



うまく泳げない人は、どんな準備をしておけばいいの

うき輪など水にうくものを準備する

うき輪や発ぼうスチロール板など、つかまって泳ぐものを持って行きましょう。

うき輪などにひもをつける

うき輪や発ぼうスチロール板などに、ひもをつけ、ひもの先を、木や大きな石に結びつけておいて遊びます。こうしておけば、下流へ流されてしまうことがなく、つかれたら、つかまって、体を休めることもできます。

また、ひもの先を、だれかに持っていてもらえば、岸へ引きよせてもらうことができるので、もっと安心です。

川にひもを張っておく

川の様子を調べたら、泳ぐ場所を決めて、泳ぐ場所のいちばん上流と、いちばん下流にひもを張り、この中で泳ぐようにします。

こうしておけば、流されてもひもにつかまることができますし、ひもにつかまって泳いだり、休んだりすることができます。

(監修・青木 国夫)

