

「保護者のみなさまへ」

～海水浴を安全に楽しむには～



飲酒したら海に入らない。遊泳禁止区域では泳がない。離岸流にご注意を。

「遊泳」に関連した令和元年（2019年）の事故者は269人で、マリレジャー事故者全体の34%を占めています。

「遊泳」事故の内容を見ると、最も多いのは「溺水」、つまり水に溺れた事故で、「遊泳」の46%を占めています。次いで「帰還不能」、つまり沖合へ出過ぎたり潮に流されたりして岸に戻れなくなった事故が42%、クラゲなど有毒生物や岩、他の遊泳者との接触などによる「負傷」が9%となっています。

事故を防いで安全に遊泳するために、特に次のような点にご注意ください。

- 1) 管理された場所で泳ぐ
海で泳ぐ場合は、常に監視員やライフセーバーがいる海水浴場などの管理された場所で泳ぐようにしましょう。
- 2) 海にいる危険な生物に注意
海には、クラゲやエイなど、危険な海洋生物がたくさんいます。これらの危険生物に刺されたりした場合は、すぐに海から出て、病院などの医療機関に行きましょう。
- 3) 海が荒れているときは泳がない
波が高いときや流れの速いときは危険ですので、絶対に泳がないようにしましょう。
- 4) お酒を飲んだら泳がない
人はお酒（アルコール）が体内に入ると、判断力や集中力（注意力）の低下や、運動能力の低下などが引き起こされ、本来の泳力が低下し、溺れやすくなります。お酒を飲んだ状態で海に入るとは、溺れやすくなるとともに、溺れたときの死亡率も高くなります。お酒を飲んだら海に入らないことを徹底しましょう。
- 5) 子どもから目を離さない
子どもは危険が近づいて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ので、保護者の方は常に子どもから目を離さないようにしましょう。小さな子どもには、体に合ったライフジャケットなどを必ず着せましょう。
- 6) 自分の体調には素直に耳をかたむけて
自分の体調を把握し、疲労や睡眠不足を感じたら海に入らないようにしましょう。また、海に入る際は、準備運動を念入りに行いましょう。

大切な命、自分で守る！自己救命策の確保「3つの基本」

ライフジャケット
の着用

連絡手段の確保
防水バック入りの携帯電話
を持ちましょう

もし海で事故が
あったら緊急電話
118番へ救助要請



お問い合わせ

第十管区海上保安本部

〒890-8510 鹿児島県鹿児島市東郡元町4-1
(交通部安全対策課) 099-250-9800



うーみん うみまる
海上保安庁のイメージキャラクター

海で安全に
楽しんでね