
事故防止対策（海浜編）

■海浜事故を防止するために

○海で泳ぐ時は準備運動を念入りに

… 足をつって溺れる危険性があります。

○海が荒れている時や気象・海象が悪くなることが予想される時、そして、体調が良くない時、飲酒をしたときは泳がない

… 海へ行く際は事前に天気予報を確認し、安全に泳ぎましょう。

また、飲酒をした場合は決して泳がないで下さい。思うように体が動かない状態で泳ごうとすると大変危険です。飲酒の影響で事故を起こすケースも非常に多いため、ぜひ守ってください。

○子供をお連れの方は目を離さないように

… 特に人が多くいるビーチでは、一度目を離すと見つけることが困難です。

子供の動きは責任を持ってしっかりと監視しましょう。

○沖で戻れなくなったり、溺れている方を発見したときは、片手を大きく振る、大声を発する等して、助けを求めること

… 見かけた際は、すぐに助けに行くのではなく、まず周囲に助けを求めましょう。

1人で助けられると思って助けに向かっても、想像していた海の状態と異なり、実際にうまく泳ぐことができず一緒に溺れてしまうこともあります。

○沖に向かう流れ(離岸流)に捉まった時は、あわてずに岸に並行に泳ぎ、抜け出すこと また、潮流、高波や深みに注意すること

… 流れがほとんどないように見える海とはいえ、中には地形や気象の変化を受け、海流の速いポイントがあります。これが「離岸流」です。

離岸流の特徴として、長さは数十m～数百mにまで及ぶこともありますが、幅については、10～30メートル程度とそれほど広くありません。したがって、岸に沿って並行に泳ぐと簡単に抜け出せることが多いのです。

■いざという時のためにも、次の3点は必ず覚えておいてください！

☆自己救命策の確保☆

①ライフジャケットの常時着用 ②連絡手段(携帯電話)の確保 ③海の「もしも」は118番