

水難事故防止の呼びかけについて

- **子供たちの水遊び、遊泳中は絶対に目を離さない**
プールやビーチでの遊泳中であっても一瞬の隙で溺れるので目を離さない。
- **メディカルチェック**
飲酒の翌日、風邪気味、体調不良等の時は遊泳を控える。
- **準備体操の励行**
水に入るときは、事前の柔軟体操等で体を暖める運動をする。
- **浮力の確保をすること**
シュノーケリング中は、ライフジャケット、ウエットスーツの着用が絶対安全
- **単独で泳がないこと**
バディシステム(二人一組)を組む。
特に、遊泳に自信があってもシュノーケルを使用する場合は、水が入ってパニックに陥る場合があることから、バディ(相棒)の動静を見てあげる。
一緒に泳いでいたら、泳ぎに夢中になり、相手から目が離れ、気が付かないまま溺れている可能性があるので注意する。
- **自己流は危険**
シュノーケルの使用方法は基本を習得してから始める
(水がシュノーケルに入った場合の水抜きは、パニックに陥りやすいので基本要領を習得してから水に入る。)
- **泳ぐ場所の確認**
ビーチ内でも深みのあることに注意する。
監視人がいないところでは、努めて泳がない。