



日本スイミングクラブ協会
東海支部

子どもたちとスイミングを考える情報誌

vol.12

無料

2019年10月1日発行

We Love Swimming

ういー らぶ すいみんぐ

スイミングクラブは
子ども達が
放課後安心して
運動できる場所です

スイミングで

基礎体カアツプ

日本スイミングクラブ協会 東海支部加盟クラブは、
子ども達の心身の健やかな成長のために、
水泳指導を通じた子育て支援に取り組んでいます。

【子育て支援宣言】 — 子ども達の未来のために —

日本スイミングクラブ協会東海支部加盟登録クラブは、従来より水泳のレッスンを通して、子ども達の健全な心身の発育発達を願い、丈夫な身体づくりと社会性を身につけるための取り組みを行って参りました。この実績を踏まえて、子ども達のすこやかな成長のために保護者と協力し、丈夫な身体づくりと相手を尊重する社会性を身につけるための「子育て支援」を積極的に行っていくことをここに宣言いたします。

日本スイミングクラブ協会東海支部



2019年 8月11日(日)「水泳の日」

「水泳の日」について

1953年(昭和28年)、(公財)日本水泳連盟が体力増進を目的に「国民皆泳の日」と称し水泳大会が開催されました。

時代を経て2014年、同連盟は水泳競技のさらなる普及・発展と共に、国民全員が泳げることで水難事故を防止したいという思いを込めて、中断となっていた「国民皆泳の日」を「水泳の日」と改めて制定しました。

2015年8月14日東京で実施した第1回イベントを皮切りに、国民全員で水泳を楽しむ「水泳の日」イベントの全国展開がスタート。主催となる(公財)日本水泳連盟 (一社)日本スイミングクラブ協会 (一社)日本マスターズ水泳協会 日本障がい者水泳協会が力を合わせ、長期的なスパンで「水泳の日」のイベントを開催してきました。

水泳は「命を守ることができるスポーツ」です。水泳に親しみを持ち、国民に生涯スポーツとして泳ぎをマスターして欲しいと願っています。

今後「水泳の日」が、水泳文化構築のきっかけとなる様、様々な施策を推進していきます。2019年は愛知で無事開催することが出来ました。2020年は大阪で開催されます。皆さん是非ご参加ください。



水泳の日実行委員
丸笹 公一郎氏

実施イベント内容

- ▶ **飛込**
オリンピックによる演技と体験レッスン。
- ▶ **日本泳法体験教室**
海や川、自然の中で生まれ戦国時代に武術、芸術として完成した日本泳法、500年の歴史、進化し続ける泳ぎを学ぼう。
- ▶ **OWS体験教室**
サバイバルスイムや立ち泳ぎなどのOWS特有の技術に挑戦。日本ライフセービング協会講師より海や川などで自分の命を守るための技術を学ぼう。
- ▶ **水球体験教室**
水球のシュート・パス等を日本代表選手より学ぼう。
- ▶ **アーティスティックスイミング体験教室**
オリンピック・日本代表と一緒にアーティスティックスイミングの技に挑戦。
- ▶ **オリンピックとスイムレッスン**
オリンピックの指導で泳いでみよう!
- ▶ **水中動画撮影会**
水中動画で自分の泳ぎを見てみよう!
- ▶ **ブラインドスイミング体験会**
視覚を閉じた状態で25m完泳に挑戦!



日本スイミングクラブ協会が設立されて50年。3世代に親しまれてきたスイミングの役割も、時代の流れの中で変化してきました。

最近、放課後の部活動や外遊びの機会が減る中、地域のスイミングクラブは、子ども達が放課後友達と一緒に過ごし、安心して運動できる場所になり、泳法取得だけではなく子ども達の生きる力づくりを期待される存在になってきていると感じます。そこで、現在子どもをスイミングに通わせておられる保護者の皆様にお話を伺ってみました。保護者ご自身が子どもの頃通ったスイミングのメリットを十分に感じておられるからこそ、我が子の「生きる力」を育むために先ずスイミングを選ばれていることが分かります。

基礎体力

集中力

社会性

身を守る手段

ご両親のスイミング歴は?

父はベビー〜12歳。母は5歳〜12歳。4泳法制覇で体力がつかえました。家族で海や川で楽しめて幸せです!

お子様のスイミングについて

- **始めた動機は?**
水に楽しく無理なく親しんで欲しいと思い、スイミングに通い始めました。
- **身についたことは?**
水への苦手意識がなくなり安心です。
- **期待することは?**
正しい泳法と体力は勿論、いざというときに身を守る手段としての泳ぎを身に付けて欲しいです。
- **日常の健康管理は?**
休まず通えるよう、睡眠や食事などの生活習慣には日々気を配っています。
- **いつまで続ける?**
本人達が、水泳を続けたいと思っている間は、続けさせてあげたいです。
- **将来は?**
泳げることが将来の夢に繋がり、水泳で身につけた力が仕事などに役立つこともあるかと思っています。



山田 スタート
睦喜(むつき)くん 7歳 6歳から
瑞喜(みずき)くん 4歳 4歳から

ご両親のスイミング歴は?

母が幼稚園の頃スイミングを習っていました。今もきらきら光る水の中で、楽しく遊んだ時のことを覚えています。

お子様のスイミングについて

- **始めた動機は?**
水遊びが大好きだったので、このタイミングなら水泳も楽しめると思いました。
- **身についたことは?**
25mを自分の力で泳げたことで自信が持てました。
- **期待することは?**
まずは体力アップ。目標に向かって泳ぎ続けるための礼儀も身に付けて欲しいです。
- **日常の健康管理は?**
十分な睡眠をとり、生活リズムを整えて練習できるように気を付けています。
- **いつまで続ける?**
いざというとき身を守る位の泳力欲しいです。
- **将来は?**
大人になって家庭を持って、スイミングとして役立ててくれるといいですね。

イベントが日本ガイシアリーナで開催されました

参加して良かった！ 夏休みに家族で水泳の日を満喫できました！



当日イベント会場で出会った
柚留木(ゆるぎ)さんファミリー
にお話を伺いました

今回は、姉の理央さん(小学3年生)がアーティスティックスイミングを体験。弟の瑛太君(年長)もスタンプラリーや歴代オリンピックのパネル展示、水泳の日に勢ぞろいしたマスコットにも会えて楽しい夏休みの1日を満喫！

初めて参加しましたが競技や体験会に参加しなくても、家族で楽しめるイベントが盛り沢山！誰もが水に親しめる素晴らしいイベントですね。普段見ることが出来ない大きなプールで、オリンピックの演技…水球、飛び込み、アーティスティックスイミングも観ることが出来、水泳の日のイベントのスケールの大きさに感動しました。

子ども達は幼児の頃からスイミングを続けているので、風邪をひかずにとても元気です。アーティスティックスイミング体験会では、初参加の娘にも優しく丁寧にご指導いただき安心できました。このイベントで子ども達は、更に水と親しむ楽しさを体感できたと思います。

母

父



スイミングクラブ生や高校生のボランティアも大活躍でしたね。水泳の主な団体が一体になって実施されていることから、水泳の日のイベントが全ての人に向けて大切なメッセージを伝える役割を担って実施されていることが分かりました。家族で本当に良い体験が出来ました。



歴代オリンピック展示コーナーには貴重な資料や水泳界の出来事が展示されていました



スタンプラリーで景品Get!



ボランティアの皆さんが大活躍



2019年度愛知名古屋 水泳の日は、東海地区の多くの皆様にご参加いただくことが出来ました。

日本スイミングクラブ協会東海支部、(一社)愛知スイミングクラブ協会 会長 高木 宏

2019年度愛知名古屋 水泳の日は、(公財)日本水泳連盟、(一社)日本スイミングクラブ協会、(一社)日本マスターズ水泳協会、日本障がい者水泳協会が主催、(一社)愛知水泳連盟、(一社)名古屋水泳連盟、(一社)愛知スイミングクラブ協会が主管となり、無事開催することが出来ました。愛知では初めての開催でしたが、大変有意義なイベントになりました。ご協力いただきました皆様にご心より御礼申し上げます。「水泳の日」イベントは、今後も毎年全国各地で開催されます。老若男女全国民の皆様が楽しみ、学び、水に親しめる貴重な機会です。是非ご参加いただき、皆様の健康増進と子ども達の心身の健やかな育成にお役立ていただければ幸いです。

を身に付けるために

スイミングで子育てしています！



中村 スタート
心陽(こはる)さん 7歳 6歳から
咲良(さくら)さん 5歳 5歳から

ご両親のスイミング歴は？

父は2歳～12歳。母は2歳～18歳。選手コースまで通いました。結婚してから、夫婦で健康のために泳いでいます。

お子様のスイミングについて

●始めた動機は？

父も母も幼い頃からスイミングで育ったので、子どももスイミングで元気に育てたいと思い始めました。

●身につけたことは？

コーチの話を聞く力と集中力、体力がつけました。

●期待することは？

泳法は勿論、人間形成も大切。集団の中で礼儀を学び、練習を続けることで、壁を乗り越える心の力をつけて欲しいです。

●日常の健康管理は？

鼻水が続くと早めに耳鼻科へ行くなど、中耳炎にならない様に気を付けています。

●いつまで続ける？

水泳は全身運動なので体力・泳力に自信がつくまで少しでも長く続けて欲しいですね。

●将来は？

水泳で身に付けた体力と集中力は、将来必ず役立ちます。子ども達には水泳を通して成長し、社会に貢献できる人になって欲しいと思います。



成岡 スタート
銀治(ぎんじ)くん 5歳 0歳から
桔平(きつぺい)くん 2歳4ヶ月 2歳から

ご両親のスイミング歴は？

母が、3歳～9歳までスイミングを習っていました。小さい頃は体が弱かったのですが丈夫な体になりました。

お子様のスイミングについて

●始めた動機は？

基礎体力をつけるには、スイミングが一番と考えました！

●身につけたことは？

水泳で身に付けた体力と持久力、集中力が、他のスポーツに役立っています。

●期待することは？

楽しく練習して、水泳技術を向上させて欲しいです。学校とは違う環境で、社会性を身に付けることも期待出来ます。

●日常の健康管理は？

早寝・早起きと栄養バランスに気を付けています。戸外で伸び伸びと遊び、体を沢山動かしています。

●いつまで続ける？

本人が望む時期まで。楽しく笑顔で通えることが大切だと思いますから、そのためにサポートしてあげたいです。

●将来は？

大人になっても丈夫で健康でいられること…これが一番幸せなことだと思います。



林 スタートは全員4歳から
愛心(あいこ)さん 13歳
美心(みこ)さん 11歳
心音(こね)さん 9歳

平成30年度 日本スイミングクラブ協会
東海支部ベストスイマー賞受賞者のご紹介

毎年、日本スイミングクラブ協会東海支部にて特に活躍し、
優秀な成績を残した選手がベストスイマーとして表彰されます。



ベストスイマー賞 アスリート部門

かとう こうせい
加藤 晃成さん

中京大学附属
中京高等学校1年生
所属:豊橋スイミングスクール

記録	200m自由形 1'52"92	400m自由形 3'58"57	100mバタフライ 57"11
----	--------------------	--------------------	--------------------

2016年,2018年,2019年 3度受賞の加藤晃成さんにうかがいました。

●体調管理で気を付けていること
大切なのは、食事と睡眠です。食事は5大栄養素をしっかり取り、量もたくさん食べるようにしています。睡眠は疲れがとれるように早く寝たり、お風呂上りに毎日ストレッチをしてから寝ています。

●モチベーションをキープするために努めていること
モチベーションをキープすることはとても難しいですが、最近は楽しく練習することを心がけています。楽しく泳ぐことができれば、辛い時や試合に行った時に緊張しなくなると思います。



泳げない子をなくそう運動

日本スイミングクラブ協会東海支部加盟クラブではWe Love Swimming〈泳げない子をなくそう運動〉を年2~3回春~夏に実施し、各々の地域に合わせた取り組みを無料で行っていきます。

毎年夏になると水の事故が後を絶ちません。島国日本は海に囲まれ、自然豊かな国土には緑豊かな山と河川が多くあります。いざという時に身を守る手段としての水泳技術と基礎体力をつけるためには、長い距離を楽に泳げるまでスイミングを継続することが大切です。日本スイミングクラブ協会東海支部では「泳げない子をなくそう」というスローガンを掲げて各クラブでのプール体験やイベントなどの取り組みを実施しこの活動の必要性を全国に発信し続けています。

2019年プール無料開放の日に泳力認定会も行われました ———— ためしてみよう、泳力認定。



あなたの泳ぎ、
チカラは
どれくらい!?

日本スイミングクラブ協会
泳力認定委員会のキャラクター
マスコットに「て一君」

泳力
認定

あなたも全国共通の泳力認定が受けられます。

泳力認定とは、一般社団法人日本スイミングクラブ協会が定めた全国統一の泳力認定にもとづき、あなたの泳力を認定するものです。当協会加盟のクラブ会員並びに日本に在住しているすべての水泳愛好者が認定を受けることができます。そして、取得頂いた認定級は、履歴書等に記載できる公式のものです。泳力認定会は、当協会加盟クラブ主管で実施され、当協会より認定を受けた泳力認定員によって検定が行われます。

※プール無料開放日程及び泳力認定会実施の有無は各クラブに直接お問い合わせください。

日本スイミングクラブ協会東海支部の 各加盟クラブ会員に対する子育て支援内容

安全	あいさつ	整列	返事	努力	協調性
●安全の重要性を教えます	●気持ちのこもった挨拶を身につけます	●整列や順番を守ることを身につけます	●「はい」という返事を身につけます	●目標を達成するために、努力することの大切さを学びます	●協調性を身につけます
注意	「お願いします」		「はい!」		

◆スイミングクラブの地域に対する子育て支援

各クラブが、地域の子どもの子育て支援施設の役割を果たします。怪我をしたり、不審者につけられたら、近くのクラブに駆け込んでください。ご家庭に連絡して、子ども達の安全を守ります。

<p>I 怪我をしてしまった</p> <p>⇒応急手当をしたり、必要に応じて救急車を呼びます。</p>	<p>II 不審者につけられるなど困ったことがあったら</p> <p>⇒安全を確保し、必要に応じて警察に通報いたします。</p>
---	--

◆安全講習

日本スイミングクラブ協会では、各クラブの水泳指導者に対して、水泳の指導力向上、救急救命法や応急手当、プール衛生管理、水上安全救助法などの講習会を実施し、安全に関わる知識や技能を提供するなど、質の良い指導者の育成に努めています。



日本スイミングクラブ協会東海支部は、指導者の指導力向上や安全管理などの各種ライセンス普及、スポーツを通じた青少年の健全な育成に取り組んでいます。

スイミングクラブは、日本スイミングクラブ協会加盟クラブをお選び下さい。



日本スイミングクラブ協会 東海支部

<http://www.sc-tokai.net/>

情報誌のバックナンバーはホームページでご覧下さい。

事務局/〒464-0067 愛知県名古屋千種区池下1丁目11-21 サンコート池下3階 Tel: 052-757-5003 Fax: 052-757-5004 e-mail: information@sc-tokai.net

