

# Love & Safety

## 子どもの安全管理

～水辺の事故を減らすために、今できること～



子ども安全管理士講座



この冊子は「海と日本PROJECT」の一環で実施しています。



子どもの安全管理

～水辺の事故を減らすために、今できること～

海や川で水の事故が起こった時は、すぐに救助を呼びましょう。ただし、海と川では連絡先が異なります。海での事故は「118」で、海上保安庁に救助を求めます。一方、川での事故は「119」で消防庁にSOSを。また、海の場合、ライフセーバーがいる海水浴場に行くことも安心につながります。大人の正しい知識が子どもの命を守るのです。

## 海のSOSは

# 118

海での「もしも」は、  
海上保安庁にSOSを！

## 川のSOSは

# 119

川での「もしも」は、  
消防庁にSOSを！



水辺の安全について知識を深めましょう！

海と日本 PROJECT	<a href="https://uminohi.jp/">https://uminohi.jp/</a>
海上保安庁（海の安全・基礎知識）	<a href="https://www.kaiho.mlit.go.jp/safety/">https://www.kaiho.mlit.go.jp/safety/</a>
WEAR IT! ライフジャケットを着よう! プロジェクト	<a href="http://www.wearit.jp/">http://www.wearit.jp/</a>
公益財団法人 河川財団（子どもの水辺サポートセンター）	<a href="https://www.kasen.or.jp/mizube/tabid107.html">https://www.kasen.or.jp/mizube/tabid107.html</a>
日本ライフセービング協会	<a href="https://jla-lifesaving.or.jp/">https://jla-lifesaving.or.jp/</a>



### 子ども安全管理士養成講座とは

一般社団法人吉川慎之介記念基金が2015年に開講した「子ども安全管理士講座」。医療や教育、法律等の専門家が事故実例をもとに踏み込んだ講義を展開。保育や教育の現場、家庭などで起こり得る子どもの事故を防ぎ、安全を守るための知識や情報を学ぶことができる。長崎県大村市では、自治体レベルで子ども安全管理士を養成している。

一般社団法人吉川慎之介記念基金 <http://shinnosuke0907.net/>  
NPO法人 Love&Safety おおむら <http://www.love-safety.jp/>

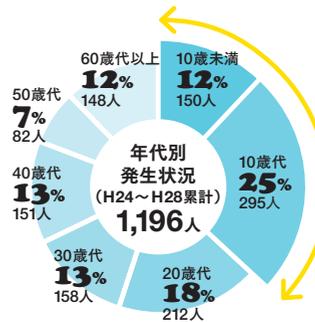
海や川、湖。水辺は子どもにとって最高の遊び場です。自在に変わる水の動き、風に揺れる草花、木々やそこに集まる虫や鳥と、水辺にはさまざまな魅力が溢れています。しかし、毎年多くの子どもが水の事故で命を落としています。水辺は本来、子どもに発見や喜びを与えてくれる場所であるはず。そんな魅力ある場所で子どもの命を守るのは、大人の役目です。

水辺で子どもが安全に過ごせるよう、大人がすぐにできることが二つあります。一つは、水辺の安全に関する正しい知識を身につけること。人が溺れるメカニズムやライフジャケットの選び方、正しい着用方法といった知識を身につけることは、子どもの安全に直結します。

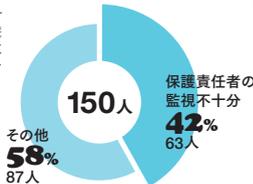
そしてもう一つ。それは子どもにライフジャケットを着用させることです。海上保安庁のデータによると、水の事故が起こった時、ライフジャケットを着用していなかった場合の生存率は4割。一方、ライフジャケットを着用していた場合は9割と、2倍以上も生存率が上がります。子どもに着せるだけでなく、大人の方もライフジャケットを着用することで、自分と子どもの安全を同時に確保してください。

ライフジャケットは子どもに安全だけでなく、安心を与えてくれるもの。安全と安心があれば、子どもたちは好奇心や生命力を存分に発揮することができます。ライフジャケット着用で、子どもたちの可能性を、もっと広げてあげましょう。

## 子どもの命を守るために必要なことは 正しい知識とライフジャケット



出典：海上保安庁 (Summer Report 2017/7~8月の遊泳中事故 [10歳未満の事故原因別発生状況] 平成24~28年累計)



遊泳中事故の約3分の1が10歳未満と10歳代。大人がしっかり見守りを。

出典：海上保安庁 (Summer Report 2017/7~8月の遊泳中事故 [年代別発生状況] 平成24~28年累計)

## 子どもの安全管理 知っておきたい水辺の現実

子どもの命を守るために必要なことは  
正しい知識とライフジャケット



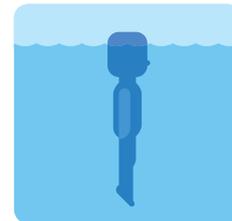
10歳未満、10歳代の事故が  
マリネジャー事故全体の  
3分の1を占める

海水浴やシュノーケリング、磯遊びなど、マリネジャー中に起こった事故の3分の1は10歳未満と10歳代の子もたちです。

## 目を離した一瞬に 事故は起こる



海で身体が浮く割合は  
肺に空気が入っている場合でも  
最大で人体の約5%  
(淡水では最大約2%)



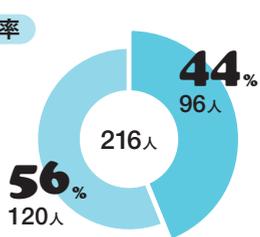
頭を上「立った」状態の場合、海中では頭の上方が少し出る程度。万が一の場合は、背浮きをして気道を確保することが大切です。

肺の中の空気が出てしまうと浮力はさらに小さくなる。  
参照：海上保安庁 Water Safety Guide

## 人間は水に浮く、 を過信しない

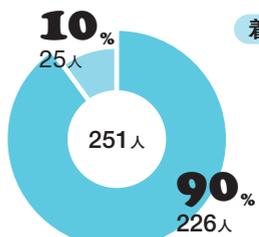
### 非着用者の生存率

■ 非着用生存者  
■ 非着用死者  
■ 非着用死者  
行方不明者



### 着用者の生存率

■ 着用生存者  
■ 着用死者  
■ 着用死者  
行方不明者

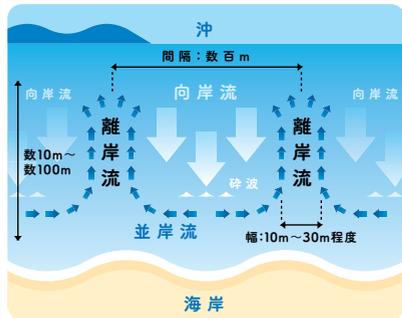


ライフジャケット着用時の生存率は9割、非着用者は4割

水難事故の生存率は、ライフジャケットの着用が大きく影響していることがわかる。

出典：海上保安庁「平成28年 海難の現状と対策 船舶からの海中転落者の場合」

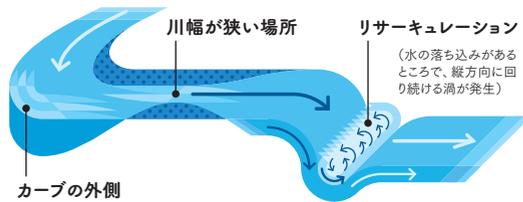
### 海では離岸流に注意



海ではうっかり離岸流に乗ってしまうと、あっという間に沖に流されてしまう危険性がある。

参照：海上保安庁 Water Safety Guide

### 川では流れが速い場所に注意



川ではカーブ外側や幅が狭い場所、落ち込んだところは注意が必要。

参照：WEAR IT！  
ライフジャケットを着よう！プロジェクトHP

## 知っておきたい安全への第一歩！ 子ども用ライフジャケットの選び方

子どもを水辺で安全に遊ばせるには、ライフジャケット着用が大切です。  
ポイントをしっかり押さえた選択をし、正しく着用させましょう。

### ☑ 固型式を推奨

炭酸ガスを膨張させる「膨張式」は子どもには作動が難しい場合も。発泡プラスチックなどの浮力材入りの固型式なら安心。

### ☑ 目立つ色がいい

水辺では発見しやすいオレンジや黄色などの目立つ色がおすすめ。

### ☑ 股下ベルトがある

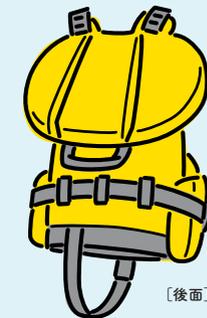
波や水流の影響で脱げることがないように股下ベルトは必須。

### ☑ 頭部を守るピローが付いている

落水時に頭部の浮力を補助し、保護にも役立つ。気道の確保に有効。

### ☑ 子どもの成長や年齢に合わせて最適なものを選ぶ

年齢や体重に合わないサイズを選んでしまうと、万が一のときに浮力が足りず浮かばない、ということも。子どもの成長に合わせて、必ず身体に合ったサイズを選びましょう。



海水浴や川遊びなどで子どもの命を守るライフジャケット。十分な浮力があり、股下ベルトやピロー、背面上部のレスキューハンドル(落水時に掴んで引っ張る)、ホイッスルなどが付いているものを選びたい。



### 「桜マーク」って知っている？



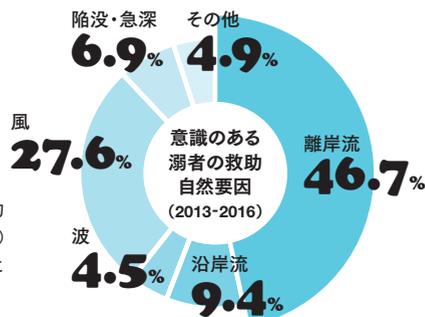
桜マークとは、国土交通省が定める安全基準に適合していることを証明するもの。ライフジャケットを選ぶ際の目安にもなっています。

# 46.7%

## 海や川のしくみを知る

### 遊泳中の事故の多くは離岸流が原因

例えば海では、海岸に打ち寄せた波が沖に戻ろうとするとときに発生する強い流れ“離岸流”に流されることが多い。危険を回避するためにも、海や川のしくみを知っておくことが必要です。



海水浴場において、救助された人(意識がある状態)の半数近くが、離岸流によって流されている。

出典：日本ライフセービング協会 ANNUAL REPORT

## 溺れのメカニズムとは

- 1 **パニックから過呼吸になる**  
呼吸数が60回前後/1分間まで上がり、その呼吸がすぐに落ち着くことはない。
- 2 **口から水が入ってくる**  
水中で過呼吸になると気道に入った水を吐き出せず、やがて心肺停止に至る。

不安や緊張を強く感じた時などには呼吸数が極端に増えることがあります。それが過呼吸です。陸上では、過呼吸になっても5〜10分で落ち着くのでそれほど問題はありません。しかし、水中で過呼吸になり、呼吸数が1分間に50〜60回にもなると呼吸を止めることができなくなり、開いた口から水が入ってきます。通常なら気道に水が入ってもむせて水を吐き出すことができますが、水中で過呼吸の状態では気道に入った水を吐き出せず、やがて心肺停止に至ります。こうして人はあっという間に、かつ助けを呼ぶ声も出せずに静かに溺れていくのです。

また、小さなお子さんは重心が高いうえ、筋力が弱いため、水の力で転倒しやすく、浅瀬でもパニックによる過呼吸は起こります。なお、泳げる人でも突然水に落ちた場合などはパニックになり、過呼吸になります。

ですから、泳ぎが得意でも溺れることがあるのです。水中で過呼吸になると、呼吸数は1分間あたり60回前後まで一気に上がります。その呼吸はすぐには落ち着きません。だから水に落ちたり転倒した場合など、人が溺れそうな場面を発見した時は、最初の1〜4分間に素早く救助・対処できるかがカギになるでしょう。こうした事態を防ぐ最善策は、ライフジャケットを着ること。ライフジャケットは浮力を持っているため、鼻と口を水面より上に出すことができます。仮に、パニックで過呼吸になっても気道に水が入るのを防ぐことができます。

このように、人はどこでも誰でも溺れる可能性があります。溺れるメカニズムを大人がしっかりと理解した上でライフジャケットを正しく子どもに着用させ、水辺でのレジャーを楽しく安全に過ごしてください。

見守っているつもりでも、水辺の事故は目の前で起こってしまう

# 人はなぜ、溺れるのか

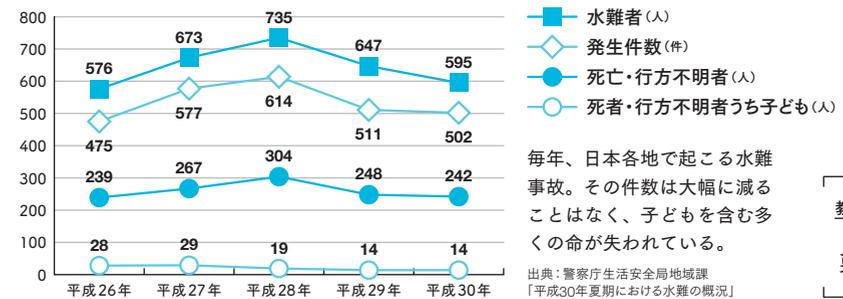
子どものヘルプを見逃さないため溺れのメカニズムを知っておく

「浅い場所なら溺れない」「泳げれば大丈夫」。そう思っていないませんか？ しかし、浅い場所や波や流れのない場所でも人は溺れます。さらに、泳ぎが得意

な人も、溺れる可能性があるのです。それはなぜでしょうか。通常、呼吸数は1分あたり約16回〜20回。興奮した時には、もう少し増加します。しかし、



## 水難事故発生件数推移



教えてくれた人  
医学博士  
栗栖茜さん

## 冷水に突然つかった際に見られる典型的な過換気反応

