

熱中症に気をつけて過ごそう！

今年の夏は猛暑が続き、熱中症のニュースが世間を騒がせ、外に少しいるだけで汗をかくくらい暑くなってきています。だからといってエアコンや扇風機にあたり過ぎると風邪に似た鼻水やのどの痛み、頭痛などの症状から全身のだるさや疲れやすさ、食欲不振や下痢などの消化器障害、イライラ感、肩こり、腰痛、肌荒れなど、さまざまな症状がでてくる、エアコンによる冷房病かもしれません。熱中症は、気温などの「環境条件」と、性差・年齢差などによる「身体」の2つの原因があります。



体調や暑さに対する慣れ等が影響し起こります。特に、室温が高い・風がない（弱い）日や、暑さに身体が慣れていない時は注意が必要になります。

予防や対策のために、もう一度エアコンの使い方もふくめて、服装や食事、運動など生活習慣を見直して快適に健康に夏を過ごしましょう。そして、プールの中でも知らず知らず汗はかいています！なのでプールに入る前と出た後には必ず水分補給してください。もちろん外にいる時もこまめに水分を取って熱中症に気をつけて元気にプールに来て下さい！



所長 早田 隆

選手だより

KSCの選手活動は、JO（ジュニアオリンピック）を目標とし日々の練習に取り組んでいます。選手クラスに興味をお持ちの方は担当中村までお問合せ下さい。

特別強化合宿に行ってきました。

in豊岡

7月14日（土）～7月16日にKSCねやがわスポーツクラブの選抜メンバーと姉妹校KSCタナベスポーツアカデミーの合宿を兵庫県豊岡市山田川公苑プールで行いました。



今年は昨年に比べ、天候も良く最高気温が40度を超える環境で練習を行いました。水泳シーズン直前に50mプールで泳ぐ事ができ、子ども達にとってとても貴重な経験を積むことが出来ました。この合宿の成果を出せるように今後も日々の練習につとめ全国大会に出場できるように頑張っていきます。8月には次世代のちびっこ選手達の合宿を行います。先輩たちに負けないように頑張ってください！



～選手担当～
中村 照宏

GYMNASTICS たいそう



ムーヴ体操クラブ

☆MOVE発表会2018結果発表☆

★第1回ムーヴ発表会大成功に終わりました★



第1回ムーヴ体操クラブ発表会が7月8日（日）に開催されました。記念する1回目の発表会に総勢83名の子供達が頑張りました！成功した生徒もいれば、悔しい思いをした生徒もいると思います。結果はどうあれ、みんなの心の中に良い思い出として残ったのではないのでしょうか！金メダルを1つでも獲得した生徒は、決勝大会の参加資格も獲得です！



ヘッドコーチ
吉田 智朗

★10点満点獲得者★

矢村 爽さん	初級(マット)	藤本 茉莉さん	中級(鉄棒)
小川 莉央さん	初級(鉄棒)	松本 陽樹さん	上級(跳び箱)
森井 麗音さん	初級(マット)	藤本 稀介さん	上級(マット・鉄棒)

今後とも学校体育での躰きをなくし、一つ一つの技がスムーズに行える様、個々に合わせた練習で細かく丁寧に指導を行わせて頂きます。



<http://move-gc.com/>



★MOVE姉妹校紹介★



緊急時の連絡は「LINE@」で行います！

先日発生した地震、西日本を中心とする大雨による土砂災害など地域に多くの被害を出すこととなりました。このような状況では情報を発信しても皆様に届かないケースが多く、電話も繋がりにくいということがあります。事実、このよう災害での情報伝達ではLINE@のようなSNSが効果がありました。そのことを踏まえ、今後クラブとして情報を皆様にお伝えする方法をLINE@とさせていただきます。

今後当クラブでは、2018年9月組より臨時休校の電話連絡はおこないません。代わりに災害に対する情報及び休校などの案内を含め「LINE@」を積極的に活用してまいります。保護者及び会員の皆様はLINE@へのご登録をお願いいたします。

休校のお知らせ…災害時、気象特別警報及び暴風警報発令など
イベントのお知らせ…野外活動、短期教室、マンスリーなど
お得な情報…割引クーポンなどの情報

※ライン@への登録が諸事情によりできない方で上記のような情報をお求めの場合は、申し訳ございませんが当クラブまでお電話でご確認をお願いいたします。
※気象特別警報及び暴風警報が発令及び解除された場合の休校の判断は、2時間前とさせていただきます。
※バスの運行も上記の判断とさせていただきます。
※警報が出ていなくても通学中の安全を保障するものではありません。保護者様が危険と判断された場合はお休みください。



【目指せ！パワーアップ！夏期マンスリー教室！】



夏休みは、学校が休みということはもちろん、習い事の日程も変わり、自由にやりたいことやレベルアップを増やす絶好の機会です。
水泳や体操のレッスン回数を増やして上達を目指す、また水泳にプラス体操を増やすことも可能です。しかも会員の方は超お得に練習を増やすことができます。

日程：8月組（7月29日～8月31日）

会費：・週1回 7,344円 → 週2回 9,504円

- ・水泳(週1回)だけ習っている、
プラス体操も 9,504円 で受講できます。



どちらもこの期間+2160円で練習を増やすことができます！

夏休み短期教室も同時募集中！

日程	クラス・時間	対象	会費
1期 7/24(火)～7/27(金)	(Aクラス) 8:30～9:30	2歳半 ～小学生	5,940円
2期 7/31(火)～8/3(金)	(Bクラス)		
3期 8/6(月)～8/9(木)	14:30～15:30		

振り替えをお取りいただく際のお願い



- ・定員により、お取り出来ない曜日、時間帯が生じる場合がございます
- ・お子様の年齢、レベルにより、違う時間帯をご案内させて頂く事があります。
- ・都合により振替をお休みする場合は連絡をお願いします。
(振替の振替は出来ません。)
- ・進級テスト期間中の、振替は出来ません。

～スタッフからの
お願い～

バスのご利用について！



＜スクールバスのご利用について＞

スクールバスの利用は、フロントにて申込み手続きが必要です。(有料月額540円)
また利用を中止する場合もフロントにて手続きが必要です。必ず所定の用紙にご記入ください。
当日の乗車変更(利用しない)については、停留所迎えの時間までに必ず連絡をお願いします。

＜バスの乗車中について＞

バスの運転中はシートに腰を掛け立ち歩かないようにお願いします。

バス車内では静かにお座り下さい。

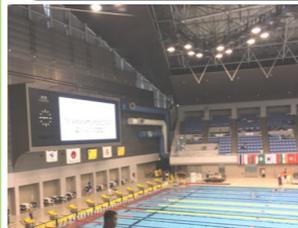
＜保護者様の利用について＞

年齢が低く一人で身の回り(着替え等)の事が出来ない場合のみ、付添の乗車が可能です。それ以外の乗車(練習の見学等)はご遠慮頂いております。

ご協力の程、宜しくお願いします。

バス協力金
1ヶ月：540円(税込)

成人だより JAPANマスターズ兼1回アジアマスターズ出場!



7月12日(木)～16日(月)に名古屋市のガイシアリーナでJAPANマスターズ兼アジアマスターズが行われました。STGグループから54名の参加され、KSCねやがわからは3名の方が出場されました。今年の夏も皆さん大盛り上がりです。そして、まだまだ各大会は続きます!是非初めての方もマスターズにチャレンジしてみましよう!

氏名	距離	種目	タイム	順位
福井 咲子	200	個人バレー	4:14.33	2
	50	背泳ぎ	51.49	5
	100	背泳ぎ	1:54.03	6
	50	自由形	44.59	
田村 治子	100	自由形	1:45.23	
	50	背泳ぎ	57.81	
	200	背泳ぎ	5:04.89	8
榎谷 ちづる	50	自由形	46.60	
	100	バタフライ	2:00.86	7
	200	バタフライ	4:44.30	6

10月21日(日)には、エス・パティオ スポーツクラブ(神戸市)で「75th STGマスターズ」を開催予定。優勝目指して皆様ぜひご参加ください♪♪

マスターズの最新情報や試合の案内等の情報が閲覧できます。<http://stgmasters.ksc-kk.com/>



月曜日、午前中のプール利用コース変更のお知らせ

コース利用変更

曜日：月曜日

時間：13:00～14:00

変更前：フリーコース6本



変更後：フリーコース5本

8月20日(月)より毎週月曜日に13:00～14:00の間保育園指導として、ギャラリー側手前1コースを利用させて頂きます。保育園指導中は成人会員の皆様にはご迷惑をおかけいたしますが、ご理解・ご協力のほど宜しくお願いします。

・フリーコースを5本とさせて頂きます。

クラブカレンダー

8月 7月29日(日)～8月31日(金)							9月 9月1日(土)～9月28日(金)							
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	
	7/29	30	31	8/1	2	3	4	*	*	*	*	*	*	1
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8	
休	休	休	休	休	休	18	9	10	11	12	13	14	15	
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22	
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	休	

【各諸届期限】

退会…★退会希望月の15日まで

※8月組は休館日の為早めています

休会・クラス変更…☺

希望月の前月の20日まで

進級テスト日…白抜き文字

※振替練習はお取りできません。

会費引落日…〇印 毎月10日

曜日や時間によって振替が難しい場合があります。予めご了承下さい。

カレンダーを確認して、お休みされない様をお願いします。

＜休館日＞

8月12日(日)～8月17日(金)

KSCねやがわスポーツクラブのWEBを是非活用ください♪

イベントや休講・休館日の案内等の情報が閲覧できます。

<http://neyagawa.ksc-kk.com>



facebook →

