

～楽しいからこそ知ってほしい～

水辺の安全豆知識 vol. 1 <プール編>



★水と触れ合う事が
増える時期、必見★



日本では、1年間にどのくらいの人ひとが溺れて亡くなっているのでしょうか？
答えは8000人。事故やケガを防ぐために、危険があることを知り、
水と親しみ、安全に楽しみましょう♪♪
今回は室内や屋外のプールにおいて、役立つことを紹介します!!



プールに 入る前に

- ・十分に水分をとって、熱中症に気を付けましょう。
- ・体調がよくなかったり睡眠不足ではないかな？！
- ・シャワーは、しっかりと浴あびましょう。水慣れにもなります♪
- ・プールサイドはすべりやすいので、走らずに歩きましょう。



プールに 入ったら

- ・のどの渇きを感じたら水分をとりましょう。
- ・自由遊泳時は、人とぶつからないように、ルールを守もって活動しましょう。
- ・プールサイドからのジャンプは、危険を伴うのでやめましょう!!
※尚、練習の一環としてコーチの指導の下、ジャンプや飛込みを行う事もあります。
- ・活動中、先生やコーチの指示にはすぐに注目しましょう。いつまでもさわがしいと、本当に助けを求めている声が聞こえないかもしれません。



プールの 道具・用具

- ・遊具やフロア台の下に潜ってはいけません。(水中から出られなくなるおそれがあります。)
- ・万が一、吸い込まれる危険もあるので、排水口に近づいたり、さわったりしてはいけません。なにか異変を感じたら、すぐ大人に知らせましょう。
- ・緊急時、コースロープにつかまることで、安全を確保することができます。その際には泳いでいる人とぶつからないように気をつけましょう!!