

# ゆうき・いん・いん

令和2年7月27日発行

お父さん、お母さん、ちょっと読んで。  
夏が来た、水の事故に気をつけよう！

水の事故から命を守る着衣水泳。埼玉県が発祥です。



1977年夏、埼玉大学で教鞭をとっていた、野沢 巖先生が秩父湖に流れ込む入川の川岸で小学生キャンプ教室を行っていた時のことだった。増水した川に小学生が落ちて流された。「あ、危ない。子どもが流されていく。」すかさずスタッフや野沢先生が川に飛び込んだ。子どもは無事救助されたが、着衣状態での水泳がいかに難しいかを実感させられ様々な実験を行った結果、以下の結論が得られた。

## 結論1 泳ぎの花形、クロールは役に立たない。【得意、不得意関係なし。】

着衣の状態では、平泳ぎは服が泳力に及ぼす影響は小さいが、クロールは重い腕が空中を戻すなどの理由から、泳ぎにくい。靴を履いた状態では、平泳ぎは正しいカエル足ができていれば十分な推進力を得ることができるが、クロールのバタ足は十分な推進力を得ることはできない。

25mの速泳タイムは鍛錬者、非鍛錬者共、平泳ぎで125%程度、クロールでは157%程度、着衣状態で増加した。

### 自分の泳ぎを過信している人ほど遭難する可能性が大きいということ。

以上のことから、着衣状態での水泳は平泳ぎが適しており、クロールは適さないことが明らかになった。

(諸説あります。平泳ぎ以外にエレメンタリーバックストローク(イカ泳ぎ)を推奨する先生もいます。体力を消耗せずに浮くことが重要だとする先生もいます。)

じゃあどうするの？ 次を読んでください。



## 結論2 泳ぎの苦手な人でも命は助かる。

登山時のザックなどは大きな浮力を持っており、浮き具として利用できる。【ランドセルも浮きます。】

1988年(昭和63年)7月23日に海上自衛隊潜水艦と遊漁船が衝突し、遊漁船が沈没した海難事故が発生。海に投げ出された息子は、父親に渡されたブイを浮き輪代わりに浮いていたところを付近のタンカーに救助された。浮いていたクーラーボックスをつかみながら救助を待った人もいた。泳ぐのを避けて、浮くものにつかまって救助を待った人が助かった事例です。

おぼれたときに、運よく、都合よくクーラーボックスが浮いていることはなかなかありません。川や海には素足では危険なものもたくさん落ちています。私は小学生のとき、新潟の海で何かを踏んでしまい、足の裏を切り、地元の診療所で注射器を使い、しばらく砂を洗い落とした後、麻酔なしで3針縫いました。縫合手術を痛がる私を看護師さんが3人がかりで押さえてくれました。(痛くて暴れるので、押さえつけられた。)

### 海や川で遊ぶときは、フローティングベスト・アクアシューズは必須アイテム。

スポーツショップや釣具屋で売っています。ベストはキャンプ場によっては貸し出しているところもあります。今まで、着用していなかったご家庭は一度ご検討されてはいかがでしょうか。1km泳げる私でも着用します。最近はおフショア(釣り船)でも着用は義務化されています。

川には入らず、川で釣りをするだけでも私はフローティングベストを着用します。自然は突然変化します。人間の力は到底及びません。(水に入るならアクアシューズもはきます。新潟で痛い思いをしたので・・・)

私はキャンプが大好きです。家族で行ったオートキャンプの楽しい思い出は忘れられません。楽しい水遊びを楽しい思い出にするために、まずは自分と家族の命を守りませんか。

### 怖いものを恐れない人が、実は一番怖い。

最悪を想定して最善を尽くせば、家族は元気百倍、勇気凛々。

コロナ感染に気をつけてお出かけください。かけがえのない我が子、この時、よい思い出を。

