

親子水泳 / 小学生 / 小・中学生水泳教室受講生の皆様へ

☆親子水泳を受講されるお子さまで、入水中に排便をする可能性が高い場合は、水着の下に「水遊び用スイミングパンツ」（水を吸ってもふくらんだり重くなったりしないもの）の着用をお願いします。また、特に寒い時期は、お子さまは体温調節がしにくいいため、更衣室から入水前まで移動の間、水着の上から羽織るものをご持参ください。

☆更衣室・館内等でご使用になった紙おむつは、所定のゴミ箱に廃棄するなど、清潔なご利用と衛生管理にご協力をお願いいたします。

☆妊娠中の方は、必ずかかりつけのお医者様の許可をいただいてからご参加ください。

☆双子のお子さまで親子水泳を受講の方は、お子さま1名につき保護者の方1名の入水が必要となりますのでご注意ください。

☆幼児や小学生の保護者の方は、お子さまの更衣のために更衣室内に入ってください。

※**男性保護者→男子更衣室**、**女性保護者→女子更衣室**にて、お子様の更衣を行ってください。

小学生以上は男女それぞれの更衣室で着替えをお願いします。また、パウダールーム等での更衣や**荷物を置いての場所取り等は他のお客様のご迷惑**となりますのでご遠慮ください。

☆行き帰りの道中に関しましては、くれぐれも保護者の方で安全にご配慮頂きますようお願いいたします。

☆水着・スイミングキャップに関しては指定の物はありませんが、レジャー用の物では無く**競泳用の物**をお勧めいたします。（水着はスポーツセンターでは販売しておりません。）**※ラッシュガードは基本的には不要です。**

☆小学生・小中学生水泳教室を受講の保護者の方は、教室運営上、お子さまのバスタオルをお預かりして実施いたしますので、**別途タオルを入れる袋（レジ袋等）**をご用意ください。

（バスタオルを入れた袋をそのままお預かりします。）

（注）バスタオルの持ち主が不明になる場合がありますので、**油性マジック等で必ず氏名をご記入**ください。

スイミングキャップの例

スイミングコーチや他のお子さまからも氏名がわかるように前面に油性マジック等を使い、**ひらがなでフルネームを大きく記入**してください。

※※ 感染症に罹患した場合の教室受講について ※※

教室では、健康・体力づくり、仲間づくりや発育に応じた指導に心がけ、少しでも多くの受講生に満足していただけるよう日々努力しております。さて、教室は集団活動をしておりますので罹患したお子さまの感染症が他の受講生に広がらないように皆様とともに注意していただければなりません。

つきましては、万が一お子さまが感染症に罹患した場合の教室受講の取り扱いにつきましては『**学校保健法施行規則**』に準じて「**治癒後**」または医師が「**感染の恐れがない**」と認めた場合においてのみ受講していただくようお願い申し上げます。

学級閉鎖等で登校(園)していない時は、**各学校(園)の指示に従って**いただくよう、併せてお願いします。なお、体力の消耗が激しい水泳教室につきましては、「**感染の恐れがない**」と医師に診断されても、**治癒後直ぐの受講の可否も念のため併せて医師にご確認**していただきますようお願いいたします。

参考症例：みずいぼ、手足口病、流行性結膜炎、咽頭結膜熱、とびひ、伝染性紅斑（りんご病）他

更衣室への入場時間について

【親子水泳、小学生、小・中学生 教室開講時間の**10分前**から入場できます】

水泳教室受講生の皆様へ

☆☆受講の準備として☆☆

◎教室開講日までに**水着・スイミングキャップ・スイミング用ゴーグル**を揃えておいてください。

(スイミング用ゴーグルに関しては強制ではありませんが、目の保護のため、使用をお勧めします。)

水着・スイミングキャップに関しては指定の物はありませんが、**レジャー用の物では無く競泳用の物をお勧めいたします。**(水着はスポーツセンターでは販売していません。)**※ラッシュガードは基本的には不要です。**

☆☆プールへの入場について☆☆

◎成人対象の教室は早くても開講時間の**15分前**から入場可能とさせていただきます。)

◎入場の際は、必ず教室券を提出してください。(教室券は、教室開講初日のお帰りの際にお配りいたします。2回目以降は教室券を窓口へ提出してご入場ください。)

☆☆更衣室(着替え)では☆☆

◎盗難防止のため貴重品はなるべく持参しないようにしてください。(受付窓口前の貴重品専用ロッカーをご利用ください。)

◎更衣ロッカーには必ず鍵をかけてください。更衣ロッカー使用の際は、100円硬貨が必要ですが、使用後に返却されます。また、更衣ブースに個人の所有物を放置したまま当該場所から離れることがないようにしてください。

◎更衣ブースでの更衣や、パウダールームでの整髪・化粧等をされる際には、一般利用の方もおられますので、譲り合って速やかにお使いください。

◎腕時計・髪飾り・指輪・ピアス・ネックレス等の貴金属、その他水中で他人を傷つける可能性があると思われるものは、すべて取り外してください。また、メガネ・コンタクトレンズの使用はご遠慮ください。(視力に支障の出る方は、度付ゴーグルをお勧めいたします。)

(注)当プールでは水質保護の為、入水の際は必ず化粧・整髪料を落としておいてください。

☆☆着替え終わったら☆☆

◎水着に着替えたらタオル・ロッカーキー等をお持ちになり、**3～6歳児、小学生、小・中学生 水泳教室の受講者はシャワーを浴びないでプールホールに集合してください。**開講時間になりましたら担当コーチが出欠を取り、準備体操を行いますのでそれまでお待ちください。その他、ご不明な事がございましたらお気兼ねなくスポーツセンターもしくは、担当コーチまでお尋ねください。【スポーツセンター 電話0797-87-5911】

☆☆その他☆☆

◇スイミングキャップ、ゴーグルのみスポーツセンター受付窓口にて斡旋販売しております。

◇お子さま連れでの受講は出来ません。(親子水泳を除く)

◇振替制度はございません。

◇目が悪くメガネの着用が必要な方については担当コーチにご相談ください。(水中運動教室のみ対象)

◇ご観覧にはプール2階の観覧席をご利用ください。また、観覧席では他のお客様のご迷惑となりますので、荷物を置いたままの占有や大声での会話、お子さまの行動等には十分にご配慮ください。

◇受講中に身体の調子が悪くなった場合は、必ず指導員にお申し出ください。

◇開講中に被った事故・ケガに対し、保険加入をしております。万一、事故・ケガが発生した場合は、応急処置を行います。また、保険適用の際には、保険会社からご本人への案内により進めていきます。

◇各教室とも定員不足の場合は、教室を開講しない場合もありますのであらかじめご了承ください。

◇宝塚市に警報が発令され(大雨・洪水・暴風・暴風雪・大雪警報)、**開講1時間前までに解除されていない場合は、休講といたします。**また、**特別警報の発令や大地震の発生、公共交通機関の途絶などで市民生活に著しく影響がある場合も同様です。**こちらからは連絡いたしませんので、気象庁や当センターのホームページ等でご確認ください。**令和7年度から一部の教室で予備日を設けておりますが、規定回数を消化できない場合は、休講分の受講料を返金いたします。**

◇受講料の返還について

各期において、**教室開講初日の前日までに**受講取り消しの手続きをされた場合に限り、**経費として1,000円を差し引いた受講料を返金いたします。**その後は、納められた受講料は一切返金いたしません。(手続きには領収書または公的な本人確認証が必要です。)

※お客様から得た個人情報は、個人情報保護法に基づき適切に管理し受講申込にかかる目的以外に使用することはありません。

※指導者からの暴力行為(直接的暴力、暴言、脅迫、威圧等)やハラスメント行為(必要以上の接触や言動)、個人情報の漏洩等を受けた場合は、速やかに受付窓口へ申し出てください。他の受講生から受けた場合も同様です。

幼児水泳（3～6歳児）教室 受講生保護者の皆様へ

教室受講時の注意事項

☆☆開講日初日☆☆

①プール受付窓口にて名簿のお子さまのお名前にチェック(○)をしてから更衣室へ。

②付添される保護者の方が**女性の場合は女子更衣室**へ、**男性の場合は男子更衣室**へ行きお子さまの更衣を済ませてください。

③お子さまの水着・スイミングキャップ（フルネーム入り）の着用を確認し、バスタオル入りの袋（レジ袋等）をお持ちになってお子さまと一緒に「プールホール」でお待ちください。

※男女各更衣室からプールに通ずる通路を歩かれると最終地点に広がったエリアがあります。この場所が「プールホール」です。

④教室実施時間になると指導者が注意事項等の説明をいたします。

☆☆教室終了後☆☆

3～4歳児の女性保護者の方は、階段を下りず、女子更衣室の出入口すぐの踊り場でお子さまの帰りをお待ちください。

講師がプールホールから踊り場までお子さまを誘導してまいります。但し、男性保護者の場合は、講師(女性)が男子更衣室まで行けませんのでプールホールまでお子さまを迎えに来てください。

※男女とも5～6歳児は、自分で更衣室に帰ることができる力を付けるため、教室の回を重ねるごとに講師が慣れるまで繰り返し案内いたします。

⑤お帰りの際、教室券置場に「教室券」を置いておりますので忘れずにお持ち帰りください。

☆☆次週以降☆☆

「教室券」をプール受付窓口にて提出してから更衣室へ入場してください。

3～4歳児の保護者の方は、バスタオルを持って、お子さまと一緒にプールホールへお越しください。

5～6歳児の保護者の方は、バスタオルを持たせて頂き、お子さまだけでプールホールに集合するよう指示してください。

(注) 5～6歳児は基本的にプールと更衣室の行き来を自分で出来ることを目指しますが、不安があるようでしたら保護者の付き添いで送迎のサポートをして頂いても結構です。

その他の注意事項

1 長い髪の毛（特に女兒）は、束ねてスイミングキャップの中へ入れるようにしてください。

2 ^{せき}咳込んで^{おうと}嘔吐することもありますので、飲食は出来るだけ教室開始30分前まで済ませておいてください。

3 トイレは教室開始前に必ず済ませておいてください。一人で水着の着脱とトイレが出来るよう練習しておきましょう！！また、男の子の水着の腰ひもは、着脱しやすいように腰ひもをゴム等に換えておいてください。女の子の水着は着脱とトイレがしやすいセパレートをおすすめいたします。

4 集団行動、水慣れ具合を見ながら班分けをしていくため、しばらくは流動的になり反復練習になることもあります。

5 教室を観覧される保護者の方は、受付事務所前の階段から2F観覧席をご利用ください。

6 教室開講時間の10分前から入場できます。