アクラブ親子水泳

2018年5月　発行：アクラブ親子推進委員会

笑顔あふれる時間に・・・

お子様との大切な時間・・・プールではどのように過ごしていますか？
日によってお子様の機嫌はさまざまですね。調子の良いときは好きなことをどんどんやって・・・ちょっとご機嫌斜めな時はゆっくり抱っこでお散歩、無理せずその日の様子で過ごしましょう。
☆笑顔のポイント☆
お子様と対面で動きましょう。お子様のさまざまな表情をみて、褒めたり笑いあったり、対面だからこそ目と目をあわせることでお子さんは安心します。
お子様の上達度合も見逃すことはありません。
少し泳げるようにお子さんもパパ・ママが前にいることでそこまでジャ～ンプ！
更にがんばる力がわいてきます！！

いちにのさ～ん

キャッキャッ

土曜日曜はパパが大活躍！

「うえ～した～、うえ～した～」「ゆっくり！」「上手、上手」最近ではパパのハッスル声がよく聞こえてきます。背中に乗せて泳いだり、高く投げ飛ばしたり、水鉄砲も上手なパパも･･･　子どもを大好きなパパがたくさんいて、みんなすごく楽しそう！！
「水泳は苦手」「教えるのは難しい」というパパでも、お子様のレベルに応じたレッスンの進め方をアクラブアドバイザーがお伝えするので心配ありません。
休日はもっともっとアクラブを利用してくださいね。パパとの笑顔あふれる時間も大切に…

春の手遊び歌

キャベツの中から

1. キャベツの中から　いもむしでたよ
　（片手をグーにし、もう片方をキャベツの葉で包むような動作をリズムに乗って交互に行う

2. ニョキニョキ
　（左右の親指をリズムに合わせて立てる）

3. お父さんいもむし

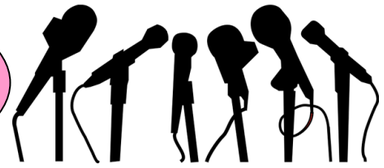
4. キャベツの中から　いもむしでたよ　ニョキニョキ　（人差し指を立てる）　お母さんいもむし
5. キャベツの中から　いもむしでたよ　ニョキニョキ　（中指を立てる）　お兄さんいもむし
6. キャベツの中から　いもむしでたよ　ニョキニョキ　（薬指を立てる）　お姉さんいもむし
7. キャベツの中から　いもむしでたよ　ニョキニョキ　（小指を立てる）　赤ちゃんいもむし

8. キャベツの中から　いもむしでたよ　ニョキニョキ　ニョキニョキ　ニョキニョキ　ニョキニョキ　ニョキニョキ
　（1～2までの動作は同じで、最後に指を全て広げる

お子さんと楽しくやってみてください！

インタビューしました！

ご自身がマタニティースイミングを受講され、現在ベビースイミング参加の黒岩さつきちゃんのお母様にお話を聞きました！



マタニティースイミングへ通っていらしたお母様。ベビースイミングをはじめて8ヶ月目になりました。
お父様もベビースイミングに参加されています。そんな黒岩さんにインタビューしました！

—-さつきちゃんは、スイミングのレッスンで何が好きですか？
（黒岩さん）アームヘルパーをつけてプカプカ浮かぶことが好きです。アームヘルパーをつけたらうれしそうに足をバタつかせます。
プールに来ない日はエネルギー有り余ってしまって大変です。

——マタニティースイミングはいかがでしたか？
（黒岩さん）呼吸の練習が出産に役に立ったと思います。まったくの初心者だったのですが、泳ぐことが出来るようになりました。
一緒にマタニティースイミングに参加していた方たちと今はベビースイミングで一緒なのです仲間という感じがすごいします。

——黒岩さんはベビーママスタジオプログラムに参加されています。
　　産後ケアのスタジオクラスはいかがですか？
（黒岩さん）筋トレがすごい効きます。ストレッチや有酸素運動などを網羅していて、とても楽しいです。

元気にスイミングに参加いただき、大変うれしく思っています。
インタビューご協力ありがとうございました。

堀之内店のご案内

● 6月.7月のお休み
6月29･30日　7月29･30･31日はお休みです

☆イベントのご案内☆

● スタンプラリー、ハロウィンイベント、クリスマス撮影会
お休みしなかったで賞、プロのカメラマンによる撮影会 etc

様々なイベントを開催予定です、詳細は追ってご連絡いたします。

※尚、都合により開催できない可能性もございますので、
　ご了承下さい。