

k131-NHK 松山放送局 四国防災ネットワーク

2026年2月20日(金)/担当：岸本南奈キャスター・堀井洋一アナウンサー

市立八幡浜総合病院麻酔科（科長）兼救急・災害対策室（室長）

越智元郎

放送当日 午後4時半に回線チェック

タイトル

災害時水難防止のための「ういてまて」

1. 2018年豪雨災害の記憶

質問1) 災害時の水難と言えば、特に愛媛県では2018年の「西日本豪雨」が記憶に新しいのですが、被害にはどんな特徴があったのでしょうか？

はい。「西日本豪雨」では多くの高齢者が命を落としましたが、この時注目された被災パターンに「屋内溺水（おくないできすい）」があります。

愛媛県では、死亡者32人中の3人が屋内で溺れています。岡山県真備町では、犠牲者51人全員が溺死で、このうち43人が屋内で溺れて亡くなりました。どちらの県でも、老夫婦の片方が2階に逃れることができたのに、もうお一人が1階で溺れた例があります。

このような「屋内溺水」の犠牲者においては、水面に顔を出し、呼吸を維持することができれば、命を失うことはなかったかも知れません。"

2. 「ういてまて（着衣泳）」によって水難死を減らしたい、平時も災害時も

質問2) 水害時に、呼吸を維持して命を守ろうというのが「ういてまて」ということですか？

はい。私は八幡浜市で働く医師ですが、縁があって「水難学会」に参加しています。

これは2011年に設立された社団法人で、浮いて助けを待つ「着衣泳」や、発見者による119番通報、浮き具の提供などについて提唱して来ました。そのキーワードが「ういてまて」です。

人間は水より比重がわずかに小さいため、身体の一部を水面上に出し、浮くことができます。誤って水に転落した人は、仰向けの姿勢で両肘を耳に付けるように伸ばし、両足を伸ば

すと、口と鼻を水面上に出すことができます。この背浮きの姿勢を基本として、服を着ていたり、発見者が空のペットボトルや浮き具になるものを投げてあげたら、より安定して長い時間浮いていることができます。

もちろん、浮き具の一番は救命胴衣＝ライフジャケットであり、水のレジャーなどの機会にはこれを着用しておくことが必須です。

西日本豪雨の「屋内で溺れた例」からは、屋内に浸水するまでに着用できるように、ライフジャケットや浮き具になるもの手近に備えておくことが奨められます。屋内に水が入ってきて水面が上がる途中でも、浮き具を用いて浮いて呼吸を維持していれば、上の階に避難した人に引き揚げて貰えるかも知れないのです

3. 南海トラフ地震と「ういてまで」

質問3) 「ういてまで」は、津波に対してはどれくらい効果があるのでしょうか？

はい。私たちが大津波への対策として「ういてまで」を挙げると、ちゃんと「避難」できれば、誰も津波では死なないはず。逆に、大津波に巻き込まれたら、猛烈な勢いで流されて頭や胸などをひどくぶつけたり、低体温で亡くなってしまう。「ういてまで」で助かるのと返されることがあります。

まず「ちゃんと避難できれば…」への答えです。

南海トラフ巨大地震による愛媛県の津波死亡者は、県の最新の試算では9000人以上と予測されています。なぜ、こんなに多くの方が命を落とすのでしょうか。お年寄りや身体の弱い人のことを忘れていませんか？ ライフジャケットや代用浮き具を備えるべきではありませんか？

「津波に巻き込まれたら…」への答えです。

津波に呑まれたら諦めるのですか？ 全員が助かる方法でないと語ってはいけないのですか？ 明治や昭和の時代に東北地方の三陸海岸を襲った三度の津波についてまとめた本「三陸海岸大津波」には、奇跡的に生還した例がいくつも記載されています。

「浮いて呼吸を維持する」ことが、奇跡を呼ぶ鍵と考えています

4. 私と防災士会、「ういてまで」、そして

質問4) 災害時に一人でも多くの命を守るために、越智さんは今後、どのように活動していきますか？

はい。まず、水難学会の「ういてまで」の考え方を多くの人に知っていただきたいと考えています。避難途中で津波に吞まれる可能性がある弱者を守るための、ライフジャケットや代用浮き具を人数分確保できるような財政的なパワーを どうやって生み出せるか、頭を悩ませているところです。

そして、豪雨や津波の被害が出ると予想される地域で行われている避難訓練の質を 上げていただきたいと思います。津波や洪水が各地を襲うまでには、時間的な猶予がありますので、その時間を使ってライフジャケットを着用するなど、これは訓練のときから考えていただきたいと思います。

本日は有難うございました。