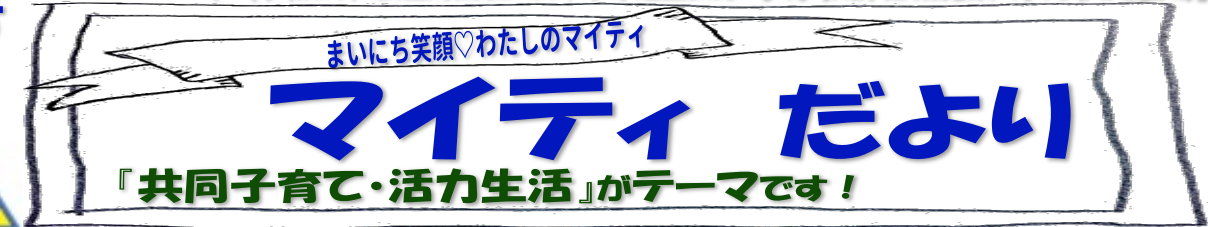


6月号

2020 年 (令和2年) 公益財団法人日本水泳連盟公認「水泳教師在籍施設・泳力検定会場」



今年も昨年同様、あたたかい日が続き「水分補給」が欠かせない時期となりました。「熱中症」には十分気をつけましょう！
先日より、学校や職場なども段階的に始まり、お子さん達や保護者の方々の様々なストレスもやや軽くなったのではないのでしょうか？！
少しずつですが普段の日常を取り戻しつつあるこの頃、県境をまたぐ移動自粛も6月1日（月）に解除され、経済活動も徐々に動き出していますが何かと心配事は尽きないですね。
さて、6月上旬に「夏の体験会」の折込チラシが入る予定ですが、会員の皆様にはひと足早くご案内させていただきます。緊急事態宣言に伴う自粛で巣ごもり、めっきり体力も落ち、ストレスも若干ありましたね。それに伴い、时期的にも最近、「運動不足、体力の衰え、脂肪が気になりだした…。何かにチャレンジしたい！」などと考えている方々、マイティに足を運んでみて下さい。きっと目的のコースが見つかるはずです。
ご家族、知人の方に「体力UP! 免疫力UP! コロナに負けない身体づくり!」のために是非お勧め下さい。



会員の皆様にいち早くお知らせいたします。
～体力UP!免疫力UP!コロナに負けない身体をつくろう!～

入会金 100%OFF
+オリジナルマフラータオルプレゼント! +コース別プレゼント!

『夏の体験会6～8月』募集中!

この春は、新型コロナウイルスの影響で『体験会が中止』になってしまいました。申込を済ませていたお友達も沢山いました。せっかく楽しみにしていたスイミング・ダンス・英会話・学習教室なのにととても残念でしたね…。学校も長い休みに突然なつてしまい、家の中での活動が中心になり、勉強や読書をしたり、パソコンやゲームに夢中になり運動の機会が随分と減り『体重が増えた! ?』という声も多く聞いています。
私たちマイティスイミングの役割は、水辺の事故防止が根底におきながら、更に泳法習得や泳力向上などですが、同時に健やかな成長に欠かせない身体的運動、特に水中での運動は効率も良い（**水圧**＝マッサージ効果、**抵抗**＝動かす速度によって負荷量増加、**浮力**＝関節の負担軽減、**水温**＝体温の上昇防止、**水流**＝更なる運動効率UP!）スイミングと言う場の提供です。特にゴールデンエイジ（お子さんの身体能力、運動能力が著しく発達する時期：具体的には5～12歳の期間。体の動かし方、動作、技術習得を短時間で覚えることができる、一生に一度だけの貴重な年代）と言われる年代のお子さんには、日常生活では味わえない無重力の世界で『のびのび すこやか いきいきと』プールを愉しんでもらいたいと考えています。是非、この機会を逃さないで下さいね(^^♪

- ☆親子倶楽部／（ベビー）…生後6ヶ月～3歳までのお子さんと保護者
 - ☆水中活動・プレジュニア／（びっきー's）…3歳～就学前のお子さん
 - ☆ジュニア／スイミング・ダンス…小・中学・高校生
 - ☆大人／プール・スタジオ…中学生以上（保護者の同意書が必要となります）
 - ☆英会話／園児クラス（4才～）・小学生クラス・中高生クラス
 - ☆算数・国語学習教室／ガウディア米沢教室…年少～小学生
- 1回無料体験・1ヶ月体験希望日の3日前まで
（※ガウディア米沢教室のみ6/1（月）～8/28（金）まで
診断テスト+学習アドバイス+2週間無料体験となります。）



ジュニア スイミング



2

感染予防対策
実施中!!

みんなの施設です。意識して実行して下さいね。

まだまだ先が見えない中の、徹底した予防策をしたうえでの営業となっています。マイティからは、様々なお願い事ばかりですが、お子さんや保護者の方もご協力をお願いいたします。
※館内やバスでおやつを食べたりしないようにしましょう。
※バスの中でも必ずマスクをつけて下さい。
※使用済みマスクは、ゴミ箱に捨てずに家に持ち帰って下さい。
※保護者の方は、できるだけ車内でお待ち下さい。用がある時など、約10分程度を目安に退館下さい。
※熱中症予防のため、各自水筒などをお持ちください。
レッスン前にはずしたマスクはビニール袋にいれましょう！
帰る時も必ずマスクをつけて下さい！ ご協力お願いします(^^♪

みんなで、
守ろう!!

みんなで
おやくそく!



1回・1ヶ月・3日間から選べます。
自分にあったコースを選んでね(^^♪

大人 プール レッスン

OCEAN ENGLISH CLUB 子ども英会話



ジュニア ダンス教室



国語・算数学習教室



大人 スタジオ レッスン





汗ばむ季節となりました。 シャワーをしっかりと浴びましょう！

5月で真夏日に近い日もあり、今年もなんか暑くなりそうな感じですね。プールサイドも30℃前後ありますので、あつという間に汗がジワっと噴き出てきます。プールに入る前、トイレの後は全身くまなくシャワーを浴びて下さい！

キレイなプールの水で泳ぎたいと誰もが思っているはずですが、それには、一人一人の心掛けがとても大切になってきます。プールに入る前やトイレ使用後は、必ずシャワーを浴びて下さい。プールサイドの自動シャワーは、ワンプッシュで約20秒出るので止まるまでしっかりと浴びましょう(^_-)- ☆ 小さな友達から大人の方まで、お互い注意して声もかけてもらえると嬉しいです。



忘れ物が多くなっています。 持ち物には名前を、準備は自分でしましょう！

玄関前のカサ置き場、ロビーの忘れ物ワゴンの中は、いつもいっぱい忘れ物があります。みなさん持ち物に『名前（なまえ）』を書いていますか？特に同じ水着や履物が多く、「感覚でこれ違う！」とかトラブルのもとになっています。残念ながら持ち主の所に帰れない物は、一定期間で【処分】させて頂いています。

こうした状況をなくすために保護者の方にお願ひがあります。

スイミングに来る前の準備から自宅に帰って洗濯物を出すところまでは、自分自身で責任をもってやってもらいましょう。小さなお子さん達にも「**自分でできることは自分でやる**」、を優しく見守ってあげて下さい。

保護者の方が全てを準備して後片付けしたり、スイミングバックを持ってあげたりしていると、お子さん達は何も分からなくなります。

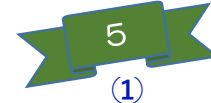
【子育て～子育てへ】少し目線を変えて、成長を見守ることも大切ですね。



倶 楽 部 よ り

※**くつの履き間違い**が多くなっています。**見える所に「必ず名前を記入」**して下さいね！

- ①**諸届**について・・・コース変更・休会・退会・バスコース変更などの諸届は、**前月20日まで**となります。
- ②**ロッカー利用**について・・・**契約ロッカーではありません**。指定のロッカーで対応できない場合がありますのでご了承下さい。
- ③**貴重品持ち込み**について・・・先般も全会員への注意喚起プリントを配布していますが、携帯電話、腕時計、多額の現金を持ちフロントへ預けないお子さんがいます。万が一紛失しても責任を負いかねます。ご家庭で再度話し合いを設けて頂き、必要のないものは持ち込まないようにご指導お願い致します。
- ④**ゴミの持ち帰り**について・・・コロナ感染防止対策のため、自分で出したゴミは責任を持って持ち帰って下さい。ご協力お願い致します。
- ⑤**送迎バス**について・・・あらゆる交通事情（不慮の事故や道路工事など）でバスが遅れて到着することがありますが、必ず停留所を回りますのでお待ちいただけますようお願い致します。ご理解ご協力のほど宜しくお願い致します。



自宅で簡単トレーニング！



YouTube を見ながら一緒に、やってみて下さい！

新しい生活様式に、ちょっとの時間を割いて「簡単トレーニング」を取り入れてみませんか?! ご家族と一緒にリフレッシュ！見覚えのあるスタッフと家族と一緒にリフレッシュ(^_^)v まだまだ作り込みが上手に出来ず、素人感満載ですが・・・徐々にパワーアップしていきますのでご期待ください！

【読み込み方法】

- ①左記のQRコードを携帯電話のカメラモードで読み込みます。
画面に**growth-sports.com**の文字が表示されるので、クリックします。
- ②マイティのホームページ表示されます。
- ③下に移動して、年間スケジュール表の下に『**YouTube**』チャンネル一覧が ありますので、クリックして下さい。



のびのび いきいき すこやかに「共同子育て」
「活力生活」をテーマに活動しています。
マイティスイミング倶楽部では、「共同子育て」「活力生活倶楽部」をテーマに、全世代の会員・保護者の方がいまいると楽しく過ごせる場所づくりを目指しています。
水中での活動、運動の楽しさを実感していただくのはもちろんのこと、日々の倶楽部ライフの中で得られる「気づきや学び」を大切にしながら、会員・保護者の皆さんと共により良い倶楽部創りを目指していきたいと考えています。



③

こちらです！！

【注意】

- ・無理をしないで、ゆっくりと自分のペース
- ・痛みが感じられる場合は、中止しましょう。



マイティに響き渡る、お子さん達の元気な声、会員のみなさんの溢れる笑顔が戻り、いきに明るさと活気を取り戻しました！ 左側、『イルカと子ども達』のパステル画は、以前まで本社だったマイティ須賀川（福島県須賀川市）で会員の保護者の方（いとうみわこ さん）の作品です。弊社の理念、スイミングの役割、いろんな思いをお話しさせて頂き、描いてもらったものです。未来を背負う、お子さん達にはマイティで『のびのび すこやか いきいき』と活動や運動をして欲しいと思います。1階ロビーや階段登り口にも作品が飾っておりますので是非、足を止めてご覧ください。眺めているといろんな夢が広がります。

OCEAN ENGLISH CLUB

使える力
Gaudia

発行元 (有)グロウス・スポーツ
マイティスイミング倶楽部米沢
☎ 0238-22-3644

〒992-0012 山形県米沢市金池7丁目8-13
マイティスイミング 検索
WEB <http://www.growth-sports.com>