



# BABY SWIMMING

6ヶ月～  
1歳11ヶ月  
対象

## 白ゆりスイミングスクールでスイミングデビュー！

### 親子スイミング 4つのメリット



水に対する恐怖心が  
なくなります！

親子で行うので恐怖を  
感じることなく安心して  
プールに入ることができます。



保護者の方の  
運動不足解消にも！

一緒にプールに入ること  
で普段使うことのない筋肉を  
刺激し、運動不足の  
解消にもつながります。



身体が丈夫になります！

水の中で過ごすことにより  
体温調節機能が  
高まり、免疫力UP！



集団生活の第一歩に！

お友達や保護者の方も  
たくさんいるので  
集団生活に慣れる  
最初の一步にも！

### ベビースイミング1日の流れ

#### 1. 挨拶・準備体操

保護者の方とプールサイドに  
座って月の歌を歌いながらお腹から  
頭まで水をかけて水に慣れていきます！



#### 2. 水慣れ

抱っこでゆらゆら。  
高い高いなども行いながら  
水の中でリラックスしていきます！



#### 3. サーキット

滑り台やトンネルを使って身体を  
動かします。みんなでボールを使って  
遊んだりお友達とスキンシップを  
取りながら活動します。



#### 4. ゆったりタイム・挨拶

たくさん身体を動かした後は  
音楽に合わせて自由にゆったりした  
時間を過ごします！



### 受付方法・お申し込みについて

- 開催日：1月18日(水)・20日(金)・23日(月)
- 対象：6ヶ月～1歳11ヶ月(2歳～は職員にご相談ください)
- 時間：10時45分～11時30分
- 場所：白ゆり幼稚園 温水プール
- 持ち物：水着・帽子・タオル ※保護者の方もご用意をお願いいたします。
- 受講料：1回 500円

- お申し込み：下記のURL または QR コードからアクセスしていただきフォームにて受付いたします。  
受付 URL <https://forms.gle/D5HYZWPGlkCWrcQYA>  
『お申込み期間』12月19日(月) 10:30 ~ 各参加日2日前まで  
※定員になり次第締め切らせていただきます。

### チケット購入方法

授業開始20分前から購入可能となります。  
幼稚園事務受付にて参加費の500円を  
お支払いしていただきチケットを受け取り後  
プールホールにお越しください。

