



みず けんてい 7月 (安全! 楽しい! 外遊び!)  
あんぜん たの そとあそ



つる み がわり ゆう い き は か せ  
鶴見川流域水マス博士になろう!

つる み がわり ゆう い き  
鶴見川流域では、市民・企業・行政が力を合わせて、水害が無く、安全で、生きものがたくさんくらす素敵な街や水辺を作ろうと、水マス（鶴見川流域水マスタープランの略称）が進められています。そんな水マスをみなさんに知ってもらうために、スタッフが問題を作っています。今月のテーマは、「野外活動を事故なく安全に行うための注意」、出題者はスタッフの小林範和です。みなさんチャレンジしてくださいね。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、WEB上での特別配信をさせていただきます。

くわしいルールは、裏面をご覧ください。

ヒントはこちら → TRネット作成資料（別添）

→ [http://www.kasen.or.jp/Portals/0/pdf\\_mizube/enjoyriver.pdf](http://www.kasen.or.jp/Portals/0/pdf_mizube/enjoyriver.pdf) (河川財団 HP より)

Q7-1 川や海、山など野外に遊びに行く前に確認しておく事で、一番大切な事は何でしょうか？

(答え: )

- A 天気予報を調べて、注意報・警報が出ていないかを確認する。
- B 近くに安くて美味しいレストランがあるかを確認する。
- C 買ったおやつが300円以内になっているかを確認する。

Q7-2 野外に遊びに行く時にはいけない事は何でしょうか？ (いくつでもOK)

(答え: )

- A 子どもは保護者や大人と一緒に、大人でも二人以上で行く
- B 秘密基地が見つからないよう、大人に内緒で子どもだけで行く
- C 魚や虫をひとりじめしたいので、一人で行く。

Q7-3 野外活動をするための服装で適しているのは、次のどれでしょうか？

(いくつでもOK)

(答え: )

- A 腕や足は、肌が出ないようにする。
- B 帽子をかぶる。
- C 手袋をする

Q7-4 Q7-3の服装に加えて、川や海で命を守るために着用が勧められているものがあります。それは次のどれでしょうか？

(答え: )

- A ライスジャケット
- B ライフジャケット
- C ライトジャケット

Q7-5 川や海、山などでの野遊びをしないほうが良いのは、どんな時でしょうか？

(答え: )

- A 手足に傷があり、まだ傷がふさがっていない時。
- B 前の日に良く眠れなかった時。
- C 微熱がある時。

Q7-6 水辺の活動中に天気が急変することもあるので、リアルタイムで雨雲や川の水位を調べることが大切です。パソコンやスマホですぐに調べられる便利なサイトの名前は何か？

(答え： )

- A 川の交通情報
- B 川の防災情報
- C 川の減災情報

Q7-7 「午後には雨が降るかもしれない」という天気予報の日、午前中に川で遊んでいた空が暗くなってきました。その時とる行動で正しいものは次のうちどれでしょう？

(答え： )

- A 午前中で、まだ雨は降っていないので、川の中でそのまま遊んだ。
- B 川から上がり、橋の下で休みながら様子を見ることにした。
- C 雨が降ってくるかもしれないので、すぐに川から上がって家に帰ることにした。

Q7-8 野外で遊んでいる時には、ハチにも注意が必要です。避けたほうがよいことは？

(いくつでもOK)

ヒント→

[http://www.rinsaibou.or.jp/cont02/items10/0210\\_idx.html](http://www.rinsaibou.or.jp/cont02/items10/0210_idx.html)

(林業・木材製造業労働災害防止協会 HP より)

- A 全身、黒い服装にする。
- B 香水をつけてゆく。
- C 甘いジュースを飲みながら歩く。

(答え： )

Q7-9 気温が上がり、熱中症の心配も出てきました。熱中症の予防として正しいものは次のどれでしょう？ (いくつでもOK)

ヒント→

<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000642298.pdf> (厚生労働省HPより)

(答え： )

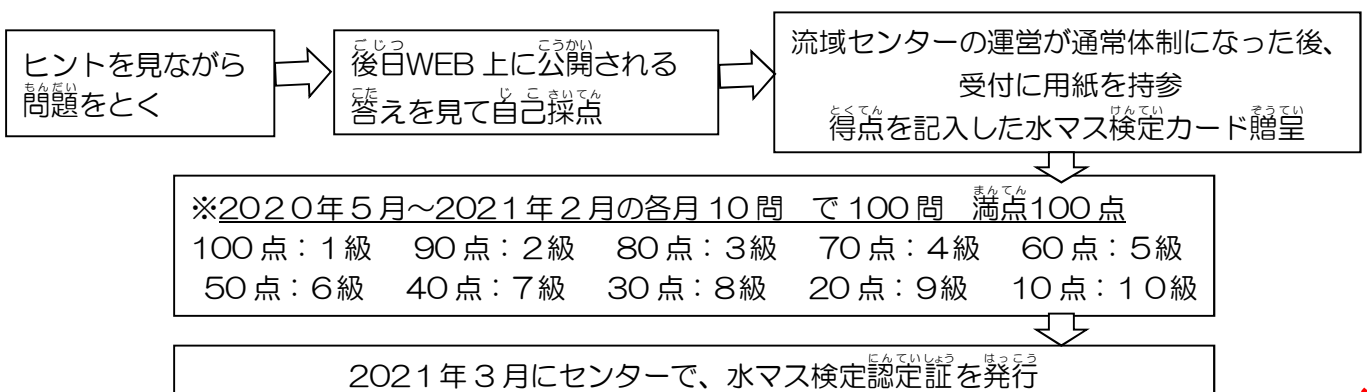
- A こまめに休憩し、水分補給をする。
- B 暑い日や時間帯は無理をしない。
- C 日頃から体温測定、健康チェックをする。

Q7-10 外遊びを終えて家に帰ったら、何をする必要がありますか？ (いくつでもOK)

(答え： )

- A 手洗い・うがいをする
- B ゆっくり休む
- C さらに体力をつけるためトレーニングをする

～水マス検定のやりかた～



野外活動の安全について

持ち物などの注意

- 河川敷、森や林の草むらの中に入るときは、長そで、長ズボンを着て、危険な動植物にふれないよう気をつけましょう。スズメバチは黒っぽい色に強く反応します。衣服や帽子は白または明るい色。帽子と軍手も忘れずに。

川に入る前の準備



持ち物：濡れてもよい服装・着替え・タオル・飲み物  
 衣服は化学繊維のものがベストです。木綿は濡れると乾くまで時間がかかり、体温をうばわれます。草負けや虫さされなどが起こることがあるため、肌を露出しないような服装（例：スパッツなど）がよいです。  
 タモ網、ライフジャケット、バケツはこちらで用意いたします。

知っておきたい危険な生きもの

都市でも水辺や草地では危険生物が存在するので、注意が必要です。

スズメバチへの対応

- 黒い色に反応しやすいので黒っぽい服装は避けます。白色系の長袖長ズボン+帽子がよいです。
- 急な動きはハチを刺激するので注意。近くにいたらゆっくり後ずさりして離れ、周りの人に注意するよう知らせます。

ヘビの仲間

毒があるのはマムシ、ヤマカガシですが、毒がないものもするどいキバがあるので、かまれると傷口が化膿するなど危険です。見つけても手を出さないようにします。

その他

植物の中にはトゲがあったり、表面がザラザラしていて、さわると肌が荒れたりするものがあります。また最近、他の地域では蚊に刺されることによって起こるデング熱や、ダニによって起こる危険な病気なども発生しています。そんな事もあって、最近では肌の露出を控えるようになってきています。



こんなときは川に入れません



川から出たあとは

