

みず お もし水に落ちてしまったら？

* あわてない！

じょうきょう かくにん
* まわりの状況を確認！

う たす ま
* 水に浮いて助けを待つ！



ようふく み つ
洋服やくつは身に着けたままでね。カバンやペットボトル

う う ぐ
など浮くものがあれば、浮き具のかわりにしよう！

Q.どのようにすれば浮いて助けを待つことができるだろう？

A.この写真のように体の力をぬいて、手と足を広げよう。口は空気がにげないようにしっかりと閉じます。



Q.何人かで水に落ちた場合はどうするのがいいだろう？

A.この写真のように、みんなで固まっていよう。一人ずつでいるよりも、心強いし、あたたかさが保たれるね。



Q.何人かで水に落ちた場合はどうするのがいいだろう？

A.この写真のように、みんなで固まっていよう。一人ずつでいるよりも、心強いし、あたたかさが保たれるね。





ペットボトルなどの浮き具を投げてもらったら、写真のようにつかまって浮き身をとろう！



Q.おぼれている人を見つけたらどうする？

A. ① 助けを呼ぼう！

119番：消防署につながる

海での場合は118番：海上保安部につながる ライフセーバーに知らせる

②浮き具になりそうなものを探して投げる(カバン、ペットボトル、ポリ袋、バケツ、クーラーボックス)ペットボトルやポリ袋は中に水などを入れると遠くに投げやすいよ。また、上着をつなぎ合わせれば応急ロープになるね。

③手をのばして届く時は、固定されたものにつかまり、腹ばいになって自分につかまらせる

絶対にやってはいけないことは、自分が水に入って助けること！

必死になって助けを求めている人にひきこまれてしまうかもしれないよ



Q.おぼれている人をみつけたらどうする？

A. ① 助けを呼ぼう！

119番：消防署につながる

②海での場合は118番：海上保安部につながる ライフセーバーに知らせる

浮き具になりそうなものを探して投げる(カバン、ペットボトル、ポリ袋、バケツ、クーラーボックス)ペットボトルやポリ袋は中に水などを入れると遠くに投げやすいよ。また、上着をつなぎ合わせれば応急ロープになるね。

③手をのばして届く時は、固定されたものにつかまり、腹ばいになって自分につかまらせる

絶対にやってはいけないことは、自分が水に入って助けること！

必死になって助けを求めている人にひきこまれてしまうかもしれないよ

【おぼれている人を見つけたら？】

* 助けを呼ぶ！

* 浮き具になりそうなものを探して投げる

* 手をのばして届く時は、固定されたものにつかまり、腹ばいになって自分につかまらせる

× 水に入って助ける

ひと み
おぼれている人を見つけたら？

- * たす よ 助けを呼ぶ！ 119番：消防署へ電話する
海では118番かライフセーバーに知らせる
- * う ぐ さが な 浮き具になりそうなものを探して投げる
- * て とど とき こてい 手をのばして届く時は、固定されたものにつかま
り、^{はら}腹ばい^{じぶん}になって自分につかまらせる

みず はい たす
水に入~~っ~~て助ける

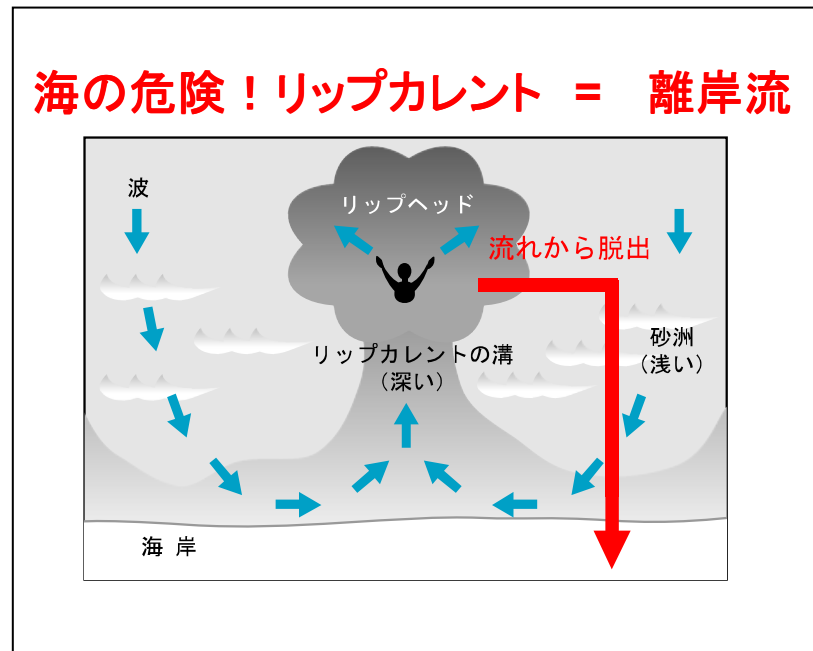
海の自然環境は、風、波、地形、潮、流れなどから影響を受けているよ。海といってもビーチと磯では危険なポイントが違います。

ビーチ：波と風に注意！

磯：転倒によるケガや岩や貝殻などによるスリキズ、キリキズに注意！

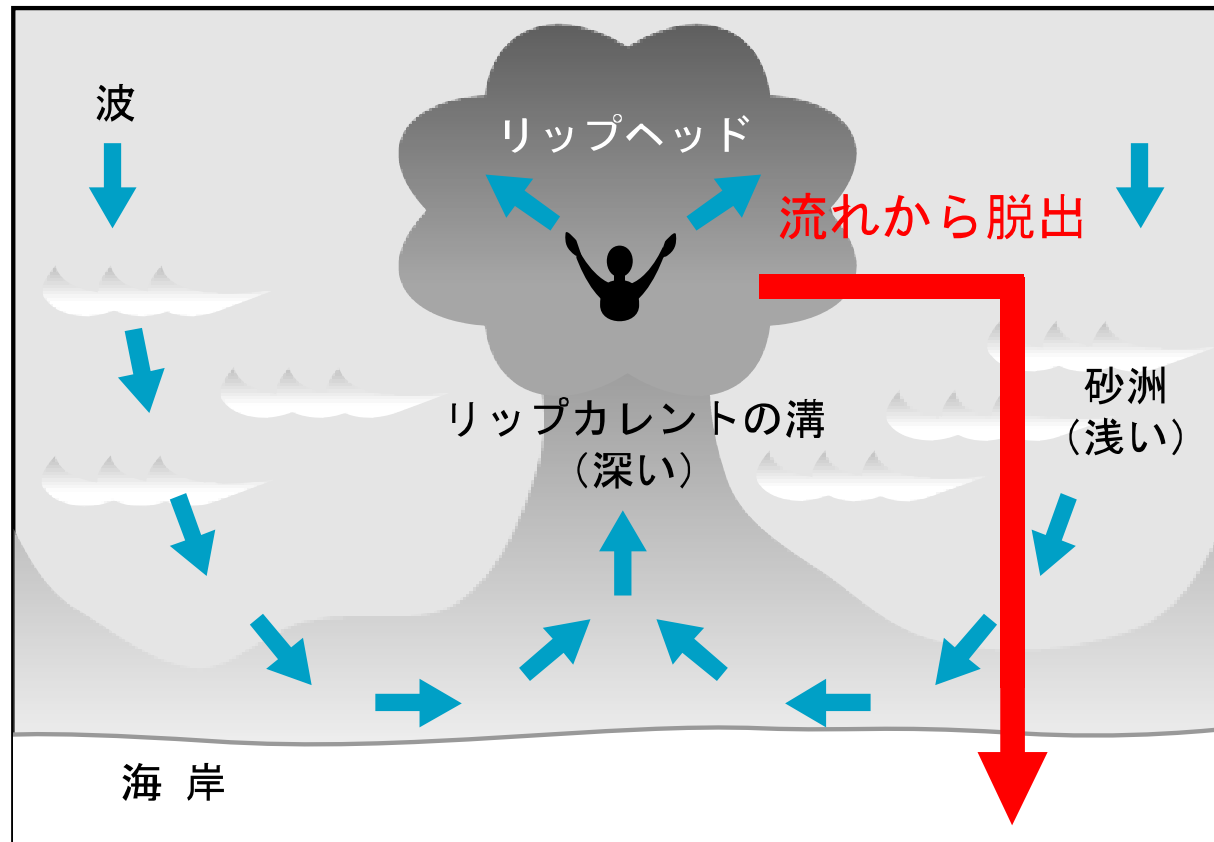
海にはリップカレント(離岸流)と呼ばれる沖へ向かう水の流れができることがあるよ。海でおぼれる人は、このリップカレントで沖に流されて、陸に戻ろうとしているうちに泳ぎつかれてしまうことが多いらしい。海で泳ぐ時はリップカレントに注意しよう。

もしもリップカレントに流されてしまったら、まずは落ち着いて自分がどのような状況にあるのかを確認！そして、図のように、いったん横(波のある方)に20~30m泳いでから、陸に向かおう。自分の力で戻れない時は、片手をあげて「助けてサイン」を出そう！



うみ きけん
海の危険！

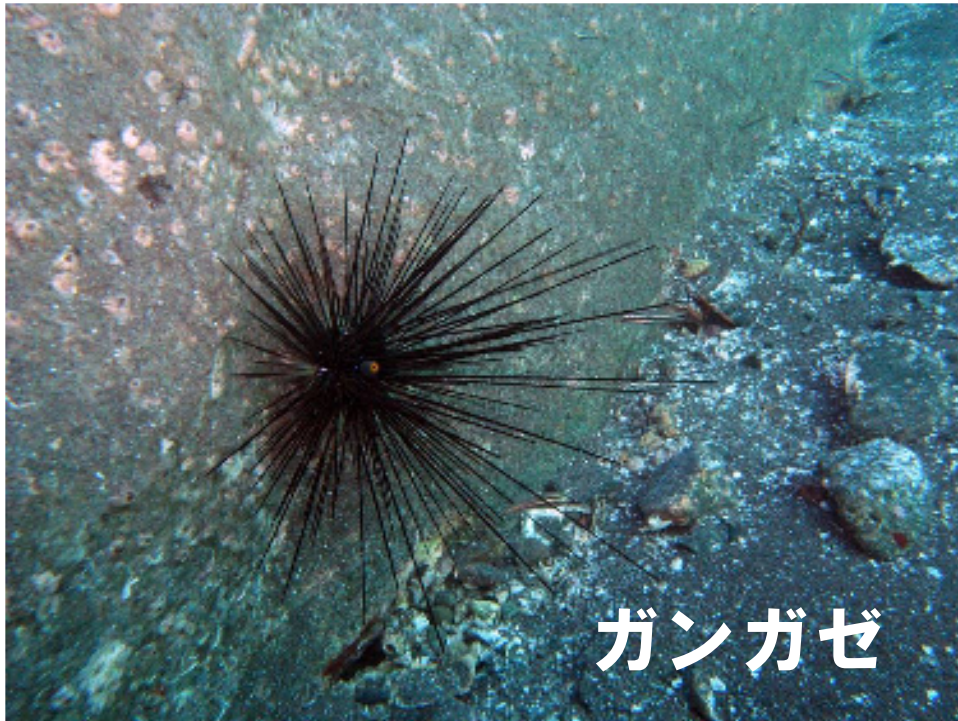
リップカレント = ^{りがんりゅう} 離岸流



写真のように、海には危険な生物がいるよ。最も身近で危険な水中生物はクラゲ。しかし、(南方をのぞいて)日本国内では、刺されて死ぬようなクラゲはまずいません。代表的なクラゲは、カツオノエボシやアンドンクラゲで、刺されるとミミズばれのような症状と痛みがあるよ。基本的には、自分から危険に近づかないことと、知らない生物には素手でさわらないことが原則だね。

他にも、WEBや図鑑で、どんな危険な生物がいるのか調べてみよう！





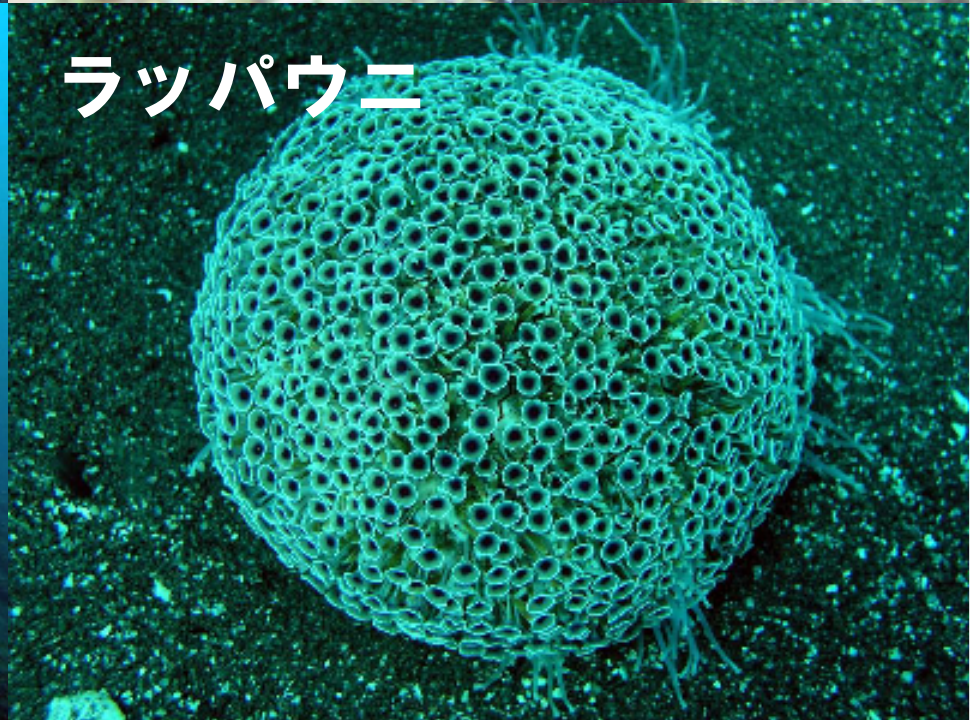
ガンガゼ



ゴンズイ



ミノカサゴ



ラツパウニ

写真提供：（株）自然教育センター

川の活動で注意するポイントは、水の流れ「水流」だよ。

水流は、①大雨やダムの放流など水量による変化と、②川のカーブや障害物など地形による変化があるよ。

①水量による水流の変化は、特に上流部の天気予報にも注意しようね。

②地形による水流の変化は、色々あるけど

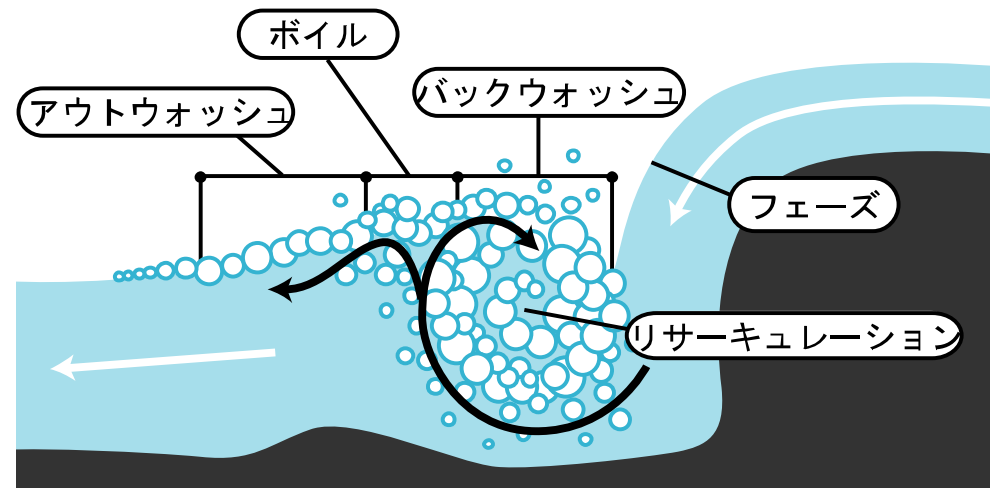
- ・川のカーブの外側は、内側と比べ流れが速くなり深くなる。
- ・川幅が狭くなると、流れが速くなる。
- ・淵は、急に深くなり、潜ると底に冷たい水がたまっている。などだよ。

特に危険なのは、小さな堰堤や岩でも水の落ち込みがある所で発生する「リサーキュレーション」という縦方向にグルグル回り続ける渦だ。

この渦に巻き込まれると、なかなか脱出が難しくなる。こんな危険なポイントには近寄っちゃいけないよ。

川の危険ポイントは、川底の石が大雨で動いたり、上流から流れてきた木やゴミでも変わるので、地元の詳しい人に良く聞いて確かめよう。

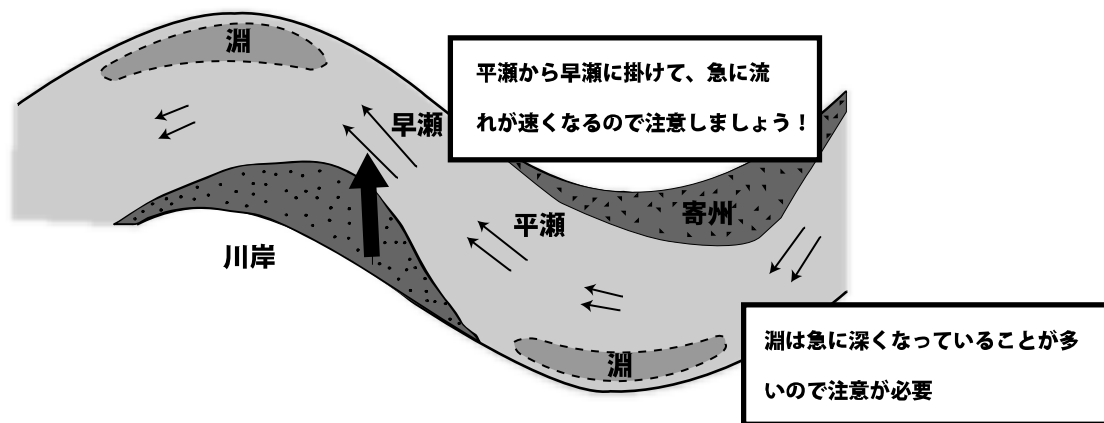
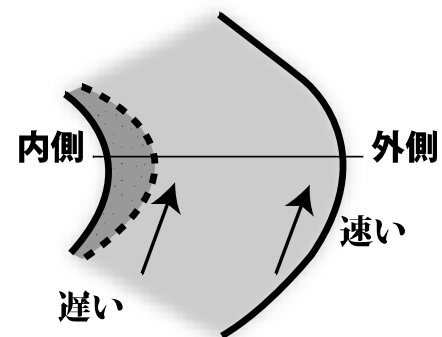
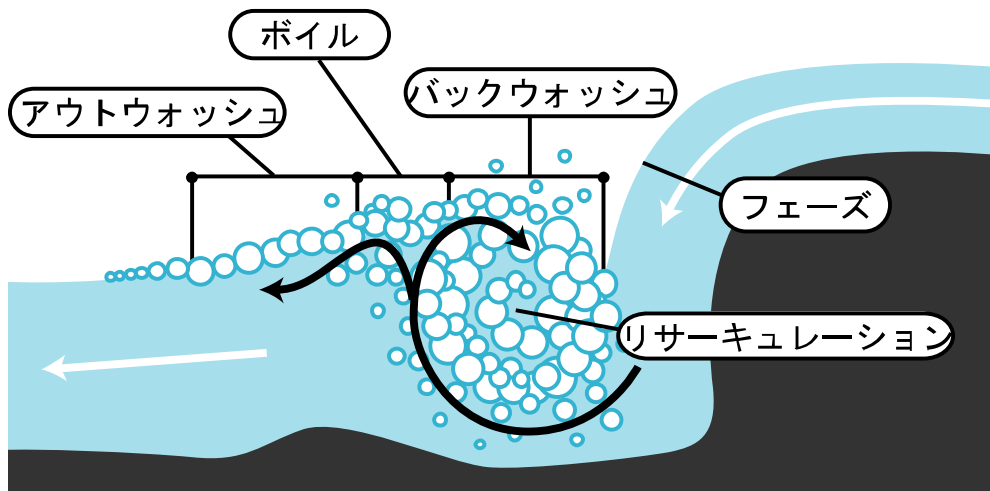
川の危険！リサーキュレーション



おしまい

かわ きけん
川の危険！

リサーキュレーション



毎年、悲しい水の事故が後を絶ちません。
では、水辺に近づかないようにすればいいのでしょうか？
ウォーターセイフティーニッポンは、そうは思いません。水辺は色々なことを教えてくれる楽しいところです。
水辺で楽しみながら、自分の命は自分で守る、そんな意識を持って安全に活動する方法を身につけてほしいと考えています。

**水と遊び、自然を学び
水の事故から子供たちを守る**

表 紙