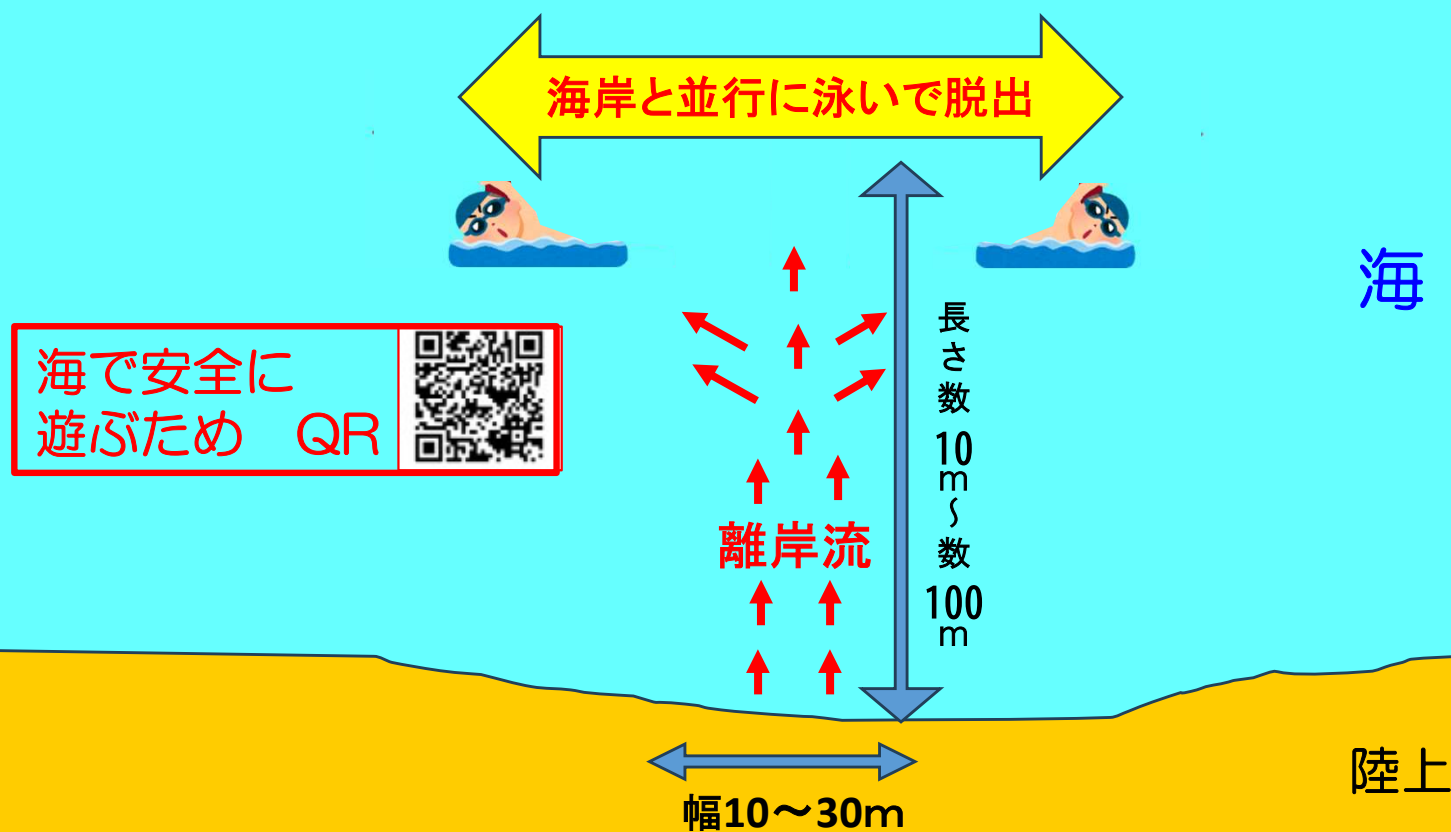


離岸流 に流されたら

※ 離岸流とは、沖に向かって発生する強い流れ

※ 無理に泳がず浮いて救助を待つ



離岸流からの脱出方法

- ① まず、落ち着く（あわてない）
- ② 陸に向かって泳がない
- ③ 海岸と平行に泳ぎ脱出
- ④ 脱出できたら、海岸へ向かって泳ぐ