



令和6年8月5日

自主防災ときとう

発行 時任町会自主防災部

防災部長 佐久間英昭

函館市時任町19-13

電話 51-8429

(時任町会館内)

水難事故(水害・海水浴)での着衣水泳!

水害、海水浴や釣り、川遊びで思わぬ水難事故が増加する夏がきました。誤って着衣のまま落水した場合の対処法を知っておきましょう。水を吸った衣類・靴は、とても重く体に張り付いて手足が思うように動きません。

◎パニックになってバタバタしたりすれば、水を飲み込んだり、呼吸ができず、沈んでしまうこともあります。万一の備えて正しい知識を身に付けておきましょう。

※着衣のまま水難事故に遭った場合

遭った場合

◎衣服は水を含んでも浮きやすく体と衣服の間に空気を入れることで「浮き具」になります。

◎軽い靴も浮き具代わりになります。

◎体温低下を防ぐことに役立ちますので、衣類・靴はそのまま着用をしたままでもいいです。

※対処方法

◎着衣の場合、水着の場合でも、あわてず浮いて待つのが鉄則です。パニックになり、無理に泳ぐとすると体力を消耗します。

◎あわてず冷静に「足がつかないか」を確認し、足がつかない場合は無駄な動きをせず、波の流れに身をまかせて、じっとしていましよう。

◎呼吸の確保+体力を温存するために背泳ぎの姿勢をとり、浮き続けて救助を待ちましよう。

※背泳ぎ(背泳ぎの練習を)

顔を水面から出すように、体を上向きに寝た姿勢をとりましよう。

◎息を吸い込み、両手で水をかきながら、体を水平のなるように浮かせる。

◎鼻、口が水面から出たら、息を吐きしっかり呼吸をしながら大の字になり、ゆっくり体の力を抜くことです。

◎大きく息を吸い、肺に空気をためること。頭を上げると呼吸しやすくなります。

◎ペットボトルなど、浮き具になるものがある場合は、胸に抱える。

※溺れた人を見かけた場合は

◎二重事故を引き起こさないよう、自分の命を優先し、無理せず「できること」をしましよう。

決して自ら飛び込んで救助に向かうことはしないでください。

※対処方法

◎海水浴場の場合は、監視員、ライフセーバーを始め、周りの人に助けを求めること。

◎海水浴場以外の場合は、周りの人に助けを求め、海上保安庁・消防・警察に連絡し、救助を求めること。

◎事故内容、場所、溺れた人数や特徴などを落ちついて伝え、指示を仰ぎ、自分の安全を確保してから、浮力のある物を溺者の近く投げ入れたり、長いものを差し伸べるなどできる範囲で救助を行うこと。

◎釣り・マリンスポーツを楽しむ場合は、ライフジャケットの着用をする。(Fmイルカ防災ラジオ807より)

海上保安庁 → (118番)

消防 → (119番)

警察 → (110番)

