

命を守ろう



背浮きの練習をする子どもたち

力を抜いてぷかぷか

「力を抜いて。布団の上に乗るみたいに浮いてみましょう。プールに声がかかります。」

6月下旬、東京都江東区立第二辰巳小学校では、6年迎の安全教室が開かれました。子どもたちはお

れはよいでしょうか。必死に泳いだり、大声で助けを呼んだりすると、かえっておぼれやすくなると言われています。

背浮きをする時、体力の消耗を防ぎ、息ができる状態で助けを待つことができます。力を抜いて手足を広げ、あごを上げ、おなかを突き出し、体をそらせるようにします。ペットボトルがある場合には、胸に抱えて、浮き具のように使うこともできます。



暑い季節に川や海は最高の遊び場ですが、毎年、命を奪われる事故も起きています。東京都の小学校では水辺で身を守る安全教室が開かれています。

【斎藤広子】



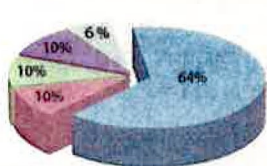
むに浮かぶ「背浮き」の練習をしています。大の字になった子どもたちが、プールいっぱいには浮かびました。川や海でおぼれそうになった時にはどうやって命を守る

子どもが死亡または行方不明になった行為 (2016年)



水遊び
水泳
釣釣り
通行中
その他

子どもが死亡または行方不明になった場所 (2016年)



※資料元: 国土交通省

2011年の東日本大震災では、宮城県内の小学校で授業で背浮きを学んでいた子どもが津波の中で助かった例が報告されています。また14年7月には、静岡県伊

「水辺の安全教室」では水の楽しさも知ってもらおうと、ライフジャケットを着用し、カヌー体験も行われました。前日から楽しみにしていた子どもたちは「自分の力だけで進めるのが楽しい」と大喜び。子どもたちは授業を終えて、「自分がおぼれたときに、助けにきてくれた人も死んでしまったことがあった」と知った(内

カヌーに大歓声

「水辺の安全教室」では水の楽しさも知ってもらおうと、ライフジャケットを着用し、カヌー体験も行われました。前日から楽しみにしていた子どもたちは「自分の力だけで進めるのが楽しい」と大喜び。子どもたちは授業を終えて、「自分がおぼれたときに、助けにきてくれた人も死んでしまったことがあった」と知った(内



カヌーにも挑戦しました



ペットボトルを使って、より簡単に背浮きができます

背浮きで20時間

東市沖で行方不明になった男性が20時間後に助けられました。男性はおむけで浮き続け、たどる道が、背浮きが改めて注目されました。この日の授業では、20秒間の背浮きを目標に練習しましたが、上手にできる子は少なかった。講師の岡田聖一さんは「人間は水よりわずかに軽い。力を抜いて、いつもよりたくさん肺に空気を送ってください。おそはを食べるように息を吸うと、上手にできます」とアドバイスしていました。

記者も挑戦しましたが、キョロキョロしてあごを引いたり、水面から手をあげたりしようとする、たちどころに沈んでしまいます。言われた通りに肺にたっぷり空気を入れて全身の力を抜くと、不思議なほど長く泳げ、ぷかぷかと浮いていられることに気づきました。

子どもたちの水辺事故が最も多いのは、川が最も多い。警察庁によると、昨年海や川など水辺で亡くなった行方不明になったりした

人は計816人で、うち31人が中学生以下でした。このうち、20人(64.5%)が川で命を落としていました。川は最高の遊び場ですが、水流の強い場所や、足場の悪いところ、隠れ岩など、危険なポイントも多くあります。警察庁は水の事故を防ぐため、子ども一人では水遊びをしない▽必ずライフジャケットを着る▽水流の激しい場所や深みなど、危険な場所を事前に把握しておく▽などを呼びかけています。