

2025 年 6 月 18 日

報道関係者 各位

(神奈川県、横浜市記者クラブ 同時発出)

水の事故から“いのち”を守るために 赤十字が解説します！

指導員資格をもった赤十字職員が「水の事故防止」に関する質問にお答えします！
ぜひ、ご取材ください。

令和 6 年夏期※は、488 件の水難事故が発生しており、水難者は 601 人。そのうち死者・行方不明者は 242 人いました。（令和 6 年 9 月 13 日 警察庁生活安全局生活安全企画課 発表）※7～8 月の 2 カ月

事故は海（52.9%）と河川（33.3%）で起きており、両方で全体の 86.2%を占めています。また、水遊びや釣り、水泳による事故がほとんどです。

事故に遭わないための知識と万が一事故にあった時の対処法について、赤十字が解説します！

■水泳や水遊びをする前のチェックリスト

- ☐ 疲労や睡眠不足、無理をした計画ではありませんか？
- ☐ 天気予報や各種サイトを利用し、天候や風（風向や風力）、気温や水温、潮汐などを確認しましたか？
- ☐ 一人で遊びに行かないようにしましょう。
- ☐ 河川や湖沼、池などで、水底の状態が確認できないところでは遊ばない、草でおおわれているところには近づかない。
→滑りやすいところが多いので足元に注意するようにしましょう！
- ☐ 流れてきたもの、流れてしまったものを追わない。
- ☐ 河川で水量が増えてきたときは直ちに水辺から離れましょう！
- ☐ 立ち入り禁止や波が高いとき岩場や防波堤などには近づかない。
- ☐ 必ずライフジャケットを身につけましょう。

■ライフジャケット(救命胴衣)について

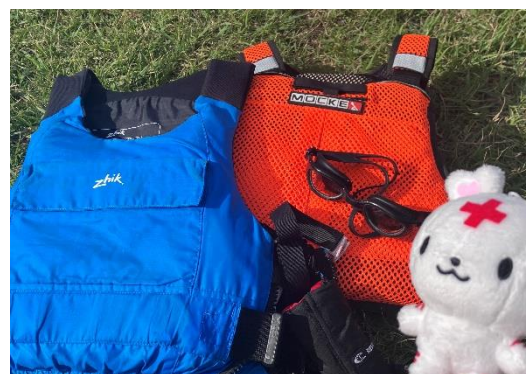
ライフジャケットを着用することで、水辺で身体を浮かせ、体温を保ち、ぶつかったときの衝撃をやわらげます。

水遊びや釣り、船舶に乗船するときなどには、必ず身につけましょう。



着用時のポイント

- 目立つ色で、自分にあったサイズを選びましょう。
→ホイッスルが付いているとより良い◎
- ベルトやストラップ、チャックなどしっかり締めましょう。
→股下のベルトも正しく着用しましょう。
- 使用する前に必ず安全点検をしましょう。



■もしも、水辺に落ちてしまったら…

一番大切なことは、まずは水に浮くこと！（「浮き身」といいます）

- 落ち着いて、体の力を抜きましょう。
→怖がって腰を引くと体が沈んでしまいます。
- 力を抜いて、両腕・両脚を伸ばした姿勢になる。
- 顔や視線は真上に向ける。
- 空気をたくさん吸い込み、少しずつ呼吸する。
- 衣服や靴は脱がない。
- ペットボトルやクーラーボックスなど身近なものを
使って浮く。



日本赤十字社神奈川県支部では、水に親しみ、事故から命を守るための講習会（水上安全法講習）を開催しています。また、小学校で「着衣泳」を普及しています。



【お問い合わせ先・取材申込み先】

日本赤十字社神奈川県支部 総務企画課 企画広報係
TEL: 045-681-2124 Email: kanagawa-kikaku@kanagawa.jrc.or.jp

随時、お問い合わせください。