペットボトル）など

4. 指導上の留意点

- ①指導時間1単位時間は、参加人数等により40分～50分とする。
- ②子どもに分かり易く説明するためには、気道確保（空気の通り道）や下顎挙上法（下顎の骨張った堅いところを上挙げて首を伸ばす）など言葉と説明の工夫が必要。
- ③出来るだけ理論は短く、実技を中心に実施すること。
- ④実技は二人一組で出来るように工夫する。二人で実施することで、疑問点など質問し易くなる。心肺蘇生についても実技は二人一組で繰り返し行い、そのあとレサシアンを使って一連の動作実習を行う。
- ⑤視覚や聴覚に訴えるもので、分かり易いものを各自作教材として用意する。

申請日：20 年 月 日

※人数が確定次第、ご申請ください。

一般社団法人日本スイミングクラブ協会
安全水泳委員長 殿

クラブ名 _____
代表者名 _____
担当者名 _____
TEL _____
FAX _____

ジュニア救急法講習会実施申請書

下記の通りジュニア救急法講習会を実施いたしたく申請いたします。

実施日	20 年 月 日 () (初級 名・中級 名・上級 名)
会場	〒 _____ TEL _____
講師	氏名 _____ 資格番号 _____ 氏名 _____ 資格番号 _____ *講師は赤十字水上安全法指導員、赤十字救急法指導員、赤十字幼児安全法指導員、安全水泳法管理者、水泳教師のいずれかの資格保有者または、救急蘇生法適任者資格を保有する泳力認定資格保持者に限る。

備品購入申込書

ジュニア救急法講習会実施にあたり、下記の通り申込みいたします。

○テキスト：無料配布 ○キューマスク (1 個)：220円 (税込) ○修了証 (1 枚)：330円 (税込)

修了証：(初級 枚・中級 枚・上級 枚) 330円× 枚＝ 円	
*修了証は必須購入品です。講習会終了後3週間以内にジュニア救急法修了証一覧をご提出ください。 入金確認後に修了証を郵送いたします。	
キューマスク：希望クラブに事前販売 220円× 個＝ 円	
テキスト：申請者分を無料事前配布	
合計金額	円

備品送付先 (着払いで発送※会場と送付希望先が異なる場合のみご記入ください。)

〒 _____
住所

申込備品振込先

三菱UFJ銀行 江戸川橋支店 普通預金 0376796 一般社団法人日本スイミングクラブ協会

問い合わせ先

一般社団法人 日本スイミングクラブ協会安全水泳委員会

TEL：03-6381-0750 / FAX：03-6381-0752 / メール：jsca0001@sc-net.or.jp

ジュニア救急法修了証発行一覧表

実施日 20 年 月 日

会場名 _____

担当者名 _____

NO	修了番号	氏名	生年月日(西暦)	級
1	—		年 月 日 (歳)	初・中・上
2	—		年 月 日 (歳)	初・中・上
3	—		年 月 日 (歳)	初・中・上
4	—		年 月 日 (歳)	初・中・上
5	—		年 月 日 (歳)	初・中・上
6	—		年 月 日 (歳)	初・中・上
7	—		年 月 日 (歳)	初・中・上
8	—		年 月 日 (歳)	初・中・上
9	—		年 月 日 (歳)	初・中・上
10	—		年 月 日 (歳)	初・中・上
11	—		年 月 日 (歳)	初・中・上
12	—		年 月 日 (歳)	初・中・上
13	—		年 月 日 (歳)	初・中・上
14	—		年 月 日 (歳)	初・中・上
15	—		年 月 日 (歳)	初・中・上
16	—		年 月 日 (歳)	初・中・上
17	—		年 月 日 (歳)	初・中・上
18	—		年 月 日 (歳)	初・中・上
19	—		年 月 日 (歳)	初・中・上
20	—		年 月 日 (歳)	初・中・上

【振込予定日】 20 年 月 日に 銀行より振り込みいたします。

※修了証の修了番号について（裏面に講師の捺印を入れること）

□□□□ — □□□□□□□□
登録クラブ正会員番号 生年月日（西暦）

例：2013年8月5日生
→ 130805

<<送付先>> 一般社団法人日本スイミングクラブ協会 安全水泳委員会 FAX：03-6381-0752 メール：jsca0001@sc-net.or.jp	<<振込先>> 三菱UFJ銀行 江戸川橋支店 普通預金 0376796 □座名 一般社団法人日本スイミングクラブ協会
--	---

*この用紙は実施後3週間以内にFAXまたはメールにてお送り下さい。

「泳力認定」運営マニュアル

発行日 平成26年4月1日 発行
令和2年10月6日 改定
令和6年4月1日 改定
令和7年4月1日 改定

発行者 一般社団法人 日本スイミングクラブ協会

編集 一般社団法人 日本スイミングクラブ協会 泳力認定委員会

〒101-0047

東京都千代田区内神田2-11-6 喜助内神田ビル6階

TEL : 03-6381-0750 FAX : 03-6381-0752

E-mail : jzca_eiryoku@sc-net.or.jp