

背浮きして

頑張れ

- ・119番
- ・浮具を投入

鼻と口が水面に出るよう
重心のバランスを取る

菓子袋

ペットボトル

靴は脱がない

両腕両脚を広げて
リラックス

イラスト さとうあけみ