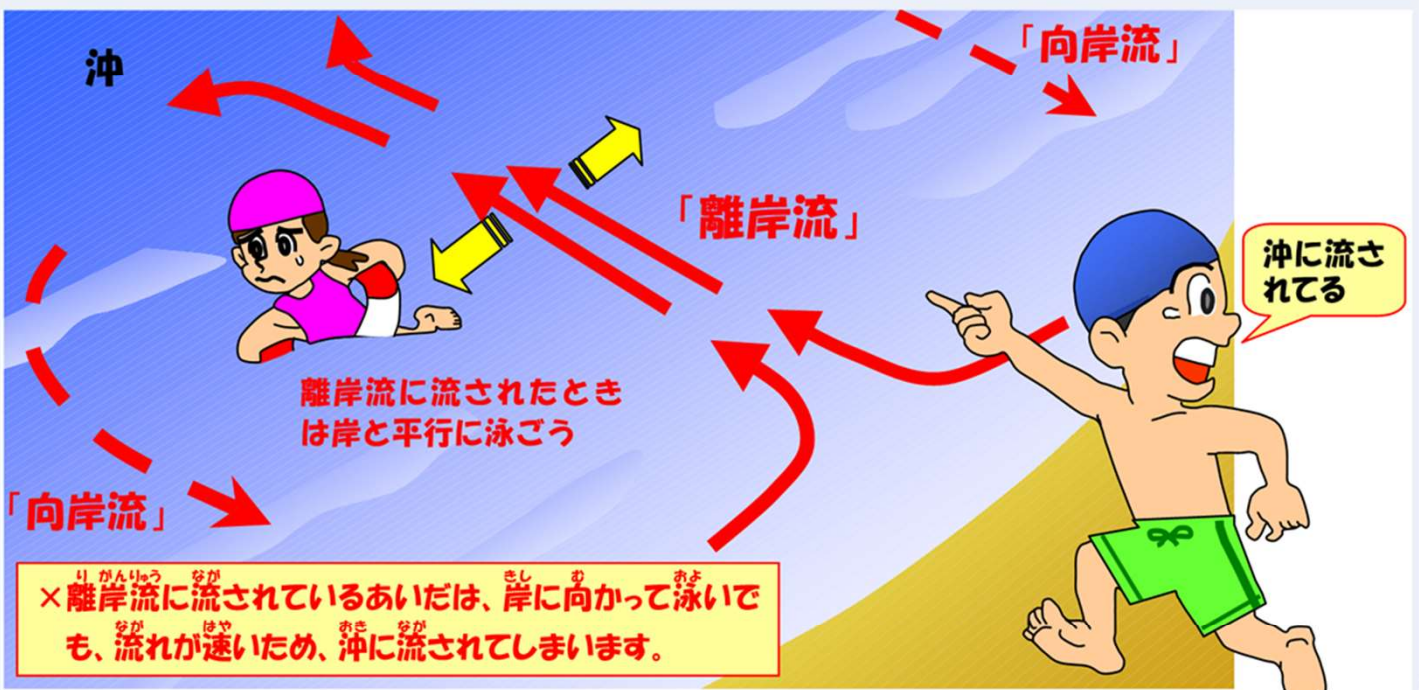


○事故を防ぐために

★離岸流に巻込まれた時は

- ①まずは慌てないで、落ち着いて、付近の人に対して助けを求めましょう。離岸流の幅はわずか10m~30mといわれています。
- ②岸に向かって（流れに逆らって）泳がず、海岸線と平行に泳いで離岸流から抜け出しましょう。その後は無理なく岸へ向けて泳ぐことができます。
- ③無理に泳がず、浮いて救助を待つことも重要です。



★海水浴では離岸流に注意するほか、以下のことにも注意しましょう。

- ①遊泳禁止場所や遊泳禁止発令時のほか、天気が悪い日は泳がないこと。
- ②小さな子供さんが海に入っている時は、保護者の方は子供から絶対に目を離さないこと。
- ③過労や睡眠不足など、体調不良時や飲酒後は泳がないこと。