

八重山諸島 海水浴の安全知識

海水浴の心得

1
まずは今日の天気をチェック!
晴れていても海の状態は必ず確認しよう
本日の波の高さは...

2
昨日は夜更かししたから海水浴はやめておくれ
残念だね...

3
体調が悪い時には海水浴はやめよう
少しぐらいの風邪ならダイジョブ!?

4
遊ぶのはもちろん指定海水浴場
設備が整ってるから安心して泳げるよ!

5
泳ぐ前にはしっかり準備運動をしよう
イチ・ニ・イチ・ニ

6
保護者は子供から目を離さないようにしてください

海水浴場

これらのビーチには下記の設定が整っています

- 監視員がいます。
- シャワーがあります。
- WC トイレがあります。
- ハブクラゲネットがあります。

石垣島 サンセットビーチ
石垣島北部にあり、干潮時でも泳げるビーチ

離岸流
海岸では、沖への強い流れ「離岸流」が起こることがあるんだよ。
うわぁん! 流されちゃう! つのまにか岸から遠く離れちゃったよお

米原キャンプ場は「遊泳危険区域」です。
沖への強い流れが発生しやすい海域です。

底地海水浴場
大きく弧を描く遠浅のビーチ

フサキビーチ
フサキリゾートヴィレッジの施設内にあるビーチ

小浜島
小浜港

石垣港離島ターミナル

はいむるぶしビーチ
小浜島にあるリゾートホテル(はいむるぶし)施設内にある

時期(時間帯)によっては...

監視員が不在で、ハブクラゲ防止ネットが無い、シャワー、トイレが使用できない場合があります。十分ご注意ください。

緊急連絡先など

石垣島 沖縄県立八重山病院	0980-83-2525	小浜島 小浜診療所	0980-85-3247
石垣島 石垣市消防本部(救急車)	0980-82-4047	小浜島 小浜診療所(時間外)	0980-88-1515
石垣島 石垣海上保安部	0980-82-4841	天気予報	177

マリナーの事故の大半は、シュノーケリング時に発生しています。

安全で楽しいシュノーケリング



シュノーケルの基礎

シュノーケルは簡単に手に入るマリナグッズです。しかし、シュノーケリング中に突然水が入ってあわてて飲み込み、パニックを起こして危険な場合もあります。安全に楽しんでいただくため、シュノーケリングの基礎を身につけましょう。

フィンをつけて起きあがる練習をしましょう



- ①泳ぐ姿勢（ふせ浮き）から仰向けに体を回転させます。
- ②お腹を見るようにアゴを引きます。
- ③足をおろします。

良い姿勢（あごをあげる）



がんばれ～！

！水がシュノーケルの中に入った場合

悪い姿勢（あごをさげる）



勢いよく水を吐き出します。

安全と原則

- 1 浮力の確保 ライフジャケットやウエットスーツを着用する。
- 2 ひとりで泳がない かならずバディシステム（2人1組）で海に入る。
- 3 自己流は危険 基本を習得してから。
- 4 飲酒・体調不良は事故のもと 絶対に海に入らない。＊服薬時に入らない。
- 5 泳ぐ場所・天気の確認 安全な施設が整っているビーチで泳ぐ。

沖に流されたときの脱出方法



応急処置（ハブクラゲ）

水深50cmほどの浅い場所にもおり、刺されるととても痛く、ショックを起こすこともあります。これまでに死亡者もでています。

出典：「気をつけよう!! 海のキケン生物」沖縄県福祉保健部



- すぐに海からあがる
- 絶対にこすらない
- 酢（食酢）をたっぷりかける
- 触手を手でそっと取り除く
- 痛いときは氷や冷水で冷やす



写真提供：沖縄県衛生環境研究所

ハブクラゲに刺されないためには・・・

- クラゲ防止ネットの内側で泳ぐ

＊完全に被害を防げるわけではなく、被害を最小限にできるということです。