西宮インカレ 2026年10月15〜18日　学生向け
8:25ごろ掲示　／　8:30 チームリーダーミーティング

朝の風チェックの使い方

朝チェックは、当てるための予想ではなく、**海上で何を見るかを絞るための道具**です。予想を基準にして、実況とのずれにいち早く気づいたチームが先手を取れます。

1　出艇前に、艇ごとに決める3つ

① 作戦の軸
日のタイプから一言で決める。「振れを取る」「転換を耐えて、新しい風に早く乗る」など。

② セッティングの起点
10:25の予想風速から決める。海風転換の日は予想が強めに出がちなので、軽風寄りに準備する。

③ 作戦を切り替える合図
「10時に南西が入っていたら」「北東が4 m/s以上残っていたら」など、海上で何を見たら変えるかを先に決める。

確信度が「低」や「判定保留」の日は、決め打ちせず、海上で確かめる日です。

2　日のタイプ別の使い方

■ 北東系持続
振れを取るレース。陸の影響で振れが大きい。

海上で確かめる
スタート前にコンパスで振れの幅と周期を測る

■ 海風転換
転換前の弱い風と待ち時間に備え、転換後は新しい風に早く乗る。朝の北東が4 m/s以上なら、枠の東側に北東が残ることがある。

海上で確かめる
南西がどちら側から入ってくるか。海面の色の変化

＋早い転換の注意
スタート時点ですでに南西のことがある。北東の準備だけで出ない。

海上で確かめる
出艇後すぐに風向を確認。北東が残っているか

＋後退型の注意
15時ごろに北〜東へ戻ることがある。午後の最終レースで効く。

海上で確かめる
南西が弱まり始めたら、戻りの前兆

■ 強風日
東寄りの強風でチョップ。艇の準備と体力配分。

海上で確かめる
ガストの入り方と波の向き

■ 南寄り終日
朝は軽風、昼から安定した海風。

海上で確かめる
海風の強まり方と、コースの左右の差

3　海上で：予想とのずれで先手を取る

風の基準を作る
予告信号の前に、両タックのコンパス値を何度か測っておく。

予想と実況を比べる
10:25の予想と体感が大きく違えば、筋書きが外れている合図。早く気づけば先に切り替えられる。

ラナイズの数字に注意
南西の風のときは、湾岸線の影響で実際より弱く出る。数字だけで「弱い」と決めない。

4　レース後：5分のメモ

何時に風が回ったか／どちらのサイドが伸びたか／予想とどこが違ったか。4日間の大会では、前の日の実況を次の日の判断に生かせるチームが有利です。メモを送ってもらえれば、掲示の精度を上げるのにも使います（kanie.report.com@gmail.com）。

9月20日〜10月1日の検証では、10:25の風系（北系／南系）は12日中10日で一致しました。外れた2日はどちらもスタート前に海風が入った日で、現在はその注意を掲示に加えています。

本資料は航海用ではありません。レースの判断は帆走指示書・レース委員会の指示と、当日の海上の実況を優先してください。甲子園浜の風速計データは、ラナイズビーチクラブのご厚意により提供・公開されたものです。

作者　Kanie Kaoru
連絡先　kkanie515@gmail.com
kanie.report.com@gmail.com