

【先生用テキスト】

～子供が海で安全に楽しむためには～

1 海水浴に行く前

海水浴中の事故のほとんどは、夏の時期に起こります。

海水浴場に行く前は、当日の気象海象の情報をテレビ、スマホ等で確認して下さい。

雨が予想される場合は視界が悪くなります。また風が強い場合は海も荒れます。

沖合いから海岸にかけては山や木などの遮蔽物がないため、予報や実際の内陸より風が強くなりがちで、海岸に近づいて始めて風の強さが分かります。

天気が悪かったり、風が強い場合、楽しみにしていた海水浴を中止することは、本当の勇気です。

2 海水浴場の選び方

海水浴場には、管理ビーチといわれるビーチと、そうでないビーチがあります。

管理ビーチは夏のシーズンには、万が一の事故に備えて監視員（ライフセーバー）が常時、監視しています。一方で管理されていないビーチは、監視員がいません。万が一、事故に遭ったときには、応援や救助を求めることができません。

海で泳ぐ場合には、常に管理された監視員の配置された管理ビーチを選ぶことが大事です。（沖縄本島内には55か所の管理ビーチがあります。）

また後で説明しますが、海岸の形状によっては、離岸流（リーフカレント）いわゆる沿岸から沖合へ流れる海流が発生し易い海岸もあります。

3 遊泳中に気をつけること

子供だけで海水浴に行くことは大変危険です。絶対にやめさせて下さい。何か事故があった場合、子供だけでは限界があります。必ず大人がついて行きましょう。

大人がついて行っても、子供から目を離してはいけません。子供は危険が近づいても察知することができません。思いがけず小さな波でも足をすくわれ、溺れることがあります。子供の海浜事故の多くは、子供から目をはなした隙に突然子供の姿が見えなくなることです。海で遊ぶ場合、大人は遊ぶ子供から目を離さないように常に見守ることが大切です。目を離した一瞬で子供が溺れ、早めの救助ができなくなり、命を失うこととなります。

大人一人が見守れる子供の数は、同じ場所で遊んでいたとしても3人程といわれています。子供の数が多い場合、それに見合った人数での見守りが必要です。

「僕らが遊んでるときは、ちゃんと見守っててよね！」と子供自ら付き添いの大人に言ってもらうように、先生から子供達に勧めては如何でしょうか。また、保護者参観日の機会を利用して、保護者の皆様にも「子供を海で遊ばす際は絶対に目を話さないでください！！」とお伝え下さい。

4 非常時における心肺蘇生

反応と普段どおり呼吸がなく、呼吸と心臓が停止もしくはこれに近い状態に陥ったときに、呼吸と心臓の機能を補助するために「胸骨圧迫」と「人工心肺」を行うことを心肺蘇生といいます。

溺れたことにより、呼吸が停止し、反応がない場合、救急車が来るまでの間、救命措置として心肺蘇生を行うことで救命率が2～3倍増すとされています。

各消防署において、定期的に救命措置講習会が開催されていますが、コロナ禍で延期になっている場合、心肺蘇生の方法をYouTubeでも見ることが出来ます。

先生方におかれましても、未経験者は是非とも蘇生の方法を身につけて下さい。

なおキャッチボールなどで子供の胸にボールが当たると、子供は胸骨が柔らかいため、胸に当たったボールの力が心臓を直撃するため、心室細動という致命的な不整脈が生じ、心停止になることがあり、これを心臓震盪（しんぞうしんとう）といいます。直ちに救急車を呼ぶとともに、AEDを加えた心肺蘇生を速やかに実施して下さい。

5 離岸流について

離岸流（リーフカレント）とは、リーフの切れ目からリーフの外へ流れ出す強い流れのことです。特に沖縄では、サンゴ礁の切れ目から沖へ流れ出す離岸流が発生し易いといわれています。

通常、沖から海岸に向かう波や風により、海水はどンドン岸に打ち寄せられますが、この打ち寄せられた海水が沖に戻ろうとします。これが離岸流の原理です。海の中に、突然、川の流れが発生するようなものです。

離岸流の大きさは、海岸の構造により異なりますが、長さは沖へ数10メートルから数100メートルに及び、幅は10～30メートル程度です。

離岸流の速さは、秒速1～2メートル以上といわれ、時速に換算すると3.6～7.2 km/h 以上となります。人の徒歩と同じくらいで、大したことはないと思われがちですが、河川の急流と同じ速さです。離岸流に巻き込まれると、流れに逆らって泳ぐことは困難であり、泳ぎの上手な人でも溺れてしまう恐れがあります。大人でも膝付近まで離岸流のある海水に浸ると、簡単に足をすくわれます。

離岸流に巻き込まれたら、慌てずに、流れに逆らわず、岸と平行に泳いで抜け出し、それから岸に向かって泳ぐことです。しかし離岸流に巻き込まれるということは、誰もが初めての経験で、パニックに陥りやすいといわれています。そのためにも、定められた海水浴場で、監視員が近くにいる場所で泳ぐことが大切ですが、少なくとも仲間のうち1人は泳いでいる者を見守り、万が一の際は監視員に直ぐに通報出来るようにしましょう。

6 その他、海水浴で気をつけること

- ① 遊泳禁止区域では泳がない
- ② 遊泳禁止発令時は泳がない
- ③ 海水浴場の開設期間に泳ぐ
- ④ お酒を飲んだら泳がない
- ⑤ 海の怖さを知ろう
- ⑥ 無理をしない