

YMCAウォーターセーフティーキャンペーン

あなたは知らないうちに
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。



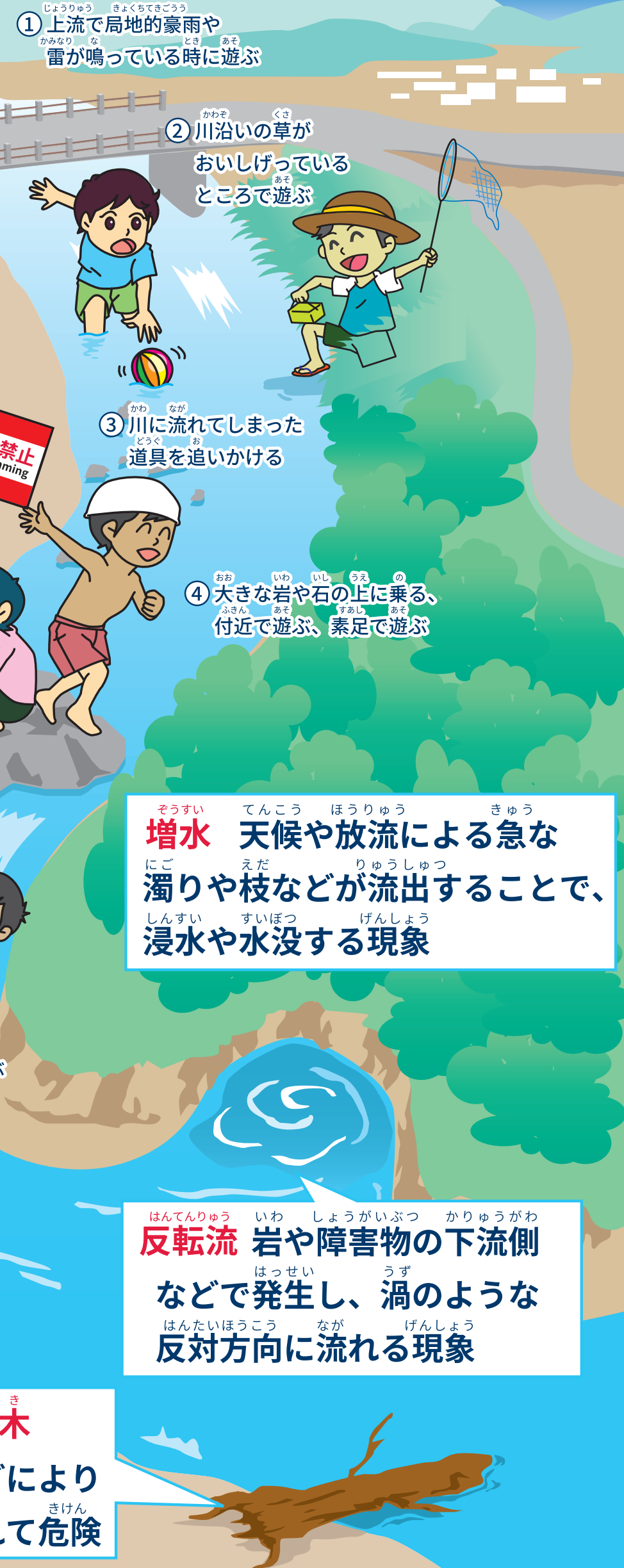
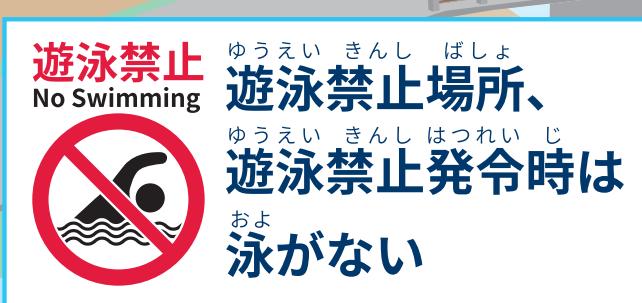
健康チェック項目

- ☐ 熱はないか
- ☐ 風邪をひいていないか
- ☐ 疲れている様子はないか
- ☐ 食欲はあるか
- ☐ 顔色はよいか
- ☐ 目や耳の病気はないか
- ☐ 寝不足ではないか

楽しい水遊びが原因で病気になるってしまわないよう、健康チェックを済ませてから水遊びをする習慣をつけましょう。

自然災害（台風、地震、雷など）の可能性があるときには、水辺には近づかないようにしましょう。注意報や警報が出ていないか、その地域の避難場所はどこかなどを確認してください。

川で



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られない、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

① 119 番へ連絡しよう

連絡できたら指示を聞く。
連絡できない場合は、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。

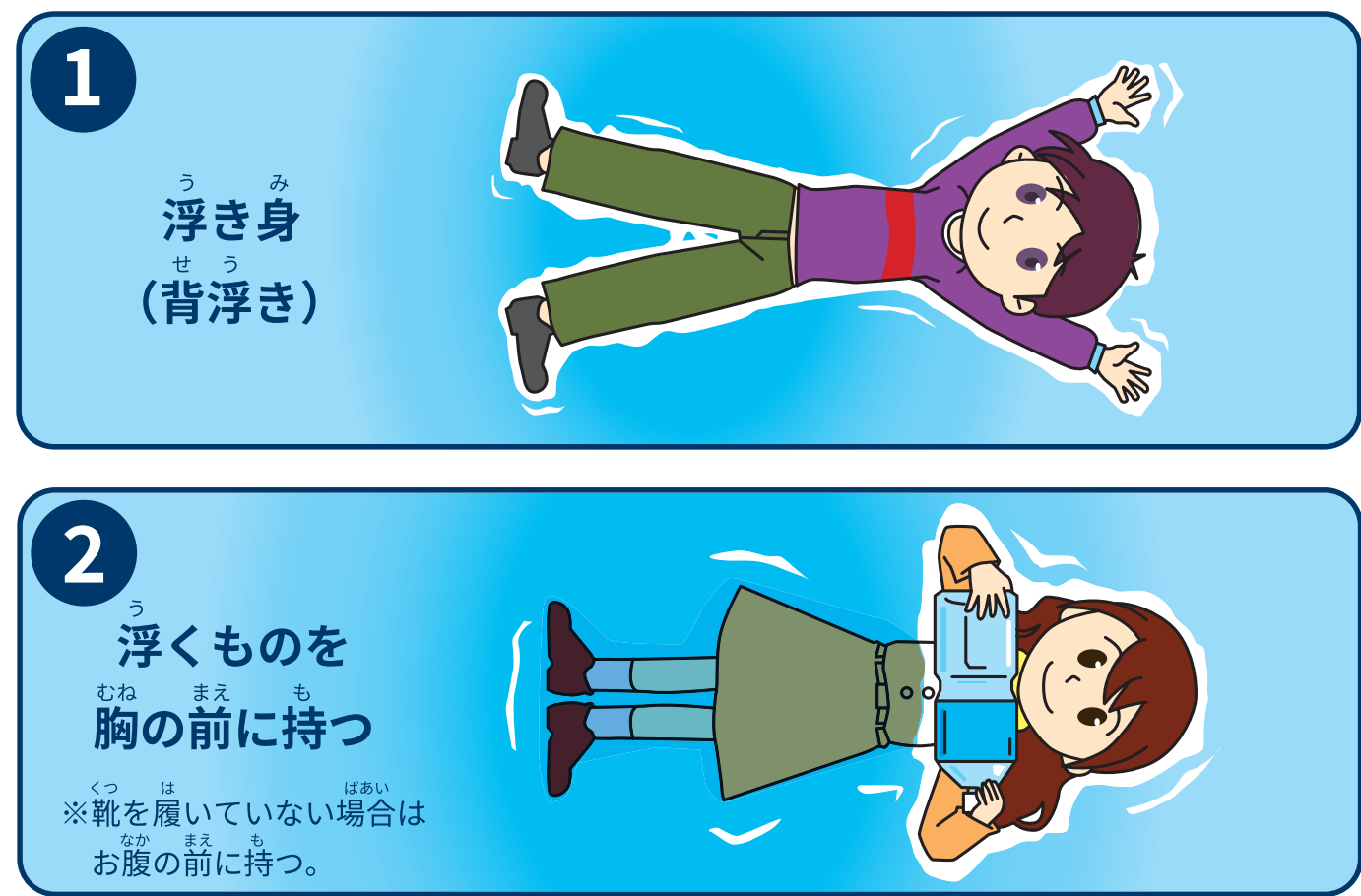


水に浮く物リスト ペットボトル・ランドセル・くつ・ボール・ビニール袋 ◎他に何があるのか考えてみましょう。

水に落ちたら落ち着いて浮き身の姿勢をとろう

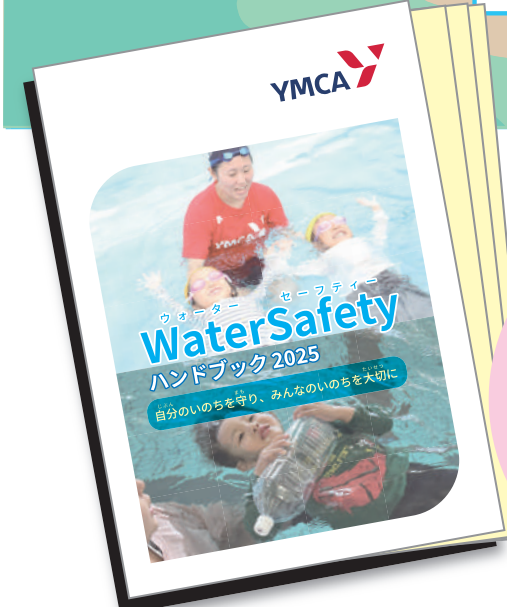


水の事故の多くは岸から3m以内でおきています。それは誤って水に落ちたことによりパニックになってしまい、岸に戻りたくても戻れないからです。誤って水の中に落ちてしまったら、あわてて岸に戻ろうとするのではなく、まず落ち着いて浮き身（背浮き）の姿勢をとりましょう。衣服や靴は着た状態の方が水に浮きやすい為、脱がないようにしましょう。



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



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！



YMCA
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
※ウォーターセーフティー
クイズの答えもチェック！