

# 海水浴へ行かれる指導者の方へ

～安全管理と活動の流れについて～



国立淡路青少年交流の家

# 海水浴

～阿万海岸海水浴場～

※海水浴場開設期間のみ実施可能

## ■ 活動の流れ

<b>着替え</b> (宿舎・研修室)	<p>※阿万海岸海水浴場にも更衣室がありますが、人数の多い団体については、交流の家で着替えてから移動することをおすすめします。</p> <ul style="list-style-type: none"><li>●宿舎または研修室、更衣室で水着に着替えてください。</li><li>●着替えは、宿舎もしくは更衣室、研修室(帰ってきてから着替える場所)に置いておくか、海水浴場へご持参ください。</li><li>●タオルは必ず海水浴場に持参してください。(館内に入る際、体を拭くために必要です。)</li></ul>
<b>移動</b> ※徒歩10~15分	<ul style="list-style-type: none"><li>●地図を参考に移動してください。</li><li>●移動中は、車の通行に十分気をつけてください。※マイクロバスで入ることはできません。</li></ul>
<b>海水浴の健康・安全管理について</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>●指導者の方は常に参加者を監視しできる体制を必ずとってください。</li><li>●参加者は必ず2人ペアとなって(バディシステム)で泳ぐなど、安全確保が参加者も指導者も行いやすい体制をとってください。</li><li>●海水浴中は活動20分、休憩10分の繰り返しを基本とし、当日の気象状況や団体の活動時間等を考慮に入れて、余裕のある時間配分にしてください。</li><li>●熱中症予防のためミネラルと水分補給をしっかりと取ってください。</li><li>●ライフジャケットを着用するなど、乳幼児の水遊び、子どもの遊泳には十分注意してください。※ライフジャケットの貸出希望がございましたら、ご相談ください。</li><li>●海水浴場西側(海側向かって右側)の浜辺は、潮の引き次第で流れが速くなりますので、十分にご注意ください。</li><li>●海辺ではクラゲや毒魚等に刺されることがありますのでご注意ください。(裏面をご参照ください。)</li><li>●紫外線による日焼け予防のためラッシュガードやTシャツ等は着用をおすすめします。</li><li>●海水浴場にごみ箱はありますが、出たごみは持ち帰りましょう。</li><li>●海水浴場には、トイレ、シャワー(有料)、更衣室、自動販売機があります。</li></ul>
<b>移動</b> ※徒歩10~15分	<ul style="list-style-type: none"><li>●地図を参考に移動してください。</li><li>●移動中は、車の通行に十分気をつけてください。</li><li>●交流の家でシャワーを浴びる場合は、地図の赤い破線ルートを移動してください。</li></ul>
<b>シャワー</b> (友遊池更衣室内) ※水シャワー	<ul style="list-style-type: none"><li>●友遊池のシャワーをご利用ください。 (男女別更衣室の中に、シャワー5基ずつあります。)</li><li>●人数の多い団体は、時間差でシャワーをご利用いただくことをおすすめします。</li><li>●シャワーのご利用は、団体同士譲り合ってご利用ください。</li><li>●浮き輪やライフジャケット等の水洗いは、シャワー入口横の足洗い用蛇口をご利用ください。</li><li>※シャワー使用後は、忘れ物の確認及び掃除を行ってください。</li><li>※施設から貸出したライフジャケットは艇庫前の桶で水洗いしてから、元の場所に干し片づけてください。</li></ul>
<b>着替え</b> (更衣室) (宿舎・研修室)	<ul style="list-style-type: none"><li>●友遊池の更衣室もしくは宿舎、研修室をご利用ください。</li><li>●海水浴後、シャワーを浴びずに交流の家の浴室で入浴することはできません。</li><li>●更衣室、研修室の利用後は、忘れ物がないか確認をし、各団体で必ず掃除を行ってください。</li></ul> <p>※人数の多い団体は時間差で更衣室をご利用いただくか、宿舎もしくは研修室をご利用ください。 (本館に入る前に、タオルで体をしっかり拭いてください。)</p>

## ■ 海で事故が起きた場合の連絡先

海上保安庁	118
救急・消防	119
警察	110

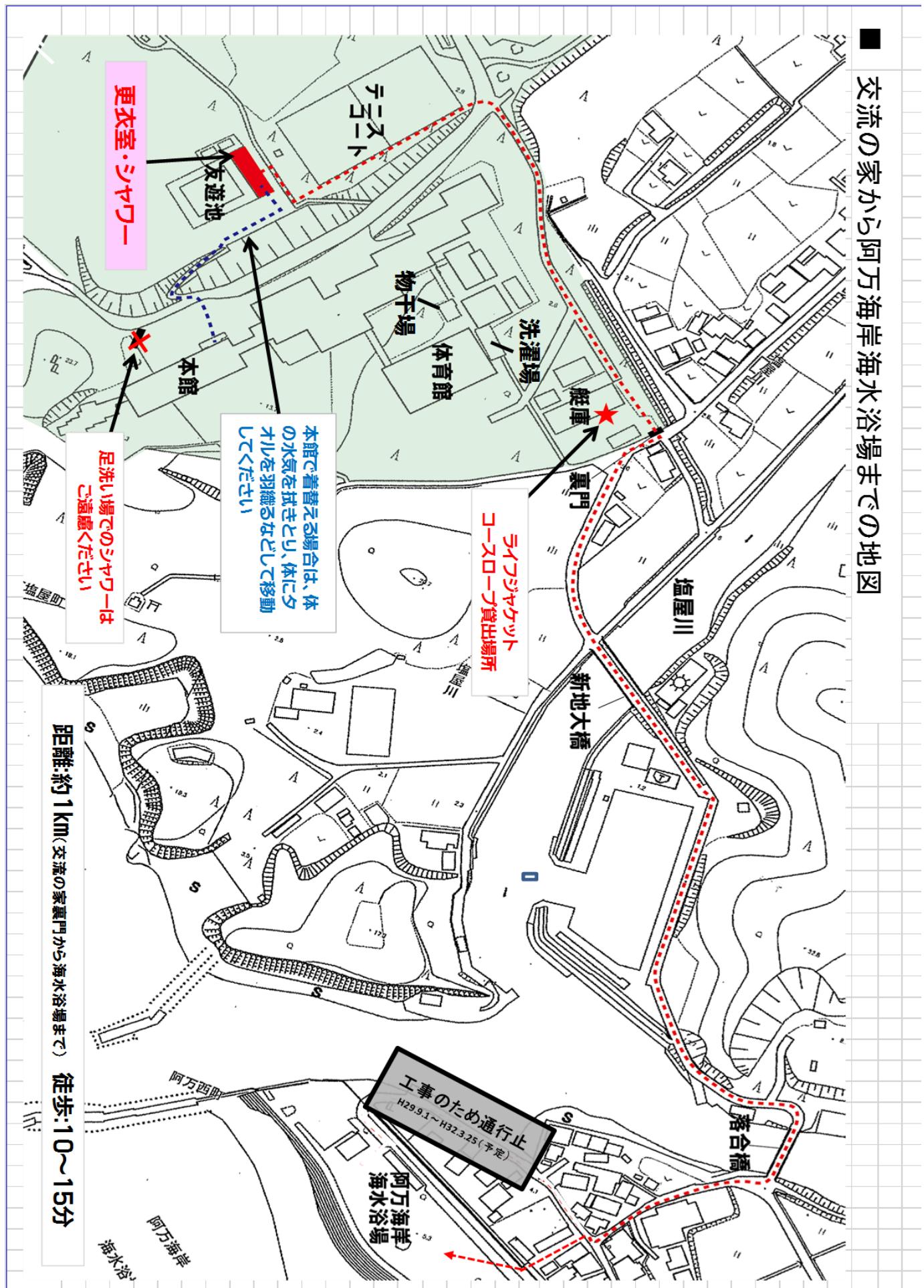
## ■ 貸出可能物品

	物品	数量	場所	備考
1	ライフジャケット(大人用)	30着	艇庫内	ご希望の場合は、予めご連絡ください。
2	ライフジャケット(子ども用)	70着	艇庫内	
3	コースロープ(25m)	2個	艇庫内	

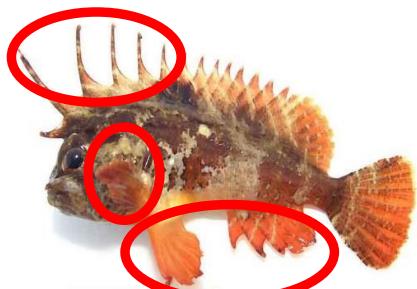
## ■ その他

- ・16:45からタベのつどいがありますので、遅れないように時間に余裕を持ってお戻りください。
- ・水着でのつどいの参加はご遠慮ください。
- ・体育館側の物干場(ハンガー要持参)、洗濯場(洗濯機使用無料)も利用可能です。
- ・阿万海岸海水浴場には、バス(マイクロバス含む)で行くことはできませんので、ご注意ください。
- ・海水浴の実施可能な時期や詳細は、南あわじ市商工観光課(0799-43-5221)にお問い合わせください。

## ■ 交流の家から阿万海岸海水浴場までの地図



# | こんな生き物に注意 ! |



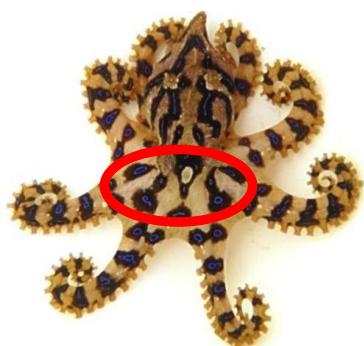
名前: ハオコゼ

特徴: 背・腹びれ・頬に毒針  
刺されると危険



名前: アカクラゲ

特徴: 触手に毒



名前: ヒヨウモンダコ

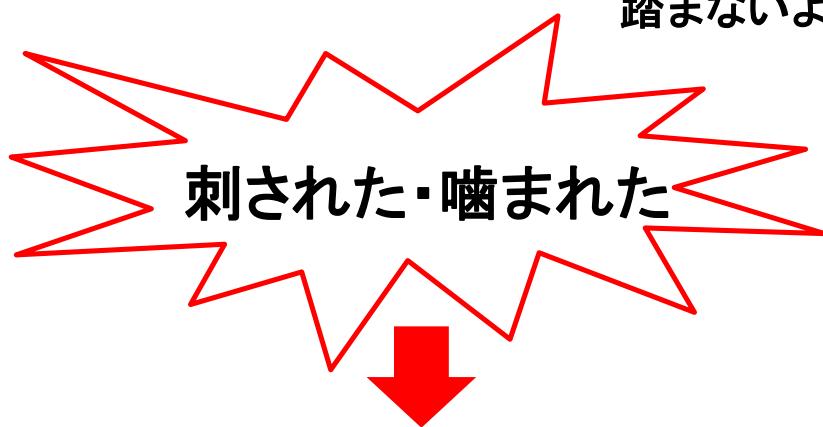
特徴: 唾液に猛毒



アカエイの毒針がある場所

名前: アカエイ

特徴: しっぽにある棘に毒  
踏まないように注意



海の生き物たちの毒は、種類によって様々であり対処が異なります。  
また、刺された人の体質によって症状等も違ってきます。  
刺されたり噛まれたりしたら、海から上がり至急病院で医師の診断を受けましょう。