

## 海の事故を防ぐ - Part ②

前回に引き続き、海の事故について書きます。海に接する機会が多い沖縄ですので、甘く見ないで災害や事故から身を守りましょう。

### ●シュノーケリング中の事故が急増

第十一管区海上保安本部管内における平成18年のマリンスポーツに伴う人身事故は

合計で65人（死亡・行方不明は32人）。そのうち

○遊泳中の事故が31人（死亡・行方不明21人）

○スキューバダイビング中13人（死亡・行方不明3人）となっています。

遊泳中の事故のうち、最も多いのがシュノーケリング中の事故で、昨年の33%に比べ71%と急激に増加しています。シュノーケルを使用する人は、使用方法に注意して、楽しみましょう！

## シュノーケルの安全な使い方

①シュノーケルの呼吸方法は「吸う時はゆっくり、吐く時は強く」し、シュノーケル内に海水が入った時でも海水を飲み込まないようにします。

ゆっくり吸う事で海水を飲み込まないようにし、強く吐く事によってシュノーケル内の海水を外に吐き出す事が出来ます。

②視線は必ず進行方向に向け手前を見ないようにします。手前を見過ぎるとシュノーケル内に海水が入りますので注意してください。

③ライフジャケット・ウェットスーツなどの浮力のある物を身に付けて泳いで下さい。海水浴場には季節によってハブクラゲなどの有害生物が入り込むことがあります。身体全体を保護できるウェットスーツなどを使用することをお勧めいたします。

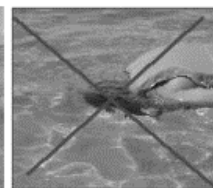
④飲酒後のシュノーケルは大変危険です。絶対に行わないで下さい。

⑤長時間、海につかっているとより体力は消耗します。1時間を限度として十分休息してから泳いで下さい。

⑥出来る限り1人で泳がず、2人以上で行動するようにしましょう。



良い姿勢  
(あごを出す)



悪い姿勢  
(あごを引く)



水が入ってきた時のためにシュノーケル内の水を吐き出す方法「シュノーケルクリア」をマスターしましょう。

水がシュノーケルの中に入った場合は勢い良く息を吐き出します。

シュノーケルはみずが入ってくるのが当たり前です。息吹きが出来ない場合は、シュノーケルを口からはずしましょう。



シュノーケリング中は、ひとりでは泳がないでね！  
気象にも気をつけて、なるべく浅い安全な海域での練習も十分にしておね！

### ●磯釣り ～釣りは必ず複数人で～

釣り場は、足元が濡れて滑りやすいことや、時として大波が押し寄せることもあり、海への転落事故が起こりやすい所が多くあります。また、潮の具合によっては、釣り場に取り残されることもあります。天気が悪くなることが予想されるときには、直ちに釣り場を離れるようにしましょう。

釣りの最中は、万が一の転落事故に備え、ライフジャケットを必ず着用し、服装は、赤や黄色などの目立つものを身につけるようにしましょう。さらに、もしものときに、互いを助け合えるよう、できるだけ、複数人で行動するようにしてください。

