

<報道関係各位>

2025 年 8 月 4 日

大阪経済大学

水難事故は過去 10 年で最多に。熱中症対策などで水泳授業が激減、子どもの泳力格差拡大。

人間科学部 若吉浩二教授が小学 5 年生に安全水泳を指導

思考力・判断力を養う「大阪“大の字”泳法」水泳教室

ペットボトルの浮力を活用した水泳補助具で“浮いて待つ”安全泳法を指導

＜プレス公開＞

【日時】2025 年 8 月 27 日(水) 8:45～10:15

【場所】大阪市立高殿小学校 (Osaka Metro 谷町線「関目高殿」駅徒歩 6 分)

大阪経済大学（学長：山本俊一郎／所在：大阪市東淀川区大隅 2-2-8）は、大阪市立高殿小学校 5 年生の水泳授業において、人間科学部・若吉浩二教授が安全水泳「大阪“大の字”泳法」の実技指導を、2025 年 8 月 27 日（水）に行いますのでお知らせします。

■水難事故は過去 10 年で最多に。格差が広がる子どもの泳力課題を解決するため、安全水泳プログラムを開発。

2024 年、過去 10 年間で水難事故が最多となりました（※）。教育現場での安全水泳指導は重要課題です。しかし近年、学校水泳は民間の水泳教室に通う子どもとそうでない子どもで泳力の二極化が進んでいます。また、小中学校の水泳授業は約 10 時間程度。さらに熱中症対策から気温 35℃以上、WBGT（暑さ指数）31℃以上は原則運動中止となるため、指導時間は減少しています。現場の教員は、限られた時間で泳ぎの苦手な子どもに指導する難しさを抱えています。

※令和 6 年における水難の概況等 警察庁生活安全局生活安全企画課（令和 7 年 6 月 19 日発表）

https://www.npa.go.jp/news/release/2025/r06_suinan_gaikyou.pdf

■ペットボトルの浮力を活用した補助具で“浮く”感覚と、安全な場所へ移動して“待つ”泳力を身に付ける。



ロサンゼルス五輪・水球日本代表の若吉教授は、水難事故にあった時に最も重要な「体力を消耗せず（慌てず）、安全な場所移動し、浮いて待つ（助けを待つ）」を習得するために、国民皆泳に導く子どもへの水泳授業が重要と考え安全水泳プログラム「大阪“大の字”泳法」の開発・普及活動を行っています。

この泳法では、最初に水難事故から身を守る基本姿勢“大の字浮き”を習得します。とっさに“大の字浮き”をするには慣れや訓練が必要です。若吉教授が開発した「フラットヘルパー」は、ネット素材の補助パンツの両側ポケットに、空気の入ったペットボトルを

入れて使用することで、沈みがちな下半身浮力を補い、体を浮きやすくします。「フラットヘルパー」を使用することで、泳ぎの苦手な子どもも“水平に浮く”という感覚を容易に身に付けることができます。また、水に浮くことに怖さを感じる子どもに、フラットヘルパーを装着してもらうことで安心感を与えることができ、教員が子どもにチャレンジを促しやすいという効果もあります。

【8/27(水)水泳授業プレス公開】 若吉教授が 5 年生約 100 名に「大阪“大の字”泳法」で安全水泳指導。

子ども達は、ペットボトルを浮力体に使ったフラットヘルパーを装着し、浮く、沈む（潜る）、バタ足で進むなどを実践しながら、「大阪“大の字”泳法」の習得を目指します。

また、ペットボトルの空気を自分の体重や泳力に合わせて調節し、“浮く”ためにはどうすればよい科学的なアプローチで実践していきます。最後は、ペットボトルを外して浮力を下げること、海と湖・川での浮き方の違いも体感します。

<本件に関するお問い合わせ先>

大阪経済大学 広報デスク（プランニング・ポート内） 福嶋、井上 TEL：06-4391-7156

大阪経済大学 企画・総務部 広報課 東 TEL：06-6328-2431 Mail：kouhou@osaka-ue.ac.jp ※8/11(月)～18(月)夏季休業

<https://www.osaka-ue.ac.jp>

※会場準備の都合上、当日ご取材いただける方は、8 月 26 日（火）17 時までに、添付の返信用紙もしくはメール・お電話にて上記広報デスクまでご連絡願います。

水泳授業プレス公開 概要

- 日 時： 2025年8月27日（水）8:45～10:15
※受付：開始15分前に学校の正門前に集合
※気象状況により中止となる場合があります。
その際は取材お申し込みを頂いた方へご連絡します。
- 場 所： 大阪市立高殿小学校（住所：大阪市旭区高殿6-9-10）
・Osaka Metro 谷町線「関目高殿」駅徒歩6分
- 受 講 者： 5年生 3クラス約100名
- 指 導 者： 大阪市立高殿小学校 教諭 5名
大阪経済大学 人間科学部人間科学科 教授 若吉浩二
- 内 容： 思考力&判断力を養う水泳授業（環境教育＋安全水泳＋泳法習得）
安全確保につながる「大阪“大の字”泳法」の習得。

《フラットヘルパーについて》

- ・フラットヘルパーは“正しい姿勢”を覚えることができる水泳補助具です。
- ・ビート板素材の浮力体を使用します。また、500mlのペットボトルも浮力体として使用可能です。
- ・クロールの呼吸時が上手くできない、背泳ぎの腰が沈む、平泳ぎのキックが難しい、バタフライの腰が沈み抵抗を受けるなどの姿勢が改善され、泳法の習得に役立ちます。



※写真はビート板素材の浮力体を使用しています。

《若吉教授による安全水泳の普及活動》 ※一部抜粋（プレスリリース発信事例に限る）

【2024 年】

8月13日（火）～15日（木） 大阪市立城東屋内プール（地域の小中学生対象）

8月17日（土）～19日（月） 大阪市立東成屋内プール（地域の小中学生対象）

▶<https://www.osaka-ue.ac.jp/file/general/35303>

【2025 年】

5月20日（火） 大津市皇子が丘公園プール（大津市小中学校教員対象）

6月～7月 大津市立藤尾小学校（小学3～6年生対象）

▶<https://www.osaka-ue.ac.jp/file/general/37242>

6月24日（火） 能勢町立能勢ささゆり学園（能勢町小中学校教員対象）

▶<https://www.osaka-ue.ac.jp/file/general/37231>

「“大の字”泳法」について

■プログラム内容

①安全水泳（水難事故対策）



- ・水難事故から身を守る安全水泳の基本技能を習得します。
- ・『浮いて待て』の訓練を行います。「“大の字”泳法」の基本は“大の字浮き”です。この姿勢は、水への感覚づくりに大変有効であることが分かりました。
- ・この姿勢を吐嗟にできるようになるには慣れや訓練が必要です。また、この大の字浮きから、安全水泳のための泳法習得に取り組みます。
- ・また、自然の川や海にはプールのような壁がありません。そのため、浮いた状態で壁をけらずに折り返して、元の位置に戻る練習も行います。
- ・練習はフラットヘルパーを使用することで水平姿勢を覚えることができます。

②環境教育



- ・フラットヘルパーは通常パッドを入れて使用しますが、ペットボトルを入れて装着することもできます。
- ・一般的にはペットボトルによる環境破壊、リサイクルの現状などを学びます。
- ・ここでは、総合的な学びとしての環境教育につなげています。ビート板やペットボトルなどの浮力体を使用して、普段なかなかできない、真水と海水（川と海）の浮力の違いを体験します。海水では体重あたり 2%から 2.5%の浮力を得ます。体重 40 kg の児童なら約ペットボトル 2 本分の浮力に相当します。

③泳法習得

- ・フラットヘルパーを使用して行います。
 - ・安全水泳の流れで、沈む・浮く、浮き方（伏し浮き⇔背浮き）、移動の仕方（チョウチョ泳ぎ等）、泳法習得を目指します。
 - ・クロールと大の字浮きを交互に一定期間繰り返しながら泳ぐことで、短期間で泳法習得を目指します。
- ※泳力により、けのびと大の字やクロールと背泳ぎの組み合わせにすることもできます。

■開発 大阪経済大学 人間科学部人間科学科 教授 若吉浩二

■参考資料



YouTube 動画

ペットボトルを活用したフラットヘルパーによる小学校水泳授業動画
～環境教育・安全水泳・泳法習得を目指して～

https://youtube.com/watch?v=Dz_vDj3YaYec&si=JNcAohnuNkj0LUv_w



YouTube 動画

新ヘルパー「フラットヘルパー」を使えば水泳は簡単

<https://www.youtube.com/watch?v=LkAbO3a7TwQ>



YouTube 動画

2025 年 5 月 20 日大津市小中教員向け水泳指導カリキュラム研修

https://youtube.com/watch?v=wC_2C8EkKJI&si=K0E3RWutiQCxg6WR



参考論文

<研究ノート> ペットボトルを活用したフラットヘルパー導入による小学校水泳授業での実践的成果～環境教育・安全水泳・泳法習得を目指して～
大阪経大論集 76 巻 1 号, 347-371, 2025

https://www.i-repository.net/il/meta_pub/G000031Repository_01004433

FAX: 06-4393-8216
MAIL: fukushima@planning-boat.com

《 F A X 返信用紙 》

大阪経済大学 広報デスク
(プランニング・ボート内) 福島・井上 宛

水難事故は過去 10 年で最多に。熱中症対策などで水泳授業が激減、子どもの泳力格差拡大。

人間科学部 若吉浩二教授が小学 5 年生に安全水泳を指導

思考力・判断力を養う「大阪“大の字”泳法」水泳教室

ペットボトルの浮力を活用した水泳補助具で“浮いて待つ”安全泳法を指導

《プレス公開》

【日時】2025 年 8 月 27 日(水) 8:45~10:15

【場所】大阪市立高殿小学校 (OsakaMetro 谷町線「関目高殿」駅徒歩 6 分)

□ご取材

媒体名		
貴社名		
部署名		
ご芳名	他 名様	
	(ムービー) _____ 台 / (スチール) _____ 台	
連絡先	TEL	FAX
	E-Mail	
当日のご連絡先	TEL	

《備考欄》 ご取材につきご要望・ご質問等ございましたら、ご記入願います。

※会場準備の都合上、当日ご取材いただける方は、8 月 26 日(火) 17 時までに、添付の返信用紙もしくはメール・お電話にて上記広報デスクまでご連絡願います。