

ライフジャケットの正しい着方

ライフジャケットを着ることで、万が一おぼれても、長時間、浮き続け、救助を待つことができます。しかし、正しく着ていないと、ライフジャケットの効果を発揮しないことがあります。

ライフジャケットを正しく着るポイントは、「まえ、よこ、おまた」の3つです。ライフジャケットの種類によりベルトの位置やしめ方が違うものもあるので、取扱説明書を見て、確実に着ましょう。

子供がライフジャケットを着たら、必ず大人の人が確認しましょう。



①まえのチャックをしめる。
からだに密着しているか確認する。



②よこのベルトをしめる。
からだのよこのベルトもしっかりしめる。



③またのベルトをしめる。
水に落ちたときに脱げるのを防ぐベルト。確実にしめる。

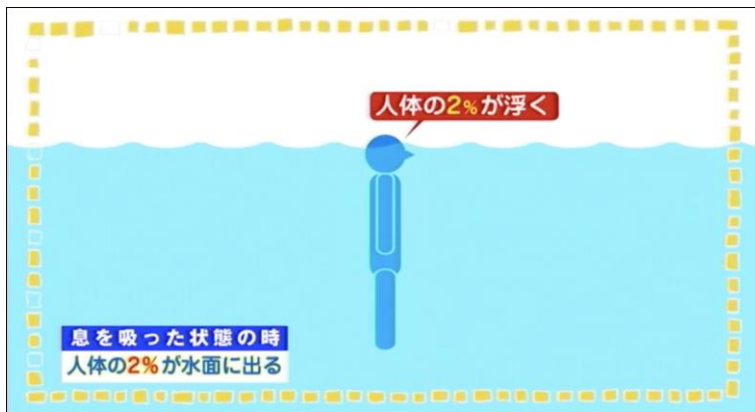


④大人の人が確認する。
上に引き上げ持ち上がらないことを確認する。

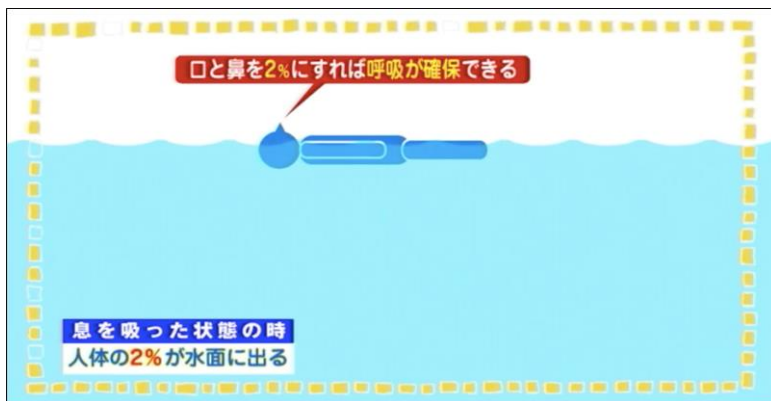
ういてまての方法

万が一、ライフジャケットを着ていない時におぼれてしまったときは、「ういてまて」を行ってください。

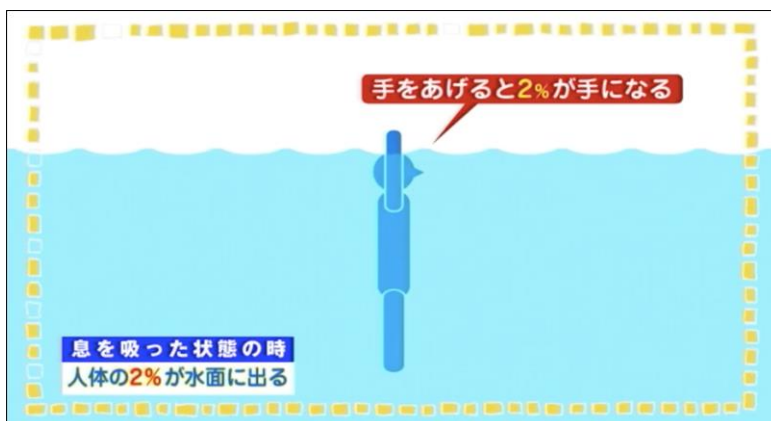
「ういてまて」とは、あお向けで背中で浮いている状態となり、救助されるのを待つというものです。人間の体は息を吸って肺に空気をためた状態であれば体の2%が浮くことができます。その2%を口と鼻にすることで呼吸しながら浮くことができます。だから、ラッコになるのです。



垂直の状態では浮くことができる2%が頭になってしまうので、呼吸することはできません。



あお向けで背中で浮いている状態になれば、浮くことができる2%が口と鼻になり、呼吸することができます。



声を出すと肺の空気がなくなり、しずみます。また、手を上げると浮くことができる2%が手になってしまうので、呼吸することはできません。おぼれても必ず静かに「ういてまて」ようにします。

ういてまてのポイント

合言葉は
「ういてまて」

しっかり息をすって
空気をためる

力をぬく

あごを上げて
空を見る

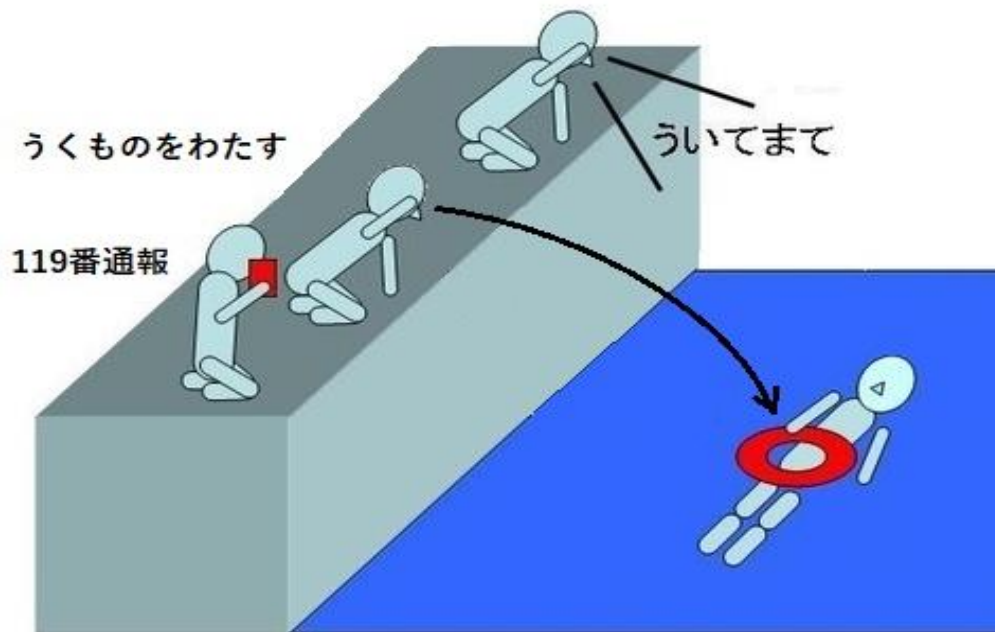
くつは
はいたまま

手足をひろげる



おぼれている人を助ける対応

おぼれている人を見つけた時に、そばにいる人が行わなければならない行動は、「助けを呼ぶこと（119番通報）」、「浮くものをわたすこと」、「浮いて待てと声をかけ続けること」の3つです。絶対に飛び込んで、無理に助けにいいてはいけません。



うくもの（例）

