

第5章 シミュレーテッド・エマージェンシー・  
レスポンス競技  
(SERC) 規則

## 5. シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技 (SERC) 規則

### 5.1 シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技 (SERC) 総則

シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技 (SERC) は、チームリーダーの指示の下にチームとして行動する4人のライフセーバーの主導権、判断、知識及び能力をテストする。開始前にシミュレーテッド・エマージェンシーの状況は競技者には知らせておらず、競技を実施するにはライフセービングスキルを適用する。この競技は2分の時間制限内に実施される。全てのチームは同じ状況設定で、同じジャッジにより評価される。

競技は男女の区別なく実施され、チームはどのような男女の組み合わせでも成立する。

#### 5.1.1 組み合わせ

チームの競技順は抽選により決定するものとする

#### 5.1.2 出場確認及び招集

- (1) 競技者または代理人は出場確認の手続きを行わなければならない。時刻までに出場確認を行わなかった場合は、原則として失格となる。
- (2) 競技者は競技開始前の指定された時刻にロックアップエリア（招集場所）に速やかに集合するものとする。競技の開始時にロックアップエリアにいないチームは失格となる。

#### 5.1.3 スタート

スタートの合図はスターターによるピストル、ホイッスル、エアホーン等で行われる。

### 5.1.3 不正行為

- (1) 競技者は溺者及び傷病者に対し丁寧に対応する。言葉及び身体的暴力を与えてはならない。言葉及び身体的暴力を与えた場合は、失格になることがある。
- (2) 競技エリアに自分たちの所持品または器材を持ち込んではならない。
  - ①持ち込みできるもの：眼鏡及びコンタクトレンズ等の視力矯正器具（矯正用ゴーグルまたはマスクは不可）。
  - ②持ち込みできないもの：時計、宝飾品、携帯電話、その他の通信機器、ゴーグル、マスク、フィンなど。競技者、溺者及び傷病者にとって危険と判断された宝石類（アクセサリー）は外すように指示されることがある。

## 5.2 シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス 競技（SERC）種目

シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技  
(Simulated Emergency Response Competition: SERC)

SERC

### (1) 競技人数

4人

### (2) 使用器材

競技者は競技エリア内で入手可能な全ての資材や器材を使用することができる。競技者は競技エリア内に自分たちの所持品及び器材を持ち込んではならない。

### (3) 用具の位置

状況設定に応じて決定される。

### (4) 競技の方法

#### ①機密保護とロックアップ

競技開始前及び競技中、チームは競技エリアが見えず、音も聞こえないような「ロックアップエリア」に隔離される。競技者が隔離されるまで、状況設

定、演技者、器材は秘密にされる。競技の終了後、競技者は他のチームの競技を観戦することができる。

#### ②競技開始

スタートの合図の後、チームはロックアップエリアからプールへと誘導され、様々な救助を必要とする溺者や傷病者が競技エリア内にいるのを発見する。スタートの合図の後チームが競技エリアに入ったら、演技者は即座に溺者、傷病者の演技を始める。競技者は制限時間内にあらゆる方法を用いて溺者、傷病者に対応する。

#### ③競技エリア

SERCは、室内または屋外の様々な水辺の環境で行われる。事前に全チームに対して明確に競技エリアを示す。競技エリアの入口と出口の両方の位置を明確に指示する（例、どちらのプールサイドを使用するか）。別に指示されない限り、競技者は競技エリア内の状況が「発見した通り」であるとみなす。電光時計が使用可能であるなら、競技者と観客のためにカウントダウン時計として使用してよい。

#### ④状況設定

状況設定は競技開始まで秘密にされ、できるだけ現実的（かつ安全）に演出されるものとし、競技者の想像力をテストするものではない。例えば、演技者が、手にやけどを負ったと申し出た状況は、火災、電気コード、化学物質が、シミュレートされた証拠により演出される（実際の火、通電中のコード、実際の化学物質を使用すべきではない）。

#### ⑤溺者、傷病者、マネキン、バイスタンダー

(ア) 演技者は溺者、傷病者役を演じ、異なる手当てを必要とするような問題を提示する。溺者、傷病者役の種類には、泳げない人、泳ぎが下手な人、けがを負った遊泳者と意識不明の溺者、傷病者を含む。さらに、競技者はバイスタンダーや遊泳者だけでなく、「溺者、傷病者」役のCPR用マネキンに対処する場合もある。

(イ) 溺者、傷病者の演技は競技中に展開する場合がある（例、意識のある溺者、傷病者が意識不明になる）。その条件は、変化が明らかに分かること、変化のタイミングが一貫していること、競技を通して全競技者に一貫した変化で

あることである。

(ウ) 溺者、傷病者の種類が目印（例、意識不明を示す額の赤／黒の×印）に示される場合、競技者は開始前に通知される。競技者は、マネキンに対応する場合、呼吸をしていない脈のない溺者、傷病者として扱うものとする。

#### ⑥開始時刻と計時

競技の制限時間は2分以内とする。音響合図が各チームの対処開始と終了を告げる。

### (5) 救助の原則

#### ①ライフセーバーとライフガードの対応の違い

SERC 競技者は、指定されたチームリーダーの指示の下に連携したチームの中で行動する。ライフセーバー4人で構成されるチームとして対応することを求められる。管理された水辺の環境の中で、十分に訓練されたチームの一員として活動することが多いライフガードと異なり、ライフセーバーは、特殊な器材、支援または確立された手順や通信システムの便益なしに、予想外の緊急事態の中で適切な方法で対応する態勢を要求される。かかる状況では、ライフセーバーの個人的安全が常に最優先であり、採点シートにはこれが反映されるものとする。

#### ②競技者は以下の基本的救助ステップを適用する

- 問題の認識
- 状況の評価
- 問題を克服するための行動方針の計画
- 救助を達成するための行動
- 溺者、傷病者に対する手当て

#### ③競技者は状況評価の際に、以下を考慮する

- 救助者の能力
- 溺者、傷病者の人数
- 溺者、傷病者の位置
- 溺者、傷病者の状態（例、泳げない人、泳ぎの下手な人）
- 利用可能な救助支援物資（器材）

- 周囲の状態（例、水深、入水及び着水点）

④競技者はその状況評価に基づき、取り入れ得る行動方針を計画する

- 支援の要請

- 支援の組織

- 利用可能な協力者に対する情報伝達

- 適切な支援物資または器材の収集

- 必要に応じた救助実施

計画では状況管理を確立すると共に、可能な限り多くの命を救うことを目指す。多数の溺者、傷病者の救助管理では、救助者に複数の選択肢が与えられる。

⑤救助者は以下のように状況を管理する

- 移動可能な人の移動

- 大きな危険にさらされている人の安全確保

- 継続的手当てが必要な人の回復と蘇生

移動可能な人とは、自分で安全な場所に移動できる者である。大きな危険にさらされている人には、泳げない人やけがを負った遊泳者などが含まれる。継続的な手当てを必要とする人には、意識不明者、呼吸停止者または脊椎損傷が疑われる溺者、傷病者などが含まれる。適切な計画が出来上がった時点で、それを迅速に行動に移すことが望ましい。競技者は状況変化に警戒すると共に、その行動計画をかかる変化に合わせて調整し、それに対応する。

⑥救助を実施する際は、競技者は以下を覚えていなければならない

- 自分自身が最も安全な位置から救助する

- 救助原則の実施

- 溺者、傷病者には極めて慎重に接近する

- 意識のある溺者、傷病者に直接接触しないようにする

入水が不可欠な場合、競技者は、自分自身の命を絶対に危険にさらさない状況を作るための、最も有効な技術を選ぶ。競技者はその意図及び行動をジャッジに明確に示すことが重要である。

## (6) 判定と採点

採点シートは、1人のジャッジが状況設定全体を採点し、他のジャッジが個々

の溺者、傷病者を扱う方法で作成される。溺者、傷病者1人にジャッジ1人という状況が望ましい。ジャッジは競技開始前に、状況設定、採点方法、及び採点基準について簡単な説明を受けるものとする。ジャッジは1人の溺者、傷病者、または溺者、傷病者集団を割り当てられ、状況設定の当該部分に参加した全チームを、競技全体について評価するものとする。

#### 採点制度：

この競技で使用される採点制度では、ジャッジは採点シートを使って得点配分を行うことが可能であり、競技者は適切だが予期せぬ対応を行うよう規定される。ジャッジは得点配分を行うにあたって、以下を考慮する。

- 溺者、傷病者の種類
- 溺者、傷病者の安全圏までの距離
- 利用可能な器材及び使用器材
- 判断の速さ
- 優先順位
- 行動／仕事の質
- 溺者、傷病者の手当て

傷病者の問題を迅速かつ正確に認識することは、この競技の重要なポイントであり、溺者、傷病者の状況設定及び事故演出と密接な関係がある。競技者が、どの溺者、傷病者を優先するかに対する正確な判断に得点が与えられる。競技者の判断は、緊急事態の性質によって異なる。水中の溺者、傷病者の場合は、最初に救助する者を決める際に、競技者は以下の優先順位に従って溺者、傷病者を優先するのが望ましい。

- 泳ぎの下手な者、及び自分で移動できる者
- 大きな危険にさらされている者（例：泳げない者、けがを負った遊泳者）
- 継続的な手当てが必要な溺者、傷病者（例：意識不明者、呼吸停止者または脊椎損傷が疑われる溺者、傷病者）

より高度な技能及び判断力を必要とする救助パフォーマンスに高得点を与える場合がある。

## (7) 失格

総則（共通）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

- ①外部からの援助、指示または助言を受けた場合（DQ7）。
- ②ロックアップエリアに遠距離通信機を持ち込んだ場合（DQ8）。
- ③競技の一部として提供されていない器材を用いた場合（DQ9）。
- ④演技者に身体的、または言葉による暴力を加えた場合（DQ10）。

## シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技失格コード表

コードNo.	失格内容	競技種目
1	総則及び種目別の競技規則に違反した場合。	全競技種目
2	<p>チーム、競技者及びハンドラーが、不正行為をした場合。 不正行為とは、下記のような場合等をいう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>①ドーピングまたは、ドーピングに関連した行為を行った場合</li> <li>②他の競技者になりました場合</li> <li>③競技順や位置決めの投票／抽選で不正を試みた場合</li> <li>④同じ個人種目に2度出場した場合</li> <li>⑤他のクラブの競技者として同じ種目に2度出場した場合</li> <li>⑥自分が優位になるために故意に他の競技者を妨害した場合</li> <li>⑦他の競技者またはハンドラーを押したり、進路を妨害した場合</li> <li>⑧競技者が外部から身体的または物質的な助力を受けた場合（口頭またはその他の指示を除く）</li> </ul>	全競技種目
3	招集場所への集合に遅れた競技者は、競技をスタートすることができない。	全競技種目
4	競技開始時刻に競技者がいなかった場合（A、B決勝を除く）	全競技種目
5	会場施設・宿泊施設、その他の競技会関連施設を故意に損壊した場合。	全競技種目
6	競技役員を侮辱（暴言・暴力）した場合。	全競技種目
7	外部からの援助、指示または助言を受けた場合。	シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技
8	ロックアップエリアに遠距離通信機を持ち込んだ場合。	シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技
9	競技の一部として提供されていない器材を用いた場合。	シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技
10	演技者に身体的、または言葉による暴力を加えた場合。	シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技

## サンプル採点シート

### SERC : 全般

抽選番号 \_\_\_\_\_ チーム名 : \_\_\_\_\_ 審判員名 : \_\_\_\_\_

**状況設定の説明 :**あなたは朝、リラックスするために地元のスイミングプールに来た。そのとき、プールの中で何かが起きていることに気付いた。まだライフガードや他の職員も見当たらない。あなたが溺者／傷病者を保護する、または水中から引き上げるなら、指定された場所（プールへの入水・退水については場所が指定される）から行わなければならない。ほかの場所を使用する場合は得点を獲得することはできない。

**判定の注意点 :**ジャッジは、SERC の概要を頭に入れており、チーム全体の効率性を評価する。特に、チームリーダーのチームの管理、すなわち負傷者を手当てるための優先事項の評価およびチームメンバーへの指示を探点する。また、リーダーとチーム間、チームメンバー間のコミュニケーションを探点する。これには溺者／傷病者の状態についての情報およびどのような援助が必要かということが含まれる。

採点は以下の事項を考慮しなければならない。

- 全体の統制が失われる範囲に責任を持たされた、または関与するリーダーによる統制の喪失。リーダーが実行する救助について採点しないこと。そうしたことはその溺者／傷病者に割り当てられたほかのジャッジにより採点される。
- 救助が求められたか否か。注意：助けに送られた人は状況設定に戻ることはできない。

採点の項目	得点 / 10
評価 緊急の評価 リーダーはチームをまとめ、正しい救助の優先事項を指示したか？ 継続的な評価／再評価	
統制 状況設定全体にわたる統制と安全 リーダーは状況設定全体にわたり統制を保持する 継続的な評価／再評価	
コミュニケーション リーダーからチームへ、およびチームメンバーと溺者／傷病者間のコミュニケーションとフィードバック 溺者／傷病者とチームへ与えられる効果的な質問／明確な指示	
探索 状況設定エリアの効果的な探索 溺者／傷病者の特定と場所	
チームワーク 適切な情報提供が伴われたチームワーク、招集支援（救急サービスが呼ばれる） 全ての溺者／傷病者の特定と保護 バイスタンダーと溺者／傷病者の有効な利用	
溺者／傷病者に対する乱暴な手当て - 減点	
総合点	

採点の注意（ジャッジにより 0.5 単位で採点される）

満点 10	優 7.5 - 9.5	良 5.0 - 7.0	可 2.5 - 4.5	不可 0 - 2.0
高度な技術および判定を必要とする救助行為に対しては、高い得点が与えられる。				

## サンプル採点シート

### SERC：泳げない人

抽選番号 \_\_\_\_\_ チーム名：\_\_\_\_\_ 審判員名：\_\_\_\_\_

溺者／傷病者：プールの端に行こうとする泳げない人

彼は、水面に出ようとしてもがき、プールの端に行けないためにパニックになり始める。彼は手の届く場所に救助器具がある場合それらを確保することができる。しかし、何も持たずに救助する場合、彼はもがきながら救助者を掴もうとする（仰向けにならない）。彼はプールから出るときに助けを必要とし、疲れ果てている。彼は自分だけの力では上がれない。

判定の注意点：泳げない人は危険が差し迫った状態にあり、救助の最優先対象となる。彼は救助器具を持たないまま近寄ってくる救助者を直接掴もうとする。何も持たずに救助する場合、採点項目の救助の欄には得点は一切記録されないものとする。彼は有効かつ効率的にプールの端まで戻されることにより安全を確保される。プールからの引き上げは慎重に行なわれるべきである。彼は尋ねられた質問には回答するが、自ら情報を与えることはない。彼はおびえているため、救急隊の到着を待つエリアを離れさせないこと。

採点の項目	得点／10
溺者／傷病者の認識／接近手法 泳げない人の認識（最優先）、溺者／傷病者に接近する速度 救助者による安全な接近手法	
救助 極めて慎重に配慮した救助 有効な救助、非接触（接触救助の場合、この項目では得点とはならない）	
溺者／傷病者の管理 明確で有効な質問と元気づけの言葉 救助中およびプールの端まで戻るまでの元気づけ	
陸地への引き上げ 溺者／傷病者への注意、頭部の保護 救助者の大きさと体力に合った適切な陸地への引き上げ	
溺者／傷病者の手当とアフターケア プールの端から離れた安全な場所、可能な場合は保温と保護 安全の監視、継続的な元気づけ	
溺者／傷病者への乱暴な取り扱い－減点	
総合点	

採点の注意（ジャッジにより 0.5 単位で採点される）

満点 10	優 7.5 - 9.5	良 5.0 - 7.0	可 2.5 - 4.5	不可 0 - 2.0
高度な技術および判定を必要とする救助行為に対しては、高い得点が与えられる。				

SERC

## サンプル採点シート

### SERC：泳ぎが下手な人

抽選番号 \_\_\_\_\_ チーム名：\_\_\_\_\_ 審判員名：\_\_\_\_\_

**溺者／傷病者：**友人と遊んでいた泳ぎが下手な人

彼は泳ぎの下手な人で、友人たちと遊んだあとにプールの端まで戻るのに苦労している。彼はほかの友人たちについてくるように叫んでいるが、友たちは見あたらない。彼は救助器具を確保することもでき、器具なしにプールの端までたどりつくこともできる。何も持たずに救助する（キャリーを含む）方法が用いられる場合、もがいて抵抗する。彼はほかの友人たちにプールの端まで泳ぐように伝わったかどうか心配している。彼自身は補助なしでプールの端にたどり着くことができる。彼は応援を頼み、119番通報し、全体にわたり協力的である。

**判定の注意点：**泳ぎの下手な遊泳者は迅速に救助される必要がある。彼はプールの端まで戻るように声をかけられる、または合図を送られる。彼は水中にいる間も監視される必要がある。何も持たずに救助する場合、彼はもがいてしまうため、救助に対する採点は低くなる。

採点の項目	得点／10
溺者／傷病者の認識／接近方法 泳ぎの下手な遊泳者だと認識し、移動させることを最優先にする 救助者による安全な接近手法	
救助 明確な指示によりプールの端まで戻ることを促す非接触救助を行なう (何も持たずに救助する場合は低得点－この項目には最大で5得点) 水中にいる間も監視する、更なる指示が必要な場合がある	
溺者／傷病者の管理と扱い 効果的なコミュニケーション指示：ほかの溺者／傷病者を安全かつ保温する (特に彼の友人たち)	
陸地への引き上げ 安全を確保して陸地へ引き上げる 救助者の大きさと体力に合った適切な陸地への引き上げ	
溺者／傷病者の手当てとアフターケア プールの端から離れた安全な場所、可能な場合は保温と保護 観察と、継続的な元気づけ	
溺者／傷病者への乱暴な取り扱い－減点	
総合点	

採点の注意（ジャッジにより0.5単位で採点される）

満点 10	優 7.5 - 9.5	良 5.0 - 7.0	可 2.5 - 4.5	不可 0 - 2.0
高度な技術および判定を必要とする救助行為に対しては、高い得点が与えられる。				

## サンプル採点シート

### SERC : 意識不明者／呼吸停止者

抽選番号 \_\_\_\_\_ チーム名 : \_\_\_\_\_ 審判員名 : \_\_\_\_\_

溺者／傷病者：意識不明で呼吸していない子ども（マネキン）

この子どもはプールの底にいる。彼は友人たちと遊んでいた。

判定の注意点：彼は救助の優先順位が低く、継続的な手当てを必要とする。彼を救助するために、できる限り速やかに最優先の負傷者を救助する。CPR はできる限り早く開始すべきである。得点は CPR シミュレーションの効率性および有効性に反映される。

採点の項目	得点／10
溺者／傷病者の認識／接近方法 負傷者の特定	
救助 救助の速度（救助の優先性を考慮する） プールの端まで戻る速度	
溺者／傷病者の管理 有効かつ効率的な搬送	
陸地への引き上げ 負傷者の慎重な取り扱い／陸地への引き上げ	
溺者／傷病者の手当てとアフターケア 効果的な CPR は回復を助ける プールの端から離れた安全な場所、観察と継続的な手当て	
溺者／傷病者への乱暴な取り扱い - 減点	
総合点	

採点の注意（ジャッジにより 0.5 単位で採点される）

満点 10	優 7.5 - 9.5	良 5.0 - 7.0	可 2.5 - 4.5	不可 0 - 2.0
高度な技術および判定を必要とする救助行為に対しては、高い得点が与えられる。				

SERC

## サンプル採点シート

### SERC：負傷した溺者／傷病者

抽選番号 \_\_\_\_\_ チーム名：\_\_\_\_\_ 審判員名：\_\_\_\_\_

**溺者／傷病者：**肩を負傷している意識がある溺者／傷病者  
水に落ち肩を負傷した。負傷者は落ち着いている。

**判定の注意点：**援助を必要とする中程度の優先度がある負傷者である。救助者は救助器具を用いるべきである。負傷者は救助器具を持つことができるが、プールから上がるときに援助が必要である。負傷者は負傷した肩に注意しながら、慎重に水から引き上げられる。彼は救助には協力せず、支援を求めたり、119番通報したりすることはない。

採点の項目	得点／10
負傷者の認識／接近方法 負傷した遊泳者で移動させるには中程度の優先順位であることの認識 救助者による安全な接近方法	
救助 明確な指示によりプールの端まで戻るよう促す 非接触救助を行う（接触救助には低い得点－この項目では最大で5点） 水中にいる間の監視、継続的な監視と手当	
負傷者の管理 有効なコミュニケーション／指示 安心感を与えるための継続的な声掛け	
陸地への引き上げ 負傷した肩に注意しながら水から慎重に引き上げる 安全を確保し、陸地へ引き上げる（水中にいる間の監視、更なる指示が必要な場合がある） 救助者の大きさと体力に合った適切な陸地への引き上げ	
負傷者の手当てとアフターケア プールの端から離れた安全な位置、可能な場合は保温と保護 継続的な監視とケア	
溺者／傷病者への乱暴な取り扱い－減点	
総合点	

採点の注意（ジャッジにより0.5単位で採点される）

満点 10	優 7.5 - 9.5	良 5.0 - 7.0	可 2.5 - 4.5	不可 0 - 2.0
-------	-------------	-------------	-------------	------------

高度な技術および判定を必要とする救助行為に対しては、高い得点が与えられる。