

AQLUB 親子NEWS

アクラブではもっと楽しく、もっと簡単に!! アクラブ親子水泳を楽しんでもらいたい。
~そんな願いを込めてつくりました~

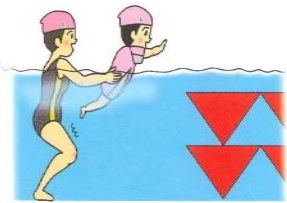


~元気なお父さん・お母さん~

最初は水着になるのさえ気恥ずかしさを感じることがあります。でもそれは最初だけ。慣れてくれば大きな声も出せるようになっていきます。
いつも大きな声を出している元気なお父さん・お母さんはお子さんから見てもカッコイイ。「下手でも泳いで見本を見せてくれるお父さんはやっぱりカッコイイ」「私がたくさん潜れた時に大袈裟に喜んでくれるお母さんって大好き」「こっちおいで~!」「飛び込んでごらん!」「10数えるまで我慢だよ!」いつも大きな声とジェスチャー、大袈裟な笑顔。
お父さん、お母さんが笑顔で元気にプールに入ってくるとお子さんも自ずと元気になっていきます。

お父さん・お母さんへのお願いです

- お子さんと一緒に元気にプールを楽しみましょう
- お子さんが上手にできたらたくさん褒めてあげましょう
- 大きな声で数をかぞえてあげましょう



ロケット
お母(父)さんの腿に足を置いて、ロケットみたいに跳べるかな?
『3・2・1 発射あ~!!』

ワニさんキック
腹這いになって一緒にバタ足練習。どっちが元気よくできるかな?
『1・2・3……9・10!!』
一緒にかぞえてやってみよう。



飛びつきジャンプ
お母(父)さんの掛け声でやってみよう。
『1・2・3ジャンプ~!!』



浮き身・顔付け
プールフロアの上からお母(父)さんのところまでシュワッチ。
『ここまでおいで~ 1・2・3・4・5!!』



上手にできた時は・・・
『はなまる!』
『上手!上手!』
『すごいね~』
お子さんとハイタッチ
お子さんに向かってOKサイン
お子さんにしっかり伝えるように褒めてあげましょう

手遊び歌♪ お弁当バス

おべんとバスがはしります のせてのせてと やってきて
いちごさん にんじんさん さくらんぼさん
ぎゅっぎゅっぎゅ ぎゅっぎゅっぎゅ ぎゅっぎゅっぎゅ

おべんとバスがはしります のせてのせてと やってきて
しいたげさん ごぼうさん むきえびさん
ぎゅっぎゅっぎゅ ぎゅっぎゅっぎゅ ぎゅっぎゅっぎゅ

おべんとバスがはしります のせてのせてと やってきて
なるとさん ハムさん きゅうりさん
ぎゅっぎゅっぎゅ ぎゅっぎゅっぎゅ ぎゅっぎゅっぎゅ

おべんとバスがはしります のせてのせてと やってきて
とんとんとん とんとんとん トマトさん
ぎゅっぎゅっぎゅ ぎゅっぎゅっぎゅ ぎゅっぎゅっぎゅ



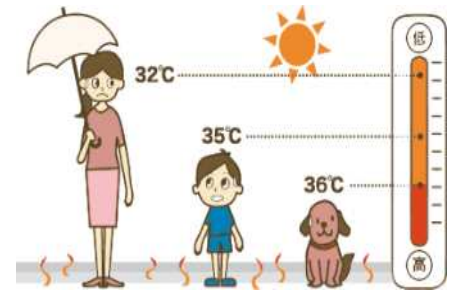
このQRコードでチェックしてみよう⇒



今の子供に気をつけたい 子供の熱中症



子供はまだ汗をかく機能が未熟で体に熱がこもりやすく体温が上昇しやすいです。また大人よりも身長が低いので地面からの照り返しを受けやすく、大人が暑いと感じているときに子供は更に高温の環境下にいることとなります。大人の顔の高さで32度のとき子供の顔の高さで35度くらいとなります。
幼児は自分では水分補給や暑さ対策が出来ないことも熱中症のリスクを高めます。



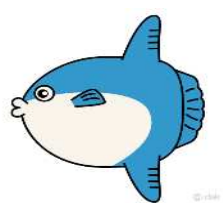
予防のポイント

子供の異変に敏感になり水分補給をこまめにしていく。
プールでも十分に熱中症になるリスクがあります。喉が渇いていなくてもレッスン前の水分補給をしていきましょう。



堀之内店のご案内

8月・9月のお休み
8月11~17日 9月29・30日
尚8月11~14はプール公開があります。



☆キッズ認定復活決定☆

この度キッズ認定が復活致しました!
第一回認定週は9月の15日~21日の一週間です。
認定週に担当コーチに申告して頂ければ、どなたでも参加できます。
合格した子にはキッズオリジナルシールをプレゼント!
皆様のご参加お待ちしております。

