

<開催レポート>

夏休みを前に、大手フィットネスクラブ7社が集結し、競泳金メダリスト萩野公介氏とともに水難事故から子どもの命を守る「着衣水泳」体験の重要性を呼びかけ

夏休みのレジャーシーズンを前にした7月3日、総合フィットネスクラブを展開する大手7社が合同で、水難事故から子どもの命を守る「着衣水泳」体験の重要性を呼びかけるメディア向けのイベントを開催しました。ゲストに競泳金メダリストの萩野公介氏を迎え、「着衣水泳」に関するトークセッションや、プールでの実演を通じて、いざというときの命の守りかたや心構え、そしてそれらを事前に体験して学ぶことの大切さを呼びかけました。



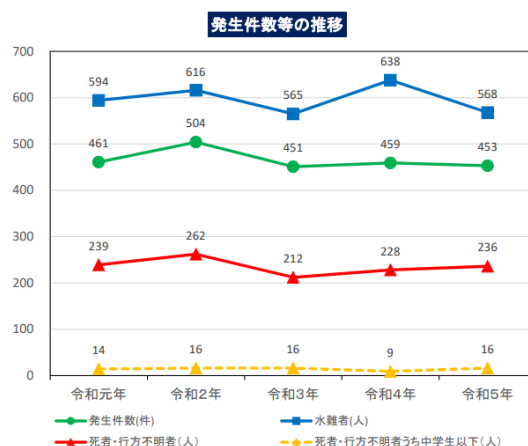
各社代表：左からコ・スパ、ジェクサー、オアシス、萩野公介氏、NAS、ティップネス、メガロス、ルネサンス（ブランド名略称）

□地域密着型の総合フィットネスクラブだからこそできる、地域に向けた水難事故予防活動

「四方を海に囲まれたわが国では、『泳げる』ということは大切な意味を持っています。ただ夏休みになると、水辺での痛ましい事故のニュースが増えてしまうのも確か。

警視庁によると昨年7月8月の水難事故者は全国で568名、そのうちなんと40%にあたる236名が死亡もしくは行方不明になっています。金メダリストの萩野さんでさえ、衣服を着たままの状態では、水中で思うように動けないかもしれません。

今回参画している各社は水泳の楽しさや技術を伝えることに加え、水辺での事故を減らす取り組みのひとつとして、地域と連携し、各々の施設で『着衣水泳』の体験機会を提供しています。小中学校での水泳授業が減少し、民間のフィットネスクラブに寄せられる期待が今後ますます高まっていく中、『スイミング』はまさに『命を守る手段』だと考えます。



警察庁生活安全局生活安全企画課
「令和5年夏期における水難の状況」より

我々の地域に向けた取り組みと、『着衣水泳』についてより広く知っていただき、一人でも多くの命が救われることを願って、このたび、7社が合同でこのイベントを開催することにしました。水を知り、水を正しく畏れることで、子どもたちには安心安全に夏を楽しんで欲しいと思っています。」



まずは冒頭のご挨拶として、本イベント開催の背景を、株式会社ティップネス取締役執行役員 フィットネス事業本部 本部長 三浦研一よりメディアの皆さまにお伝えしました。

□泳ぎのスキルと、不慮の水難時の対応力はまったく別。備えてしっかり学ぶことが重要 <トークセッション>

続くトークセッションのパートでは、ゲストの萩野公介氏と、株式会社ルネサンス スポーツクラブ事業企画次長／スイミング事業チーム課長 勝部久代氏で、着衣水泳の重要性をテーマに語りました。



生後6か月から水泳を始め、幼いころから水泳が生活の一部だったという萩野氏からは、「水難事故を防止するには泳ぎ方を学ぶこと以上に、こういう時やこういう場所では泳いではいけない、などの事故にあわないための知識が大事だと思っています。正しく学んで知識を持っておくと、いざというときに必ず役に立つと思います。」というコメントがありました。

また、学校の体育の授業で体験したという「着衣水泳」については、こんなお話も。「毎日泳いでいたということもあり、衣服を着ている状態で泳ぐことの小学生ながらに思ったよりも難しく、全然違うものだと感じたのを覚えています。だからこそ、実際に着衣の状態で泳ぐ経験の必要性を感じています。」

水泳を習っていて泳げる人であっても、溺水事故に遭うケースは多いといえます。例えば、パニックや無理やり泳ぐことで体力を奪われてしまうなど想定外の事象が起こり得ます。あらかじめ事故を想定し、「実際に体験する」ことも含めた「学ぶ」ことの大切さを確認する時間となりました。

□服を着たままの水中での歩きかた、救助の待ちかたなど、水難時の「命の守りかた」を学ぶ〈着衣水泳 実演〉

そしていよいよ着衣水泳の実演タイムです。長袖長ズボンに着替えた萩野公介氏が、衣服を着た状態のままプールに入り、スイミングコーチである株式会社スポーツオアシス 坂口智悟氏のサポートのもと、水難時のさまざまな「命の守りかた」を体験しました。

▷水中歩行（ウエイディング）

まずは衣服を着たままだと水中ではどのように感じるか、を体験します。次に、水中で移動しやすい歩き方として「歩幅を狭く」しながら「横歩き」を実践。萩野氏からは、「横歩きだと抵抗が少なくとても歩きやすい！」というコメントが。



▷背浮きで&ペットボトルを持って「ういてまて！」

水難時は無理やり泳ごうとすると衣服が邪魔になり、溺れてしまいます。浮いた状態で、無駄な体力を使わず救助を待つことが「命を守る」に直結します。いたずらに泳ごうとせず、浮いて待つ状態を体験しました。



また、ペットボトルは手近にある格好の「浮き具」です。一緒にいる人が落水したとき、咄嗟に助けようと飛び込むと、自分も一緒に溺れてしまう可能性があります。まずは確実に助けられる状況になるまで、ペットボトルを使い浮いて待てる状況の作り方を学びました。子どもならランドセルも浮き具として適しています。



浮き具がないときは、服に空気を入れても浮きやすくなります。

▷落水から浮き具を取りにいくエレメンタリーバックストローク

落水時に、浮き具となるものを放してもらった場合、衣服を着ていてもできるだけ安全に、かつ体力を使わずに取りに行くための泳ぎ方を実演いただきました。

実演を終えて…

今回萩野氏は上下スウェットを着用して実演いただいたこともあり、水から上がり「とにかく重かった！」と疲れた様子。

そして「今回のようなスキルについて、知っている と 体験する とには大きな違いがあると思います。実際に服に水が浸かっていく感覚や、浮いてみた感覚を知ること自体が、いざという時に役に立つと思いました。こういった活動が日本中に広がってほしいと思います。」というコメントをいただきました。

萩野氏のことば通り、知識とあわせて実際に体験することが重要で、キャンプや川遊びなど水場で過ごす機会が増える前に、多くの方に知っていただきたい情報の詰まった実演となりました。



□地域に無くてはならない健康・生活拠点を目指して

実際の海や川では、衣服を着たままの入水には大きな危険が伴います。またプールでは一般的に、着衣での入水は禁止されています。訓練されたコーチ陣による万全なサポート体勢のもとで、このような体験ができる機会があることをぜひもっと知っていただきたい。私たちフィットネスクラブは、今後もこの「命を守る 着衣水泳」の重要性を広め、地域に広く体験機会を提供していくことで、地域密着型の施設としての使命を果たし、地域に無くてはならない健康・生活拠点となることを目指してまいります。

【イベント開催概要】

- 日時：2024年7月3日（水）11：00～12：00
- 会場：スポーツオアシス赤塚 24Plus
- ゲスト：萩野公介氏（リオデジャネイロオリンピック 400メートル個人メドレー金メダリスト）

【参画企業（50音順）】

- 株式会社 COSPA ウェルネス
- JR 東日本スポーツ株式会社
- 株式会社スポーツオアシス
- スポーツクラブ NAS 株式会社
- 株式会社ティップネス
- 野村不動産ライフ&スポーツ株式会社
- 株式会社ルネサンス

