

プールでは泳いでなくてもけがをするよ!

どんなとき、どんなところですか、すべりやすいかな?

★ こういしつ



★ シャワーのところ



★ プールサイド



☀ あついな~とおもったら...

① ぼうしをかぶろう



③ ひかげてやぶもう



② のどがかわいていなくても
みづをのもう

きもちが
わるいよ



あたまが
いたいよ

★ こんなときは
すぐに せんせいや、
おとなのひとに
しらせよう!



ぬれたところは、
すべりやすい!
すべってころぶと、
大けがになる
ことがあるよ!



? どうすればすべらないかな??

☞ すべらないためのヒント

- ① 走らない
- ② おさない
- ③ ふざけない

◆◆青梅市の市営プール一覧◆◆

プール名	開場期間	開場時間	入場料		ロッカー 使用料	施設連絡先	
			入場者区分	1回		所在地	連絡先
東原公園水泳場	7月15(土) ～ 8月31日(木)	午前10時 ～午後6時	中学生以下	100円	10円	今寺5-11	31-7488
わかぐさ公園こどもプール			大人	300円			
沢井市民センタープール		午前10時 ～午後5時	小学生以下	50円		100円 使用後返却	沢井2-727-1
	付き添い		150円				
			中学生以下	無料			
			大人				

☆☆市営プールでのサービス☆☆

- ◆ビート板やプルブイなどの遊泳補助具の貸し出し(個数制限有)
- ◆浮き具等への空気入れのサービス(東原水泳場・わかぐさ公園こどもプール)
- ◆1回の利用ごとに1ポイントを付与し、15ポイントで1回の無料券と交換(東原水泳場・わかぐさ公園こどもプール)

小学生の保護者のみなさまへ

お子様に緊急時の連絡先(お父様、お母様の携帯番号等)をお子様にお伝えください。
万一のアクシデントの際に連絡先のわからないお子様が多くいらっしゃいます。



◆◆イベントのお知らせ!◆◆

☆各プールでのイベント! (詳細は住友金属鉱山アリーナ青梅ホームページでご確認ください)

- ① 水の安全講習会** 東原7/26(水)10時～12時・13時～15時、わかぐさ7/27(木)10時～12時
・・・不意に海や川に落ちた時のため、靴をはいたまま、服を着たまま水に浮いて救助を待つ着衣泳を体験しましょう。
(詳細は住友金属鉱山アリーナ青梅ホームページでご確認ください)
- ② じゃぶじゃぶキッズ** 東原7/19(水)10時～12時・わかぐさ7/20(木)10時～12時
・・・5歳以上の未就学児と保護者。遊びを通じて楽しく水に慣れ体カづくりを行ないます。
- ③ 1日ライフガード体験**
東原8/14(月)11時～12時・13時～14時、わかぐさ8/15(火)11時～12時、沢井8/2(水)11時～12時
・・・小学生対象の夏休み研究の就労体験。要予約(各10名まで)
- ④ 看護師による子育て教室** わかぐさ7/18(火)10時～12時
・・・母親を対象としたプール熱や熱中症予防の講義を行ないます。
- ⑤ プール縁日** 東原8/1(火)・わかぐさ8/2(水)・沢井8/10(木)午前10時～午後2時
・・・ヨーヨーすくいや浮き輪で輪投げ等の様々なイベントを行います。

☆東原公園水泳場限定イベント

- ⑥ 水泳ワンポイントレッスン** 毎週水曜日 午後3時～3時50分
・・・泳ぎ方など簡単なアドバイスをを行ないます。
- ⑦ タイムトライアル** 毎週木曜日 午後4時～4時50分
・・・25mプールにおいてタイムをはかります。
- ⑧ 小学生泳力検定** 毎週金曜日 午後3時～3時50分
・・・検定カードを配布し、泳ぎ方の確認をします。目指せ1級

お問い合わせ

住友金属鉱山アリーナ青梅(青梅市総合体育館)

☎ 0428-24-7721

