

2013年度 修士論文

日本におけるライフセービング教育の
導入に関する研究

Research on the Introduction of Lifesaving
Education in Japan

早稲田大学大学院スポーツ科学研究科

トップスポーツマネジメントコース

5013A304-9

飯沼 誠司

Seiji, IINUMA

研究指導教員： 平田 竹男 教授

目次

第1章 序論.....	1
第1節 日本の水難事故の現状.....	1
第2節 ライフセービングの現状.....	3
第1項 ライフセービングとは.....	3
第2項 オーストラリアの水難とライフセービング.....	3
第3項 日本におけるライフセービング.....	9
第3節 日本の水辺の安全教育の現状.....	9
第1項 安全教育の現状.....	10
第2項 スイミングスクールの需要.....	11
第3項 地域.....	12
第4節 日本での水難事故を減らすためのアクション.....	13
第1項 筆者の経験.....	13
第2項 先行研究.....	14
第3項 第二行動の問題点と第一行動の必要性と可能性.....	14
第5節 目的.....	16
第6節 用語の定義.....	16
第2章 研究手法.....	17
第1節 教育を受ける側の調査.....	17
第1項 小学生の保護者へのアンケート調査.....	17
第2項 世田谷スイミングアカデミー保護者へのアンケート調査.....	17
第2節 教育提供側の調査.....	18
第1項 小学校教員へのアンケート調査.....	18
第2項 小学校教員へのインタビュー調査.....	18
第3項 フィットネスクラブ・スイミングスクール幹部へのインタビュー.....	19
第3節 プログラム研究.....	20
第1項 イベント型のプログラム作成.....	20
第2項 「浮く力」目標指数.....	20
第3項 飯沼式プログラムの指導実験.....	22
第4節 倫理的配慮.....	23
第3章 結果.....	23

第1節	教育を受ける側の調査.....	23
第1項	小学生の保護者のアンケート調査.....	23
第2項	世田谷スイミングアカデミーアンケート調査.....	25
第2節	教育提供側の調査.....	27
第1項	小学校教員 アンケート調査.....	27
第2項	小学校管理職 インタビュー調査.....	30
第3項	フィットネス・スイミングスクール幹部へのインタビュー調査.....	35
第3節	新プログラムの作成と実施.....	39
第1項	飯沼式「ライフセービングプログラム」作成.....	39
第2項	「浮く力」目標指数算出.....	45
第3項	飯沼「イベント型プログラム（90分）」の指導実験.....	46
第4項	飯沼式「学校教育向け単元プログラム（45分）」を用いた指導実験....	49
第4章	考察.....	52
第1節	教育を受ける側の現状について.....	52
第2節	教育提供側の現状と問題点.....	52
第3節	プログラムの特徴.....	54
第4節	プログラム後の検証 「イベント型プログラム（90分）」.....	55
第5節	「学校教育向け単元プログラム（45分）」.....	55
第6節	プログラム実施の結果発見された課題と改善策の検討.....	56
第7節	プログラムの導入と普及.....	57
第8節	「浮く力」目標指数の可能性.....	58
第9節	まとめ.....	58
第5章	結論.....	60
第6章	謝辞.....	61
付録	62
参考文献	80

図表目次

図 1	過去 10 年の水難の発生状況.....	1
図 2	場所別死者・不明者の割合.....	2
図 3	RLS ANNUAL REPORT 2013.....	5

図 4	RLS ANNUAL REPORT 2013	5
図 5	2015 年の水難事故の減少目標値	6
図 6	保護者が水泳を習わせる理由	7
図 7	水泳の練習に期待すること	8
図 8	子供が習う技術で最も重要視していること	8
図 9	子供が定期的に行っているスポーツ活動	11
図 10	水辺の安全教育ムービー「自助と救助」	13
図 11	救助の手順	13
図 12	汀線から溺者までの距離	15
図 13	【レスキューボード】	21
図 14	【レスキューチューブ】	21
図 15	参加している子供の学年 (n=115)	25
図 16	スイミングアカデミーに入ってよかった点 (n=103)	25
図 17	学校へのライフセービング教育導入の必要性 (n=102)	27
図 18	スカーリング (手を広げる)	41
図 19	スカーリング (手を寄せる)	42
図 20	一般的な立泳ぎ (横)	42
図 21	一般的な立泳ぎ (正面)	43
図 22	浮く力 (横)	43
図 23	浮く力 (正面)	43
表 1	文部科学省 小学校、中学校学習指導要領 (保健体育 水泳)	10
表 2	施設種別体育・スポーツ施設設置箇所数 (プール)	11
表 3	インタビュー対象者	19
表 4	インタビュー対象者	19
表 5	飯沼式「学校教育向け単元プログラム (45 分)」用いた指導実験	22
表 6	小学校教員 個人属性	28
表 7	インタビュー 教員	30
表 8	インタビュー教員	31
表 9	インタビュー教員	32
表 10	インタビュー教員	33
表 11	社員、スタッフにおける BLS (一次救命処置) 資格取得の有無	35

表 12	フィットネスクラブ/スイミングスクール幹部 インタビュー ...	36
表 13	世田谷式の導入の調査結果.....	37
表 14	フィットネスクラブ/スイミングスクール幹部 インタビュー ...	38
表 15	行為別水難事故発生状況	40
表 16	飯沼式プログラム	41
表 17	参加者の属性	46
表 18	浮く力の測定結果	49
表 19	スイミング会員 学生による指導実験結果.....	50
表 20	スイミング非会員 中学校教員による指導実験結果	51
表 21	一般成人 中学校教員による指導実験結果.....	51

第1章 序論

第1節 日本の水難事故の現状

日本における水難事故の現状は、警察庁¹が発表するデータ（図1）によると平成24年中の水難者数は1,714人、死者数は782人である。

平成15年から平成24年までの過去10年間において増減はあるものの、ほぼ横ばいである。また、場所別においては平成24年のデータによると海が51.9%・河川が30.4%・湖沼地が9.6%という現状となっている（図2）。また、中学生以下に関しては、年間の水難事故の約70%が6～8月の約3ヶ月間で起きているのが現状である（図3）。

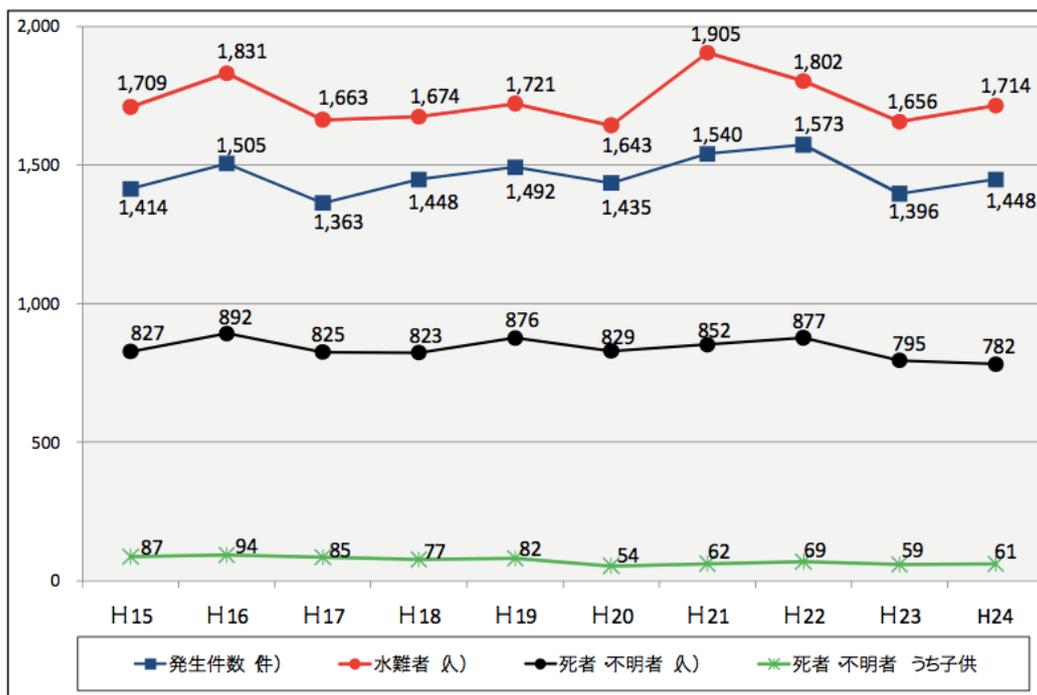


図1 過去10年の水難の発生状況

(出典：平成24年中における水難の概況 警視庁生活安全局地域課)

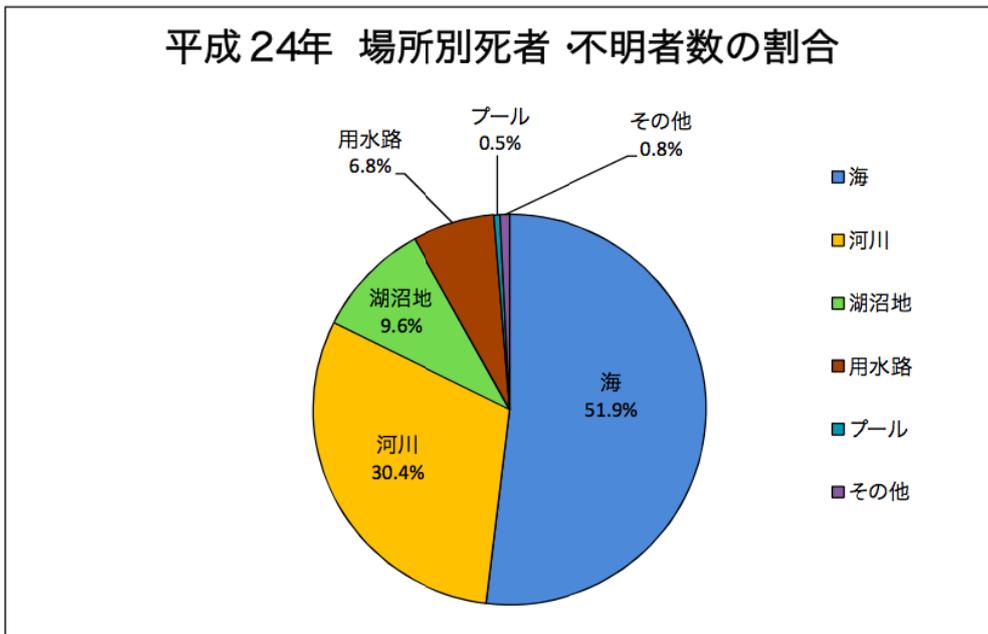


図 2 場所別死者・不明者の割合

(出典：平成24年中における水難の概況 警視庁生活安全局地域課)

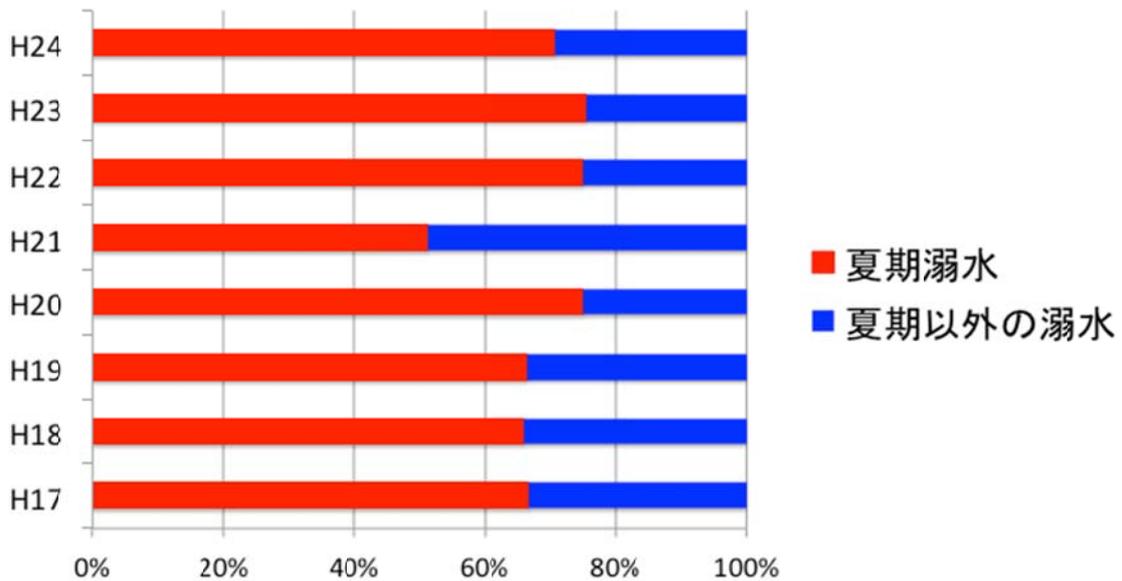


図 3 中学生の水難事故

(出典：平成24年中における水難の概況 警視庁生活安全局地域課より筆者作成)

第2節 ライフセービングの現状

第1項 ライフセービングとは

ライフセービングとは水辺における人命救助・事故防止を行う社会活動である。

筆者はライフセービングに携わり 20 年の経歴を有しており、1997 年には、世界中の 250 万人のライフセーバーから 30 人のみ選出され、日本初のライフセービングのプロアスリート契約をワールドシリーズ (World Oceanman Series) と交わした。競技において一線を退くとともに、2008 年からは、日本ライフセービング協会²において、「ライフセービング競技」の競技力強化委員として指導を行い、現在は、ライフセービング競技のユース日本代表監督を務めるなど、競技スポーツとしてのライフセービングの普及活動に貢献している。

これらの経験から、日本は諸外国に比べ、子どもたちを水難事故から命を守るための取り組みが遅れていることを痛感している。水難事故が発生した際の救助の充実のみならず、根本的に、水難事故の発生を防止するための日常的な教育が必要である。筆者自身、小学校から高等学校までの期間に、水難事故を防ぐための着衣泳等の教育を受けたことはない。また、国内においては、定期的に「水泳」と「ライフセービング」を指導しているプログラムやスクールは世田谷スイミングアカデミー³以外には存在しない。

(以下世田谷式とする)

以上の現状をふまえ、今回の研究では自らの安全を確保できる力を伸ばすためにライフセービングを導入し、四方を海に囲まれた日本において、溺れないための知識と技術を身につけるためにライフセービングをどのように教育として導入し、普及していくかを述べたい。

第2項 オーストラリアの水難とライフセービング

1) オーストラリアのライフセービングの歴史

オーストラリアは、ライフセービングにおいて 100 年以上の歴史があり先進国の一つである。主要都市が海の近くにある事、住宅にプールがある環境が多い事からも、水に関連するスポーツとともに発展してきた。

指導の根源となるオーストラリアの歴史は深く、特に「競技」、「救命」、「教育」のどれをとっても日本より多方面において常にリードしている。

オーストラリアのライフセービングの組織は Surf Life Saving Australia⁴ (以下 SLSA) と、Royal Life Saving Society Australia⁵ (以下 RLS) の 2 本柱の構造になっている。また、AUSTSWIM⁶ というプールにおいての水泳指導、安全指導に力を入れている団体もある。1924 年に海、ビーチに関する活動は SLSA とし、主な静水場所 (湖

やプール、川など)はRLSとする、2本柱のシステムが構築された。2つの協会は、救命の教育と溺水事故防止のために活動している。

2) 「DUAL EDUCATION」2つの協会のライフセービング構造

オーストラリアの年間(2012~2013)の溺水事故による死者は291件である⁷。SLSA統計ではライフセービング活動は多くのボランティア(45,576人)が支え、ライフガード(公務員)が職として確立されている。競技スポーツにおいては、2013年の全豪選手権大会には6,518人が参加した⁸。ジュニア教育に関しても力を入れて取り組まれている。ジュニアメンバーは「nippers(ニッパー)」と呼ばれ、地域のクラブに所属し、週末に海浜で活動している。保護者も週末にはビーチへ同行し、ニッパープログラムをサポートすることが多くみられ、人と人とのコミュニティとしては素晴らしい環境が作られている。2012~2013年の1年間において62,866人のニッパーがSLSAに登録して活動している。

また、RLSは特に教育に関しては水難事故を減らすために様々な取り組みが行われており、生後6ヶ月から参加できる教育プログラムを推奨し、14歳まで様々なステップアッププログラムを提供している。

RLSのデータによると、2012~2013年シーズンの「Water Safety Education Classroom」は57,530名が受講。「Swim & Survive」は535,698人が受講している⁹(図3)。また、「WATER SMART」という教育プログラムは726校が受け入れて実践した(図4)。

1982年に現在も行われている水難事故防止の教育プログラム「Swim & Survive」がスタートし、その後、約2年間で100万人以上の教員やコーチが実践し、教育マニュアルも販売され、普及が進んだ。主に教員や水泳のコーチが資格を取得して、子供達に指導している。また、SLSAは水難事故の状況や場所別に対応した水難事故防止のプログラムを作成し、常に内容が変化しており、海の事故を防ぐ教育としてプログラムを積極的に提供している。

小学校の教員向けの「SURF'S UP」¹⁰では、小学校の選択科目としてライフセービングの授業を取り入れており「教育」「環境」「地域」「健康」の4項目の大きなテーマがあり、指導者に分かり易いマニュアルとして作成され、希望する学校が自由に扱える環境が整っている。また、水辺の安全戦略として2020年までに国内の溺水事故を全体的に50%減らす事を目標に、溺水事故が多く、問題視されている5つの項目、年齢区分や場所別の条件(①0-14歳、②15-24歳、③55歳以上、④内陸での水難事故、⑤海岸)をターゲットに具体的な3年ごとの目標数値を掲げて取り組んでいる(図5)。

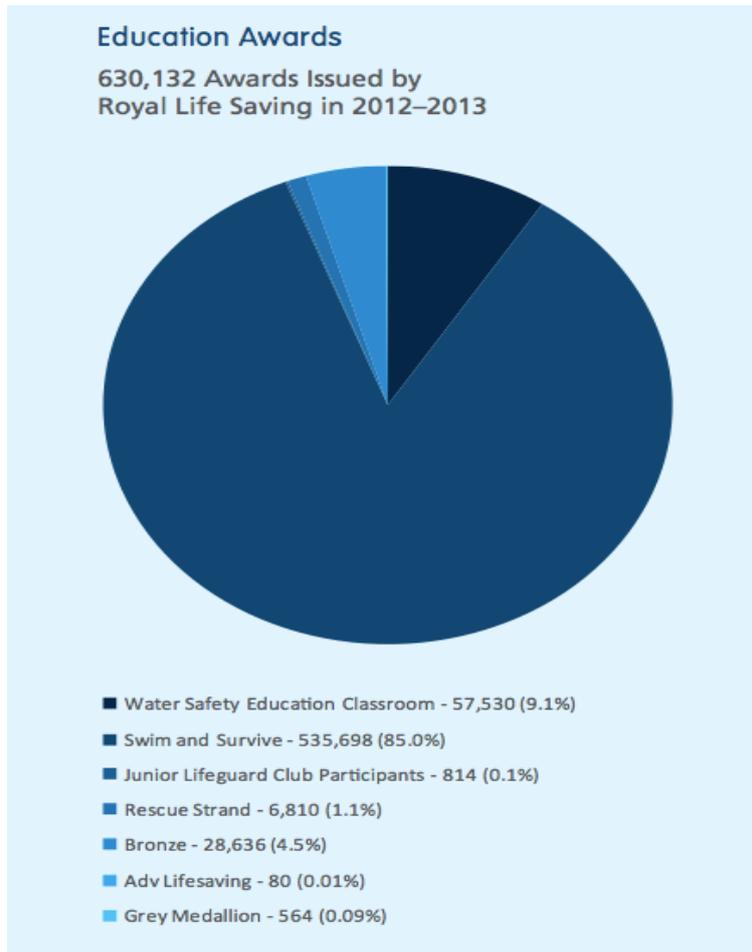


図 3 RLS ANNUAL REPORT 2013

(出典 : Royal Lifesaving Society -AUSTRALIA)

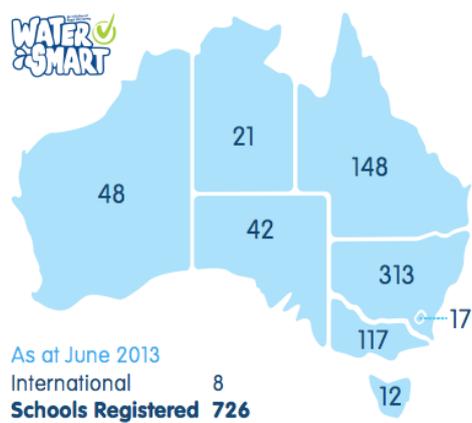


図 4 RLS ANNUAL REPORT 2013

(出典 : Royal Lifesaving Society -AUSTRALIA)

Australian Water Safety Strategy 2012-15: Towards a nation free from drowning

The Australian Water Safety Strategy 2012-15 (AWSS 2012-15) continues to align the industry towards achieving a 50% reduction in drowning by the year 2020 by focusing efforts on key priority areas. The progress in 2013 against the goal areas of the AWSS 2012-15 are reported below:

AWSS 2012-15 Goal Areas	Drowning Deaths in 2012/13		AWSS 2012-15 Target by 2020	Progress
	Children 0-4 years			
1. Reduce drowning deaths in children aged 0-14 years	Children 0-4 years	31	17	Of High Concern
	Children 5-14 years	9	8	On Track
2. Reduce drowning deaths in young people aged 15-24		26	18	Of Some Concern
3. Reduce drowning deaths in people aged 55+		114	51	Of High Concern
4. Reduce drowning deaths in inland waterways		99	54	Of High Concern
5. Reduce surf beach drowning deaths		65	21	Of High Concern

Please note: A drowning death could be included in more than one goal area in the table above.

Figure 2: Progress of AWSS 2012-15 Goals and Target Reductions

The Australian Water Safety Strategy 2012-15 (AWSS 2012-15) can be downloaded from www.watersafety.com.au

図 5 2015 年の水難事故の減少目標値

(出典 ; NATIONAL DROWING REPORT 2013- Royal Lifesaving Society -AUSTRALIA)

3) 「Royal Lifesaving Society」の「Swim & Survive」

オーストラリアの小学校では、小学 4 年生までに毎年全 8 回の水泳の授業があり、4 年生は最終的にライフセービング教育プログラム「Swim & Survive」のテストに合格しないと、5 年生からのビーチプログラムに参加できないシステムを取っている。その為、ライフセービング教育が導入されている水泳の授業で合格する為にスイミングスクールへ通っている子供も少なくない。授業料とは別に「Swim & Survive」の受講料を支払って指導を受けている。

AUSTSWIM と RLS が協力し実施した「水泳とライフセービングについて」の保護者を対象としたアンケート調査¹¹では、子供に水泳を習わせる理由に関して「安全が一番の理由」という答えが最も多かった (図 6)。オーストラリアの保護者は水泳に関して、バタフライまできれいに泳がせる事が最終目標ではなく、安全が第一に優先されている。

また、水泳の練習に何を期待するか？という質問に対して「安全」が 397 人、「水に対する信頼」が 254 人、「水に落ちても対処出来るように」が 115 人であり（図 7）、子供が習う技術で何を重要視しているか？という項目については、「ライフセービングに関する知識と技術」が最も評価が高かった。「競技的な水泳ストローク」の評価は 8 項目中で 2 つあるが、それぞれ低い評価になっている（図 8）。

この 3 つの質問の回答から、オーストラリアの水泳を習わせている保護者において安全教育に対するニーズが非常に高い事がわかる。

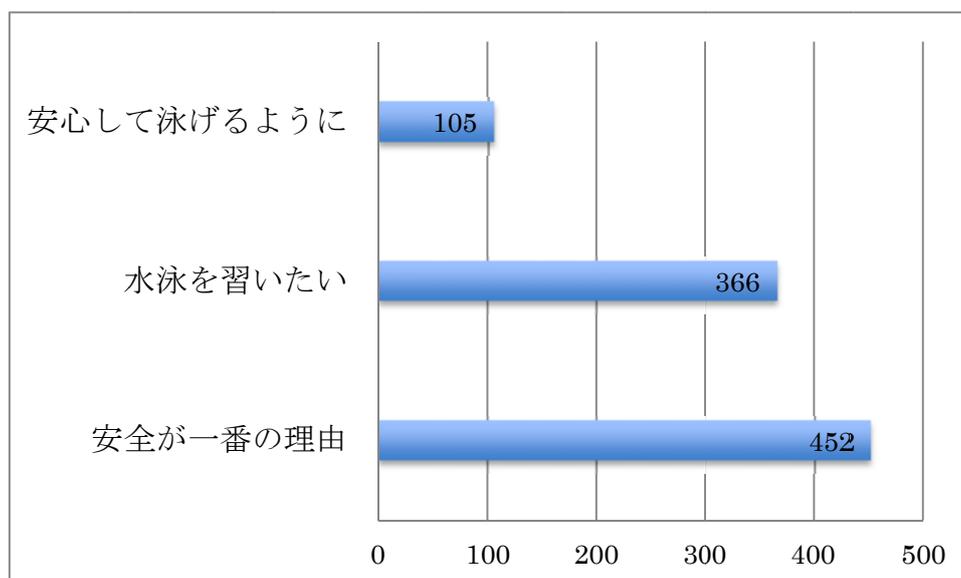


図 6 保護者が水泳を習わせる理由

(出典：Royal Lifesaving Society 保護者アンケート 2013 より筆者作成)

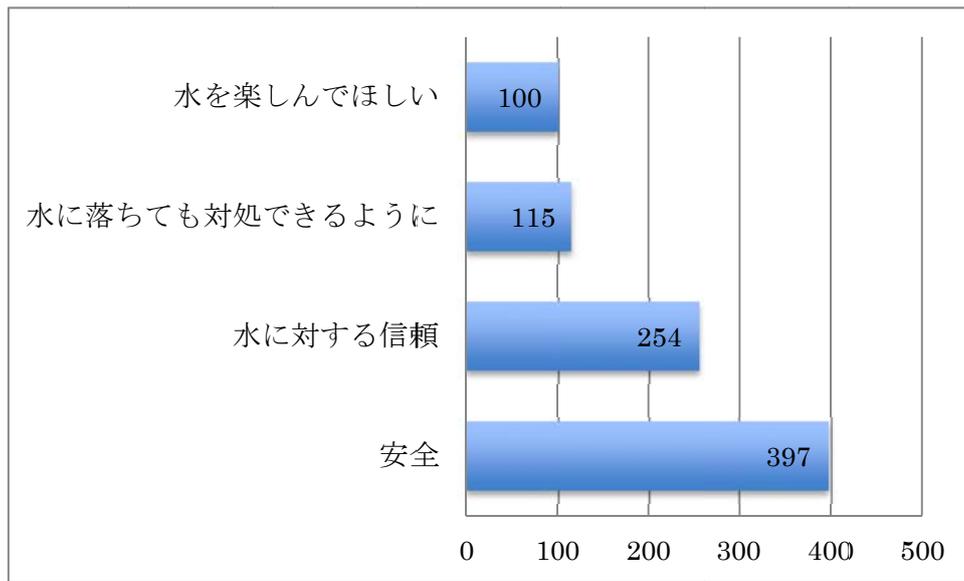


図 7 水泳の練習に期待すること

(出典：Royal Lifesaving Society 保護者アンケート 2013 より筆者作成)

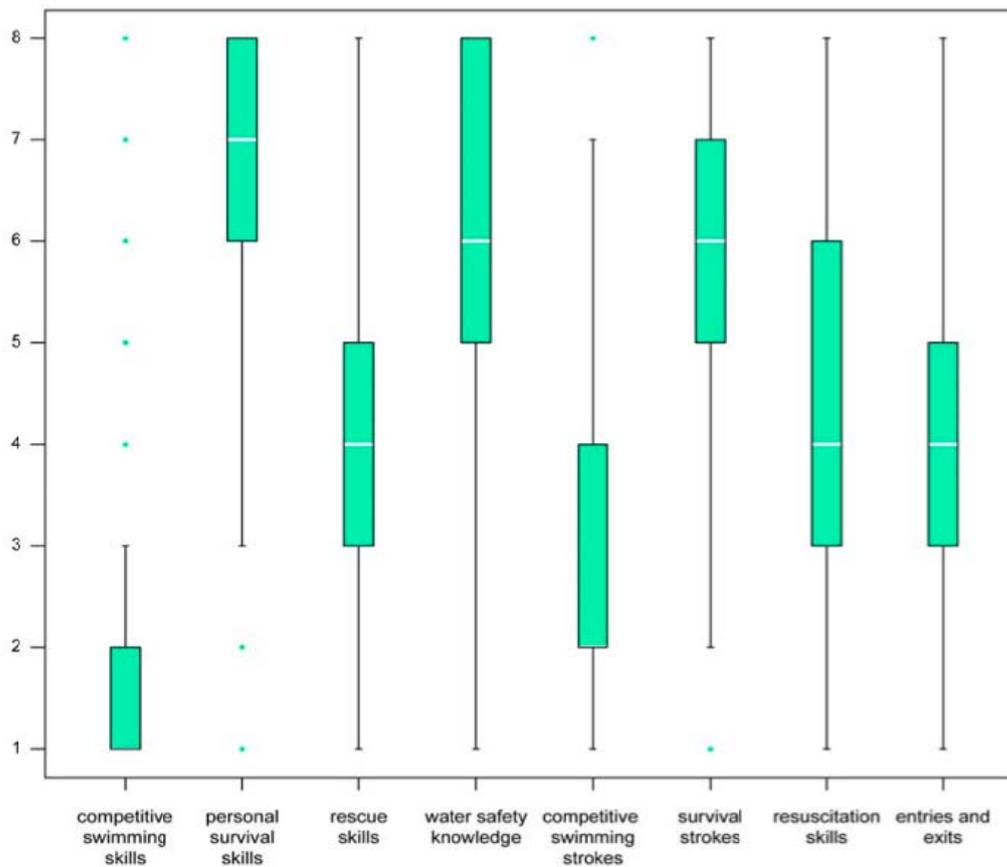


図 8 子供が習う技術で最も重要視していること

(出典：Royal Lifesaving Society 保護者アンケート 2013)

また、RLSのJustin Scarr氏は、「浮く事」を最重要として、ライフセービングプログラムを作成していると述べていた。また、RLSは、教育に重点を置き、インストラクター養成に力を入れている。水難事故が多い国へ少数の指導者を派遣し、プログラムの普及に伴い、溺水者を減らす事を実践し、近年ベトナムやバングラディッシュなどの水難事故が多い国においては93%水難事故を減らすことに成功している。

第3項 日本におけるライフセービング

日本のライフセービングの歴史については、1983年に、国際的な交流が始められた。「豪日交流基金」の支援により「豪日ライフセービング交換プログラム」が開始され、第1段としてオーストラリア・サーフ・ライフセービング協会(SLSA)からGスタントン、Wレイニー、Rランキンが来日し、3週間にわたって日本のライフセービングの現状を視察した。その際に日本では使用されていなかったレスキューボードを初めて紹介した(図13)。その後、日本のメンバーがオーストラリアに渡り資格を取得する。この「豪日交換プログラム」が1988年まで継続され、日本でのライフセービングの基盤が作られ、急速にその技術は普及した。

日本におけるライフセービングに関連する団体としては、1978年に「日本サーフ・ライフ・セービング協会」が、1983年に「日本ライフガード協会」が設立され、この2団体が、1991年に統合され「日本ライフセービング協会」となり、現在に至っている。

日本ライフセービング協会¹²は「他を思いやる心」があれば誰でも参加できる組織で、「人と社会に変革をもたらす」法人として、「救命」「スポーツ」「教育」「環境」「福祉」の領域における生命尊厳の輪を普及していく社会貢献活動を行っているが、日本ライフセービング協会は、ライフセービングを、「人命救助を本旨とした社会活動のことで、水辺の事故防止のための実践活動」と定義付けている。

近年、日本ライフセービング協会の過去20年間の資格取得者がようやく延べ4万人を超えた。

第3節 日本の水辺の安全教育の現状

ライフセービング教育を今後、導入する場合に、教育を行う主体となりうるのは、大きく分けて学校、フィットネスクラブ(スイミングスクール含む)、地域(NPO法人の団体など)の3つが考えられる。そして、それぞれは、ライフセービング教育導入に関して、指導者、指導場所(時期)、指導内容、導入方法の問題を抱えている。指導者に関しては、専門的な知識や技術を持って指導できる人は少なく、指導内容においても、その内容が複雑であると抵抗を感じている人が多く、普及を行うにあたり、普及しにく

い環境になっている現状がある。指導場所においては、海で行うことは危険認識が高く、実施することにリスクを感じている指導者なども多いのが現状である。導入方法に関して、第一にライフセービング教育の重要性を周知させて、教育導入したことによる効果も合わせて考慮して導入させなければならない。

第1項 安全教育の現状

前述のとおり、中学生以下の年齢層では、水難事故が夏期に集中しているが、中学校までは、学校の体育の授業に水泳が多く導入されており、夏休み前後に水泳の授業を受ける機会があるのであるなら、多くの水難事故を極力減らす教育導入は急務と考える。

文科省の学習新指導要領¹³によると教育の理念を踏まえ「生きる力」を育成するとしている。現在の中学生以下の学校での水泳授業は小学校低学年、中学年では浮くことを指導しているものの、低学年においては「水遊び」が中心である。また、高学年はクロール、平泳ぎを行っている。中学生においては、小学校で行った2種目に加えて、背泳ぎ、バタフライなどの4種目の泳ぎ方や競泳の内容に特化したものとなっている(表1)。

一方で、水辺の安全教育に関する内容としては「着衣泳」のみがカリキュラムに入っているものの、その扱いについては「各学校の実態に応じて取り扱う事」となっており、不十分な状態であると言える。このような状況を改善し、新指導要領で掲げている「生きる力」の教育を実践するためにも、中学生以下の水泳授業は、4種目の泳ぎ方や競泳の内容に特化したものを中心として泳げるようになる事だけを目的としたものだけでなく、安全も考慮した「ライフセービング教育」の導入が必要である。

表1 文部科学省 小学校、中学校学習指導要領(保健体育 水泳)

小学校 1年 2年	小学校 3年 4年	小学校 5年 6年	中学校
<ul style="list-style-type: none"> ・水に慣れる遊び ・浮く ・もぐる遊び 	<ul style="list-style-type: none"> ・浮く運動 ・泳ぐ運動 	<ul style="list-style-type: none"> ・クロール ・平泳ぎ ・着衣のまま水に落ちた場合の対処の仕方については、各学校の実態に応じて取り扱うこと 	<ul style="list-style-type: none"> ・クロール ・平泳ぎ ・背泳ぎ ・バタフライ ・着衣のまま水に落ちた場合の対処の仕方については、各学校の実態に応じて取り扱うこと

(水泳授業の内容より抜粋し筆者作成)

文部科学省の調査によると平成20年の時点で小学校と中学校の全国のプール施設数(表2)は屋内、屋外プールは25,988カ所ある¹⁴。多くの義務教育機関ではプールがあり、ライフセービング教育を小中学生等に教え易い環境が日本にはあるにも関わらず、実施されていない現状がある。ライフセービング教育を導入する際に指導できる人は限られており、どのように指導するか方法や内容についても調査する必要がある。

表2 施設種別体育・スポーツ施設設置箇所数(プール)

施設	小学校	中学校
水泳プール(屋内)	347	166
水泳プール(屋外)	18,610	6,865

(出典：H20年 文部科学省より 筆者作成)

第2項 スイミングスクールの需要

ベネッセの調査¹⁵によると、スイミングスクールは、国内においては他の習い事に比べて非常に人気がある(図9)。また、NASやJSSなどのスイミングスクールなどにおいても近年、安全水泳などが導入されて指導されている。水泳の需要は不動的に根強い人気となっているなかで、ライフセービング教育が同様に導入されればその可能性は大きく広がる。学校のプールとスイミングスクールやフィットネスクラブのプールを合わせると多くのライフセービング教育提供の環境があると言える。

		全体	性別		学校段階別			
			男子	女子	幼児	小学生	中学生	高校生
1	スイミング	20.8	① 23.2	① 18.3	① 21.5	① 33.5	5.1	③ 4.3
2	サッカー/フットサル	7.8	② 14.3	1.2	③ 4.7	② 11.6	③ 6.8	3.9
3	体操教室・運動遊び	6.7	③ 7.3	③ 6.1	② 15.8	③ 5.8	0.5	0.3
4	硬式テニス/ソフトテニス	4.6	5.0	4.2	0.3	3.2	① 11.1	① 7.5
5	ダンス	4.0	0.9	② 7.0	3.7	5.0	2.8	3.1
6	硬式野球/軟式野球/ソフトボール	3.7	6.5	0.9	0.2	4.1	② 7.1	4.3
7	バスケットボール	3.2	3.7	2.7	0.1	3.4	③ 6.8	3.0
8	陸上競技/マラソン	3.1	3.7	2.5	0.4	2.5	6.8	② 4.6
9	空手	2.9	4.2	1.5	1.4	4.8	2.1	1.2
10	卓球	2.3	2.9	1.7	0.0	1.1	③ 6.8	3.3

注1 複数回答(%)。表では全体の上位10位までを示した。

注2 白抜き数字は順位を示す。表中で同率のものは、小数第二位以下により順位をつけている。

図9 子供が定期的に行っているスポーツ活動

(出典：ベネッセ 学校外教育活動に関する調査)

第3項 地域

1) 国内における取り組み

日本赤十字社水上安全法¹⁶やライフセービング協会のウォーターセーフティでは浮身の姿勢や浮力体に掴まった浮く姿勢や立泳ぎ等の自助泳ぎについて指導している。日本赤十字社の水上安全法はクロールおよび平泳ぎで各100m以上、クロールもしくは平泳ぎのどちらかで500m以上、横泳ぎで25m以上、立ち泳ぎで3分以上などの技術と体力がある18歳以上を対象に、水上安全法救助員の養成講習を行い、また、海で行う親子プログラムなどを実施している。

日本ライフセービング協会は、「水辺の事故ゼロ」を目指して12歳以上の25メートル泳げる泳力を有している健康な人（泳法は自由）を対象とした水辺の安全に関する講習会や海での小中学生を対象としたジュニアプログラムを開催している。さらに各地域の教育委員会とタイアップし、海におけるライフセービング実習も行っている。しかし、中学生以下において年間を通して泳力があまりない子供も含めた人に対する水辺の安全教育を提供する例がない。

2) Water safety Nipponの新たな取り組み

Water safety Nippon¹⁷は日本ライフセービング協会や日本トリアスロン連合、日本カヌー連盟が協力団体となる組織で、子供達の水の事故をなくすための活動を行っており、筆者もこれに関与している。水辺の安全教育という特集サイトの中で、筆者が水の安全教育ムービーで救助の手順や救助器材の使い方などをレクチャーしている(図10、11)。しかし、これはあくまでも座学で「見て理解」するための教材であり、子供達に実際に習得させるまでには至らない。学校の教員などが指導する上で救助の手順などを知るといふ目的には良いが、実際に技術を習得できるようになるためには実践的に練習する必要がある。



図 10 水辺の安全教育ムービー「自助と救助」
 (出典：ウォーターセーフティニッポン website)



図 11 救助の手順
 (出典：ウォーターセーフティニッポン website)

第 4 節 日本での水難事故を減らすためのアクション

第 1 項 筆者の経験

水難事故を減らしていく過程において、溺れない方法を身につけるためには、パニックにならない事が最重要である。その為には水辺において危機的状況に陥った場合、第一行動に何をすべきかを身につけておく事が必要である。諸外国の事例からも水難事故を防ぐためには、ライフセーバーの補強等により救命することができる人を増やすよりも、まずは個々人が溺れない為の知識と技術、とくに第一行動として「浮く力」を身につけることを優先することが、水難事故防止に役立つと考える。

筆者は、ライフセーバーとしての経験を通して、水泳が苦手な人が大人になって時間を捻出し水泳やライフセービング教育を受け、短期間で習得する事は難しいということを実感している。そのため、幼少期から、ライフセービング教育を受ける事が重要であると考えている。高校生以上の講習会の受講者も増えてきているが、筆者の指導経験上、

大人の受講者は、子供に比べて泳ぐことや浮くことの習得速度が遅い場合が多く、子供のうちから水の危険性に関する知識を持ち、泳ぐ環境になれる事こそ水難事故を防ぐ上でも非常に有益であると感じている。

海洋国家である日本としては水難事故を減少させることが重要であり、すべての人が溺れないための知識と技術を身につけることで、水や海への恐怖心を無くし全員が水や海を楽しめるようになることが極めて重要であると言える。

その為には、ライフセービング教育を学校の授業やスイミングのカリキュラムに取り入れる事が重要である。

第2項 先行研究

近年、学校体育において水難事故防止教育の一環として着衣泳を行う学校が増加し、自助泳能力を高める教育や、ライフセービングに関する研究も蓄積されつつある。稲垣ら（2013）¹⁸は救命胴衣を用いたプールでの着衣泳学習の研究を行い、学校体育における救命胴衣を用いた水難防止プログラムの必要性を述べている。荒井ら（2001）¹⁹は子供向けのライフセービングプログラムを用いた水辺の安全教育の研究を行い、海におけるプログラム導入の必要性を述べている。野沢ら（2009）²⁰はライフジャケットの水泳授業導入の有効性を研究し、授業導入を推奨している。また、小粥ら²¹は「いのち」プロジェクトと題し、ジュニアライフセービングの教育実践モデルの実施を行った。風間（2012）²²は水難事故の統計を整理し、日本ライフセービング協会が行うべき方向性を述べた。ALLEN REPORT（2005）²³ではライフセービングの社会性を伝え、教育プログラムとしても有効性があると述べ教育推奨している。また、合屋ら（2011）²⁴は、実際の水泳能力と自己評価による水泳能力および水難リスク防止に対する認識や介入効果の比較検討を行った。

しかし、溺れないためにどのようにして浮くことを伸ばすかを検証し、学術的に研究した例は見られない。また、我が国における水難事故の現状を解決するための具体的なプログラム構築ならびに、どのような環境で指導するべきかを検証し、継続的な教育導入の提案に関する論文もみられない。

第3項 第二行動の問題点と第一行動の必要性と可能性

大林ら（1996）²⁵は、着衣泳では、泳ぐ際の体の可動範囲が制限されるなどの要因により想像以上に体力の消耗が激しいことを示している。筆者のライフセーバーとしての経験上もこの点は実感しており、水中にて危険が迫った際に泳ぐことで回避しようと試みることは必ずしも適切ではない。また、落水時や流された際には学校などで教えてい

る「浮身」は海や、川等様々な自然環境の中で行うことは危険を伴うこともある。波が来た際には、波をかわさなければ波に巻かれる恐れもあり、周りの状況を見極めた上で行う必要があり、普遍的な行動とはし難いものである。さらに、水面上に顔が出るといふ点では立ち泳ぎという泳法もあるが、一般的な立ち泳ぎは、上下のぶれが大きくなり、水中に沈む可能性も生じる上、顔を水上に出し続けるためには相応の脚力を要し、体力消耗も激しい。前述のとおり、現状は、第二行動と考えられる内容を中心に指導されているが、万が一危機的状況に面した際には浮身やクロールなどは、熟練者でない限り、第一行動として実践することは難しいと感じている。「浮く力」は自助泳を習得するにあたり、本来は長ければ長いほどいいが、今まで目標とする時間がない為に設定する必要があり、ライフセーバーや水辺の安全を守る側もそういった目標値などは必要であり、助ける側にも、助けられる側にもその必要性を感じた。日本ライフセービング協会のパトロール統計²⁶のデータによると海水浴場における水難事故の約7割が汀線から50m未満の位置で発生している（図12）。足が付くところから、何らかの理由で付かない状況に陥った際に慌ててしまい、適切な行動が取れずに溺れることが多い。そのため、筆者が考えるライフセービング教育を通して第一行動としての「浮く力」を習得し、伸ばす事が必要である。「守る、救う」の基本としては水に落ちた際に自らの身を守り溺水を防ぐことが重要であり、日本において、ライフセービング教育は十分ではない。

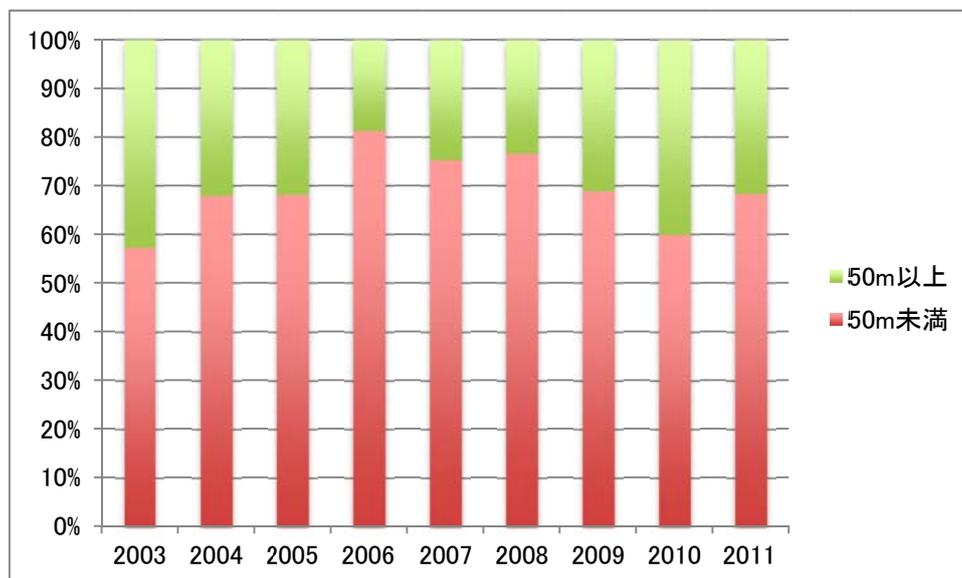


図 12 汀線から溺者までの距離

(出典：日本ライフセービング協会 パトロール統計より 筆者作成)

筆者は、「浮く力」を重要視し、クロール、バタフライなどの4泳法に加え、「浮く力」を身につけるプログラムの導入の提案が、教育現場にライフセービング教育を取り入れるための足がかりとなると考えている。そのためには学校の水泳の授業や、スイミングスクールでも「浮く力」を簡単に指導できるプログラムの作成が重要である。

そして、この過程が、ライフセービングの発展、普及だけでなく、日本の水辺の事故の減少に欠かせないアプローチとなるのではないかと考えた。

第5節 目的

本研究は、日本の水辺の安全教育の現状と課題を踏まえ、飯沼式ライフセービング法を教育導入するための方策を明らかにすることを目的とする。

第6節 用語の定義

本研究ではライフセービングプログラム、飯沼式ライフセービングプログラム、およびライフセービング教育という用語を用いる。

ライフセービングプログラムとは、水難事故から自分自身の命を守るまたは、他者の命を助けることができる方法を習得するための教育内容を示す。日本のライフセービングプログラムで自分自身の身を守る方法としては浮くことができた後の行動である、臥位での「浮身」の姿勢を中心としたプログラム構成がされている。

飯沼式ライフセービングプログラムとは、従来のライフセービングプログラムに加え、浮身姿勢をとる前段階である溺れないための方法「浮く力」を習得することに重点をおいた教育内容、指導法と定義する。

ライフセービング教育は「水辺の安全に関して自らの身を守ることを優先した教育」と定義する。

第2章 研究手法

本研究では、日本の水辺の安全教育の現状と課題を明らかにするために、ライフセービングを取り巻く環境の調査を行った。具体的には、「教育を受ける側」と「教育提供側」に分けて、水泳授業の水辺の安全教育の現状について調査した。

そして、ライフセービング教育において重視する「浮く力」に関し、目標とすべき時間を示すものとして、「浮く力」目標指数の算定を行った。

さらに、これらの調査の結果を踏まえ、日本における水辺の事故を防止するための「浮く力」の習得を重視したライフセービングプログラム（飯沼式）の構築と妥当性の検証を行った。

第1節 教育を受ける側の調査

第1項 小学生の保護者へのアンケート調査

1) 調査対象者

アンケートを依頼した世田谷区在住の小学生の保護者会（めばえの会）87名中83名の回答が得られた。

2) 方法

アンケートは2013年7月4日に世田谷区立千歳台小学校内で実施した。
アンケート用紙を配布、当日回収した。

アンケート内容は以下の通りであった。

- ① ライフセービングの知識
- ② 水の危険性の認識
- ③ 学校教育における水辺の安全教育の現状
- ④ ライフセービング教育の必要性について

第2項 世田谷スイミングアカデミー保護者へのアンケート調査

1) 調査対象者

アンケートを依頼した世田谷スイミングアカデミーの会員245名の保護者から103名の回答が得られた。（兄弟で参加している場合があるため会員数は115名であった）

2) 方法

アンケート期間は2013年12月7日～12月31日までwebアンケートを実施した。

アンケート内容は以下の通りであった。

- ①ライフセービングの知識
- ②水の危険性の認識
- ③学校教育におけるライフセービング指導の現状
- ④ライフセービング教育の必要性について
- ⑤スイミングアカデミーのスクール満足度

第2節 教育提供側の調査

第1項 小学校教員へのアンケート調査

1) 調査対象者

アンケートを依頼したのは福島県の小学校6校の協力を得て、46名の回答が得られた。また、筆者が日頃ライフガードとして活動している千葉県館山市の協力を得て、南房総安房学校体育研究会から47名の回答が得られた。

2) 方法

- ①福島県の調査は、2013年8月28日、29日小学校6校の体育主任を中心とする体育担当者46名にアンケート用紙を配布し、後日回収した。
- ②南房総の体育研究会の調査は、2013年11月5日、南房総安房学校体育研究会の47名にアンケート用紙を配布し、当日回収した。

アンケート内容は以下の通りであった。

- ① ライフセービングの知識
- ② 水辺の安全教育指導実施の有無
- ③ 水の危険性の認識
- ④ ライフセービング教育の必要性について

第2項 小学校教員へのインタビュー調査

1) 調査対象者

小学校の管理職（校長、副校長）と体育主任。また、教育庁主任指導主事、教育委員会指導主事を対象に半構造化インタビューを行った。

2) 調査の方法

本項では、インタビュー調査を8月から11月に渡り行った。調査対象者は以下の通り9名であった。

表 3 インタビュー対象者

名前	役職	学校	日時
A 氏	校長	福島県 A 小学校	8 月 28 日
B 氏	校長	福島県 B 小学校	8 月 28 日
C 氏	校長	福島県 C 小学校	8 月 28 日
D 氏	体育主任	福島県 D 小学校	8 月 29 日
E 氏	体育主任	福島県 E 小学校	8 月 29 日
F 氏	校長	千葉県館山市 F 小学校	11 月 5 日
G 氏	教頭	千葉県館山市 G 小学校	11 月 5 日
H 氏	主任指導主事	福島県庁教育庁	8 月 28 日
I 氏	指導主事	千葉県館山市教育委員会	11 月 5 日

質問項目は以下の通りであった

- ① 水難事故を防ぐために行っている取り組み
- ② 水辺の安全教育をする際の参考にしている資料について
- ③ ライフセービング教育の学校への導入の問題点
- ④ ライフセービングプログラム導入の具体的な可能性

第 3 項 フィットネスクラブ・スイミングスクール幹部へのインタビュー

1) 調査対象者

フィットネスクラブまたはスイミングスクールのスイミングやジュニアプログラムの担当者を対象者とし、半構造化インタビューを行った。

2) 方法

本項では、11 月にインタビュー調査を行った。調査対象者は以下の通り 6 名である。

表 4 インタビュー対象者

名前	役職	クラブ	日時
A 氏	コンサルティング	KONAMI	11 月 23 日
B, C 氏	キッズ、スイム担当部	テイクネス	11 月 26 日
D 氏	エリアマネージャー	ルネサンス	11 月 23 日
E 氏	ウエルネス担当部長	ジェクサー	11 月 23 日
F 氏	エリアマネージャー	住友エスフォルタ	11 月 23 日

質問項目は以下の通りであった。

- ① 社員、スタッフの BLS（一次救命処置）資格の有無
- ② 水泳と水難事故を防ぐために行っている活動内容
- ③ 世田谷式の導入パターン
- ④ 具体的なライフセービングプログラム導入の問題点と可能性

第3節 プログラム研究

第1項 イベント型のプログラム作成

第1節で明らかになった小学生保護者、世田谷スイミングアカデミーの保護者、第2節で明らかになった小学校教員、小学校管理職、水泳指導者やスクールの現状の課題と導入条件を照らし合わせ、より現場のニーズに沿うと考えられる指導プログラムを研究し飯沼式「ライフセービングプログラム」として構築した。ニーズに沿ったプログラムを作成するため「イベント型プログラム(90分)」と「学校教育向け単元プログラム(45分)」を作成した。

以上のようにして作成したマニュアルを飯沼式「ライフセービングプログラム」とする。

第2項 「浮く力」目標指数

日本の海岸でのライフセーバーの配置状況とライフセービング活動の実態をもとに日本におけるライフセーバーの標準的な溺者等の要救助者確保所要時間を算出した。

これは、海水浴場においてライフセーバーが、溺者を発見してから、その地点に急行し、確保するまでに要する最大時間を算出することにより、水中での危機的状況発生時から何秒浮いていれば救助が間に合うかの時間を算出し、それを本プログラムの目標時間として設定した。

前述したが、本来であれば「浮く力」は自助を習得するために必要であるが、本プログラムでは、プログラムの評価をする上でも、ライフセーバーが助けるということを想定して、「浮く力」目標指数を算出するものである。なお、本稿において、「浮く力」目標指数を算出するにあたっては、ライフセーバーの配置されている環境であることが必要となるため、海水浴場を前提として算出したものである。

1) 「浮く力」目標指数

① 1人あたりの監視範囲の算出

海水浴場の幅 ÷ ライフセーバーの配置数 = 1人あたりの監視範囲

② 「浮く力」目標指数

(ライフセーバー1人あたりの溺者への要救助者確保所要時間の算出)

1人あたりの監視範囲に対する浜の移動時間 + 汀線から溺者までの距離に対する使用器材を用いた救助の時間(※) = 「浮く力」目標指数(ライフセーバー1人あたりの溺者への要救助者確保所要時間)

※ 使用器材を用いた救助の時間

日本ライフセービング協会のパトロール統計2003から2011によれば、過去の9年間の水難事故は、約6割が、汀線から50m未満で発生している(図12)ことから、50mを基準とする。そして、山本ら(1991)²⁷によれば、沖合50mに救助に行った際の溺者確保時間は、レスキューボードを使用した場合は34.9秒、レスキューチューブは56.3秒としているため、この数字を用いることとする。



図13 【レスキューボード】



図14 【レスキューチューブ】

第3項 飯沼式プログラムの指導実験

1) 「イベント型プログラム (90分)」の指導実験

小学生から70代までの男女を対象に、筆者が第1項で作成した「イベント型プログラム (90分)」を行い、指導を受けた18名に対してプログラムの内容や時間についてアンケート調査を実施して検証した。

① 調査対象者

アンケートを依頼したのは熊本市内のアクアドームで行われたイベントの参加者に協力を得て、18名中18名の回答が得られた。

② 方法

アンケートは2013年11月30日にイベント参加者18名にアンケート用紙を配布し当日回収した。

2) 飯沼式「学校教育向け単元プログラム (45分)」用いた指導実験

「学校教育向け単元プログラム (45分)」を用いて指導を行い、指導前と指導後の「浮く力」のタイムを測定しその効果を以下の通り実施した。

表5 飯沼式「学校教育向け単元プログラム (45分)」用いた指導実験

	指導者	指導日時	場所	方法
①スイミング会員 小学生(38名)	学生	2014年1月7日	都内の室内 プール	指導前と指導後の「浮く力」のタイムを計測しその効果を検証した
②スイミング 非会員 小学生(31名)	中学校 体育教師	2014年1月18日	千葉県館山市 の室内プール	指導前と指導後の「浮く力」のタイムを計測しその効果を検証した
③一般(17名) 平均年齢68歳	中学校 体育教師	2014年1月18日	千葉県館山市 の室内プール	指導前と指導後の「浮く力」のタイムを計測しその効果を検証した

第4節 倫理的配慮

第1節、第2節におけるアンケート調査は、倫理的配慮として無記名でのアンケートとし個人情報などは求めなかった。

第3章 結果

第1節 教育を受ける側の調査

第1項 小学生の保護者のアンケート調査

本項では、小学生の子供を持つ保護者の方が水辺の安全教育の必要性をどのように感じているかを明らかにするために、ライフセービングの知識、水の危険性の認識、学校教育における水辺の安全教育の現状など、アンケート調査について記述した。

特筆すべき結果は以下の通りである。

1) お子様の学校の授業における水辺の安全指導教育の有無について

「受けている」15人(18%)、「受けていない」65人(78%)、「わからない」3人(4%)であった。

2) 「受けていない」と答えた方に対して、学校の授業における水辺の安全指導教育の必要性

「非常に必要」55人(85%)、「やや必要」10人(15%)、「どちらとも言えない」0人(0%)、「あまり必要ではない」0人(0%)、「全く必要ではない」0人(0%)であった。

3) お子様の幼稚園、小中高校のカリキュラムにおける水辺の安全教育の満足度

「とても思う」2人(2%)、「まあまあ思う」6人(7%)、「あまり思わない」18人(22%)、「全く思わない」46人(55%)、「分からない」12人(14%)であった。

4) 保護者の「救助等の適切な対応」への意識。お子様が海や川、プールなどで溺れた場合

「かなり自信がある」0人(0%)、「少し自信がある」4人(5%)、「どちらとも言えない」12人(14%)、「あまり自信がない」34人(41%)、「全く自信がない」33人(40%)であった。

5) お子様の「救助等の適切な対応」への意識。お子様自身が海や川、プールなどで危

機能的状況に陥った場合(適切な自助行為可能か(セルフレスキューができると思うか。))

「かなりそう思う」1人(1%) 「少しそう思う」1人(1%)、「どちらとも言えない」8人(10%)、「あまりそう思わない」30人(36%)、「全くそう思わない」43人(52%)であった。

6) お子様の「救助等の適切な対応」への意識。海や川、プールなどで溺れた人に遭遇した場合、お子様自身の救助能力(救助できると思うか)

「かなりそう思う」0人(0%)、「少しそう思う」0人(0%)、「どちらとも言えない」5人(6%)、「あまりそう思わない」22人(27%)、「全くそう思わない」56人(67%)であった。

7) 学校へのライフセービング教育の導入

「非常に必要」62人(75%)、「やや必要」20人(24%)、「どちらとも言えない」1人(1%)、「あまり必要ではない」0人(0%)、「全く必要ではない」0人(0%)であった。

8) 「非常に必要、やや必要」と答えた方に対して、学校へのライフセービング教育の導入の時期

「1年生」7人(9%)、「2年生」1人(1%)、「3年生」14人(17%)、「4年生」5人(6%)、「5年生」4人(5%)、「6年生」0人(0%)、「6学年全ての学年で」51人(62%)であった。

第2項 世田谷スイミングアカデミーアンケート調査

1) 世田谷スイミングアカデミーに参加している子供の学年
 会員の学年の内訳は、図15のとおりである。

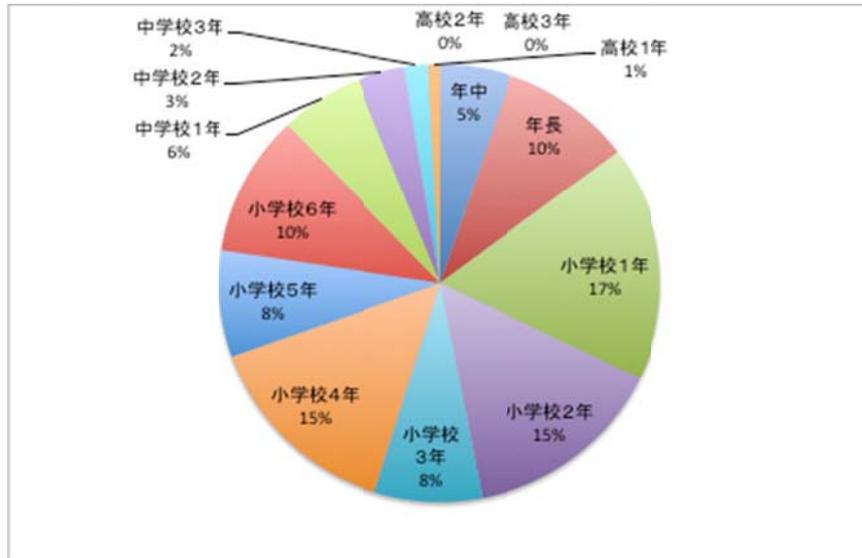


図15 参加している子供の学年 (n=115)

2) スイミングアカデミーに入ったきっかけ

「水の安全に興味があった」が33人(32%)で、「水泳を学びたい」が18人(17%)で、「子供が入りたいと行ったから」、「学校のプールだけでは泳力が上達しない」が12人(12%)であった。

3) (「入ってよかった」と答えた方において) 何がよかったのか

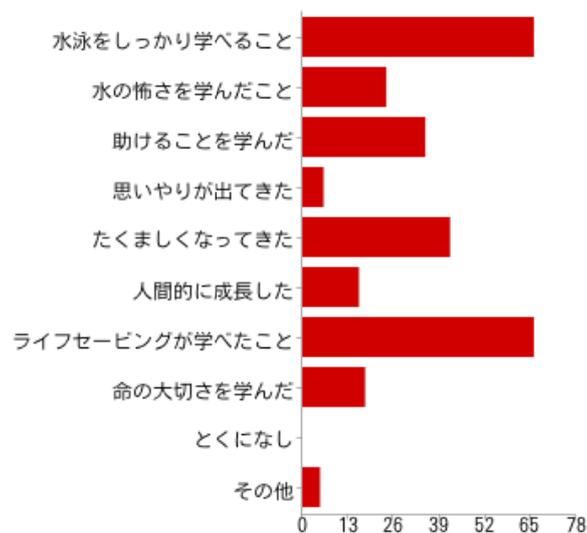


図16 スイミングアカデミーに入ってよかった点 (n=103)

「水泳をしっかり学べること」が66人(24%)、「水の怖さを学んだこと」が24人(9%)、「助けることを学んだ」が35人(12%)、「思いやりがでてきた」が6人(2%)、「たくましくなってきた」が42人(15%)、「人間的に成長した」が16人(6%)、「ライフセービングが学べたこと」が66人(24%)、「命の大切さを学んだ」が18人(6%)、「とくになし」が0人(0%)、「その他」が5人(2%)であった(図16)。

4) スイミングアカデミーに期待する成果

「プールを泳いでわたることができるようになって欲しい」が2人(2%)、「水の安全を学ぶこと」が21人(20%)、「水深があるところで長い時間浮いていられるようになって欲しい」が5人(5%)、「浮いていられるようになって欲しい(巻き足など)」が3人(3%)、「水に落ちても自分の身を守れるようになって欲しい」が34人(33%)、「2泳法以上泳げるようになって欲しい」が4人(4%)、「水を怖がらなくなつて欲しい、楽しんで欲しい」が8人(8%)、「泳ぐことに自身を持って欲しい」が16人(15%)、「その他」が10人(10%)であった。

5) お子様の学校における水辺の安全教育の現状

「受けている」が34人(33%)、「受けていない」が40人(40%)、「わからない」が28人(27%)であった。

6) 現在の水辺の安全教育の充実度(十分であると思うか)

「とても思う」が3人(3%)、「まあまあ思う」が14人(14%)、「あまり思わない」が31人(30%)、「全く思わない」が35人(34%)、「わからない」19人(19%)であった。

7) 学校の授業へのライフセービング教育導入の必要性

「とても思う」が50人(49%)、「まあまあ思う」43人(42%)、「あまり思わない」が8人(8%)、「全く思わない」が0人(0%)、「わからない」が1人(1%)であった(図17)。

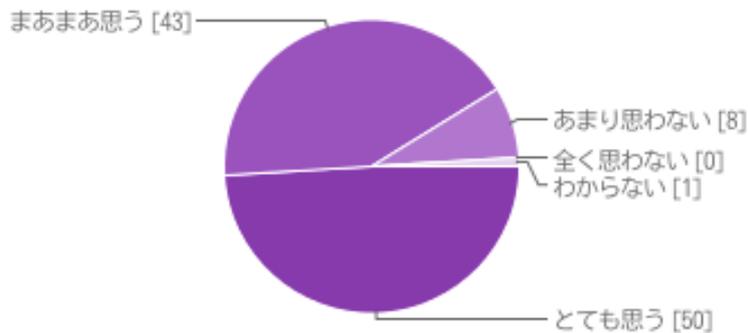


図 17 学校へのライフセービング教育導入の必要性 (n=102)

8) 「とても思う・まあまあ思う」と答えた方に対して、学校へのライフセービング教育の導入の時期

「年少」が 1 人 (1%)、「年中」が 3 人 (2%)、「年長」が 6 人 (4%)、「小学 1 年生」が 10 人 (7%)、「小学 2 年生」2 人 (1%)、「小学 3 年生」14 人 (10%)、「小学 4 年生」15 人 (11%)、「小学 5 年生」17 人 (12%)、「小学 6 年生」12 人 (9%)、「全ての学年で履修」が 42 人 (30%)、「中学生」10 人 (7%)、「高校生」8 人 (6%) であった。

第 2 節 教育提供側の調査

第 1 項 小学校教員 アンケート調査

本項では、小学校教員が水辺の安全教育の必要性をどのように感じているかを明らかにするために、水辺の安全教育の現状、ライフセービング教育の導入の可能性などのアンケート調査について記述する。

1) 個人属性

本アンケート調査の回答者属性は以下の通りである。回答者属性の性別構成である。男性が 57 人、女性が 36 人であった。

また、教員資格の有無については「持っている」が 91 人、「持っていない」が 1 人、「無回答」が 1 人であった。

BLS (一次救命処置) 資格の有無については、「持っている」が 9 人、「持っていない」が 83 人、「無回答」が 1 人であった。また、過去に溺れた経験の有無について、「ある」が 22 人、「ない」が 71 人であった (表 6)。

表 6 小学校教員 個人属性

個人属性	福島(n=46)	南房総(n=47)	全体(n=93)
性別			
男性	22	35	57
女性	24	12	36
教員免許の有無			
持っている	45	46	91
持っていない	0	1	1
無回答	1	0	1
BLS(一次救命処置)資格の有無			
持っている	6	3	9
持っていない	39	44	83
無回答	1	0	1
過去に溺れた経験があるか？			
ある	10	12	22
ない	36	35	71

2) ガイドライン 2010²⁸の『胸骨圧迫 対 人工呼吸』（心肺蘇生法）の理想的な回数比

「20 回対 2 回」が 38 人（41%）、「20 回対 1 回」が 10 人（11%）、「30 回対 2 回」が 43 人（46%）で、「30 回対 1 回」が 2 人（2%）であった。

3) 水中にて危機的状況に陥った時の対応について（セルフレスキューできると思うか）

「とても思う」が 1 人（1%）、「まあまあ思う」が 27 人（29%）、「あまり思わない」55 人（59%）、「全然思わない」が 10 人（11%）であった。

4) 溺れている人を発見した時に救助技術の有無について（救助できると思うか）

「とても思う」が 2 人（2%）、「まあまあ思う」が 37 人（40%）、「あまり思わない」が 42 人（45%）、「全然思わない」が 12 人（13%）であった。

5) 水泳の授業を行う際に重要視している事

「速く泳ぐ事」が 2 人（2%）、「2 泳法の習得」が 60 人（64%）、「着衣泳」が 1 人

(1%)、「身の守り方」が 8 人 (9%)、「水の危険性の指導」が 22 人 (24%) であった。

6) 学校の授業で水辺の安全教育に関して

「行っている」が 63 人 (68%)、「行っていない」が 30 人 (32%) であった。

7) 現在の授業内容で水辺の安全教育の充実度

「とても思う」が 0 人 (0%)、「まあまあ思う」が 28 人 (30%)、「あまり思わない」が 50 人 (54%)、「全然思わない」が 15 人 (16%) であった。

8) ライフセービング教育の授業導入における可能性がある部分について

「新たに授業を増設する」が 0 人 (0%)、「他の授業と入れ替える」が 3 人 (2%)、「特別授業に新たに取り入れる」が 7 人 (13%)、「水泳の授業内容を変更する」が 45 人 (82%)、「わからない」が 0 人 (0%) であった。

9) 授業に導入する場合に、1 コマ 45 分授業として 1 年間の中で導入可能な時間は

「1~2 コマ」が 48 人 (52%)、「2~3 コマ」が 21 人 (23%)、「3~4 コマ」が 6 人 (6%)、「4~5 コマ」が 5 人 (5%)、「5 コマ以上」が 1 人 (1%) であった。「わからない」が 12 人 (13%) であった。

10) ライフセービングを授業に導入する場合の問題点

「指導できる教員がいない」が 76 人 (82%)、「指導内容がわからない」が 14 人 (15%)、「問題点はない」が 1 人 (1%)、「指導場所がわからない」が 1 人 (1%)、「その他」が 1 人 (1%) であった。

11) ライフセービングを授業導入する場合の問題点として「指導できる教員がいない」と答えた中でマニュアルがあれば指導可能であるか

「とても思う」が 8 人 (11%)、「まあまあ思う」が 41 人 (54%)、「あまり思わない」が 26 人 (34%)、「全然思わない」が 1 人 (1%) であった。

第2項 小学校管理職 インタビュー調査

本項では、小学校管理職が水辺の安全教育の必要性をどのように感じているかを明らかにし、ライフセービング教育を導入するために、ライフセービングの知識、学校教育における水辺の安全教育の実態、学校での指導時間、ライフセービング教育の導入の可能性などのインタビュー調査について記述する。

インタビュー結果は以下の通りである。

1) 学校における水辺の安全教育の現状

表7 インタビュー 教員

(学校の教育で水辺の安全教育などの指導を行っていますか?)

小学校校長 A 氏	基本的に文科省の学習指導要領に沿って授業を行っている。着衣泳も不定期に行っている。
小学校校長 B 氏	基本的に文科省の学習指導要領に沿って授業を行っている。そこに水辺の危機管理、安全指導の内容が入っていないからやらせない。着衣泳は水が汚れるので9月の最後の水泳授業に入れる。
小学校校長 C 氏	着衣泳は不定期に行っている。昨年行っていない。
小学校体育主任 D 氏	学級活動の中で口頭で伝えている。高学年のみ、不定期で着衣泳を9月のプールの最後の授業に入れる。(水が汚れるため)
小学校体育主任 E 氏	1コマ程度しか時間がないので、ペットボトルを使用した着衣泳や救助のやり方のみ。他の学年はわからない。水難に関する知識や情報が少なく、個人的に習った事を学校で指導している。
小学校校長 F 氏	7月に着衣泳を少し取り入れている。クロール、平泳ぎを教える事が重要であると考えている。
小学校教頭 G 氏	偶数学年は着衣水泳を行っている。水泳の授業においては溺れる危険がないので、あまり水辺の安全に特化した授業は必要ない。

「時間」がないとの答えが多く、着衣泳を行っている学校でも不定期に行い実施時間は1コマ程度であった。学習指導要領に沿った教育を行っている為に、高学年に向けた授業はクロールや平泳ぎの練習を中心に行っている。地域の体育指導主任と独自で進級表を作成し、ステップアップさせているが安全に関する項目は入っていない。ライフセービング教育は必要だが、どのような事を指導して良いのかがわからない。決められた「時間」の中でライフセービング教育を新しく導入する事は厳しいという意見が多かった。

2) 水辺の安全教育で用いる資料

表 8 インタビュー教員

(水辺の安全教育をする際に使用している資料について)

小学校校長 A 氏	参考にする資料は無く、自分で勉強して他の教員に伝えている。水難事故の経験があるため関心が高いが、関心がない教員も多い。
小学校校長 B 氏	特に資料などは無い。
小学校校長 C 氏	学校で独自に作成して共有している。
小学校体育主任 D 氏	県の副教材の学級活動の安全教育、安全ガイドブックがあり、低学年から高学年向けに安全に関する資料を見せて指導する。水難事故の割合は少ない。
小学校体育主任 E 氏	可能な範囲で習い、文献で読んでいる。それを元に教えている。学校でプログラム全体を共有しているというよりは教員が個人的に学んだ事を授業で指導している。
小学校校長 F 氏	以前、水泳の担当者が作った簡単なプログラムなどが含まれたマニュアルを参考に進めている。あとは、指導者の経験を少し加える。
小学校教頭 G 氏	自分で作ったマニュアルを教員と共有する。
福島県庁 教育委員会 H 氏	文科省の内容を元に委員会から水難事故対策などを発表。小中学校には安全ガイドブックを販売。内容は3年に一度見直す。震災後も水難事故関連の変更はない。提案書をもらえれば福島県内に導入は可能である。
千葉県館山市 学校教育課 I 氏	国、県から来たものを各学校の管理職へ配布。水難に関して独自で作成はしていない。

正確な資料が無い状況において、独自で作成した物をマニュアルとして共有している学校が多い傾向にあった。その為、学年によって内容も変わってしまうことや指導者によっても違いが出てきている事がわかった。福島県庁の安全ガイドブックに関しては、気をつけるべき事などを先生が口頭で夏休み前に説明しているが、具体的な対策などはあまり書かれていなかった。H 氏や I 氏は水難事故防止に関する参考になる内容の資料やマニュアルがあれば今後、各学校に配布して紹介する事は可能との回答であった。

3) ライフセービング教育の学校への導入の問題点について

表 9 インタビュー教員

(ライフセービング教育の学校への導入の問題点)

小学校校長 A 氏	学習指導要領が変わらないとプログラムの変更はできない。 授業内で救助などの指導を行った結果、危険を伴うリスクがあるのであまり導入できない。
小学校校長 B 氏	学習指導要領に書いていない、時間がない。 今の所、新しいものは不可能。
小学校校長 C 氏	コストなどの問題がある。子供が子供を救う事は危ないというイメージがあるのでやらせない。学習指導要領にない事はやらせない。
小学校体育主任 D 氏	教員が正しい指導ができるか不安。 時間を多く取れないので浸透するのか疑問。 着衣泳においてもきちんと指導できていない。
小学校体育主任 E 氏	学級担任と体育の授業の双方を担当すると他の学年を指導できないので、他の学年の教員と共有したい。ライフセービング教育を指導できる指導者がいないので、それが課題である。
小学校校長 F 氏	学校教育でリスクマネジメントが全体的に行われていない。 気をつけなさいと言っているレベル。まずは、必要な事を先生が共有する必要がある。他にどんなプログラムをすれば良いのかわからない。
小学校教頭 G 氏	カリキュラムがしっかり決まっていて新しい物を入れるのは非常に難しい。そこに価値が合えば考える。先生が説明できるマニュアルがないと難しい。
福島県庁 教育委員会 H 氏	全体の時間が決まっている中で約 10 年に一度の改訂で指導内容が増えている現状がある。何でも学校でやるという考えが大変である。ライフセービングを教えるというよりは「川、海で遊ばないこと」という指導方針傾向になってしまっているので改善策が必要。 ライフセービング教育についての指導方法がわからない。
千葉県館山市 学校教育課 I 氏	教育課程の中で年間指導計画の中に入れるとなると指導案を作成しなければならないので教員が毎年、継続していく事や新しい事を入れる事が厳しい。ライフセービング技能を持っていない指導者が多い。

理念は賛成するが「時間」が無く「指導者」がいない。そして、「指導内容」がわからないという問題があり、積極的に導入したいという意見は殆どなかった。学習指導要領の内容が変わらない限り、学校独自で新しいチャレンジをする事は、教員のモチベーションが相当上がらないと厳しいと述べた。内容認識が乏しい中、頭ごなしに推奨されても普及できないのではないかという意見も多かった。

4) 具体的な導入案

表 10 インタビュー教員
(具体的にどのように導入できるか?)

小学校校長 A 氏	プログラム導入はリスクが高いため実践できていないが、1 コマ程度の着衣泳と合わせて導入できるかもしれない。
小学校校長 B 氏	学習指導要領の水泳の授業に危機管理として導入してくれれば変更できる可能性はある。時間がない中で導入する場合はそれなりの成果が求められる。
小学校校長 C 氏	水泳の授業に少し入れていける可能性がある。 導入後に明確な成果が出るといい。
小学校体育主任 D 氏	例えば着衣水泳の中でもこういった内容、こういった物を使うなど具体的にプログラムがあれば実施できる。また、マニュアルがあり、市内で講習会が行われ、さらに伝達講習会で各市内、各学校の先生が研修会を行う事は可能であり、浸透していくと思う。
小学校体育主任 E 氏	総合的な学習や学級活動の中で水辺の安全教育を座学で行い、それから水泳の授業で危機管理などを実技的に行うと入りやすい。2 コマくらいできるかもしれない。
小学校校長 F 氏	教育の根本には学習指導要領に「生きる力を身につけさせる」が盛り込まれている。まさに、ライフセービング=生きる力に関わる事。各地にモデル校を作り日本流にステップアップできるマニュアルを作る必要がある。
小学校教頭 G 氏	必要性の周知を行い、現実的には3~6年まで総合学習の中で時間を増やしていく。そして、プール+総合学習+課外授業のパターンを作り、選択制のマニュアルも作る。現場としてはこの流れが良い。
福島県庁 教育委員会 H 氏	総合学習の時間は決められるので学校によって可能。3・11以降意識は高い。プールが使えない時期が長く、泳げない子が急増してい

るので水泳の授業の中で安全指導も同時に行いたい。講師を呼んで、ライフセービング教育を10分以上行う。または、45分の単元構成講義はできる。指導マニュアルを作成して教育委員会に提案して内容が良ければ各学校に導入できる可能性はある。

千葉県館山市
学校教育課 I 氏

特別活動という学校行事がある。総合学習、道徳、特別活動の中に避難訓練、防災、防犯教室を入れている。その中に、プールを使用する時期の夏休み前に特別活動の中に入れるか外部講師を呼んで演習的に入れる。そこに保護者の方にも来て頂く。その形が良く入りやすい、水難事故を防ぐ為の啓発ができる。

多くの具体的導入案や提案が述べられた。また、具体的な成果が求められる意見が多く述べられた。ライフセービング教育の具体的な内容がわかり、そして必要性が明らかになれば導入できる可能性が充分にある事がわかった。現状としてはカリキュラムの「時間」に限界があるので今、行われている授業の一部を変更し、浸透するまで試験的に行っていき、浸透させながら保護者の理解を得て、教員の指導力も同時に上げていけば、ライフセービング教育を導入する事ができると述べた。1~2 コマ程度であれば導入可能であるという答えが多かった。「時間」と「指導者」と「指導内容」の問題がクリアになれば導入可能ということが述べられた。座学で行ってから水泳授業に入れていくという具体的な内容も述べられた。

第3項 フィットネス・スイミングスクール幹部へのインタビュー調査

本項では、ライフセービング教育の導入調査を行った。水泳とライフセービングを指導提供している「世田谷スイミングアカデミー」（「世田谷式」）の導入の可能性をフィットネス・スイミングスクールの幹部を対象にインタビュー調査をし、問題点と具体的な導入案を記述する。

インタビューの結果は、以下の通りであった。

- 1) 社員、スタッフの BLS 資格の有無
- 2) 水泳と水難事故を防ぐために行っている活動内容について

表 11 社員、スタッフにおける BLS（一次救命処置）資格取得の有無

クラブ	社員の BLS 関連の資格取得の有無	資格の内容、行っている危機管理、対策等
KONAMI	○	AED を使用した CPR 講習を受講。安全で安心な施設運営を目指している。
ティップネス	○	年に 2 回社内で AED の講習を受ける。
ルネサンス	○	全クラブ、消防の方に来てもらい CPR 講習を受講。
ジェクサー	○	安全安心の企業理念の元に積極的な社内教育を行っている。半年に一度、水中安全協議会を開催し溺水対応など確認する。
住友エスフォルタ	○	普通救命救急やプールの責任者はさらに上級救命なども取得。

小学校教員は、ほとんどが BLS 関連の資格は持っていなかったのに対し、スイミングスクールまたはフィットネスクラブの社員は、ほとんどが BLS 関連の資格を取得し、定期的に AED の講習などを受講している事が明らかになった。全てのクラブが安全に配慮したクラブ運営を行っている結果であった。

3) 世田谷式を導入する場合の問題点

表 12 フィットネスクラブ/スイミングスクール幹部 インタビュー
(世田谷式は導入する場合の問題点など)

クラブ	世田谷式のスクールへの導入の問題点など
KONAMI A氏	既存のプログラムを変更するにはかなり大掛かりな話なので難しい。マニュアルも変えないといけないので時間もかかる。
ティップネス B,C氏	スポーツ業界に改革が起こる可能性がある。プロモーション価値を感じる。理念は素晴らしいが3年前に安全水泳を考えた事があるが4泳法を中心に組む事を優先。泳げる事ができればある程度溺れないと考えている。需要がどれほどかわからない。導入するには費用対効果が見えてこないと難しい。
ルネサンス D氏	スイミングの数年後を危惧している。新しい何かを探していたのでこれはぴったり。しかし、店舗数が多いのですんなり導入できない。
ジェクサー E氏	理念は賛成だがどの枠も埋まっている。どの事業も上手く行っているし成功している。そこに枠をあけて導入するには急には無理。時間帯の問題。
住友 エスフォルタ F氏	いきなり通年スクール化は難しい。しかし、指定管理がメインなので行政、教育委員会、学校にアプローチできる。その辺りが魅力を感じてくれたら早い。

組織が大きいと簡単には現状のカリキュラムを変更する事が難しく、時間がかかる可能性があることがわかった。また、具体的な「指導内容」や「時間」の問題もあるとの回答が多かった。

カリキュラムを変えるという事はマニュアルも変えなければならないので、現状で上手く運営しているクラブ程、新しい物には抵抗があるという意見が多かった。小学校教員でも示唆されていた問題であるが、通年のプログラムを導入するには「指導者」もいない、「指導内容」もわからないという意見が多く、プログラム内容や必要性を理解できる環境構築が必要であるとの回答が得られた。

表 13 世田谷式の導入の調査結果

選択項目/クラブ	KONAMI	ティップネス	ルネサンス	ジェクサー	住友エスフォルタ
通年の世田谷式 ※1 指導者派遣型 ※2	△	△	○	△	○
通年の世田谷式 マニュアル型 ※3	△	×	○	○	○
カリキュラムを一部変更して導入 指導者派遣型	×	△	○	×	△
カリキュラムを一部変更して導入 マニュアル型	×	△	○	○	○
カリキュラムを新設する 指導者派遣型	△	△	○	×	△
カリキュラムを新設する マニュアル型	△	△	○	○	○
年に数回イベント開催(各90分) 指導者派遣型	○	○	○	○	○
年に数回イベント開催(各90分) マニュアル型	×	×	△	×	×
会員にしおりを配布し 認知度を上げる	△	△	○	△	○
ライフセービング関連の 導入は厳しい	—	—	—	—	—
上記以外の 導入方法	—	○	○	○	○

※1 世田谷式とは世田谷スイミングアカデミーのモデルをベースに通年で水泳とライフセービングを学ぶスクール

※2 指導者派遣型とはライフセーバーなどの資格を持ち、世田谷式を指導できるコーチを派遣する事

※3 マニュアル型とはフィットネスクラブやスイミングスクールにマニュアルを渡し、それを元に水泳とライフセービングを各クラブのコーチが指導する事

4) 具体的な導入案

表 14 フィットネスクラブ/スイミングスクール幹部 インタビュー
(具体的な導入案)

クラブ	具体的な導入案
KONAMI A氏	夏前に短期イベントで成功すれば通年スクール化が可能。
ティップネス B,C氏	まずはパッケージ化して、人気がある時間帯を避けてスタート可能。 月1回で年間12回開催できる可能性がある。
ルネサンス D氏	いくつかの店舗に導入しモデルを実証する。カリキュラムを変えるのではなく新しいパッケージとしてすぐに導入できる。空き枠に導入可能。小中学校に水泳指導の委託を受けているので、そこに上手く入れていける可能性が高い。水泳と、安全指導をパッケージ化し、学校にアピールする。 クラブに児童を連れてきて頂くか、指導者を派遣する2パターンで受けている。市立の幼稚園などの依頼も多いのでそこにもアプローチできる。
ジェクサー E氏	単発的でもイベント開催に成功すれば、いくつかの店舗のうち興味を持った店舗に導入できる。スタート時にはコーチは派遣してもらい、将来的にはマニュアルを用いて自社運営していきたい。
住友 エスフォルタ F氏	通年スクールを行う前提で短期スクールの募集をかけてみる。その際に保護者の理解を得られれば成功できる可能性がある。

ライフセービングプログラムを具体的に入れるとすれば、90分程度のイベントで複数の支店において数回試験的に行い、その先に通年スクール化が見えてくるという意見が多かった。イベントでコーチや保護者の心をつかむ内容が求められており、本来の目的のみならず、このような保護者のニーズに沿ったプログラムを組む必要がある事が明らかになった。D氏は、小学校や中学校から委託を受けており水泳指導しているのでそこに絡めてライフセービング教育を導入できる可能性がある」と述べた。

第3節 新プログラムの作成と実施

第1項 飯沼式「ライフセービングプログラム」作成

1) プログラムのアウトライン

文部科学省の学習指導要領には水泳の授業に安全を具体的に指導する内容は盛り込まれていない。水泳の授業において、ライフセービング教育を導入する場合に充てることのできる時間は、年間において授業 1 コマから 3 コマという答えが 75%を占めており、限られた時間で指導しなくてはいけない現状が明らかになり、具体的な成果も求められた。

また、フィットネスクラブ、スイミングスクール幹部のインタビュー調査において、「世田谷式」を全てのクラブが「導入できる」との回答が得られたパターンは、「指導者派遣型で、年に数回イベントを開催する（各 90 分）」であった。また、プログラムに求められる要素としては、「指導者」「時間」「指導内容」である事も明らかになった。

上記を踏まえた上で誰でも簡単に指導できる内容で、学校の 1 コマやイベント（90 分程度）に合った時間のプログラム、「学校教育向け単元プログラム（45 分）」と、フィットネスクラブ等に向けた、「イベント型プログラム（90 分）」の 2 パターン作成する必要があることがわかった。

2) 指導内容

「指導内容」に関しては、背景で述べたオーストラリアのプログラム、RLS の「Swim & Survive」の内容を改良し、SLSA のプログラム作成手法を参考に、プールで行える、場所別死者・不明者の割合（図 2）と（海 51.9%、河川 30.4%、湖沼地 9.4%が多い）行為別水難事故発生状況（表 15）を元に筆者のこれまでのライフセーバーとしての実務経験と多くの子供や成人への指導経験から得た見解を加え、下記のプログラムを作成した。

表 15 行為別水難事故発生状況

ロ 月別調 (単位:人)

事故内容別 月別	合計	遊泳中	釣中	サーフィン中	ボード セーリング中	スキューバ ダイビング中	岸壁等から の転落	自殺	その他
合計	1,932 (1,040)	299 (99)	278 (101)	71 (12)	14 (2)	58 (22)	380 (223)	603 (485)	229 (96)
1月	104 (68)	1 (1)	22 (7)	3 (-)	- (-)	1 (-)	25 (14)	44 (40)	8 (6)
2月	87 (62)	- (-)	7 (4)	2 (-)	- (-)	1 (-)	35 (24)	38 (31)	4 (3)
3月	118 (77)	- (-)	22 (8)	3 (-)	1 (-)	1 (-)	31 (19)	44 (38)	16 (12)
4月	135 (91)	2 (2)	20 (10)	7 (2)	1 (-)	3 (2)	32 (20)	50 (40)	20 (15)
5月	127 (76)	5 (2)	14 (6)	8 (1)	- (-)	1 (-)	31 (15)	52 (43)	16 (9)
6月	147 (75)	17 (4)	23 (6)	5 (2)	- (-)	4 (1)	35 (20)	47 (37)	16 (5)
7月	242 (124)	76 (29)	19 (10)	6 (-)	2 (-)	17 (4)	34 (18)	64 (53)	24 (10)
8月	407 (154)	171 (51)	23 (6)	19 (5)	2 (-)	14 (8)	26 (15)	68 (52)	84 (17)
9月	172 (101)	24 (10)	18 (9)	7 (1)	2 (-)	3 (1)	31 (17)	67 (53)	20 (10)
10月	147 (65)	1 (-)	51 (13)	8 (1)	2 (1)	6 (2)	31 (18)	40 (29)	8 (1)
11月	132 (84)	2 (-)	34 (15)	2 (-)	4 (1)	4 (2)	35 (26)	46 (37)	5 (3)
12月	114 (63)	- (-)	25 (7)	1 (-)	- (-)	3 (2)	34 (17)	43 (32)	8 (5)

(注) ()内は、死者・行方不明者数で再掲である。

(出典：海上保安庁平成 24 年海上保安統計年報 第 63 巻)

3) 具体的なプログラム内容

① イベント型プログラム (90 分)

90 分は、5 項目 (1. 水の出入り 2. 浮く力 3. 動いている水での練習 4. 救助 5. 着衣泳) で構成する。

② 学校教育向け単元プログラム (45 分)

45 分プログラムは、5 項目のうち (1. 水の出入り 2. 浮く力 4. 救助の一部) の 3 項目で構成した。

今回は特に飯沼式 45 分は、前述した「浮く力」を習得する重要性を踏まえ、「浮く力」をメインに行うこととする。

表 16 飯沼式プログラム

イベント型プログラム90分

- ①水の出入り
- ②浮く力
- ③動いている水での練習
- ④救助
- ⑤着衣泳

学校教育向け単元プログラム45分

- ①水の出入り
- ②浮く力
- ③動いている水での練習
- ④救助
- ⑤着衣泳

1. 入水（エントリー）・出水（エグジット）

海や川、湖沼地は水深が一定ではなく、足が着くか否かの予測が困難である。

これを踏まえ、入水時には、流れ、深さ、水温等を認識するためにも、壁等の支えとなる部分に頼りつつ安全を確認しながら、ゆっくり入ることを練習する。

また、出水時は、水底に足が着かない場合を想定し、手で体を引き上げ、足はバタ足を使って体を押し上げる練習を行う。水深の深い部分からの上がり方は、RLS、SLSAでも特に重要視している部分で、水難事故で重要視されるサバイバルスキルである。

2. 浮く力（巻き足、スカーリング等） ※45分プログラムではメインになる。

最重要の練習であり、長時間浮いていられるよう、一般的な立ち泳ぎと異なる、正しい「浮く姿勢」を身に着けるため、以下の練習を行う。

① スカーリング

肘は曲げたままで手は自分の足に向けて手を振る「バイバイ」の動き。水を寄せたり、離したりする。肘が開かないように注意する。陸上でイメージできたら、水中で行う。足を使わず「バイバイ」のみで浮く練習。



図 18 スカーリング（手を広げる）



図 19 スカーリング（手を寄せる）

② 巻き足

陸上で、プールサイドに座り、足の回転の練習。外側から内側に向けて交互に回転。外側から回して下にきた時に下に向けて押すように蹴り、キックする。膝を胸に近づけた姿勢を保持する意識が重要。慣れてきたら水中で、プールサイドを掴み、顔をつけた状態で足を見ながらゆっくり回転の練習し、お尻と顔を水面に対して並行にするイメージ。説明としては、お尻はイメージしやすいように「ザリガニのように後ろに突き出す」と表現。手を離して繰り返し練習。呼吸は苦しくなる前に自分のタイミングで入れる。

また、体の位置や浮く感覚を覚えるために、「だるま浮き」を大きく息を吸った後に数秒行う。しっかり息を吸い込んで、肺に空気をためておくことを覚える。

③ コンビネーション（スカーリング、巻き足）

顔は水に入れたまま、お尻は後ろに突き出すようにして巻き足を行う。加えてゆっくりスカーリング（バイバイ）を入れる。

これができたら、顔を上げた状態での練習に移行する。ここでのポイントは水面至近に顔の位置を持つてくることであり、顔の位置が高いと沈みやすいので注意が必要である。沈みやすい人は、大きく息を吸って肺に空気をためながら浮力をコントロールすると良い。



図 20 一般的な立泳ぎ（横）



図 21 一般的な立泳ぎ（正面）

- 一般的な立泳ぎ（体が垂直になり体力消耗しやすく、沈みやすく、高い技術が必要）



図 22 浮く力（横）



図 23 浮く力（正面）

- 浮く力（体が水面に接している面が多く沈みにくい）

3. 動いている水での練習

河川の流れや、離岸流（岸から沖に向かって発生する海水の流れ）に巻き込まれた場合でも、冷静に浮いていられるための練習である。ある程度の参加者が必要になるが、プールを一定方向に全員で勢い良く走り、流れを作り、水流に逆らって泳ぐ体験をする

ことにより、水流の危険性、体力の消耗度合いを体験するとともに、流れている水の中で、前述した「2. 浮く力」の練習を行うことで、流れの中で浮き続ける技術を練習する。遅い流れの際には(1. 水の出入り)で行った練習も入れると効果的である。

4. 救助 レスキューの練習

以下の、レスキューの順番を覚える。手順の始めは、なるべく水に入らないで陸上を中心に行う。

- ・リーチ：水に入らずに、棒や、掴まれるものを差し出す。
- ・スロー：水に入らずに、ロープやペットボトル、ライフジャケットを投げる。
- ・コンタクト（間接）：水に入って、ビート板やペットボトル浮くものなどを渡す。
- ・コンタクト（直接）：水に入って、浮き具を持たない状態で救助する（体験のみ）
それぞれバディ（グループ）を作って交代しながら行う。

ペットボトルやロープ、ライフジャケット、レスキューチューブ、ビート板などの道具が必要なので、あらかじめ準備する。なお、コンタクト（直接）レスキューは、基本的には熟練者のみで行うが、今回は体験程度で大変さを認識する。

5. 着衣泳

着衣泳を行うとプールが汚れるという意見があることを考慮し、ラッシュガードを用いて着衣泳の体験を行う。浮く力を身につけている場合は、一列になり、浮いた状態で、着衣を脱着しながらリレーをする。サーフパンツを使用しても良い。

第2項 「浮く力」目標指数算出

「浮く力」目標指数値算定式を前提とし、「浮く力」目標指数は、81.3秒との結果が出た。

1) 「浮く力」目標指数算出のための基礎データ監視範囲の算出

① ライフセーバー1人あたりの監視範囲に対する浜の移動時間

i 1人あたりの監視範囲

日本の標準的な海水浴場におけるライフセーバーの配置状況は150mに1人であり、これに基づき、ライフセーバー1人あたりの監視範囲は150m前後である。そこで、ライフセーバー1人あたりの監視範囲は、150mとする。

ii 浜の移動時間

監視場所から汀線まで浜を移動するために要する時間は、個々のライフセーバーにより区々であるが、ここでは、筆者がライフセーバーとして業務を行っている千葉県館山市の北条海岸において、一般的な学生のライフセーバーが、北条海岸を150m走るために要する平均時間は25秒であるので、この時間を用いる。

iii 使用機材

レスキューチューブとレスキューボードがあるが、より時間を要するレスキューチューブを基準とする。

2) 「浮く力」目標指数（日本の標準的な海水浴場における溺者への要救助者確保所要時間）の算出

浜の移動時間 + レスキューチューブを用いた溺者確保までの時間 = 標準的な海水浴場における溺者への要救助者確保所要時間

$$25 \text{ 秒} + 56.3 \text{ 秒} = 81.3 \text{ 秒}$$

（なお、レスキューボードを使用した場合には、59.9秒）

以上の計算により、標準的な海水浴場のライフセーバー配置状況を前提とすると、「浮く力」目標指数は、81.3秒となることがわかった。

第3項 飯沼「イベント型プログラム（90分）」の指導実験

本項では、熊本で実施した2時間のイベント参加者に対して、「イベント型プログラム（90分）」受講の事前、事後の2回、アンケート調査を行った結果は以下のとおりであった（n=18）。

前半部分は指導前後のアンケートを比較していき、後半部分は指導後の回答を記述する。

1) 参加者属性

表 17 参加者の属性

番号	性別	年齢
1	女	11
2	女	11
3	女	9
4	男	8
5	女	9
6	男	12
7	女	55
8	女	70
9	男	46
10	男	37
11	女	7
12	男	72
13	男	43
14	女	23
15	男	55
16	男	32
17	男	53
18	男	38

2) 指導前と指導後のアンケート比較

①水泳の練習では重要視すること

・指導前アンケート

「自分の身の安全守ること」が5人（28%）、「速く泳げること」が6人（33%）、「きれいに泳げること」が1人（5%）、「浮けるようになる」が1人（6%）、「長く泳げるようになる」が3人（17%）、「楽しく泳ぐこと」2人（11%）であった。

・指導後アンケート

「自分の身の安全守ること」が15人（82%）、「速く泳げること」が1人（6%）、「きれいに泳げること」が0人（0%）、「浮けるようになる」が1人（6%）、「長く泳げるよ

うになる」が1人(6%)、「楽しく泳ぐこと」0人(0%)であった。

②救助の手順について

・指導前のアンケート

「理解している」が1人(6%)、「わからない」が17人(94%)であった。

・指導後のアンケート

「理解している」が13人(72%)、「わからない」が5人(28%)であった。

③水の中で長い時間、流されてしまっている場合の対処について

・指導前のアンケート

「とにかく泳ぐ」が3人(17%)、「もがく」が1人(5%)、「力を抜いて浮く」が9人(50%)「浮いているものにつかまる」が5人(28%)、「騒ぐ」が0人(0%)であった。

・指導後のアンケート

「とにかく泳ぐ」が0人(0%)、「もがく」が0人(0%)、「力を抜いて浮く」が12人(67%)「浮いているものにつかまる」が6人(33%)、「騒ぐ」が0人(0%)であった。

④学校やスイミングにおける水辺の安全教育の必要性について

・指導前のアンケート

「とても思う」が9人(50%)、「まあまあ思う」5人(28%)、「あまり思わない」が4人(22%)、「全然思わない」が0人(0%)であった。

・指導後のアンケート

「とても思う」が14人(78%)、「まあまあ思う」4人(22%)、「あまり思わない」が4人(0%)、「全然思わない」が0人(0%)であった。

3) 飯沼式プログラム(90分)に関する指導後アンケート

①練習の内容について

「とても満足」が16人(89%)、「まあまあ満足」が2人(11%)、「あまり満足ではない」が0人(0%)、「全く満足ではない」が0人(0%)であった。

②楽しいと感じた練習

「浮く姿勢」が0人(0%)、「スカーリング」が1人(6%)、「レスキュー」が13人

(72%)、「着衣泳」が4人(22%)、「なし」が0人(0%)であった。

③飯沼式の指導時間の長さについて

「長い」が1人(5%)、「ちょうどいい」が14人(78%)、「短い」が3人(17%)であった。

④プログラムを用いた練習の中でわかりにくいと感じる練習内容

「浮く姿勢」が2人(11%)、「スカーリング」が0人(0%)、「レスキュー」が0人(0%)、「着衣泳」が0人(0%)、「全部わかりやすかった」が14人(78%)であった。

⑤ライフセービングの教室への入会希望の有無

「思う」が16人(89%)、「思わない」が2人(11%)であった。

⑥指導前からの変化(複数回答可)

「自分の身を守るようになった」が17人(46%)、「水が怖くなくなった」が3人(8%)「速く泳げるようになった」が1人(3%)、「きれいに泳げるようになった」が1人(3%)「泳ぐことに自信がついた」が5人(13%)、「水の中で人を助けられるようになった」が10人(27%)であった。

第4項 飯沼式「学校教育向け単元プログラム（45分）」を用いた指導実験

本項では、「学校教育向け単元プログラム（45分）」の指導実験を行った結果について記述する。スイミング会員（38名）に対してはアルバイトの学生が、非会員の小学生（31名）と一般の大人（17名）を対象には、中学校体育教師が、それぞれマニュアルにそって指導を行い、指導前後に「浮く力」のタイムを測定、比較した。

今回の検証では実際の落水を想定し、プール内に敷いたフロア（高さ約40cm）から足から飛び込んで頭が完全に水の上に出た時に計測スタートし、鼻まで水に浸かった時点で計測を終了した。指導前後の「浮く力」の各平均タイムは表18に示した通りであった。

表18 浮く力の測定結果

	指導者	指導前 タイム(平均)	指導後 タイム(平均)	伸びたタイム (平均)
①スイミング会員 小学生(38名)	学生	32.50秒	84.09秒	51.59秒 $(t(37)=-3.709, p=0.001)$
②スイミング 非会員 小学生(31名)	中学校 体育教師	80.39秒	377.03秒	296.64秒 $(t(30)=-2.738, p=0.010)$
③一般(17名) 平均年齢68歳	中学校 体育教師	187.67秒	366.84秒	179.17秒 $(t(16)=-3.924, p=0.001)$

(浮く力目標値 81.3 秒)

1) スイミング会員の小学生（38名）については、指導前に比べて「浮く力」が向上した児童は38人中35人であった。一方タイムが下降した児童は3人であった。「浮く力」の平均タイムは指導前の32.50秒から指導後は84.09秒となり、51.59秒向上した。 $(t(37)=-3.709, p=0.001)$

2) スイミング非会員の小学生（31名）については、指導前に比べて「浮く力」が向上した児童は31人中29人であった。一方タイムが下降した児童は2人であった。「浮く力」の平均タイムは指導前の80.39秒から指導後は377.03秒となり、平均296.64秒

向上した。(t(30)=-2.738, p=0.010)

3) 一般(平均年齢68歳の17名)については、指導前に比べて「浮く力」が向上した者は17人中15人であった。一方タイムが下降した者は2人であった。「浮く力」の平均タイムは指導前の187.67秒から指導後は366.84秒となり、平均タイムは179.17秒向上した。(t(16)=-3.924, p=0.001)

すべての実験において、指導前より指導後の方が優位に浮いている時間が長くなったことが分かった。また、指導前に「浮く力」が10秒以内の人は全体の26.7%であったが、指導後には11%に減少した。

表 19 スイミング会員 学生による指導実験結果

	性別	学年	「浮く力」指導前	「浮く力」指導後	タイム差		性別	学年	「浮く力」指導前	「浮く力」指導後	タイム差
1	女	1	3.50	10.30	6.80	20	女	2	20.10	45.80	25.70
2	女	1	2.70	11.50	8.80	21	女	2	21.80	65.60	43.80
3	男	1	2.60	6.80	4.20	22	男	2	211.90	620.20	408.30
4	女	1	0.50	10.90	10.40	23	男	3	18.80	27.00	8.20
5	女	1	2.60	9.90	7.30	24	男	3	18.20	44.90	26.70
6	男	1	3.00	5.80	2.80	25	男	3	29.90	58.10	28.20
7	男	1	14.30	12.60	-1.70	26	女	3	48.00	127.50	79.50
8	女	1	17.90	22.70	4.80	27	女	3	22.20	49.90	27.70
9	女	1	10.40	53.90	43.50	28	女	3	61.60	148.70	87.10
10	女	1	21.30	55.90	34.60	29	男	4	21.40	41.70	20.30
11	男	2	6.50	50.10	43.60	30	女	4	57.80	114.30	56.50
12	男	2	1.10	3.60	2.50	31	男	4	26.70	58.90	32.20
13	男	2	15.60	5.90	-9.70	32	男	4	99.10	321.30	222.20
14	女	2	23.70	15.80	-7.90	33	女	5	28.50	78.10	49.60
15	女	2	1.00	45.70	44.70	34	女	5	200.10	491.60	291.50
16	女	2	15.20	15.90	0.70	35	男	5	19.60	48.20	28.60
17	男	2	28.80	28.90	0.10	36	女	5	30.90	125.30	94.40
18	男	2	19.60	36.10	16.50	37	男	6	25.00	49.50	24.50
19	男	2	25.20	53.40	28.20	38	女	6	58.20	223.20	165.00
							平均		32.50	84.09	51.59

表 20 スイミング非会員 中学校教員による指導実験結果

	性別	学年	「浮く力」指導前	「浮く力」指導後	タイム差		性別	学年	「浮く力」指導前	「浮く力」指導後	タイム差
1	男	4	33.09	314.33	281.24	17	男	5	1.52	10.73	9.21
2	男	4	10.29	20.55	10.26	18	男	6	42.10	188.08	145.98
3	男	4	1.96	5.62	3.66	19	男	6	12.50	58.35	45.85
4	男	4	6.02	15.39	9.37	20	男	6	30.21	51.35	21.14
5	男	4	8.78	31.44	22.66	21	男	6	70.32	288.88	218.56
6	男	4	63.32	12.81	-50.51	22	男	6	4.25	7.48	3.23
7	男	4	17.81	7.75	-10.06	23	男	6	34.60	436.89	402.29
8	男	4	3.17	8.26	5.09	24	男	6	34.46	84.65	50.19
9	男	4	668.16	2374.50	1706.34	25	男	6	9.00	175.65	166.65
10	男	4	290.57	2155.23	1864.66	26	男	6	40.35	40.77	0.42
11	女	5	4.38	29.34	24.96	27	女	6	22.38	27.73	5.35
12	男	5	21.59	86.84	65.25	28	男	6	8.20	263.65	255.45
13	男	5	57.69	1807.29	1749.60	29	男	6	7.03	16.86	9.83
14	女	5	25.31	66.43	41.12	30	男	6	5.08	76.77	71.69
15	女	5	124.15	187.45	63.30	31	男	6	72.94	136.86	63.92
16	男	5	761.13	2700.00	1938.87	平均			80.39	377.03	296.64

表 21 一般成人 中学校教員による指導実験結果

	性別	年齢	「浮く力」指導前	「浮く力」指導後	タイム差
1	女	67	64.53	181.38	116.85
2	女	64	72.34	301.57	229.23
3	女	67	9.40	5.67	-3.73
4	女	77	58.62	37.47	-21.15
5	女	70	4.23	210.24	206.01
6	女	63	105.69	197.02	91.33
7	女	57	891.76	1214.08	322.32
8	女	61	84.65	690.25	605.60
9	女	60	796.72	1215.23	418.51
10	女	69	201.33	614.31	412.98
11	女	72	0.00	69.78	69.78
12	女	80	63.25	135.37	72.12
13	男	78	302.39	304.30	1.91
14	男	67	32.62	65.36	32.74
15	男	74	269.85	299.43	29.58
16	男	66	210.03	614.76	404.73
17	男	66	23.05	80.08	57.03
平均			187.67	366.84	179.17

第4章 考察

第1節 教育を受ける側の現状について

今回の研究ではライフセービングを取り巻く環境の現状調査を行った結果、8割近くの子供が水辺の安全教育を受けていないことがわかり、水泳の授業はあるが、安全という部分に着目していない事が明らかとなった。

水辺の安全教育を学校で受けていない子供の保護者は、すべての保護者が、学校で水辺の安全教育を指導して欲しいと思っており、小学生の保護者は水辺の安全教育の重要性を認識していると考察される。また、子供が目の前で溺れた場合において保護者が救助する自信がないと感じており、安心して水と共生できる環境作りが必要であると再認識した。

子供が水辺の安全教育を受けていない現状で不安と感じている保護者が多く、子供が溺れた人を発見した場合、適切な救助対応ができないと感じている事が明らかになった。

現在の水泳の授業だけでは救助方法を習っていない子供が多く、実際に、子供が水難救助を行うことは日常生活の中ではあまり想定できることではないが自分の身を守る為にも溺者の救助法を知っておく必要があると考える。

水泳の習得の際に、水泳の競技的な4種目の泳ぎ方の習得より、安全を第一に考えている保護者が多く、万が一を考えてリクス回避できるような教育を求めている事が多いとわかった。つまり、第1章で述べたオーストラリアの保護者と今回の調査で分かった日本の保護者の意見は大きな相違がないと言える。また、ライフセービング教育の学校教育導入も求めている事が明らかになった。これは、ライフセービングを習っていない小学生の保護者の意見も同様であった。また、ライフセービング教育の学校への導入時期について、小学生の保護者と世田谷スイミングアカデミーの保護者は「すべての学年で履修する必要がある」を選択する意見が最も多く、保護者のニーズが高いことが明らかになったと言える。教育の中で重要視されていた保護者の意見を取り入れる学校や、スイミングスクール等への導入にあたり、好材料となる結果である。

第2節 教育提供側の現状と問題点

小学校教員の約9割がCPR（心肺蘇生法）などのBLS（一次救命処置）の資格を持っていない調査結果であったが、水泳の授業やその他体育の授業の時に、プールやグラウンドなどの教育現場において何か起きた際には救急隊に引き継ぐ前に現場に居合わせた人の素早い一次救命処置が必要であり、BLSの資格取得は教員にも必須と考えられる。

また、半数以上がガイドライン2010の心肺蘇生法の胸骨圧迫と人工呼吸のカウントを把握できておらず、例えば、傷病者発見した時、2人でCPRを行う際に一方が「20

対 2」で行い、もう一人が「30 対 2 で」でカウントした場合、緊急事態では混乱を招き、パニックになる可能性があり、常に新しい情報を共有し反復練習を行う必要があると考えられる。

また、小学校教員の多くが自助泳能力において不安に思っており、教育提供者としては、ある程度セルフレスキューの重要性を把握して、子供達に指導できる環境を作る事が理想的である。

目の前で溺れている人を発見した時に救助できないと考えている教員が多く、児童が目の前で溺れてしまった場合に、どのような対処をするべきかの確かな情報の共有が重要である。現在の水泳授業の安全教育では 7 割の教員が充分であるとは思っていない事を踏まえて、水泳の授業内容の目的を再認識する必要があり、授業中に万全の監視を行い、事故を起こさない事に加え、万が一の為に救助する力を指導者は習得しておく必要があると考えられる。

さらに、水泳の授業では、2 泳法を重視して水泳の授業を行っている教員が多く、身の守り方を重視している教員は 9%のみであった。それに対して、ライフセービングを習っている保護者の意見は身の守り方を指導して欲しいという意見が最も多く、2 泳法の指導を求める意見は、ごくわずかであった。これは文部科学省の学習指導要領に沿って授業を進めているので当然の結果ではあるが、安全を第一に求めている保護者の意見とは異なる結果となった。国内において水難事故が減っていない現状を踏まえて学校側も対策していく時期ではないだろうか。

しかし、その中でもライフセービング教育の理念に賛同し、新しいチャレンジとして具体的な前向きな意見もあり、「指導者」や、「時間」、「プログラム内容」の問題がクリアになれば導入できる可能性があることが今回の調査で明らかになった。福島県庁教育委員会 H 氏が述べたように指導マニュアルを作成して教育委員会に提案すれば内容が良い場合は、各学校に導入できる可能性がある事がわかった事は大きな収穫である。水泳授業に導入するには上記 3 つの問題や様々な課題があるが、1~2 コマであれば導入可能なことがわかり、それに向けたプログラムが必要といえる。

スイミングスクール、フィットネスクラブにおいては調査したすべての企業が安全を考慮し、BLS の資格をスタッフに取得させている。一次救命における危機管理は学校より高いと考察される。

スイミングスクールへのライフセービング教育の導入には、保護者の意見を取り入れる事は集客という観点で考えると重要であり、保護者がライフセービングプログラムを正確に理解し、賛同を得る必要があると述べていた。導入するならば通年で確実な会員確保できる可能性があれば、導入可能という事であった。

保護者のニーズは日豪変わらずにあるという結果が得られていることで、スイミング、フィットネスクラブ導入の可能性はあると考えられる。世田谷式のようなスクール事業としての可能性も充分にあると言える。

第3節 プログラムの特徴

前述したとおり、飯沼式プログラムは学校教育で行う事と、スイミングスクールなどに導入するためのイベント型のプログラムで取り入れやすい内容の構築という目的のもと、オーストラリアの作成例を参考に国内の場所別、行為別のデータを分析し、筆者のこれまでの実戦経験や指導経験から得た見解を加えて作成したものであるが、その特徴について述べたい。

海上保安庁のデータ²⁹によると行為別のデータでは、遊泳中の水難事故数が顕著に多い。従って小学校において先行研究でも述べた着衣泳やライフジャケットの練習をしても、遊泳中の事故が多い現状においては、ライフジャケットなどを着用していないケースが多いと考えられる。基本的な第一行動として「浮く力」を身につけていないと危機管理できていないと言えよう。

本プログラムの特徴として子供でもわかりやすい表現を用いており、例えば、スカーリングの手の動きは「肘を曲げたままバイバイ」、巻足では「ザリガニのようにお尻を後ろに突き出す」などの表現を行っている。また一般的な立泳ぎとの違いは、体が水に接している面を増やしたことであると推察される。一般的な立泳ぎは体が垂直に立っており、沈みやすく上下に動き、脚力、スカーリングの技術がかなり高くないと長時間浮いていることは厳しい。しかし、今回指導した飯沼式の「浮く力」では、お尻を後ろに突き出し、顔は水面至近の位置で、顔、胸、お尻が水面に平行に面しており、簡単なスカーリングで更に手を広げ、巻足で足も広げることにより、水面に触れる体の面が増え、筋力、体力をあまり奪われずに長く浮くことができるようになったと考えられる。

「救助」に関しては、ライフセーバーなどの有資格者が溺者にアプローチし、救助を行ったほうが良いという意見が多いが、警視庁が公開しているデータから行為別の死者・行方不明者において「水難救助活動中」が2.6%であり、二次災害が実際に起こっている。このような二次災害は、救助活動に対する正しい知識と経験がないまま行動に移してしまった結果生じた悲劇であると言える。子供たちには、実際に救助活動を行わせることを意図したものではないが、救助活動を経験し、その困難さを体感することによって、安易に救助活動に乗り出して尊い命が失われることを防ぐことも目的としているものであり、このためにも、救助の訓練を行う教育は必要であろう。

第4節 プログラム後の検証 「イベント型プログラム (90分)」

着衣泳については、プールの水が汚れるという理由から水泳の最後の授業に行うとの回答をした学校が見られた。しかしながら、柴田ら(2004)³⁰の研究では、着衣泳による学校環境(プール水の衛生基準)を逸脱するような検査項目は認められなかったと報告している。着衣泳は「水が汚れる」という概念はいまだに残っているようであるが、実際は、何らかの根拠に基づくものではなく、先入観から来る思い込みによるものであると考えられる。

とはいえ、着衣泳に対するこのような考え方が未だに根強く残っていることを考えると、今後も着衣泳を行うには少し工夫が必要であると考ええる。飯沼式では、そのような意見があることも考慮して大人用のラッシュガード、サーフパンツを使用する事により、プールでも使用可能な素材での着衣泳を提案した。それを脱ぎ着する事により、水の中での着衣の感触を経験可能となる。ある程度、泳力があり、「浮く力」が高いレベルの場合は姿勢を保持した状態で、ラッシュガードを脱着することも推奨する。

指導内容に関しては、指導方法がわからないという回答が大半であったところ、飯沼式実施後の受講者に対するアンケートによれば、プログラムの時間が妥当であるとの回答、指導の方法が全部わかったという回答が大半を示していることから、飯沼式は、単純簡潔な内容で構成されているとの評価が可能であろう。

また、「水泳の練習で最も大切なこと」について、飯沼式プログラムの指導後では、「自分の身の安全守ること」という回答が最も多く、指導により意識の変化があったと言える。また、溺者を救う「救助の手順」についても指導前では、理解している人が少なかったが指導後には7割以上の方が理解していたことについては、プログラム内で救助の手順を何回か体験したことで、技術を理解したことによる結果であると考えられる。

第5節 「学校教育向け単元プログラム (45分)」

小中学校やスイミングスクールの短期プログラムで導入の可能性がある「浮く力」を習得することを重視した飯沼式プログラムを実践し、検証した結果、大きな成果が見られた。

効果については、「浮く力」の指導前と指導後で比較した結果、プログラム実施前は「浮く力」目標指数(81.3秒)を超えていたのは15人であったが、プログラム実施後は、34人に増加した。万が一、水中における危機的状況に遭遇した際であっても、第一行動である「浮く力」の目標指数を超える秒数の間浮いていることができれば、命に関わる深刻な状況になる前に救助される可能性も上がると考えられ、飯沼式プログラムは、ライフセーバーが到着するまで浮き続けられる力を養成するために、有益であるこ

とが示唆された。また、今回の検証では、顔を水面に付けないという条件すなわち、より高く浮いている状態を基準として「浮く力」のタイムを測定したが、実際に危機的状況に陥った際には、必ずしも、常に水面上に顔を出し続けていなければならないものではなく、第一行動としての浮いた状態から、第二行動として、浮いた姿勢のまま、一旦顔を水面につけて手足の動きや負担を抑えることによって体を休めた上で、再度、顔を水面に出す、という行動を繰り返すことにより、浮いている時間を更に伸長させることも可能であると推察される。

このような行動も、まず、「浮く力」が身に付いていることで、一度水面上に顔を出してしばらく浮くことで冷静さを取り戻すことによって可能となるものであり、浮く事ができれば、泳力やスキルに応じて、ライフセービング協会や学校でも指導をする巻き足やクロールを駆使して近くの岸等に泳ぎ着いたり、岸が遠い時には浮身の姿勢に体勢を変えたり、近くを漂流する浮力体があればこれに掴まる行動に移すなどの第二行動に移す時間的、精神的余裕を作ることができる。これは、第一行動を飯沼式プログラムで浸透させ、既存の第二行動に移行させることにより、従来から指導しているスキルをより実践の場で活かせる技術とすることにもつながり、水難事故を少しでも減らしたいという筆者のミッションの大きな一歩に成り得ることが考えられる。また、指導を担当した学生や中学校教員は水泳指導経験があるとはいえ、プログラムを直前に確認したにも関わらず、これに基づいて指導した結果、顕著な効果が認められたことから、前述した3つの問題の「指導者」の部分がクリアできる可能性があると考えられる。「バイバイ」「ザリガニ」などイメージしやすい表現が低学年でも比較的イメージを持って取組むことができたと考えられ、伝わりやすさの点でも利点のあるプログラムであると推察される。筆者のライフセーバーとしての経験上、水中での危難発生時に救助対象者が取った行動が救命の成否を左右した例は枚挙に暇がないが、飯沼式の浸透により、もしもの時に、「まずは浮く」、という適切な行動を取れる人が増えれば、水難事故を減少させることができ、また、水難事故時の救命の可能性向上にもつながるものと考察される。

第6節 プログラム実施の結果発見された課題と改善策の検討

1) 課題

本研究のため、飯沼式プログラム（90分、45分）を実践した結果、以上のような顕著な成果が得られたが、一方で、大人と子供を同時に指導したことに伴う以下のような課題が見つかった。

- ① 子供と大人、あるいは子供の中でも高学年と低学年とでは理解力の差があり、対象者の年齢や成長度に合わせたアシスタントコーチのフォローが必要

- ② 水深の問題。大人と子供とでは身長差があるので、同じプールで行う場合、特に子供の安全管理が重要である
- ③ バディシステム（2人1組）を用いたが救助の練習で体格差があると引き上げの練習など行う際には負担がかかる
- ④ スカーリングに比べて巻足は難易度が高い
- ⑤ お手本を見せることができるイメージしやすい

2) 改善策の検討

①、②に関してはオーストラリアの「SWIM & SURVIVE」では、Wonder（6-36ヶ月）、Courage（3-5歳）、Active（5-14歳。1~7でレベル分けがある）と年齢及びレベル別で別れており、生後6ヶ月からのプログラムがあり、各年齢に合わせたわかり易い内容になっている。飯沼式も年齢、学年に沿った内容にしていくことも検討したい。また、アシスタントコーチの付け方や、③体格差の克服方法については、オーストラリアの例を参考に、さらなる調査をする必要がある。

④については、スカーリングはイメージしやすいという意見が多かったが、巻足に関しては足の動きが平泳ぎのようなテクニックも使用するため、ある程度の泳力がある児童のほうが習得は早かった。水泳そのものの指導と合わせて行うことにより、より効果的な練習となり得るのではないかと考えられる。⑤に関しては、指導者が、ある程度お手本を見せながら進行できると、より一層効果的であると考察される。

以上の課題を踏まえて飯沼式ライフセービングプログラムの精度をより高めていきたい。学校、スイミング・フィットネスクラブの水泳教育の内容に引き続き推奨できると言える。

第7節 プログラムの導入と普及

教育を受ける側の調査では具体的な案や意見がいくつか述べられたが、学校においてはモデル校を設定し、ライフセービング教育を積極的に授業導入し、浮く力を伸ばし、実績を作れば近隣の学校にも好影響を与え導入できる可能性が考えられる。スイミングクラブより、学校のほうが具体的な成果が出る内容が求められたため今回は45分のプログラムに浮く力の習得をメインに置き、タイムを測定し、検証した。指導者の育成に関する一つの提案として、指導者に向けた参考書として以下の内容に配慮したマニュアルを完成させ、提示する事により解決できると考察される。

- ① 年齢区分別で内容の充実を図る
- ② 写真解説付きで水泳経験者ではなくても指導可能な表現を用いる

③ 時間配分など具体的な構成も記載

また、体育主任の会ではライフセービング教育において理解を示す意見が多く見られたが、校長などの幹部とのライフセービング教育に対する考え方なども統一させる説得性がある内容の必要性が示唆された。

スイミングクラブと学校の調査により、近年、学校の水泳授業を指導できる指導者が少ないため、スイミングクラブなどに外部委託する学校が増加してきているが、ルネッサンスなどにライフセービング教育を取り入れた水泳の授業を行ってもらい、実績を作り新たな好循環に向けたライフセービング教育の普及の可能性も考えられた。今後は、下記の通り「浮く力」目標指数の可能性を踏まえてより具体的に浮く力の目標数値を各地域で算出できるように研究を続けたい。

第8節 「浮く力」目標指数の可能性

本研究においては、「浮く力」目標指数を、ライフセービング教育において、浮いていられる時間の目標となる数値として適示した。しかし、「浮く力」目標指数は、翻って、海水浴場におけるライフセーバーの配置方針を考えるための指針として用いることができるものと考えられる。

すなわち、その海水浴場に備わっている器具、海岸の広さから、逆算して、必要なライフセーバー数を割り出すためにも使え、海水浴場の安全確保基準としても用いることができるであろう。これにより、日本の全ての海水浴場において、その特性に応じた最適な人数のライフセーバーが配置されることになり、もしもの水難事故の際に、救助できる可能性が向上するものと考察される。

第9節 まとめ

本研究では、教育を受ける側も提供側も現在の水辺の安全教育の不十分さを認識しているにも関わらず、「指導者」「時間」「指導内容」の面からその充実が図られない現状が明らかとなった。これらの状況の解決に、飯沼式「ライフセービングプログラム」の導入が一定の効果をもたらすことが今回の調査から推察された。「学校教育向け単元プログラム（45分）」と「イベント型プログラム（90分）」は、その指導内容および実施時間においては一定の効果が検証されたが、指導者という側面においては、今回の研究では十分に検証できなかった。今後は指導者用マニュアルの開発や指導者講習会等についても検討しなくてはならない。一方でライフセーバー資格を持つ者とのコラボレーションも可能である。様々な資源の有効活用も合わせて今後、更なる研究が必要である。水難事故を防ぐ上で非常に重要なことは落水した際に慌てなくてすむ「溺れない力」

を身につけておくことである。そのため、飯沼式「ライフセービングプログラム」では、「浮く力」目標指数を提示し、「浮く力」の習得を重視した内容になっている。

今回の研究で「浮く力」の指導効果については検証できたので、他の項目についてもさらに検討し、飯沼式プログラムの精度のさらなる向上に努めたい。また、プログラムの内容は大人へも一定の効果があることが示唆された。今後も幅広い年齢層へのアプローチを検討したい。今回提示したプログラムは一つの提案にすぎない。今後、より精度を上げた飯沼式プログラムが多く実施されて、普及されれば、水難事故防止の関心も高まり、相乗効果が生まれ、事故を防ぐ事につながる事が考えられる。そのような環境作りに役立つようなプログラム作りを引き続き追求していきたい。筆者も多くの水難事故現場に遭遇してきたが、水の事故は突然静かに起こり、そして毎回状況は異なる。

飯沼式「ライフセービングプログラム」を習っても、自然環境のもとでは到底対応できないことが多くあると考えられる。すなわち飯沼式「ライフセービングプログラム」には、もちろん限界はある。しかし、何も知らない事こそ一番危険を生むと考えられ、この飯沼式「ライフセービングプログラム」を学んで、少しでも悲しい水の事故を防ぐ事につながる事が重要であり、そして万が一何か起きた時にパニックにならずに対応できることが望まれる。

四方を海に囲まれた日本において、学校に導入が期待される「ライフセービング教育」や既に学校教育の導入が検討されている「海洋教育」が取り入れられ、子供たちが自然環境に関心を持ち、友達や家族と、もっと海や川に親しめるようにライフセービングの本質を学び、個々が水を取り巻く環境に対する正確な知識を持つことが重要である。

都市化が進む今日の日本においてお互いが助けあう心を醸成することは、海洋国家として日本に必要であると考察される。

また、「浮く力」は、河川においても、長時間浮いていられれば、流されながらも救助を待つことや、一旦浮いた上で、泳いで岸に向かうなどの第二行動に移しやすくなるし、岩などに掴まって逃れられる可能性も高まるため、救命の可能性を上げることにつながるといえるだろう。この観点からも、浮く力は、自助の第一歩となると考えられる。

第5章 結論

本研究は、日本の水辺の安全教育の現状と課題を踏まえ、「浮く力」の習得を重視した飯沼式ライフセービング法を教育導入するための方策を明らかにすることを目的としたものである。

ライフセービング教育を導入するにあたっては、現状の学習指導要領の下では多くの時間をかけられる状況を直ちに作ることは困難であるが、飯沼式「学校教育向け単元プログラム（45分）」は、小中学校において、水泳学習の授業1コマから行うことが可能であり、これを毎年継続して行うことにより水泳授業内での水辺の安全教育の強化が推進されることと推測され、今後の学習指導要領の中で、ライフセービング教育が最低1コマは導入されることが望ましい。

スイミングスクールやフィットネスクラブにおいては、第1段階として飯沼式「イベント型プログラム（90分）」を導入し、必要性や興味を抱いてもらう事が重要であると考えられる。さらに、最終的には「世田谷式」のような通年プログラムを行うことが継続的なライフセービング教育を行う上で重要であり、その結果、水難事故を減少させることに寄与できると考えられる。

的確なライフセービング教育を未経験者が行うことは容易ではない。そのような中で、今回構築したライフセービングプログラムが教育導入する際の参考資料となり、学校教育の現場やスイミングスクールなど多方面において指導実践されることで、水の事故を減らす「好サイクル」へと転じる可能性を述べた。

水辺の安全教育が十分ではない日本において、飯沼式「ライフセービングプログラム」の導入がその解決の一助となる可能性が示された。

第6章 謝辞

本稿の執筆にあたっては、多くの方々のご協力やお力添えがなければ完成には至らなかった。ご指導、ご協力頂いた全ての方に感謝を申し上げたい。

指導教員である平田竹男教授には、本稿に対するご指導はもちろんのこと、スポーツビジネスの考え方や、勉強に対する姿勢など大変熱心にご指導頂いた。平田教授にご指導頂いたことは非常に誇りである。1年間という短い期間で私の人生の中で最も充実した日々を送ることができ、成長させて頂いた。

同様に、本研究に重要な示唆を与えて頂いた副査の中村好男教授、論文作成に関する丁寧で細かな指導をして頂いた児玉有子先生をはじめ、早稲田大学スポーツ科学研究科でご指導を頂いた教授および講師の皆様がこの場をお借りしてお礼を申し上げたい。アンケートやインタビューにご協力頂いた方々、またそのアポイントなどにご尽力頂いた福島県の軽部先生、千葉県館山市の川名氏、熊田氏、フィットネスクラブの古賀氏、山本氏、国際的な情報を与えてくださった相澤氏、風間氏、またその他の協力を頂いた、館山サーフクラブ、世田谷スイミングアカデミー、日本ライフセービング協会関係者の皆様。そして日本のみならず、オーストラリアのライフセービング協会関係者の方々から貴重なアドバイスやご協力を頂いた。この場を借りて感謝申し上げたい。

さらに、平田研究室同期の8期生の皆様にも、多くのご指導を頂き、本稿を完成させることが出来た。皆様のご助力に心より感謝申し上げます。

修士2年制の三澤翼氏、久保谷友哉氏、山本亜雅沙氏、李トウフウ氏にも、様々な面から支援を頂いた。多くの協力と、論文完成までのサポートとたくさんの刺激を頂いた点において、改めて感謝の意を表したい。

最後に、本論文を作成するにあたり、多大なるサポートをしてくれた家族と妻に感謝を伝えて本稿をしめくくらせて頂きたい。

付録

付録 1

アンケート回答 保護者 (n=84)

1. お子様の性別は？	男 54 (52%)	女 50 (48%)
2. お子様の学年は？	1年生 13人 (12%)	2年生 22人 (19%)
	3年生 15人 (13%)	4年生 23人 (21%)
	5年生 22人 (19%)	6年生 18人 (16%)
3. 子供に起こり得る不慮の事故の中で何が脅威と感じますか？	水の事故 62人 (37%)	火事 18人 (10%)
	交通事故 75人 (45%)	山の事故 1人 (1%)
		窒息 12人 (7%)
4. 子供に関しては夏の3ヶ月間(6~8月)で年間の70%以上の水難事故が発生している事を知っていましたか？	とても知っていた 3人 (4%)	何となく知っていた 38人 (46%)
	どちらとも言えない 6人 (7%)	あまり知らない 22人 (26%)
	全く知らない 14人 (17%)	
5. 2分に一人より早いペースで世界中において溺水事故で命が失われている事を知っていましたか？	とても知っていた 1人 (1%)	何となく知っていた 4人 (5%)
	どちらとも言えない 0人 (0%)	あまり知らない 25人 (30%)
	全く知らない 53人 (64%)	
6. 少量の水(例:バケツ一杯)でもあっという間に溺水事故につながる事を知っていましたか??	とても知っていた 11人 (13%)	何となく知っていた 44人 (53%)
	どちらとも言えない 2人 (2%)	あまり知らない 13人 (16%)
	全く知らない 13人 (16%)	
7. ご自身のお子様溺水事故に遭遇することは、ほとんどないと感じていますか？	とてもそう思う 3人 (4%)	少しそう思う 15人 (18%)
	どちらとも言えない 20人 (24%)	あまり思わない 23人 (28%)
	全く思わない 22人 (26%)	

8. あなた自身が溺れた事がありますか？	ある 18 人 (22%) ない 63 人 (76%)
9. お子様が実際に溺れた事がありますか？	ある 20 人 (24%) ない 63 人 (78%)
10. 9.において「1. ある 2. 少しある」と答えた方の中でその回数は何回ですか？	1 回 18 人 (90%) 2 回 1 人 (5%) 3 回 1 人 (5%) 4 回、5 回、5 回以上 0 人 (0%)
11. 9.において「1. ある 2. 少しある」と答えた方はその時のご自身のお子様の年齢は何歳ですか？（複数回答可）	0～3 歳 8 人 (40%) 4～6 歳 12 人 (60%) 7～9 歳 0 人 (0%) 10～12 歳 0 人 (0%)
12. 9.において「1. ある 2. 少しある」と答えた方はその場所はどこですか？（複数回答可）	海 5 人 (25%) プール 10 人 (50%) 川 2 人 (10%) 浴槽 3 人 (15%)
13. ライフセービングを知っていましたか？	とてもよく知っている 6 人 (7%) やや知っている 63 人 (76%) どちらとも言えない 5 人 (6%) あまり知らない 9 人 (11%) 全く知らない 0 人 (0%)
14. 13.において「1. とてもよく知っている 2. やや知っている」と答えた方はライフセービングについて何について知っていましたか？（複数回答可）	救命 62 人 (69%) 環境 2 人 (2%) 福祉 0 人 (0%) 競技スポーツ 25 人 (28%) 教育 1 人 (1%)
15. ご自身のお子様は学校の授業において水辺の安全指導教育を受けていますか？	受けている 15 人 (18%) 受けていない 65 人 (78%) わからない 3 人 (4%)
16. 15.において「1. 受けてい	座学のみ 8 人 (53%)

る」と答えた方に質問です。 その授業は具体的にどのような内容ですか？	着衣泳 7 人 (47%) ライフセービングの授業 0 人 (0%) 救命に関する授業 0 人 (0%) その他 0 人 (0%)
17. 現在のお子様の幼稚園、小 中高校のカリキュラムで水 辺の安全教育として充分だ と思いますか？	とても思う 2 人 (2%) まあまあ思う 6 人 (7%) あまり思わない 18 人 (22%) 全く思わない 46 人 (55%) わからない 12 人 (14%)
18. 15.において「2. 受けてい ない」と答えた方は学校の 授業における水辺の安全指 導教育の必要性に関してど のように感じていますか？	非常に必要 55 人 (85%) やや必要 10 人 (15%) どちらとも言えない 0 人 (0%) あまり必要ではない 0 人 (0%) 全く必要ではない 0 人 (0%)
19. ご自身のお子様が海や川、 プールなどで溺れた場合、 保護者（あなた）自身が救 助等の適切な対応ができ ると思いますか？	かなり自信がある 0 人 (0%) 少し自信がある 4 人 (5%) どちらとも言えない 12 人 (14%) あまり自信がない 34 人 (41%) 全く自信がない 33 人 (40%)
20. ご自身のお子様が海や川、 プールなどにおいて、お子 様自身が適切な自助行為を できると思いますか？（セ ルフレスキューができるか どうか）	かなりそう思う 1 人 (1%) 少しそう思う 1 人 (1%) どちらとも言えない 8 人 (10%) あまりそう思わない 30 人 (36%) 全くそう思わない 43 人 (52%)
21. ご自身のお子様が海や川、 プールなどで溺れた人に遭 遇した場合、お子様自身が 救助等の適切な対応でき ると思いますか？	かなりそう思う 0 人 (0%) 少しそう思う 0 人 (0%) どちらとも言えない 5 人 (6%) あまりそう思わない 22 人 (27%) 全くそう思わない 56 人 (67%)
22. 学校教育以外に水の安全教 育を行っているスクールが	かなり受けさせたい 27 人 (33%) やや受けさせたい 36 人 (43%)

<p>あれば定期的にお子様に受けさせたいですか？</p>	<p>どちらとも言えない 19 人 (23%) あまり受けさせたくない 1 人 (1%) 全く受けさせたくはない 0 人 (0%)</p>
<p>23. 学校へのライフセービング教育の導入が必要と感じますか？</p>	<p>非常に必要 62 人 (75%) やや必要 20 人 (24%) どちらとも言えない 1 人 (1%) あまり必要ではない 0 人 (0%) 全く必要ではない 0 人 (0%)</p>
<p>24. 23. で「1. 非常に必要 2. やや必要」と答えた方に質問です。それは 1 年間に受講するその授業の合計は、何コマ程度導入する必要があると感じましたか？ (1 コマ 45 分授業として)</p>	<p>1～2 コマ 5 人 (6%) 2～3 コマ 21 人 (25%) 3～4 コマ 17 人 (21%) 4～5 コマ 17 人 (21%) 5 コマ以上 22 人 (27%)</p>
<p>25. 23. で「1. 非常に必要 2. やや必要」と答えた方に質問です。学校へのライフセービング教育の導入は何年時に必要だと感じますか？</p>	<p>1 年生 7 人 (9%) 2 年生 1 人 (1%) 3 年生 14 人 (17%) 4 年生 5 人 (6%) 5 年生 4 人 (5%) 6 年生 0 人 (0%) 6 学年全ての学年 51 人 (62%)</p>

付録 2

アンケート スイミングアカデミー保護者 (n=103)

1. お子様の学年は？	年中 6 人 (5%)	年長 11 名 (10%)
	1 年生 20 人 (17%)	2 年生 17 人 (15%)
	3 年生 9 人 (8%)	4 年生 17 人 (15%)
	5 年生 9 人 (8%)	6 年生 12 人 (10%)
	中学 1 年生 7 人 (6%)	中学 2 年生 4 人 (3%)
	中学 3 年生 2 人 (2%)	高校 1 年生 1 人 (1%)
	高校 2、3 年生 0 人 (0%)	
	2. アカデミーに入会しておおよそどれくらい経ちましたか？	6 ヶ月 30 人 (29%)
1 年半 23 人 (22%)		2 年 9 人 (9%)
2 年半 14 人 (13%)		その他 22 人 (21%)
3. お子様は今までにスイミングアカデミー以外のスクールに通った事がありますか？	ある 63 人 (61%)	
	ない 40 人 (39%)	
4. 3.において「ある」とお答えのお子様はどのような環境で習いましたか？	学校の水泳授業 3 人 (5%)	
	短期水泳教室 6 人 (9%)	
	個人レッスン 3 人 (5%)	
	スイミングスクール 51 人 (81%)	
5. 3.において「ない」とお答えのお子様はその理由は？	遠くて通えなかった 1 人 (2%)	
	時間やお金に余裕がなかった 7 人 (17%)	
	必要と思わなかった 13 人 (33%)	
	子供がやりたがらなかった 8 人 (20%)	
	年齢が若すぎた 8 人 (20%)	
	年齢が行き過ぎた 0 人 (0%)	
	既往歴があるため 0 人 (0%)	
その他 3 人 (8%)		
6. スイミングアカデミーに入会されたきっかけを教えてください。	水の安全に興味があった 33 人 (32%)	
	子供が入りたいと言ったから 12 人 (11%)	
	水泳を学びたい 18 人 (17%)	
	競泳選手になって欲しい 3 人 (3%)	

	水のスポーツをする為に（ボート、釣り、サーフィンなど）5人（5%）
	水を好きになって欲しい5人（5%）
	楽しむため3人（3%）
	社会的な発達を求めて2人（2%）
	学校のプールだけでは泳力が上達しない12人（12%）
	その他10人（10%）
7. スイミングアカデミーに入会してどのように感じていますか？	大変良かった68人（66%） 良かった26人（25%） 普通9人（9%） あまり良くない0人（0%） 良くない0人（0%）
8. 7.において「大変良かった」「良かった」とお答えの方ほどのような点が良かったのでしょうか？ (複数回答可)	水泳をしっかり学べること66人（24%） 水の怖さを学んだこと24人（9%） 助けることを学んだ35人（12%） 思いやりがでてきた6人（2%） たくましくなってきた42人（15%） 人間的に成長した16人（6%） ライフセービングが学べたこと66人（24%） 命の大切さを学んだ18人（6%） とくになし0人（0%） その他5人（2%）
9. スイミングアカデミーに期待する成果は？	プールを泳いでわたることができるようになって欲しい2人（2%） 水の安全を学ぶこと21人（20%） 水深があるところで長い時間浮いていられるようになってほしい5人（5%） 浮いていられるようになってほしい（巻き足など）3人（3%） 水に落ちても自分の身を守れるようになってほしい34人（33%） 2泳法以上泳げるようになってほしい4人（4%） 水を怖がらなくなっほしい、楽しんでほしい8人（8%） 泳ぐことに自身を持ってほしい16人（15%） その他10人（10%）
10. 退会するとしたらその	安全に関する技術をクリアした6人（6%）

理由は？	<p>時間や金銭的な余裕による 34 人 (33%)</p> <p>他の運動を習いたい感じた 4 人 (4%)</p> <p>子供が楽しんでいない時 22 人 (21%)</p> <p>子供の将来性がないと感じた 1 人 (1%)</p> <p>すべての級に合格した時 5 人 (5%)</p> <p>進学するタイミングで 18 人 (17%)</p> <p>その他 13 人 (13%)</p>
11. スイミングアカデミーに参加して習う前と比べて変わったことは何ですか？ (複数回答可)	<p>泳ぐことが速くなった 33 人 (16%)</p> <p>泳ぎがきれいになった 43 人 (21%)</p> <p>セルフレスキューができるようになった 25 人 (12%)</p> <p>ライフセービングを学んで人間的に成長した 25 人 (12%)</p> <p>水を怖がらなくなった 19 人 (9%)</p> <p>楽しんで泳げるようになった 45 人 (22%)</p> <p>特に変わりはない 5 人 (3%)</p> <p>その他 9 人 (5%)</p>
8. 水泳とライフセービングを両方習って各級のテスト項目に入っていることについてどう思いますか？	<p>大変良いこと 61 人 (60%)</p> <p>良いこと 30 人 (29%)</p> <p>どちらでも良い 8 人 (7%)</p> <p>どちらかに絞ってレッスンして欲しい 3 人 (2%)</p>
9. お子様は水辺の安全教育を幼稚園、小学校または中学校、高校の授業の中で受けていますか？	<p>受けている 34 人 (33%)</p> <p>受けていない 40 人 (40%)</p> <p>わからない 28 人 (27%)</p>
10. 現在のお子様の幼稚園、小中高校のカリキュラムで水辺の安全教育として充分だと思いますか？	<p>とても思う 3 人 (3%)</p> <p>まあまあ思う 14 人 (14%)</p> <p>あまり思わない 31 人 (30%)</p> <p>全く思わない 35 人 (34%)</p> <p>わからない 19 人 (19%)</p>
11. 学校の授業にライフセービング教育を取り入れた方が良いと思いますか？	<p>とても思う 50 人 (49%)</p> <p>まあまあ思う 43 人 (42%)</p> <p>あまり思わない 8 人 (8%)</p> <p>全く思わない 0 人 (0%)</p>

	わからない 1 人 (1%)
12. 11. において「とても思う・ まあまあ思う」と答えた方 は具体的にどの程度学校の 授業に取り入れるべきだと 思いますか？それは 1 年間 に受講する授業の合計は何 コマ程度導入する必要があ ると感じますか？ (1 コマ 45 分授業として)	1~2 コマ 8 人 (9%) 2~3 コマ 27 人 (29%) 3~4 コマ 14 人 (15%) 4~5 コマ 17 人 (18%) 5 コマ以上 27 人 (29%)
13. 11. において「とても思う・ まあまあ思う」と答えた方 に質問です。学校教育にラ イフセービング教育を導入 する場合は何年生の時に必 要だと思いますか？	年少 1 人 (1%) 年中 3 人 (2%) 年長 6 人 (4%) 小学 1 年生 10 人 (7%) 小学 2 年生 2 人 (1%) 小学 3 年生 14 人 (10%) 小学 4 年生 15 人 (11%) 小学 5 年生 17 人 (12%) 小学 6 年生 12 人 (9%) 全ての学年で履修 42 人 (30%) 中学生 10 人 (7%) 高校生 8 人 (6%)
14. あなた (保護者の方) は過 去に溺れた事があります か？	ある 26 人 (25%) ない 76 人 (75%)
15. あなた (保護者の方) の性 別はどちらですか？	男 6 人 (5%) 女 97 人 (95%)

アンケート 小学校教員 (n=93)

1. ガイドライン 2010 の『胸骨圧迫 対 人工呼吸』（心肺蘇生法）の理想的な回数比は？	「20：2」 38 人（41%） 「20：1」 10 人（11%） 「30：2」 43 人（46%） 「30：1」 2 人（2%）
2. 海や川、またはプールなどにおいて自分自身が溺れたときにきちんと対応できると思いますか？（セルフレスキューできるかどうか）	「とても思う」 1 人（1%） 「まあまあ思う」 27 人（29%） 「あまり思わない」 55 人（59%） 「全然思わない」 10 人（11%）
3. 海や川またはプールなどにおいて、誰かが溺れた時に救助できると思いますか？	「とても思う」 2 人（2%） 「まあまあ思う」 37 人（40%） 「あまり思わない」 42 人（45%） 「全然思わない」 12 人（13%）
4. 水泳の授業で重要視している事は何ですか？	「速く泳ぐ事」 2 人（2%） 「2 泳法の習得」 60 人（64%） 「着衣泳」 1 人（1%） 「身の守り方」 8 人（9%） 「水の危険性の指導」 22 人（24%）
5. 水辺の安全教育指導を小学校の授業の中で行っていますか？	「行っている」 63 人（68%） 「行っていない」 30 人（32%）
6. 5.において「行っている」とお答えの方、それは1年間のうち何時間ですか？	「1～2 時間」 53 人（84%） 「2～3 時間」 9 人（14%） 「3～4 時間」 0 人（0%） 「4～5 時間」 0 人（0%） 「5 時間以上」 1 人（2%）
7. 5.において「行っている」とお答えの方、それは何年生の時ですか？	「1 年生」 0 人（0%） 「2 年生」 5 人（8%） 「3 年生」 5 人（8%） 「4 年生」 12 人（19%） 「5 年生」 8 人（13%） 「6 年生」 2 人（3%）

	「6 学年全ての学年」 31 人 (49%)
8. 5.において「行っている」とお答えの方、ご自身の小学校での指導カリキュラムは水の事故が起こらないように未然に防ぐ内容になっていると思いますか？	「とても思う」 3 人 (5%) 「まあまあ思う」 37 人 (59%) 「あまり思わない」 19 人 (30%) 「全然思わない」 4 人 (6%)
9. 現在のあなたの小学校のカリキュラムで水辺の安全教育としては充分だと思いますか？	「とても思う」 0 人 (0%) 「まあまあ思う」 28 人 (30%) 「あまり思わない」 50 人 (54%) 「全然思わない」 15 人 (16%)
10. ライフセービングをご存知ですか？	「よく知っている」 17 人 (18%) 「少し知っている」 47 人 (51%) 「あまり知らない」 25 人 (27%) 「全く知らない」 4 人 (4%)
11. 今後あなたの小学校にライフセービング教育の授業導入は可能でしょうか？	「とても思う」 5 人 (5%) 「まあまあ思う」 50 人 (54%) 「あまり思わない」 37 人 (40%) 「全然思わない」 1 人 (1%)
12. 11.において、「とても思う・まあまあ思う」と答えた方は取り入れ方を可能だと思う方法を教えてください	「新たに授業を増設する」 0 人 (0%) 「他の授業と入れ替える」 3 人 (5%) 「特別授業に新たに取り入れる」 7 人 (13%) 「水泳の授業内容を変更する」 45 人 (82%) 「わからない」 0 人 (0%)
13. ライフセービング教育を授業導入する場合、1 年間の中で何コマ程度、授業導入可能でしょうか？ (1 コマ 45 分授業として)	「1～2 コマ」 48 人 (52%) 「2～3 コマ」 21 人 (23%) 「3～4 コマ」 6 人 (6%) 「4～5 コマ」 5 人 (5%) 「5 コマ以上 1 人」 (1%) 「わからない」 12 人 (13%)
14. 授業にライフセービング教育を導入する場合の問題点は？	「指導できる教員がいない」 76 人 (82%) 「指導内容がわからない」 14 人 (15%) 「問題はない」 1 人 (1%)

	「指導場所が分からない」 1 人 (1%)
	「その他」 1 人 (1%)
15. 14 において「指導できる教員がいない」と答えた方は指導方法がわかるマニュアルがあれば指導できると思いますか？	「とても思う」 8 人 (11%) 「まあまあ思う」 41 人 (54%) 「あまり思わない」 26 人 (34%) 「全然思わない」 1 人 (1%)
16. 着衣泳を行っていますか？	「定期的に行っている」 55 人 (59%) 「不定期に行っている」 24 人 (26%) 行っていない 14 人 (15%)
17. 16 において「定期的に行っている、不定期に行っている」とお答えの方にお聞きします。その時期はいつでしょうか？	「4～6月」 1 人 (1%) 「7月」 38 人 (48%) 「8月」 10 人 (13%) 「9月」 30 人 (38%) 「10月」 0 人 (0%)
18. 着衣泳はいつの時期に行う事が理想でしょうか？	「4～6月」 20 人 (21%) 「7月」 55 人 (60%) 「8月」 8 人 (9%) 「9月」 10 人 (11%) 「10月」 0 人 (0%)

インタビューシート フィットネスクラブ幹部

ライフセービングについて、お答えください 氏名

・性別 (男・女)・年齢 (才)・業界歴 (年)・役職 ()

●水辺の安全教育指導をスイミングスクールのプログラムの中で行っていますか Yes & No
行っている場合はその内容、行っていない場合はその理由

●スイミングコーチはBLS (一次救命処置) 関連の資格は持っていますか (日赤救急法やCPR等)

●御社にライフセービングを導入するとしたら、なにが出来ますか (下記より複数回答可)

- A. スイミングとライフセービングをミックスした世田谷式を導入できる (指導者派遣型)
- B. スイミングとライフセービングをミックスした世田谷式を導入できる (マニュアル型)
- C. 既存のスクールのカリキュラムを一部変更してLSを導入できる (指導者派遣型)
- D. 既存のスクールのカリキュラムを一部変更してLSを導入できる (マニュアル型)
- E. 既存スイミングスクールとは別に、LSクラスを導入できる (指導者派遣型)
- F. 既存スイミングスクールとは別に、LSクラスを導入できる (マニュアル型)
- G. 年に何回か、LS普及イベントを開催する/指導者派遣型 (時間程度のイベント)
- H. 年に何回か、LS普及イベントを開催する/マニュアル型 (時間程度のイベント)
- I 「ライフセービングとは」しおり (8P) を会員に配布できる
- J. ライフセービング関連のカリキュラムやイベントは一切の導入は難しい
- K. その他、上記以外で、ライフセービングの導入法があれば、御意見を下さい。

●飯沼誠司やライフセービングが、フィットネス業界の発展に寄与できることは、何かありますか？

付録 5

飯沼式「イベント型プログラム (90分)」

	DAY 2013/11/30				指導者 飯沼 誠司			TIME TABLE		
	PLACE 熊本				TITLE 飯沼式「イベント型プログラム(90分)」					
	TIME 12:30 ~ 13:56				CLASS 一般、子供 18人					
MENU	距離	回数	セット数	時間(分)	内容	必要機材	合計距離			
水の出入り	0	2	1	1 0	エントリー 入水		0	2 0	12:32	
	0	2	1	1 0	上がり方 出水		0	2 0	12:34	
浮身	5	1	1	5 0	浮き方 Survival Backstroke		5	5 0	12:39	
浮く力	25	1	1	2 0	クロール、平泳ぎ		25	2 0	12:41	
	25	1	1	2 0	バックストローク		25	2 0	12:43	
	0	1	1	5 0	スカーリング 陸上、水中		0	5 0	12:48	
	0	1	1	10 0	巻き足 ビート板40枚		0	10 0	12:58	
動いている水での練習	50	2	1	5 0	歩き～浮く		100	10 0	13:08	
	0	1	1	2 0	巻き足orバックストロークorスカル		0	2 0	13:10	
	0	0	0	0 0			0	0 0	13:10	
休憩	0	1	1	5 0	休憩		0	5 0	13:15	
救助	0	1	1	3 0	リーチレスキュー 3m	デッキブラシ10本程度	0	3 0	13:18	
	0	1	1	5 0	スローレスキュー5m	ビート板 10枚	0	5 0	13:23	
	0	1	1	5 0	スローレスキュー5m	ロープ 7m以上 5~10本	0	5 0	13:28	
	0	1	1	5 0	ペットボトル	2 ペットボトル15個ぐらい	0	5 0	13:33	
	0	1	1	5 0	レスキューチューブ体験	5~10本	0	5 0	13:38	
	0	0	0	0 0			0	0 0	13:38	
着衣泳	0	2	1	5 0	ラッシュガードで脱着	ラッシュガードかサーフパンツ	0	10 0	13:48	
	0	0	0	0 0			0	0 0	13:48	
リレー	0	0	0	0 0			0	0 0	13:48	
	0	1	1	5 0	着衣泳競争		0	5 0	13:53	
	0	0	0	0 0			0	0 0	13:53	
	0	0	0	0 0			0	0 0	13:53	
DOWN	25	1	1	3 0			25	3 0	13:56	
	0	0	0	0 0			0	0 0	13:56	
	0	0	0	0 0			0	0 0	13:56	
TOTAL							180	86 0	13:56	

付録 6

飯沼式「学校教育向け単元プログラム (45分)」

MENU	DAY 2014/1/7,18				指導者 三井結里花/市川恵理				距離	TIME TABLE		
	PLACE 世田谷、館山				TITLE 飯沼式「学校教育向け単元プログラム(45分)」							
	TIME 16:50 ~ 17:33				GLASS スイミング会員小学生38名/スイミング非会員31名、一般17名							
距離	回数	セット数	時間	内容		ポイント	距離	TIME	TABLE			
水の出入り	0	1	1	2:00	エントリー 入水			0	2	0	16:52	
	0	1	1	2:00	上がり方 出水	足をついてプールサイドに上がる		0	2	0	16:54	
	0	0	0	0:00	歩き～浮く	足をつかずにプールサイドに上がる	キックを使って	0	0	0	16:54	
浮く力 スカーリング	0	1	1	2:00	陸上	手の動き	肘を曲げたまま「バイバイ」の練習	ゆっくり動かす	0	2	0	16:56
	0	1	1	2:00			手をよせる、離す		0	2	0	16:58
	0	0	0	0:00	水中	手の動き	肩まで浸かり「バイバイ」の練習	水の抵抗を	0	3	0	16:58
	0	1	1	3:00			手を寄せる、離す	感じる	0	3	0	17:01
	0	1	1	3:00			立った状態で「バイバイ」をして	力まない	0	3	0	17:04
	0	0	0	0:00			体をなるべく浮かせる		0	0	0	17:04
	0	1	1	3:00					0	3	0	17:07
0	0	0	0:00			0	0	0	17:07			
浮く力 巻き足	0	1	1	2:00	陸上	手の動き	足を右左交互に内側へ回す	足の裏で蹴る	0	2	0	17:09
	0	1	1	3:00			外側から内側に回すときに蹴る		0	3	0	17:12
	0	0	0	0:00	水中	足の動き	壁を持って顔を水につけて練習	顔、お尻は、	0	3	0	17:12
	0	1	1	3:00			手を離して浮いたまま足の練習	水面に平行に	0	3	0	17:15
	0	0	0	0:00			「ザリガニのようにお尻を後ろに出す」	膝と胸を近くにキープ	0	3	0	17:18
浮く力 コンビネーション	0	1	1	5:00	水中	手と足の動き	顔を上げてスカーリングと巻き足	呼吸は素早く	0	5	0	17:18
	0	0	0	0:00			顔を上げてスカーリングと巻き足	水面スレスレで	0	0	0	17:23
	0	0	0	0:00			顔を上げてスカーリングと巻き足	巻足の回転	0	0	0	17:23
	0	1	1	5:00			顔を上げてコンビネーション	ゆっくり	0	5	0	17:28
	0	0	0	0:00			完成形	「バイバイ」の力を入れなし	0	0	0	17:28
	0	0	0	0:00					0	0	0	17:28
救助 一部分	10	1	1	5:00	ビート板レスキュー		巻き足を使って、溺者を想定し	巻き足を使ってしっかり	10	5	0	17:33
	0	0	0	0:00			ビート板を手渡し救助	溺者を救助する。競争で	0	0	0	17:33
	0	0	0	0:00				はないのでゆっくり	0	0	0	17:33
TOTAL									10	43	0	17:33

付録 7

アンケート 「イベント型プログラム (90 分)」 指導前 (n=18)

1. 水泳を習った事がありますか？	「ある」 17 人 (94%) 「ない」 1 人 (6%)
2. 何メートル泳げますか？	「0~25m」 2 人 (11%) 「25~50m」 4 人 (22%) 「50~100m」 2 人 (11%) 「100m~200m」 0 人 (0%) 「200m 以上」 10 人 (56%)
3. 水泳の練習では何が一番大切ですか？	「自分の身の安全守ること」 5 人 (28%) 「速く泳げること」 6 人 (33%) 「きれいに泳げること」 1 人 (5%) 「浮けるようになる」 1 人 (6%) 「長く泳げるようになる」 3 人 (17%) 「楽しく泳ぐこと」 2 人 (11%)
4. プールや海の浅い場所でも溺れてしまうと思いますか？	「とても思う」 11 人 (61%) 「まあまあ思う」 3 人 (17%) 「あまり思わない」 3 人 (17%) 「全然思わない」 1 人 (5%)
5. 子供だけで海や川に行くことは危ないと思いますか？	「とても思う」 11 人 (61%) 「まあまあ思う」 5 人 (28%) 「あまり思わない」 2 人 (11%) 「全然思わない」 0 人 (0%)
6. 水の中で服を着たまま泳ぐことは簡単だと思いますか？	「とても思う」 1 人 (6%) 「まあまあ思う」 4 人 (22%) 「あまり思わない」 4 人 (22%) 「全然思わない」 9 人 (50%)
7. 溺れている人を助ける手順を知っていますか？	「理解している」 1 人 (6%) 「わからない」 17 人 (94%)
8. ペットボトルにつかまって水の上で浮くことはできると思いますか？	「とても思う」 7 人 (39%) 「まあまあ思う」 6 人 (33%)

すか？	「あまり思わない」5人 (28%) 「全然思わない」0人 (0%)
9. 溺れている人を助けるために 近づいたら危ないと思いますか？	「とても思う」9人 (50%) 「まあまあ思う」6人 (33%) 「あまり思わない」3人 (17%) 「全然思わない」0人 (0%)
10. あなたが水の中で長い時間、 流されてしまっている場合どうし ますか？	「とにかく泳ぐ」3人 (17%) 「もがく」1人 (5%) 「力を抜いて浮く」9人 (50%) 「浮いているものにつかまる」5人 (28%) 「騒ぐ」0人 (0%)
11. 学校やスイミングで身の安 全を守る内容の水泳の授業はあり ますか？	「ある」9人 (50%) 「ない」8人 (44%) 「わからない」1人 (6%)
12. 学校やスイミングで身の安 全を守る水泳の授業を習ってみた いですか？	「とても思う」9人 (50%) 「まあまあ思う」5人 (28%) 「あまり思わない」4人 (22%) 「全然思わない」0人 (0%)

付録 8

アンケート 「イベント型プログラム (90 分)」 指導後 (n=18)

1. 今日の練習はどうでしたか？	「とても満足」 16 人 (89%) 「まあまあ満足」 2 人 (11%) 「あまり満足ではない」 0 人 (0%) 「全く満足ではない」 0 人 (0%)
2. どの練習が楽しかったですか？	「浮く姿勢」 0 人 (0%) 「スカーリング」 1 人 (6%) 「レスキュー」 13 人 (72%) 「着衣泳」 4 人 (22%) 「なし」 0 人 (0%)
3. 今日の練習の長さはどうでしたか？	「長い」 1 人 (5%) 「ちょうどいい」 14 人 (78%) 「短い」 3 人 (17%)
4. 今日の練習でわかりにくかった練習はありますか？	「浮く姿勢」 2 人 (11%) 「スカーリング」 0 人 (0%) 「レスキュー」 0 人 (0%) 「着衣泳」 2 人 (11%) 「全部わかりやすかった」 14 人 (78%)
5. ライフセービングの教室があったら通いたいと思いますか？	「思う」 16 人 (89%) 「思わない」 2 人 (11%)
6. 水泳の練習では何が一番大切ですか？	「自分の身の安全守ること」 15 人 (82%) 「速く泳げること」 1 人 (6%) 「きれいに泳げること」 0 人 (0%) 「浮けるようになる」 1 人 (6%) 「長く泳げるようになる」 1 人 (6%) 「楽しく泳ぐこと」 0 人 (0%)
7. プールや海の浅い場所でも溺(おぼ)れてしまうと思(おも)いますか？	「とても思う」 14 人 (78%) 「まあまあ思う」 4 人 (22%) 「あまり思わない」 0 人 (0%) 「全然思わない」 0 人 (0%)
8. 子供だけで海や川に行くこと	「とても思う」 14 人 (78%)

は危ないと思いますか？	「まあまあ思う」 4人 (22%) 「あまり思わない」 0人 (0%) 「全然思わない」 0人 (0%)
9. 水の中で服を着たまま泳ぐことは簡単だと思いますか？	「とても思う」 2人 (11%) 「まあまあ思う」 1人 (6%) 「あまり思わない」 2人 (11%) 「全然思わない」 13人 (72%)
10. 溺れている人を助ける手順を知っていますか？	「理解している」 13人 (72%) 「分からない」 5人 (28%)
11. ペットボトルにつかまって水の上で浮くことはできると思いますか？	「とても思う」 14人 (78%) 「まあまあ思う」 4人 (22%) 「あまり思わない」 0人 (0%) 「全然思わない」 0人 (0%)
12. 溺れている人を助けるために近づいたら危ないと思いますか？	「とても思う」 17人 (94%) 「まあまあ思う」 1人 (6%) 「あまり思わない」 0人 (0%) 「全然思わない」 0人 (0%)
13. あなたが水の中で長い時間、流されてしまっている場合どうしますか？	「とにかく泳ぐ」 0人 (0%) 「もがく」 0人 (0%) 「力を抜いて浮く」 12人 (67%) 「浮いているものにつかまる」 6人 (33%) 「騒ぐ」 0人 (0%)
14. 学校やスイミングで身の安全を守る水泳の授業を習ってみていいますか？	「とても思う」 14人 (78%) 「まあまあ思う」 4人 (22%) 「あまり思わない」 0人 (0%) 「全然思わない」 0人 (0%)
15. 習う前と何が変わりましたか？ (複数回答可)	「自分の身を守るようになった」 17人 (46%) 「水が怖くなくなった」 3人 (8%) 「速く泳げるようになった」 1人 (3%) 「きれいに泳げるようになった」 1人 (3%) 「泳ぐことに自信がついた」 5人 (13%) 「水の中で人を助けられるようになった」 10人 (27%)

参考文献

- ¹ 警察庁生活安全局地域課 「平成 24 年中における水難の概況」 (2013/11/20)
- ² 特定非営利活動法人 日本ライフセービング協会 <http://www.jla.gr.jp/home.htm> (2013/6/12)
- ³ 世田谷スイミングアカデミー <http://www.se-sports.or.jp/stja/stsa.php> (2013/10/3)
- ⁴ Surf Lifesaving Australia Website <http://sls.com.au/> (2013/6/22)
- ⁵ Royal Lifesaving Society Website <http://www.royallifesaving.com.au/> (2013/6/22)
- ⁶ AUSTSWIM <http://www.austswim.com.au/welcome.aspx> (2013/6/22)
- ⁷ NATIONAL DROWNING REPORT Royal Lifesaving Society 2013
- ⁸ ANNUAL REPORT 2012/13 - Surf Life Saving Australia
- ⁹ Australian Water Safety Council 2012 ;AUSTRALIAN WATER SAFETY STRATEGY 2012-15
<http://www.royallifesaving.com.au/facts-and-figures/annual-reports>
- ¹⁰ 「SURF' S UP」 AUSTRALIA , 2013
- ¹¹ SURVEY OF COMMUNITY PERCEPTIONS OF AND ATTITUDES TOWARDS CHILDREN' S SWIMMING AND WATER SAFETY SKILLS - Royal Lifesaving society 2013
- ¹² 特定非営利活動法人日本ライフセービング協会 編『サーフライフセービング教本』大修館書店、2013
- ¹³ 文部科学省 学習指導要領 , 2008
- ¹⁴ 文部科学省 体育スポーツ施設現況調査 調査種別・施設種別体育・スポーツ施設設置箇所数, 2008
- ¹⁵ ベネッセ教育総合研究所 学校外教育活動に関する調査 2013 -幼児から高校生のある家庭を対象に-
- ¹⁶ 日本赤十字社 水上安全法 <http://www.jrc.or.jp/study/syurui/water/> (2013/11/10)
- ¹⁷ 公益財団法人ブルーシー・アンド・グリーンランド財団. 救助の手順 (解説 : 特定非営利活動法人 日本ライフセービング協会 指導員 飯沼 誠司).
<http://www.youtube.com/watch?v=SHmR93SuyuA#t=55> (2014/06/10 アクセス)
- ¹⁸ 稲垣良介「小学生を対象とした着衣泳学習の指導項目に関する検討」福井大学教育地域科学部紀要, (3)269-283, 2013
<http://repo.flib.u-fukui.ac.jp/dspace/handle/10098/7308>
- ¹⁹ 荒井宏和, 小峯直総, 稲垣裕美. 「水難救助活動の実践と学校における水辺安全教育の必要性」大学体育研究 23:79-84, 2001
- ²⁰ 野沢巖. 小中学校におけるライフジャケット体験学習についての一考察.

埼玉大学紀要, 教育学部, 58(1), 57-64, 2009

- ²¹ 小粥智浩, 稲垣裕美, 小峯力. 「いのち」プロジェクト Junior Lifesaving 教育の実践モデル 流通経済大学スポーツ健康科学部紀要, 2012
- ²² 風間隆宏 (2012) . 2012 年度パトロールログ集計速報とライフセービングシステム開発及び溺水事故調査委員会の活動について
- ²³ The Economic and Social Contribution of Surf Lifesaving in Australia
Valuing an Australian Icon (2005/10)
- ²⁴ 合屋十四秋, 寺本 圭輔ほか「水泳および水中安全能力の実際とその認識。」愛知教育大学研究報告, 芸術・保健体育・家政・技術科学・創作編. p. 35-46. 2011,
<http://repository.aichi-edu.ac.jp/dspace/handle/10424/3763>.
- ²⁵ 大林一郎, 梶原久巳ほか. 「着衣泳」の指導について 第Ⅲ報
広島大学附属福山中・高等学校中等教育研究紀要 36, 69-85, 1996-03-11
- ²⁶ 日本ライフセービング協会 パトロール統計 2003～2011 (2013/10/1)
- ²⁷ 山本利春, 小峯力, 中見隆男ほか. 溺者救助における救助法と身体的強度
日本体育学会大会号 (42A), 343, 1991-09-10
- ²⁸ アメリカ心臓協会(AHA) 心肺蘇生と救急心血管治療のためのガイドライン 2010
- ²⁹ 海上保安庁 平成 24 年海上保安統計年報 第 63 巻
- ³⁰ 柴田義晴, 森山進一郎, 渡辺律子. 小学校における着衣水泳実施の課題
スポーツ方法研究, 17(1):41-50, 2004-03-10
<http://ir.u-gakugei.ac.jp/handle/2309/105832>