



Water Safety Guide

To Enjoy
the Ocean Safely



Water Safety Guide



海上保安庁
JAPAN COAST GUARD

Water Safety Guide

- ✓ Check your physical health before engaging in activities.
- ✓ Confirm weather and sea conditions in advance.
- ✓ Always wear a life jacket.



Motorboat

⚠ 3 key points to prevent accidents ⚠

- ① Conduct a pre-departure inspection.
- ② Perform regular maintenance and have inspections conducted by qualified technicians.
- ③ Observe maritime traffic regulations.



Personal watercraft

⚠ 3 key points to prevent accidents ⚠

- ① Operate at the slowest speed near swimmers and others.
- ② Review self-recovery methods from capsizing and safety instructions.
- ③ Avoid dangerous actions like tossing passengers or swinging tow toys.



Swimming

⚠ 3 key points to prevent accidents ⚠

- ① Swim at supervised beaches with lifeguards.
- ② Guardians should stay close to children at all times.
- ③ Do not swim after drinking alcohol.



Snorkeling

⚠ 3 key points to prevent accidents ⚠

- ① Learn fin-kicking, snorkel-clearing, and mask-clearing.
- ② Never snorkel alone —always go with others.
- ③ Do not snorkel after drinking alcohol.



Canoeing

⚠ 3 key points to prevent accidents ⚠

- ① Learn basic skills such as capsizing recovery before going to sea.
- ② Inspect your canoe before departure.
- ③ Beginners should take a training course for basic skills and knowledge.



SUP Stand-up paddleboards

⚠ 3 key points to prevent accidents ⚠

- ① Beginners should stay in conditions under 5 m/s wind and 50 cm waves.
- ② Ensure necessary equipment and skills.
- ③ Beginners should take a training course for basic skills and knowledge.



Mini-boats

⚠ 3 key points to prevent accidents ⚠

- ① Pay attention to the balance of your boat.
- ② Launch only in low waves (≤ 20 cm) and light wind (≤ 4 m/s).
- ③ Take into account your boat's performance and possible mechanical failure. Stay within a distance you can row back (≤ 1 km from shore).



Fishing

⚠ 3 key points to prevent accidents ⚠

- ① Choose equipment suitable for the fishing environment.
- ② Avoid fishing alone —always go with others.
- ③ Do not enter restricted areas.



Guide de sécurité *nautique*

Pour profiter de
la mer en toute sécurité



Water Safety Guide



海上保安庁
JAPAN COAST GUARD

Guide de sécurité nautique

- ✓ Vérifiez que votre état de santé est adapté à l'activité.
- ✓ Consultez les prévisions météorologiques et les conditions maritimes à l'avance.
- ✓ Portez toujours un gilet de sauvetage.



Bateaux à moteur



3 conseils essentiels pour éviter les accidents



- ① Effectuez une inspection avant le départ.
- ② Faites entretenir et inspecter régulièrement votre bateau par des professionnels qualifiés.
- ③ Respectez les règles de navigation maritime.



Scoters des mers



3 conseils essentiels pour éviter les accidents



- ① Ralentissez à proximité des nageurs et d'autres personnes dans l'eau.
- ② Apprenez les techniques d'auto-redressement en cas de chavirement et les consignes de sécurité.
- ③ Évitez les comportements dangereux comme faire tomber des passagers ou balancer des bouées tractées.



Natation



3 conseils essentiels pour éviter les accidents



- ① Nagez dans des zones surveillées avec maître-nageur.
- ② Les adultes doivent toujours rester proches des enfants.
- ③ Ne nagez pas sous l'influence de l'alcool.



Plongée avec tuba



3 conseils essentiels pour éviter les accidents



- ① Portez palmes, masque et tuba.
- ② Ne plongez jamais seul(e) – pratiquez toujours à plusieurs.
- ③ Ne plongez pas si vous avez consommé de l'alcool.



Canoë



3 conseils essentiels pour éviter les accidents



- ① Apprenez les techniques de base telles que l'esquimautage ou la sortie en cas de chavirement avant de sortir en mer.
- ② Vérifiez votre embarcation avant le départ.
- ③ Si vous êtes débutant, suivez une formation pour acquérir les compétences nécessaires.



Stand-up paddle (SUP)



3 conseils essentiels pour éviter les accidents



- ① Les débutants doivent pratiquer dans des conditions calmes (vent ≤ 5 m/s, vagues ≤ 50 cm).
- ② Vérifiez l'équipement nécessaire et vos compétences.
- ③ Les débutants doivent suivre une formation pour apprendre les bases.



Mini-bateaux



3 conseils essentiels pour éviter les accidents



- ① Faites attention à l'équilibre de l'embarcation.
- ② Ne sortez que par mer calme (vagues ≤ 20 cm) et vent faible (vent ≤ 4 m/s).
- ③ Tenez-vous dans une zone où vous pouvez revenir à la rame (à moins de 1 km du rivage) en cas de panne.



Pêche



3 conseils essentiels pour éviter les accidents



- ① Choisissez un équipement adapté à l'environnement de pêche.
- ② Évitez de pêcher seul – allez avec d'autres personnes.
- ③ Ne pénétrez pas dans les zones interdites.