



世界預防溺水日 2026

主題：同心協力 · 共抗溺水 (Unite to Turn the Tide)

2026年7月25日 · 第六屆世界預防溺水日

(World Drowning Prevention Day · 資料來源：世界衛生組織WHO)

溺水死亡，本可預防

溺水死亡是可以預防的悲劇——我們只需同心協力，共同行動。2026年是聯合國大會訂立「世界預防溺水日」的第六年；自2000年以來，全球溺水死亡率已下降38%，但每小時仍有30人因溺水失去生命，逾九成個案發生於中低收入國家及地區。世界衛生組織呼籲政府、社區、學校及每一位公眾同心協力，攜手在2035年前將溺水死亡人數降低35%。¹

數據一覽

30萬+ 每年全球溺水死亡人數	30 每小時因溺水死亡的人數	24% 溺水死亡者中為5歲以下兒童的比例
92% 溺水死亡發生於中低收入國家及地區的比例	第3位 溺水為5至14歲兒童的主要死因排名	75% 洪災死亡個案中由溺水造成的比例

重點信息

- 1 溺水每年奪去超過30萬人的生命，相等於每小時30人死亡。
- 2 溺水是可以預防的——我們已掌握風險與解決方案，現在需要的是全面推行。
- 3 兒童承受最大代價：溺水是1至4歲兒童的第四大死因，也是5至14歲兒童的第三大死因。
- 4 溺水也是氣候議題：洪災死亡個案中有75%源於溺水，防溺工作應納入災害應變及氣候適應計劃。
- 5 防溺需要全民參與——不論家庭、學校、職場或政府，人人皆可發揮作用。
- 6 擴大兩項關鍵措施（幼兒監督照顧及兒童游泳教育）的投資回報率可達9倍，預計可於2050年前拯救774,000人的生命。

你可以怎樣參與

家長與照顧者	學校與教育工作者	社區領袖與公眾
貼身看管兒童戲水、切勿因玩手機及分心而離開視線。	將水上安全教育納入課程，向學生及家庭分享正確的水上安全資訊。	了解本地水患風險，參與社區游泳及拯溺訓練，以達致救人自救，減低溺水風險。

中國香港拯溺總會 Hong Kong China Life Saving Society

守護生命，從分享這份資訊開始。

如欲報考拯溺證書、學習自救技巧或獲取宣傳海報，歡迎聯絡本會：

官方網站：www.hkclss.org.hk 查詢熱線：2511 8363

¹資料來源：世界衛生組織（WHO）《世界預防溺水日 2026 — Unite to Turn the Tide》，<https://www.who.int/campaigns/world-drowning-prevention-day/2026>