

アスパークだより

No.480 6月15日発行 村岡 祥来

最近、気温が高くなって夏が近づいてきましたね！

気温が高くなると川や海に行かれる方も多いかと思います。

楽しい反面、危険と隣合わせで場合によっては事故になるケースがあります。

そこで今回は水難事故に遭遇した場合の対処方法についてご紹介します。

💧水難事故は2種類ある💧

水難事故の原因は2つあります。

1 つ目が『落水(らくすい)』、つまり水に落ちてしまうケースです。川であれば岩場で遊んでいて足を滑らせたり、海の場合は釣りをしている、誤って防波堤から落ちてしまったりする事例が多いです。

2 つ目は『沈水(ちんすい)』といって、自分から深いところへ進んでいってしまう、また気づかないうちに流されてしまったために、溺れてしまうケースです。

沈水はあまり聞きなれない言葉ですが、思い当たる人も多いのではないのでしょうか。自分から深いところへ進んでいってしまうケースは、特に川で起こることが多いそうです。

「川は急に深くなる場所が多いので、まだ大丈夫だろうと思って進んでいると、一気に足が届かない場所に入ってしまうことが多々あります」

一方、気づかぬうちに流されてしまったケースの多くは海で起こっているようです。

『離岸流(りがんりゅう)』といって、海岸に打ち寄せた波が沖に戻ろうとする際に発生する強い流れに巻き込まれ、どんどん沖に流されてしまうことがあるので、注意が必要です。

海でも川でも、常に足が届く深さかどうか、また川の流れや波の大きさなどにも気をつける必要があります。



💧水難事故に遭遇したときの合言葉は「ういてまて」!💧

では、もしも服を着たまま溺れてしまった場合、どのようにしたらいいのでしょうか。

「キーワードは『ういてまて』です。『ういてまて』とは、服を着た状態で溺れそうになったときに、背浮きという状態で救助を待つことをいいます」

「服や靴は身に付けたまま、両手両足を広げて大の字になって仰向けで浮かびます。人間は息を深く吸って肺に溜めている状態であれば、必ず浮きます。呼吸をするときは素早く行い、常に肺に空気を溜めることを意識してください。コツは、顎を少し上げること。腰が沈みにくい体制がとれます」その状態で、救助が来るのを待ちます。

溺れそうになったとき、つい両手を上にして助けを呼びたくなりますが、その状態ではすぐに体力を消耗し、沈んでしまいます。力を抜いて自然に体が浮く状態が保てれば、体力も温存できます。溺れそうになったら『ういてまて』このキーワードを必ず覚えておいてください。

💧溺れている人を発見したら…絶対に助けに行かない!?!💧

では、もしも溺れている人を発見したときは、どのように行動したらいいのでしょうか？

「お伝えしたいのは、助けようと自分も飛び込まないこと。これが非常に重要です。」

もしも溺れている人を発見したら、この3つの順番で行動してください。

もし、溺れている人を見つけたら…

- (1) 119番通報
- (2) 「ういてまて!」と溺れている人に指示する
- (3) ペットボトルやリュックなど、浮具になるものを投げ入れる



119番通報をするとき、海や川などでは自分がどこにいるかわからないという場合もあると思うのですが、現在地がわからなくても最近では、携帯電話のGPS信号が送られるので、救助要請の電話をかけた時点で大体の場所は特定できます。(GPS機能を有効にしておく必要がある)

119番を押して『助けて』と言うだけで、救助に向かうことができます。その後、『ういてまて』の声かけをし、空のペットボトルがある場合は浮具になりますので、溺れている人の近くに投げ入れてあげます。もしも周りに釣りをしている人がいたら、空のペットボトルに釣り竿の先端を入れて蓋をすれば、20mくらい先まで投げ入れることができます。

緊急浮き具になるようなリュックは、中身がしっかりと詰まっていれば、15Lの容量で十分です。背浮きになって少々の波や流れの中でも安定して浮くことができます。ただし、中身にはタオルや衣服といった空気をたくさん含むものが詰められてなければなりません。

参照:水難事故はこれで防げる 溺れた時の対処法&発見時の3つの行動