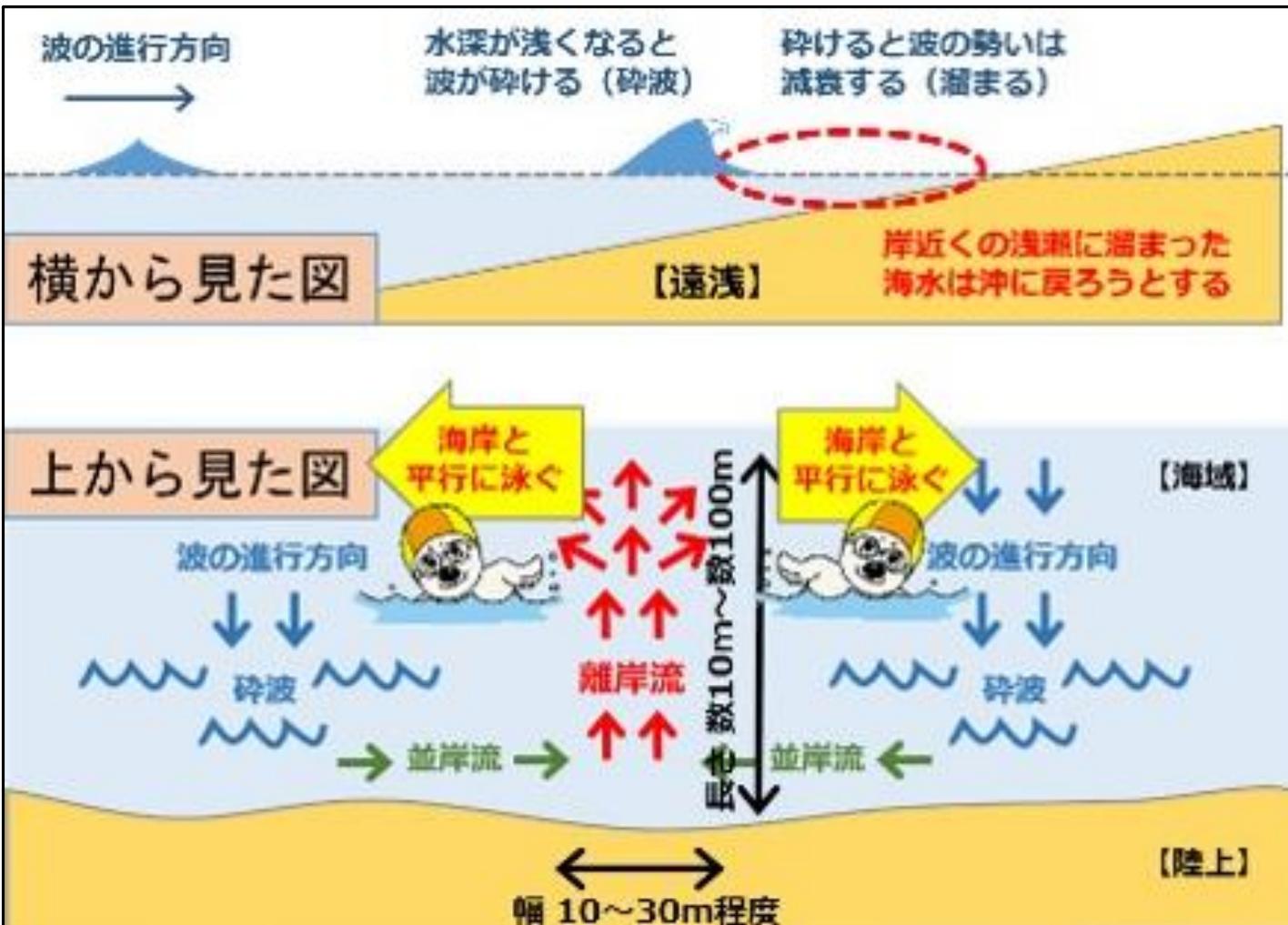


離岸流に注意!!



離岸流はとても強い流れのため、巻き込まれてしまうと、気がつかないうちに沖まで流されてしまい大変危険です。

沖に流された場合は、落ち着いて海岸と平行に泳いで離岸流から脱出しましょう。

また、無理に泳がず浮いて救助を待つことも有効です。

～遊泳時の注意点～

①管理された安全な海水浴場での遊泳

海水浴場以外の場所では、急に深くなっている場所があったり、沖合への強い流れが発生したりします。このような危険リスクから身を守るため、監視員や管理人のいる、管理されている海水浴場で泳ぎましょう。

②高波や気候に注意

波の高さはいつも一定ではないため、事前に天気予報を確認し、荒天が予想される場合や、波が高いときは泳ぐのをやめましょう。

③酔泳（すいえい）の禁止

お酒は、判断力や集中力、運動能力の低下を招き、本来の泳ぐ力が低下するため、溺れやすくなり、思わぬ判断ミス等が事故につながるため、海へお酒を飲んだ状態で入ることは大変危険です。

④保護者等による子供の監視の徹底

子供だけで海に行かせずに保護者も同伴して、目を離さないようにしましょう。

⑤溺れた人を見つけた時には、まず助けを求める

まず、周囲の人に助けを求めましょう。誰もいない場合は、周辺の「浮く物（ペットボトル、クーラーなど）」を投げ入れるのも有効です。そして、必ず海上保安庁（海の緊急電話118番）など救助機関へ救助を依頼しましょう。

