

5年生と6年生で着衣水泳を行いました

毎年、水の事故に関するニュースが報道されています。今年の7月だけでもすでにいくつか発生し、死亡事故も起こっています。川や海に遊びに行つて事故に遭う。本当に痛ましい限りです。水の事故は、8割が衣服を着た状態で発生していると言われています。そのため、万が一の事故に備えて、着衣の状態で水の中に落ちた時、自分はどんな状況になるのか、また、どうすればよいのかを体験的に学ぶことはとても大切です。

そこで亀井小学校では、6年生が11日(金)に、5年生が14日(月)に着衣水泳を行いました。まずは服を着たまま水に入ると、どれだけ体に負荷がかかるかを体験しました。子どもたちは、「服は濡れるとこんなに重いんだ。」と実感していました。また、服は浮きになったり、冷たい水から身を守る保温効果もあったりすることも知り、「浮いて待つ」ことの大切さを学びました。

次に、ペットボトルを使って浮く体験をしました。ペットボトルを体のどの部分に持てば良いかを考え、実践しました。自分に合った浮き方を見つけ、確認できたようです。



水難事故に遭った時は「ラッコ浮き」が有効です。ラッコが顔を上にしてお腹に貝殻を載せている体勢をイメージしてください。この体勢だと顔が上を向いているので呼吸ができます。また、呼吸しながらゆったりと浮いていれば、余計な体力の消耗も防ぐことができます。もしも、周辺にペットボトルがあれば、ペットボトルを投げてあげます。焦って救助しようとして、二次被害となるケースもあります。救急隊などを呼んで、救助が来るまで呼吸をして待つことが大切です。

最後に、「水に落ちてしまった時に自分の命を守る合言葉【あ・か・う・み】」を覚えてください。

(あ) あわてない (か) 考える (う) 浮いて待つ (み) 見渡す

まず水難事故に遭わないことが大切ですが、いざという時の対策を身につけることも重要です。

これから迎える楽しい夏休み。プールや川、海などに行く機会もあるでしょう。事故に遭わないことを願っています。

