

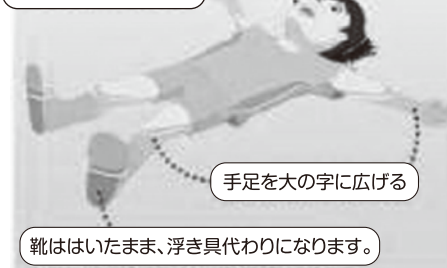
溺れたら「ウイテマテ」

～水の事故から自分の命を守ろう! 自己保全～

合言葉は
“UITEMATE”

大きく息を吸い、空気を肺にためる。あごを上げて上を見ると呼吸しやすい。

手は水面より下に。ペットボトルやカバンがあれば胸に抱える。



手足を大の字に広げる

靴ははいたまま、浮き具代わりになります。

魚つり、川遊び、海水浴と水に親しむシーズンがやってきました。しかしそれは溺れるという水の危険と隣り合わせなのです。泳げないのに深みにはまってしまうと、パニックを引き起こします。助けを求めようとする水中で立つたような状態になり、「助けて」と手を上げると体全体が沈み、最悪の場合数分後には心肺停止状態になってしまいます。海や川で流されたときにはどうしたらいいのでしょうか。それは無理に泳がずに浮いて救助を待つ「ウイテマテ(浮いて待て)」です。

水の中でバタバタしては逆効果。冷静になって、水の中から脱出できるかどうかを考え、泳いで、または立って歩けることが確認できれば自力で脱出を試みます。水に流されている場合は、助けを呼ぶ必要があります。「助けて」と、大声で叫びますが、大声を出せる姿勢をとることも必要です。冷静さを失わないで、ウイテマテに努めます。そのため流れている木やペットボトル、あるいはレジ袋に空気を入れて、浮きにするなどで時間を稼ぐこともできます。当スクールでは、こうしたことを「着衣泳」で学びます。水着で泳ぐのと衣服を着

日常生活と水の事故 ～こんなところが要注意～

泳ぎに行くときの注意

- 1人では泳がない
- 泳げない人は、浮き輪で深い所には行かない
- 泳ぎに行く時は、行き先や帰宅の時間を家の人に言うしておく
- 溺れたマネをしな
- い
- 水泳場のルールを守る
- 指導者、監視者の指示、注意を守る
- 自分の泳力の限界をわきまえて、決して無茶をしない



て泳ぐのがどれほど違うのかなどの体験により、水の怖さを理解し、またその時の対処の仕方を身につけることができます。「自分の命を自分で守る」知識と技術です。

家庭内・外で注意するところ

- 水の入っている浴槽
- 洗面所、トイレ
- 水の入っているバケツやタライ
- 遊んだあとの「二」ールプール
- 庭の池
- ため池や用水路
- 囲いのない池や堀

水遊びや魚つりでぜったいに遊んではいけないところ

- どん底の池など
- 池や川岸の草のおい茂っている所
- 増水する所
- 波の高い岩場
- 丸太や漂流物の上

なぜなぜ わかるかな?

- ① しかはしかでも、うみにいるしかってなんだ?
 - ② てがみやハガキをたべるあかいはこってなんだ?
 - ③ 9つのいろがあるごはんってなーんだ?
 - ④ なんでもじぶんのものだっていうひとが、すんでいるのはどのくらい?
 - ⑤ せかいのまんなかにいるおしってなーんだ?
 - ⑥ あたらしくくるまはしんがたつていうけど、ふるいくるまはなにがたつていう?
 - ⑦ つちをほるどうくなのにおはながすきなものはなんなんだ?
 - ⑧ ごはんをたべるまえにだくものってなーんだ?
 - ⑨ とおるときにしまるのに、とあらないときにひらくものってなーんだ?
 - ⑩ いつもカモにおこっているとりってどんなとりかな?
- ※ 答えは4面にあります。

4月29日 快晴! 鯛生金山で探検しました!

砂金採りも体験したけど金はうまく採れたかな?

グリーンピア八女ではレクレーションをしました♪



- 金はとれないと思っていたけど、いっぱいとれました。洞窟はさおかったです。
 - 鯛生金山で砂金とりにして宝石がとれてうれしかったです。
 - みんなと宝さがしをしたのがとても楽しかったです
 - 金がいっぱいとれて、家族にあげれるのでよかったです。
 - 金はとれなかったけど、ダイヤがいっぱいとれたからうれしかったです。
 - 金をとるのがむずかしかったけど、きれいな石がたくさん取れました。グリーンピア八女でみんなで鬼ごっこが楽しかったです。
- 三国校 中村 篤志
- 小郡校 柳 京花
- 小郡校 松本 龍馬
- 三国校 上村 健悟
- 三国校 白木 琉律
- 三国校 前田 和哉