

P-スマイル

ピュアスポーツ

福島南スイミング

VOL.170

2025年5月発行

参観日週間

4月より、異動してきました所長のゴジラです。この見出しのコーナーを今回から担当になります。どうぞよろしくお願いします。入園・入学やクラス替えが行なわれたお子様におかれましては1ヶ月が過ぎました。だいぶ慣れましたか？ゴジラの一番上の長男も4月に高校へ入学して、毎日部活で疲れて帰ってきて練習についていくので、精一杯のようです。プールにおかれましても4月から担当コーチが代わりました。まだ慣れていないお子様もいるかと思いますが、しっかりとお子様とコーチが信頼関係を築いて進めてまいります。何かありましたら、担当コーチに遠慮なくご相談ください。

さて、今年度より練習カレンダーの5月8月11月2月の真ん中の月は、参観日週間を行います。参観日は保護者の方がプールサイドで観覧できます。近くでお家の方が見てくれるとお子様もさらに練習に対して力を発揮します。また、見ているお家の方も間近で頑張っている姿や成長が見ることができます。カメラ撮影もできますが、ご自分のお子様のみを撮影するようにご協力をお願いします。5月に運動会がある小学校が多いかと思いますが、なるべくお休みせずにプールへ来ていただけたらと思います。お休みや振替をする際は、お手数ですが受付又は電話、ラインにて連絡をするようによろしくお願いします。今月もプールでお待ちしております。

ちゃくいすいえい ひなんくんれんしゅうかん 着衣水泳&避難訓練週間

すいなんじこ じぶん み まち あんぜんすいえい おこな
 水難事故から自分の身を守る安全水泳を行います。

ひなんくんれん じしん き うご れんしゅう
 避難訓練ではいつ、地震が来ても動けるように練習するよ！！

き かん がつ にち か がつ にち ど
 期 間 6月24日(火)～6月28日(土)

も もの みずぎ ぼうし
 持ち物 ①いつものセット(水着・帽子・ゴーグル・タオル)

ぬ ふく ぬ ふく い ふくろ
 ②濡れてもいい服・濡れた服を入れる袋

はん はん
 1～39Lvまで→半そで・半ズボン

いじょう なが なが
 40Lv以上→長そで・長ズボン

も もの かなら なまえ か
 ※持ち物には必ず名前を書いてください！！

とうじつ らいかん ほかしゃ かたがた ひなんくんれん さんか
 ※当日、来館した保護者の方々にも避難訓練に参加して
 いただきますので、ご協力よろしくお願いいたします。





じゅぎょうさんかん

授業参観ウィーク



5月のHAPPYWEEKは、授業参観ウィークです！タイムチームのお友達は、タイム測定となっております。おうちの人に練習しているところを近くで見てもらおう！！写真・動画撮影もOKなので、保護者の方も是非お越しください！

※撮影の際は、他のお子様になるべく映らないようにご協力お願いいたします

期間 5月20日(火)～5月24日(土)

！命を守る30分完泳参加してみませんか？！

みなさんこんにちは！今年も自分の命を守る30分完泳が実施されます！長く泳げる経験の場として、ぜひご参加下さい😊

日程 令和7年6月22日(日)

場所 福島スイミング

対象 70レベル以上のお友達

参加項目 ・10分泳 ・20分泳 ・30分泳

※対象のお子様には別にお手紙を配布致します



◆ 泳力認定申込受付中 ◆

21レベル（背泳ぎチーム）のお友達から申請することができます！プールを頑張ってたくさん泳げるようになった証として、是非申請してください！

詳しくはコーチから貰う申込用紙をご確認ください。

申込期間：5月24日(土)まで！！



スイミングのすゝめ

他のスポーツにも好影響！スイミンググッドポイント

②強化と同時にケガの予防に！

体幹を意識してバタ足動作を行うことにより、体幹が安定しより連動したキックができるようになります。

そのため、無理な動作をすることなくキック動作ができるため、ケガをしにくくなります。しかも！
関節可動域を広げるというおまけつきです！！



100レベル達成者！！(3/15(土)～4/23(水))

渡邊 瑠香さん	五十嵐 芽実さん	菅野 瑞希くん	前田 聡里さん
紺野 健斗くん	丹治 陽希くん	岡田 知佳さん	村上 遼太朗くん
佐藤 光くん			

おめでとう！ これからがんばろう！！

★50メートルタイムランキング★

(令和7年3月末更新)

	クロール 男子/女子	背泳ぎ 男子/女子	平泳ぎ 男子/女子	バタフライ 男子/女子
6年生	菊池 瑛太くん 西山 桜羽さん	菊池 瑛太くん 丹野 里桜さん	菊池 瑛太くん 丹治 颯夏さん	目黒 悠暉くん 丹治 颯夏さん
5年生	山田 遥真くん 高橋 咲良さん	外山 匠くん 高橋 咲良さん	外山 匠くん 佐々木 愛莉さん	武田 瑛士くん 佐々木 愛莉さん
4年生	藤田 智昭くん 斎藤 桜和さん	藤田 智昭くん 村田 紗依さん	藤田 智昭くん 斎藤 桜和さん	藤田 智昭くん 斎藤 桜和さん
3年生	次田 瑛志くん 菅原 志笑さん	次田 瑛志くん 小林 愛依さん	多田 愛誠くん 小林 愛依さん	多田 愛誠くん 菅原 志笑さん
2年生	斎藤 旭くん 大内 百望禾さん	小林 鈴さん	大内 百望禾さん	大内 百望禾さん
1年生				

◆経理からのお知らせ◆

●6月分の会費引落日(前納制)・・・県外銀行は5/27(火)になり、その他の東邦銀行や福島信金、JA、郵便局は6/2(月)となります。郵便局の方のみ、6/2(月)に引き落とせなかった場合、6/10(火)に再引落しががかかります。

万が一、会費の引き落としができなかった場合、大変恐縮ではございますが、窓口にて現金でお支払い頂きますよう、お願い申し上げます。

●退会を希望される方は、退会希望月の20日までに、窓口へ退会届の提出をお願いします。

5月の予定

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24

練習日：4/29(火)～5/3(土)

5/13(火)～5/24(土)

休館日：5/6(火)～5/10(土)

プール参観日：5/20(火)～5/24(土)

6月の予定

日	月	火	水	木	金	土
25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

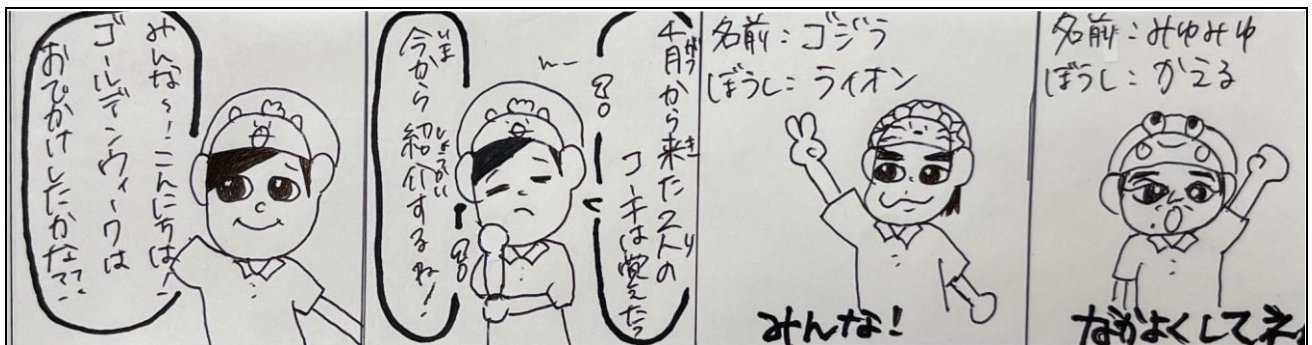
練習日：5/27(火)～6/7(土)

6/17(火)～6/28(土)

休館日：6/10(火)～6/14(土)

セーフティ週間(着衣水泳&避難訓練)：

6/24(火)～6/28(土)



《編集後記》

みなさんこんにちは！だんだん暖かくなってきましたね、寒暖差にご注意ください！GWはどこかお出かけの予定はありますか？ えんちゃんは、今のところ何も予定がありません😭溜まったアニメと漫画でも読もうかな…と考えております（笑）おすすめの漫画やアニメがありましたら、教えてください♪

5月6月はイベントが多くあります！泳力認定や30分完泳、着衣水泳などなど…

ぜひ、参加していただければと思いますので、お休みしないでプールに来てくださいね☀