



スタッフよりメッセージ

子どもスイミング【3歳～小学生】



スイミングは立派な泳ぎますよ

◎スイミングは他のスポーツの体づくりにもなります!

子どもスイミング会員の保護者の皆さま、お子様にどれくらいの泳力をご希望ですか?『とりあえずクロールや平泳ぎだけ泳げればいいかな』とお考えの親御様も多くおられ、そこで辞めてしまわれる方も多いのですが、当クラブとしては、4泳法(クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ)まで続けていただければと考えております。なぜなら、4泳法をマスターしていただくことで、お子様の将来の健康新体づくりや、他のスポーツをされるうえでの基礎となる「バランスのよい筋力」をつけることにつながるからです!! 加えて、個人メドレー、上級クラスまで続けていただくことで、楽しみながら持久力、忍耐力、集中力が養われます。

私も小学6年生まで水泳を続けたことで、中学から始めたバスケットボールのトレーニングもスムーズに入れた記憶があります。現在も、スイミングとバスケットボールを両立して健康な体を維持しています!

こだわりのスイミングクラブ
広島ミドリスイミングクラブの

考え方や取り組み

『しつけ』について。。。。

「水泳を通してライフスキル(生きる術)を身につけてもらいたい」



- 1 集中してコーチの言うことを聞こう!
- 2 注意しながら練習しよう!
- 3 ①、②を繰り返すことで成長しよう!

という3つの訓練を行っています。

『チームでの約束事を守る』『周りに迷惑をかけないように気にかけた行動をとる』『仲間やコーチに挨拶をする』といったことで、ライフスキルを高める活動を小さな頃からの習慣として、行っています。これは、将来間違なく社会で役立つ習慣であり、小さな頃からしつけておくことが大事と考えて取り組んでいます。

当クラブでは、水泳を習っていただけではなく、ライフスキルいわば「生きる術」も身につけていただきたいと願っております。

あいさつをしたり、ありがとうを言う、こんな当たり前のことですが、分かっていてもできない大人も沢山いますね。このようなことは、小さな頃からしつけておくことが大事で、習慣になれば苦になりませんが、習慣化されない方にとっては、人間関係がストレスになっていきます。

当クラブのレッスンは毎回、コーチ、仲間そしてプールに対しての「お願いします」というあいさつで始まり、「ありがとうございます」のあいさつで終わっています。

また、チームとしての約束事を守ってもらうために、

誕生日	3月	血液型	AB型
趣味／特技	リラクマッサージ／バスケットボール		
好きな食べ物	お寿司とケーキ		
好きなアニメ	風の谷のナウシカ		

安心感満点
橋本裕代
はしもと ひろよ頑張り屋さん
安藤李紗
あんどう りさ

誕生日	5月	血液型	A型
趣味／特技	音楽鑑賞／楽器の演奏		
好きな食べ物	甘いもの		
好きなアニメ	ジブリ		

20歳からこの仕事を始め、気が付けば今年で早28年目。ベビースイミングから始めた3人の我が子も、もう大学生と高校生。時がたつのは早いです。思い起せば新人の頃、「こんな楽しいことをしてお給料がいただけるなんて!」と、よく感動したものです。。。今はすいぶん年を取り少しつびれて(笑)はいますが、情熱はまだまだ持ち続けています!!これからも、子どもたちから『もっともっと練習したい!』と思ってもらえるような、楽しいレッスンをつくっていきたいと思っています!

ミドリの
コーチを
ご紹介!2児のパパ
山室孝之
やまむろ やかゆき

ミドリに入社して9年目。毎日いろんな子供たちとの触れ合いを楽しみに働いています。モットーは「笑顔」! いつも子どもたちに笑顔が出るようなレッスンを目指しています!

趣味はバレーボールで、現在「廿日市クラブ」という九人制バレーボールのクラブチームに所属しています。このたびの2012年度全国クラブカップでは、全国で3位になりました!

こんな感じで、今は仕事もプライベートもとても充実しています。よろしくお願ひします!

誕生日	5月	血液型	O型
趣味／特技	戦国武将の調査／バレーボール		
好きな食べ物	ラーメン		
好きなアニメ	ナルト、フリーチ		

『さみしがり屋』
宮崎麻理
みやざき まり

誕生日	7月	血液型	A型
趣味／特技	お買物／バタフライ		
好きな食べ物	お好み焼き		
好きなアニメ	ドラえもん(映画版)		

広島ミドリスイミングクラブの子どもスイミング
泳ぐ力別クラス分け【合格基準】早見表

本科コース	選手・育成コース	
	選手コース	育成コース
上級	A～3級 記録会に参加。各級ごとに標準タイムあり。	大会に参加。タイム短縮を目指す。小学生～高校生
4級	個人メドレー50m	
5級	バタフライ25m	
6級	平泳ぎ25m	
7級	背泳ぎ25m	
8級	クロール25m	
9級	ノープレクラール	記録会、大会に参加。選手コースを目指す。幼児～小学生
10級	板なしキック	
11級	板キック	
12級	キンギョ級 板のび10秒(一人で浮く)など	
13級	ペンギン級 助助浮身、耳までつけて10秒など	
メダル級	顔つけ10秒、水中で目を開けるなど	
カニ級	一人で歩く、顔を一人で洗うなど	
スーパーチャイルドコース	週3回練習。育成コースを目指す。年長～小学1年生	



スタッフよりメッセージ

ベビースイミング【ベビークラブ(6ヶ月～3歳未満)・キッズクラブ(2歳8ヶ月～4歳)】

宮崎コーチ

イベント

イベントに参加してママ友づくりしませんか?



効果

丈夫な体になりやすい!
水に対する恐怖心が少ない!

成長の著しいこの時期(6ヶ月～4歳)からスイミングを始めることは、『風邪をひきにくくなる』『運動神経の発達につながる』など、お子様の成長にとって良い影響を与えます。また、水に対する恐怖心が少くなり、水泳を習う段階になっても大きな差となって現れます!

ミドリのベビースイミング『秋のレッスン500円体験会』に、ぜひお友達をご紹介ください。ご紹介いただいた方が体験会にご参加いただくと、「体験者」「紹介者」両方に1つずつ、アイスクリームをプレゼント!

期間 2012年9月5日(水)～29日(土)

秋の体験会について、詳しくはホームページをご覗いただけ、フロントまでお問い合わせください。

紹介のお願い
お友達、お知り合いを
体験会にご紹介ください!会員様より
会員の親御様より、
お喜びの声をいただいている

- *週4回通うことで、1週間の生活リズムができた!
- *ご飯をよく食べてくれるようになった!
- *夜泣きがなくなり、ぐっすり寝るようになった!
- *ママ友ができ、育児ストレスが減った!
- *習った体操を家でもやり、できるようになったことを親子で喜んでいます!

◇ミドリからのお知らせ・注意事項◇

1 女の子の水着がセパレートタイプのみになります



現在ワンピースタイプをお使いのお客様は、そのままお使いいただけます。次回以降、新しくご購入の際はセパレートタイプになりますので、よろしくお願いいたします。

4 バスの乗車マナー



中コーチ

バスを利用するお子様は、乗車マナーを守りましょう。(会員証も忘れずに。)
 ◎レッスンをお休みされる場合は、ご連絡いただく際に、バスを利用している旨をお伝えください。
 ◎お迎え時は、5分前にはバス停でお待ちいただき、レッスン終了後には、すみやかにバスに乗りましょう。
 ◎バス乗車時の立ち歩きやふざけあいなど、運転の妨げになるような場合は、バスの乗車をお断りすることがありますので、ご注意ください。

2 現金持参の注意



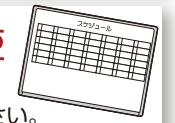
現金の持参は、紛失や盗難の可能性につながります。事故防止のために、現金や貴重品はなるべく持たせないように注意をお願いします。もし万が一現金や貴重品を持参されている場合は、フロントで預かるようにしていますので、お子様にお伝えください。

3 忘れ物・紛失防止の記名



忘れ物や紛失防止のために、水着やバック、服への記名をお願いします。
 また合わせて、靴の履き間違えによるトラブルも多発しております。靴への記名もよろしくお願いいたします。

5 レッスンスケジュールの変更



2012年8月より、子どもスイミング本科コースのレッスン時間が変更になりました。下記スケジュールをご確認ください。

月	火	水	木	金	土
14:00					A(幼児～) ～9時(泳ぎまで)
15:00	B(幼児のみ／3～6歳) ～7組(バタフライまで)	B(幼児のみ／3～6歳) ～7組(バタフライまで)	B(幼児のみ／3～6歳) ～7組(バタフライまで)	B(幼児のみ／3～6歳) ～7組(バタフライまで)	B(幼児～) ～全級(上級)まで
16:00	C(幼児～) ～全級(上級)まで	C(幼児～) ～全級(上級)まで	C(幼児～) ～全級(上級)まで	C(幼児～) ～全級(上級)まで	C(小学1年生以上) ～全級(上級)まで
17:00	D(小学1年生以上) ～全級(上級)まで	D(小学1年生以上) ～全級(上級)まで	D(小学1年生以上) ～全級(上級)まで	D(小学1年生以上) ～全級(上級)まで	D(小学1年生以上) ～全級(上級)まで
18:00	E(小学1年生以上) ～全級(上級)まで	E(小学1年生以上) ～全級(上級)まで	E(小学1年生以上) ～全級(上級)まで	E(小学1年生以上) ～全級(上級)まで	E(小学1年生以上) ～全級(上級)まで
19:00					各時間帯の空き状況は、フロントまでお問い合わせください。

よくある質問 Q&A

Q 振替は月に何回までとれますか?

A 週1回コースの方は月に1回、週2回コースの方は月に2回までとっています。それを超えるお休みは、欠席扱いとなります。
 ※休館日と重なり4回レッスンがない場合は、別途1回振替をおとりください。

Q 来月からコースを変更(休会)したいのですが…。

A 前月の20日までにご連絡ください。(例えば、10月から変更(休会)をご希望の場合は、9月20日まで)20日を過ぎますと変更(休会)はできませんので、ご了承ください。
 ※電話受付も可

Q 退会するにはどうしたらよいですか?

A 退会希望月の20日までにお手続きください。(例えば、10月末に退会をご希望の場合は、10月20日まで)手続きはご来館いただき、退会届の書類にご記入、ご捺印をお願いします。※電話での受付できません。