



らみまる通信

JAPAN COAST GUARD

海も涼しくなって秋模様。

海上保安庁
第十管区海上保安本部
マリトレジャー安全推進室

NO. 6号

平成17年10月24日

今年の海水温度（鹿児島港のデータ）は8月中旬にピーク（30度超）その後頭打ちとなり9月中旬頃から右下がりに低下しています。例年では、3月に最低値（15度前後）を記録することとなります。よって、これからの季節、**海でレジャーをする場合には防寒対策を万全に**しておくことが重要です。万一通常の着衣で海に落ちた場合、海水温度が15度から20度とすると3時間程度で死の危険が生ずると言われています。巷では秋祭りのシーズンですが、**くれぐれも海に出る前の準備と体調管理は入念に**お願いします。

【ご存知ですか？ ～低体温症～】

低体温症は体温が35度以下になる状態で、各種の身体的不調が生じ、さらに生命の危険に及ぶ場合もあります。体温が低下するのは、身体内部で発生する代謝熱量と外部へ放出される熱量のバランスがくずれ放熱過多になるためですが、水は大気の25倍もの速度で体温を奪っていきます。つまり水中にいと、身体の熱がどんどん奪われて体温が低下するわけです。特に20度以下の低水温下では要注意です。10度弱の状態では、1時間程度でも致命傷となります。

【低体温に陥りやすい状況】

同一環境下でも体格差や着衣の状況、精神力等によって個人差はありますが、身体の小さい子供は体表面からの放熱が大人よりも多く、低体温症になりやすい傾向にあります。その他、体調不良や疲労は代謝発熱が低下し体温不足になります。食事を抜くと発熱のためのカロリーが不足し、飲酒すると体温調節機能が低下するので危険です。

【症状】

まず、外見上は唇が青く変色（チアノーゼ）し、また身体が代謝発熱を高めようと震えが生じます。手のかじかみによる握力低下等も、これらは軽度の状態です。さらに体温が低下すると、震えは止まり緊急の手当が必要な危険な状態となります。症状が進行すると動作が鈍く緩慢になり中度では意識が混濁して、正しい応答が得られなくなります。その後は意識が無くなり、重度の非常に危険な状態です。これら低体温症は**水中に限った話ではなく、水から上がった後や汗の放置で着衣が濡れた状態、強風下、或いは登山などでも体が寒冷環境下にさらされれば同様の事態に陥る可能性があります。**

【漂流姿勢】

体温の放出が大きな部位は、頭部、首、四肢の付け根付近ですので、**激しく泳ぐのは禁物**。人数が居れば胸を付けるように寄り添い、手足を閉じて体温の放出を防ぐ姿勢をとります。**頭部からの放熱は予想以上に大きい**ので帽子やフードは脱がないことです。



【処置】

軽度では、暖を取り暖かい飲み物を与えるなどして体を温めて処置しますが、中度以上では医療機関での手当が必要です。急激に温めたりマッサージすることは、末端部の冷たい血液を心臓に送ることになり、**ショック死を誘発するため厳禁**です。搬送にも十分注意が必要です。また重度の場合は、専門家でも生死の判別がつかない状態（救急隊員が死亡と判断したのち、蘇生した事例が北海道であった。）もあり、**絶望的な状態でもあきらめないこと。ただし、心肺蘇生の実施には詳細な観察を行う必要があります。**



秋の釣りシーズン到来！ 秋・冬期に事故多発！！

～ 大切な命を自分で守るために ～

猛暑が過ぎ、釣り愛好者にとって、待ちに待った秋の釣りシーズンが到来しました。

一方で、釣り中（船釣りは除く。以下同じ）の事故が多くなるのも、この季節です。

全国的には、過去 10 年間における釣り中の事故者数の月別合計をみると、10、11 月の 2 ヶ月間に多発する傾向があります。特に南九州は、冬期でも温暖な気候であるため、また絶好の釣り場も多数存在することから全国の平均値に比べ若干高い数値となり、傾向としては **9 月から翌年 3 月頃までの秋・冬にかけて事故者が多い状況**です。

このような状況から、釣りに行く際には、次の事項を励行し、海上保安庁 HP など提供している海象や潮汐等、海の安全情報を積極的に活用の上安全に楽しく釣りを楽しみましょう。

自分の命を守る 3 つのポイント

事故原因の主なものは、「転倒」、「波にのまれる」、「孤立」

万一、海中転落した場合に備えて、次の 3 つのポイントを励行しましょう。

ライフジャケットの常時着用 ～ 浮力の確保

まず、海に浮いていることが大切です。浮力確保のため、必ずライフジャケットを着用しましょう。ライフジャケットの着用が生存率の向上に大きく寄与します。

携帯電話等の適切な連絡手段の確保 ～ 速やかな救助要請

速やかな救助要請がその後の救難活動を大きく左右します。そのため、連絡手段として耐水タイプ又は防水パックに入れた携帯電話を携帯するなど適切な連絡手段を確保してください。

118 番の有効活用 ～ 海の「もしも」は 118 番

海で事故に遭ったり、目撃した時は、直ちに 118 番に通報して下さい。関係救助機関と連携し直ちに救助に向かいます。

釣りには複数で行きましょう

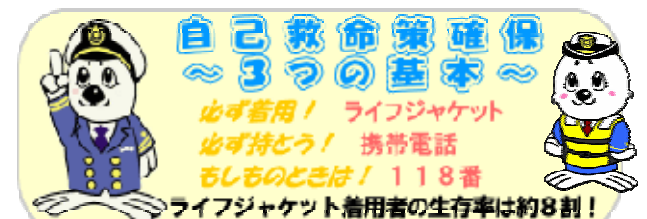
平成 13 年から平成 16 年における釣り中の事故では、複数で行動した方が単独行動よりも生存率が高くなっています。また、事故発生後、海上保安庁への通報時間が短いほど、生存率が高くなっていることから、同行者が居れば迅速な当庁への救助要請も期待できます。



私の町、私の母港

今回は、天草下島の対岸、古墳の島で知られる長島です。大きな風車と岬の先端には道の駅が見えます。

東シナ海に沈む夕日とイルカウォッチング、磯釣りなどが楽しめるそうです。 【るりかけす 1 号 撮影】



海上保安庁 HP <http://www.kaiho.mlit.go.jp/>

十管区 HP <http://www.kaiho.mlit.go.jp/10kanku/>