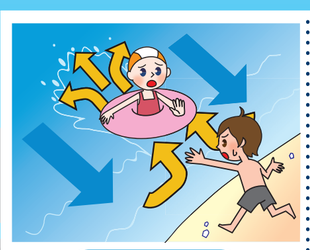
全国YMCAウォーターセーフティーキャンペーン

君は知らないうちに こんな危ないことをしていませんか？

海や川で

夏になると、海や川に行ったり、水遊びをしたりすることが多くなります。しかし水の中は、陸上とは違って、ちょっとした不注意でケガをしたり、生命を失ったりすることがあります。この絵のお友だちはどうして危ないのでしょうか？みんなで考えてみよう。



離岸流

岸から沖に向かって流れる水の流れ

逆潜流

岸によせてきた波が海底の傾斜に沿って沖に戻る水の流れ

潮汐

海水面が昇降する現象

おぼれている人をみつけたらどうするの？

子どもたちだけでは助けない、水の中に入らない。

「おぼれている人」や「誤って水に落ちてしまった人」を見つけたときの対処法

①119番へ連絡しよう

連絡できたら指示を聞く。
連絡できなければ、
連絡できる人を探しに行く。
※携帯電話を持っている人に
知らせましょう。

救急隊が到着するまでにできること

②浮く物を投げる

浮く物がある場合は、お腹を目がけて投げ、つかまるように指示する。

保護者の方へ

救助の基本は、救助者自らの生命を守ることです。第一に「決して子どもだけで助けようとせず、近くの大人の人に大声で知らせ、助けを求める」、第二に「付近に大人の人がいなかった場合、こんな方法が安全な助け方だよ」という順序で教えてください。繰り返し教えることが大切です。
また、海での事故の場合は、118番（海上保安庁）へ通報ください。

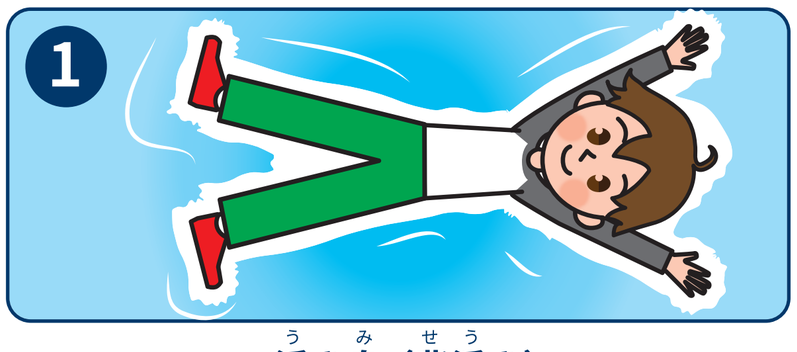
突然水の中に落ちてしまったら！？

なにより大切なことは落ち着くことです。
あわててしまうことで泳げる人でもおぼれたり、心臓が止まったりすることがあるためです。

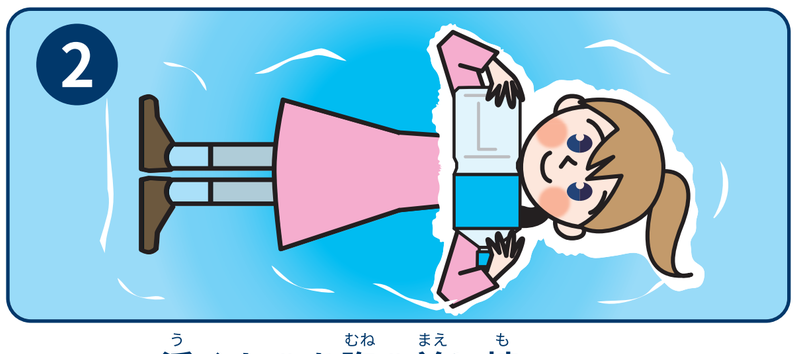
落ちついて浮き身の姿勢をとる
- 岸が遠い、高い場合 → 浮いて待つ → 浮くものがあれば、胸の前で持つ
- 岸が近い、低い場合 → 岸まで戻る → エレメンタリーバックストロークなどで戻る

水に落ちたら落ち着いて浮き身の姿勢をとろう

水の事故の多くは岸から3m以内でおきています。それは誤って水に落ちてしまったことにより気が動転してしまい、岸に戻りたくても戻れないからです。誤って水の中に落ちてしまったら、あわてて岸に戻ろうとするのではなく、まず落ち着いて浮き身（背浮き）の姿勢をとりましょう。



浮き身（背浮き）



浮くものを胸の前に持つ

浮き身を上手につくるポイント

- おなかを上げる・手足をのばす
- 頭のうしろを水につける・全身の力を抜く

大原則は「浮いて、待とう！」

ハンドブックを携帯していざというときに備えましょう！

このポスターはYMCAウォーターセーフティーハンドブックをもとに作られています。

ウォーターセーフティーキャンペーンに関する情報はこちらから