

合言葉は「ウイテマテ」

～水の事故から自分の命を守ろう! 着衣泳週間～

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、バックを引き起こします。助けを求めようとする水中で立ったような状態になり、「助け」「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、または立つて歩けることが確認できれば自力で脱出を試みます。水に流されてくる場合は、助けを呼ぶ必要があります。「助けてー」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。そのために流れている木やペットボトル、あるいはレジ袋に空気をを入れて「浮き」にするなどで時間を作ることが出来ます。当スクールでは、「ういした」ことを「着衣泳」で学びます。水着で泳ぐのと衣服を着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。

日常生活と水の事故 ～こんなところが要注意～

水遊びや魚とりでぜったいに遊んではいけないところ

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

家庭内・外で注意するところ

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



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ておく
- 溺れたマネをしな
- 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

※2月の4週目には「ウイテマテ」習慣があります。水の事故から自分の命を守ることが出来るかどうか、泳力のチェックを行います。



かわうそ などなど

- ① イチゴとメロンとミカン、みんなが気になるものは?
- ② 乗っても歩かないといかない馬はなに?
- ③ 入れると出したものになるものはなに?
- ④ かけたり、ひいたりしても全く数が変わらないものはなに?
- ⑤ お日さまとお月さまがいつしよに出るとどうなるの?

			3	4	9		
	1	2				8	
3		7		6			1
	9	6			5		8
2						9	
4		7			1	2	
1		6		4			3
	7				2	4	
		3	8	5			

かわうそ ナンバーレス

- ナンパーレスのとき方
- ① たて9列のどの列にも1～9の数字が1つずつ入ります。
 - ② よこ9行のどの列にも1～9の数字が1つずつ入ります。
 - ③ 太線がかかれた3×3マスの中のブロックにも1～9の数字が1つずつ入ります。

子どもバスハイク 4月29日(金)

長崎バイオパークと西海橋公園

晴天にめぐまれ、活気あふれたバスハイク!!

西海橋公園は、キレイな海をみながらすべりおちる草スキーとこわさに打ち勝つ90度すべり台を何度も楽しんでいました。長崎バイオパークではたくさんの動物と仲良くなりました。



わくわく



よしすべるぞ!



おべんとうたべておもわずニコリ

たくさん滑って、おいしくご飯も食べました



ハイポーズ



さわれた



ちいさくてかわいいね



どうぶつとふれあいちゆう



くひながつ!

「ふわふわしてる～」いっぱい動物にさわりました

みんなの感想文

三國校・瓜田翔太郎くん
西海橋公園で、草スキーが一番楽しかったです。長崎バイオパークでは、いろいろな動物と触れあえて楽しかったです。来年も行きたいです。

三國校・菅原 玲さん
リスザルのところで肩に乗ってきたりして面白かったです。キリンも頭私たちの前まで寄ってきたので楽しかったです。また機会があれば行きたいです。

三國校・内村 悠樹くん
草スキーが楽しかったです。カンガルーをさわったことも楽しかったです。

三國校・旭田 恵彩さん
動物をさわりました。お友達とお弁当を食べて楽しかったです。

小郡校・北島 志保さん
4月29日にバスハイクに行きました。

さいしょに西海橋公園にいき、90度のすべり台をすべる前はこわかったけどすべってみたら、気持ちがよくまりました。

小郡校・久光 運人くん
バスハイクで友達できて西海橋公園でいっぱいあそんで、バイオパークで友達とペアでうれしかったです。

またバスハイクにいきたいです。

小郡校・末永明日香さん
バイオパークにはじめていってみると、かひらははじめてみてうれしかったです。

おともたちもできました。

次のバスハイクは!

子どもバスハイク
8月10日(水)

アクアフレンズバスハイク
10月31日(月)

ともだちさそって
みんなで行こう!

詳しくは後日、お手紙
ホームページにてお知らせします。

アクアフレンズバスハイク 5月31日(火)

唐戸市場と門司港レトロ

5月31日(火)に唐戸市場と門司港レトロに行ってきました。唐戸市場では新鮮な魚を買った。唐戸市場の方もいけば、2階にある食堂で、クルクル回る新鮮なお寿司を食べて、お皿を何枚も積み重ねてみる方もいらつしました。

食後は門司港レトロに渡り、旅のしおりを見ながら自由散策。新旧の建物がかうまく調和された街並みを見ながら存分に楽しんでいました。秋のバスハイクもぜひ参加してください。