



着衣水泳研修「命を守る水泳教室」を開催



札幌東区少年消防クラブ協議会では、令和7年8月1日（金）にセントラルフィットネスクラブ 24 東苗穂で、「水の事故を予防する」をテーマとした着衣水泳研修「命を守る水泳教室」を開催しました。

この研修では、毎年多く発生している水難事故を踏まえ、「泳ぎが得意だから大丈夫」といった油断が命取りになることを伝え、着衣のまま水中で動くことの難しさや、事故時の対処法について学びました。

実施カリキュラム

- ① 着衣のままプール内を歩いてみる。
- ② 着衣のままの泳ぎ方
- ③ 水中での服の使い方
- ④ 身近なものを浮き輪にする方法

研修風景



着衣でプール内を歩く様子



ペットボトルで浮く体験



ペットボトルを浮き輪代わり



服を使った浮力体験



着衣で泳ぐ練習風景

参加したクラブ員の声

参加したクラブ員からは「服を着ているだけでこんなに動きづらいとは思わなかった」「万が一のときにどうすればいいかが分かった」といった声が聞かれ、命を守るための知識と技術を身につける貴重な機会となりました。