

## 遊佐雅美 海辺安全教室③ 【着衣水泳事業 柏崎市立剣野小学校】

実施日：2018年7月13日（金）15:00～16:30

天気：曇り（最高気温29.4℃、最低気温23.4℃）

場所：柏崎市立剣野小学校（新潟県柏崎市）

参加者数：80人（小学5年生、6年生）

講師：遊佐 雅美（柏崎ライフセービングクラブ）  
今井 俊介（柏崎ライフセービングクラブ）

目的：海辺の安全、また柏崎の海の素晴らしさについて学び、着衣泳体験を通じて自らの命を守るセルフレスキューを身に付け、水辺の事故ゼロを目指す。

プログラム：① 9:45～10:45 講義「柏崎の海の魅力と水辺の安全について」  
② 10:45～10:55 ビーチフラッグス体験  
③ 10:55～11:00 着替え・移動  
④ 11:00～12:00 着衣泳※下記詳細  
<着衣泳>  
・入水：安全に入水するためにしっかり腰かけ、体に水をかける、体をひねって入水  
・ウェーディング：水中を歩く、走る（前、後、横）  
→水の抵抗を感じる（重たいと感じる）  
・浮身：1.浮いて待ての姿勢  
2.浮き具なしで浮身の姿勢  
3.浮き具を使い浮身の練習（ペットボトル、ビニール袋を使用）  
・救助：1.水に入らないで救助（大人を呼ぶ、励ます）  
2.浮き具などで救助（水に入らないで浮き具を投げる）  
3.ロープを投げて救助

使用資料：冊子「海遊び安全講座」

使用備品：ペットボトル、ビニール袋、ロープ

参加者の感想： 浮き具を使わずに浮いて待ての状態が難しかった。しかし、何度か行うにつれてうまく浮けるようになった。  
 ペットボトルやビニール袋を使って浮くのを初めて体験したが、簡単に浮くことを知った。もし水に落ちてしまっても、この姿勢で助けを待つことを学んでよかった。  
 着衣泳では、初めはうまく浮けなかったが、何度か行うことで浮身をとることができるようになった。  
 身近にある浮き具（ペットボトル、ビニール袋）を使用することで、何も持っていないときよりも簡単に浮くことができることを知れてよかった。  
 溺れないこと、事故に遭わないことが一番だが、浮いて待てという浮身を体験した事で、万が一、溺れてしまった時に救助を待つ間の心構えや冷静になる

【取組みの様子】



講義の様子



浮いて待つの姿勢



ビニール袋を使用した待つの姿勢



着衣泳