

新型コロナウイルスの影響で、今年の水泳指導は中止となってしまいました。公共施設などでも、使用の制限があるなど、子どもたちの泳ぐ場所が少なくなっている今、海や川などで泳ぐ機会が多くなることが予想されます。是非とも、ご家庭でもお子様と注意事項を確認していただき、安全に、楽しく過ごすことができるよう参考にさせていただければと思います。

## ご家庭でもお子様とよく話し合ってください！！

### ① プールや海、川などに入る前の体調を確認しましょう。

- 自分の体調をしっかりと知る、整える

体温を測る、睡眠時間をしっかりとる、朝食を食べる、爪を切っておくなど

### ② 海や川は危険がたくさん！！

- 大人と一緒にいる。勝手に入らない。
- 子ども同士だけで入らない。
- 周りに危険なものがないか確認をする。
- 天気が悪いときは、無理に入らない。
- サンドルや浮き輪が流されても取りに行かない。
- 周りの大人に知らせる。大人に取ってもらう。

### ③ おぼれたとき、おぼれた人を見かけたときは？

- 浮くものを見つける（木、ペットボトルなど）
- 浮かんで、助けが来るまで待つ。
- 助けを呼ぶ（自分で助けに行かず大人を呼ぶ）
- ペットボトルなど浮くものを投げ入れる。



海上保安庁のホームページなども参考にしてください。