

プールでは泳いでなくてもけがするよ!

どんなとき、どんなところですべりやすいかな?

★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...

平成30年5月号 幼稚園・保育所等・小学校低学年向け

① ぼうしをかぶろう



② のどがかわいていなくても みづをのもう



③ ひかげてやまもう



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!



?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

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!



◆◆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20日(土) ～ 8月31日(土)	午前10時 ～午後6時	中学生以下 大人	100円 300円	10円	今寺5-11	31-7488
わかぐさ公園こどもプール		午前10時 ～午後5時	小学生以下 付き添い	50円 150円		河辺町8-14-3	32-5353
沢井市民センタープール			中学生以下 大人	無料	100円 使用後返却	沢井2-727-1	78-8222 開催期間中のみ



☆☆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、10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)

◆◆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(金)10時～12時・13時～15時、わかぐさ 7/25(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、服を着たままで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** わかぐさ 7/22(月)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力づくりを行ないます。
- ③ 1日ライフガード体験**
東原 8/13(火)11時～12時、わかぐさ 8/15(木)11時～12時、沢井 8/2(金)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 プール縁日** 東原 8/1(木)・わかぐさ 8/2(金)・沢井 8/13(火)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。

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。
- ・自転車には、盗難防止の為、必ず鍵をかけるようお伝えください。



☆東原公園水泳場限定イベント

- ⑤ 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います。
- ⑥ 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。
- ⑦ 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



青梅市スポーツ施設
運営パートナーズ