

ラッコのようぶういてまて!

—水難事故から自分と大切な人の命を守る—



夏休みに入ったこの時期、海水浴場などでの水難事故に関するニュースを多く目にします。水難事故に遭った時に自分や大切な人などの命を守るように、今月号では、いざという時に、水難事故から身を守る方法について特集します。

「水難事故の現況」

警察庁の発行する水難の統計を見ると、水難死亡事故の約8割が服を着た状態で発生しています。

万が一、着衣状態で水に落ちた場合、決して無理に泳ぐことなく助かる方法としてラッコのように上を見あげて背浮きを行い、呼吸を確保しながら助けを待つ「ういてまて」が効果的です。

日本で水難事故により命を落とした、あるいは行方不明になった中学生以下の子ども数は、1999年に119人だったのが、2018年には22人に減少しています。これは、毎年約200人の子どもが水難事故に遭っている中で、そのほとんどが浮いて救助を待つことができるようになったことが、亡くなる子どもが減少した要因の1つと言えます。

東日本大震災では、小学生の女の子が、「ういてまて」で津波から生還したという事例があります。まつうラッコ会では、水難事故による被害者を減らすためこの「ういてまて」の普及啓発を目指しています。

合言葉は『ういてまて!』

①人間が持っている2つの袋（肺）を使う。

空気が入れば体の一部が2%浮くので、背浮きになり、鼻、口を浮かせてゆっくり呼吸を確保することが重要です。



②身に着けている服を使う。

空気を含んでいるので浮く手助けになります（厚着ほど良い）。

③履いている靴

人間の体は足から沈みます。体を浮かせるために浮力がある靴を絶対に脱いではいけません。以上の三つを使って「ういてまて＝背浮き」をしながら「浮いて助けを待つ」ことが大切です。「ういてまて」とは、自らの命を守る「助かるための救助法」です。

全国8割の小学校で「ういてまて教室」を開催

まつうラッコ会の指導員も所属している水難学会によると、全国の小学校約20,000校のうちの8割で「ういてまて教室」が実施されているとされています。

その多くは夏休み前に集中するため、毎年7月は、全国の約1,000校で「ういてまて教室」をプール実技の時間を使って開催されています。

松浦市内でもこの時期に多くの小中学校を対象にプールでの実技や講話を毎年行っています。

※水に落ちた場合に、決してやってはならないこと

①絶対に泳ごうとしない。

大人でも着衣状態で泳ぐのは困難です。背浮きは5分間でできればずっとできます。

②両手を振って、助けを呼んではいけません。

体が垂直になり、大声を出すことで肺の中の空気が抜け、もがかなければ顔が水からでなくなり、やがて力尽きてしまいます。

③周りに居合わせた人は、絶対に飛び込んで助けに行ってはならない。

2次災害の危険があります。溺れた人間を助けるには救助のための技術や道具が必要となります。



救命の連鎖

①落ちた人は慌てず、背浮きになり呼吸を確保して「浮いて助けを待つ」こと、声は出さないことが重要です。



②周りに居合わせた人は、絶対に飛び込んで助けに行かず「ういてまで！」と励ましながら、周りにあるペットボトル、ランドセル、クーラーボックスなどの浮く物を投げて渡します。

釣りの時であれば、先端の重りの部分をペットボトルに入れて蓋を閉めれば簡易的な救助器具になります。そして、海上保安庁 118 消防 119 へ通報し、救助のプロを呼びましょう。



③周りの人は、助けが来るまで励まし続けましょう。励ますことが浮いて助けを待つ人に勇気を与え生存率が高まります。



その他重要なこと

水辺に出かける際には何よりも予防が重要です。必ずライフジャケットを着用しましょう。また、最低でも靴か踵が固定されるサンダルを履きましょう。

洪水などで避難をする際には、思わぬ深みにハマるおそれがあるので、避難用のリュックなどは前に背負うと背浮きの補助になります。

また、周りの人が溺れていることに気づきにくい場合（ノーパニックの溺れ）があります。

水辺では特に、小さい子どもから絶対に目を離さないことが大切です。

長崎県着衣泳会 まつうラッコ会 浦上 義洋さんのコメント

私は、幼少の頃から水が怖くて仕方ありません。そのため泳ぎが苦手で、学校のプールの授業は大嫌いで、大人になった今でも、上手に息継ぎをして泳ぐことは出来ません。泳げない、水が怖い、そんな恐怖心を持っている自分だからこそ、同じ気持ちの子どもたちに「泳げなくても自分の命を守れる」ことを学んでもらいたいと思い、平成28年に着衣泳指導員の資格を取得して指導に当たっています。

会設立のきっかけは、7年前の松浦市消防本部管内で続いた水難事故で、消防職員みんなの意識が変わっていくのを肌で感じていたことです。

「命を守るためにどうにかしたい！何かできないか!？」と特に若手職員の水難救助に対する考え方や

思い入れが熱を帯びていきました。そんな思いがそれぞれの胸の中にあり、ひとつの形となったのが「長崎県着衣泳 まつうラッコ会(金子秀人代表)」です。

自分も何かしたい！自分にしか出来ないこともあるのではないかと思います、私たちは、未来を担う子どもたちの命を1人でも多く守りたいと思っています。



◀写真前列左から2番目が浦上さん

◆まつうラッコ会からのお知らせ

水難事故による死者の撲滅と『ういてまで』の普及啓発を目指して平成25年4月に結成されました。消防職員を中心にメンバーが結成され、松浦市を中心に活動しています。

市の出前講座に登録しています。「ういてまで」に興味を持たれた人は、生涯学習課へお申し込みください。