

事務局 〒940-2188 新潟県長岡市上富岡町1603-1  
長岡技術科学大学 物質材料工学専攻 斎藤秀俊教授室  
TEL 0258-47-9316 E-mail tzs@nagaokakasut.ac.jp



## 水の事故から身を守る

## キーワードは「ういてまで！」

水難学会で推奨する「命を守る着衣泳」指導プログラムでは体力作りが目的ではないので、体力をいたずらに消耗するようなことはしません。

1・2年生では水慣れ、3・4年生ではしっかりとした背浮き。5・6年生では救助との連携や水害対応も教えます。最近では保育園、幼稚園でも実施例が増えてきました。

テキストやDVDを見ながら実施してもよろしいですし、お近くの指導員がボランティアで教えることもできます。

## ういてまで「uitemate」の指導員になろう！

「uitemate」は、着衣状態で水難事故に遭遇したときに「浮いて救助を待つ」という自己保全の考え方を明確にし、水難事故におけるchain of survival（チェーンオブサバイバル＝救命の連鎖）の重要性をプログラムしています。多くの皆様のお申し込み、参加をお待ちしております。

※ 詳しくは「水難学会」ホームページへ  
インターネット「ういてまで」「水難」で検索

ういてまで **【検索】**



「水難学会」ホームページアドレス  
<http://wr.umin.jp/>



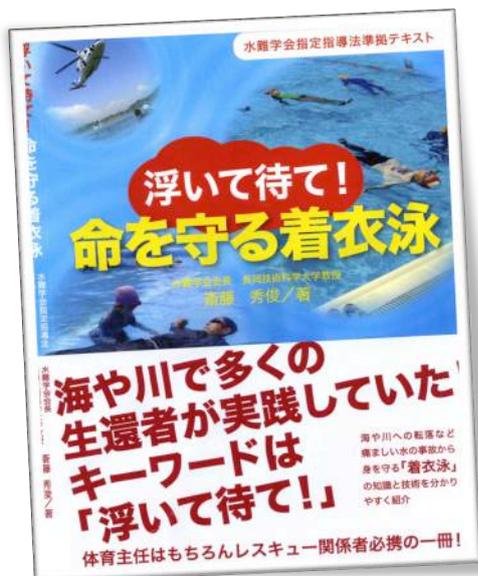
身近な浮き具（ペットボトル）を使った背浮きの練習風景。



近くにいた人は浮き具を投げ、受け取る練習、そして119番通報。



ランドセルを使った複合練習、通学途中を想定した練習です。



## 水難学会指定指導法準拠テキスト 浮いて待て! 命を守る着衣泳 定価 ¥2,160(税込)

衣服を身に着けた状態で不意に海や川などへ転落したときに生還するためには?

水の事故から身を守る「着衣泳」の知識と技術を分りやすく紹介。

体育教員など学校関係者はもちろんレスキュー関係者必携のテキスト!

## 視聴覚教材 Uitemate DVD 2014年改訂 定価 ¥2,000(税込)

水難学会が誇るロングセラーです。テキストを読んで理解するほどの時間がないときに30分視聴して、何をしたらよいかを理解することができます。また、雨天のときにういてまて教室の実技が中止になってもこのビデオを子どもたちに見せて陸上でういてまてを勉強するときにも使えます。どうか、この一枚を参考に、浮いて待て、という考え方を学んでください。



## 水難学会指導員養成講習会テキスト ういてまて (2014年9月30日発行) 定価 ¥3,000(税込)

水難学会指導員が使用するテキストです。指導方法についてはカラー写真を多用してわかりやすく解説しています。溺水の科学や救助隊との連携など、最先端の知識も満載されています。どうか、この一冊を参考に、浮いて待て、という考え方を学んでください。なおテキストは指導員養成講習会受講予定者にのみ販売します。

水難学会では、「水難において溺者が主役である」という立場を貫きます。従って、泳ぎが苦手だという方の参加を歓迎します。ここは救助の技術を高める場ではありません。溺者の技術と救助者の技術をマッチングする場です。泳ぎが苦手であるということも立派な専門ととらえることができます。皆様と一緒に議論できることを楽しみにしています。

水難学会 会長 齋藤秀俊

※詳しくは、ホームページをご覧ください。事務局へお問い合わせください。

一般社団法人水難学会 事務局  
長岡技術科学大学 物質材料工学専攻 齋藤秀俊教授室  
TEL 0258-47-9316  
E-mail tzs@nagaokasut.ac.jp

