万が一の事故に備えて自己救命策３つの基本を徹底しよう！



事故事例

八代海側の海水浴場において、大人３名がSUPで海に出たところ、うち２名が風で沖に流され帰還困難となった。自力で岸に戻った１名が118番通報し、無事救助されたが流された２名は低体温症のため病院で手当を受けた。

事故原因

事故当時、海水浴場の風は、オフショア（沖に向かって吹く風）で、強風注意報が発令されていたにも関わらず海に出てしまったことが事故の原因です。

低体温症に注意！季節に応じた服装を！

上記の事故は５月に発生、救助時の事故者は、短パンに長袖Ｔシャツ、ライフジャケットを着用し、ＳＵＰ上に腹ばいになった状態でしたが低体温症を発症しています。

低体温症の危険：低体温症とは、体温が35℃以下になった状態をいい、活動性の低下や意識障害などが起こります。海中に浸かっている時だけではなく、濡れた衣服を着たままの状態でも急激に体温を奪われます。

特に綿製の衣類は濡れると乾かず、体温が低下することから、マリンスポーツ向けのウェアなどを着用しましょう。また、季節に応じ**ウェットスーツなど**の着用も考えましょう。

水温	２℃未満	２～４℃	１０～15℃	15～20℃	20℃以上
生存予想時間	45分以下	1時間30分以下	3時間以下	12時間以下	不定(疲労度による)

※ＩＭＯ船舶捜索救助便覧より

自己救命策３つの基本

- 海に落ちても沈まない **救命胴衣の着用**
- 防水パックと携帯電話を持つ **連絡手段の確保**
- もし海で事故があったら緊急電話 **118番へ救助要請**

携帯電話で緊急通報（救助要請）する場合のワンポイント！

GPS機能を「ＯＮ」にした状態で、110番（警察）、118番（海保）119番（消防）に通報すると、発信位置をある程度の範囲まで特定できるため、早期発見、救助に繋がります。

SUPの事故情報や安全に関する詳細情報は二次元コードからアクセス又は『ウォーターセーフティガイド』で検索

二次元コード

問合せ先　熊本海上保安部交通課　TEL0964-52-3105

安全にSUPを楽しむために



熊本の海でも ＳＵＰの事故が起きています。

大切な命を守るため万全の対策を！

熊　本　海　上　保　安　部
（公財）海上保安協会　熊本県支部

命を守る安全装備



ＳＵＰ利用上の基本的注意事項

1.安全を確保するために

海に出る前に装備品などの確認を！

2.海上の気象・海象は急変する

気象情報を常にチェック！　※オフショアとは、沖に向って吹く風

3.オフショアの時は岸に戻れなくなる可能性がある

風向きをチェック！

4.風に流されやすい

風の状況によっては、中止を決断する勇気を！

5.船舶から見えづらい

目立つ服装をする！　船の通航する場所に近づかない！

事前に遊ぶ海域の通航実態を確認する！

漂流事故に遭遇しないために！

風の危険性を認識しよう



風の影響を検証

ＳＵＰ上で漕がずに立った状態で風でどの程度流されるか、風速４～５m/ｓ時の環境で観測したところ、20秒で約30mも流されました。

【風速４メートルの目安】
◎顔に風を感じる　◎旗がなびく程度

リーシュコードを必ず装着！



パドルを手放さない！



風に流され易いSUPは、海上でパドルを失った場合、帰還が困難となる危険性があります。
転落時などは、パドルが流出しないようしっかりと確保しましょう。