

# Baby Swimming

## ベビースイミング



ベビースイミングは、  
良いこと盛りだくさん！

**途中参加も大歓迎！  
見学無料！！  
体験レッスン1回500円！  
お気軽にお問い合わせください**

### 赤ちゃんの頃から水に慣れ、 水への恐怖心をなくす

ベビースイミングを習うことで、赤ちゃんは水への恐怖心がなくなり、お風呂や水遊びが楽しみやすくなります。

### 生活リズムが 整いやすくなる

スイミングは成長に必要な十分な運動が短時間で確保でき、赤ちゃんは、たっぷり身体を動かした疲労感で夜はぐっすり。食欲も増進するので離乳食もモリモリ食べてくれます。

### 親子間の コミュニケーション

ママと赤ちゃんの肌が触れ合うことでスキンシップをとることができ、安心感を与えることができます。また、楽しい時間を一緒に過ごすことで親子の絆も深まります。



### ママの 運動不足解消

水中では浮力が働き、陸上の運動より負担をかけずに運動することができるので産後間もないママでも安心。身体を動かすことでシェイプアップとストレス解消効果があります。

### 免疫力が高まり 身体が丈夫になる

身体を動かすことで血流がよくなり、新陳代謝が高まることで、免疫力をアップして風邪やウイルスなどに負けない身体づくりができます。

	対象	日程	時間	参加料
金曜コース	生後6カ月～1歳6カ月 (定員:10組20名)	7/5, 7/12, 7/19 7/26, 8/2	11:15～ 12:00	7,000円 ↓6,000円
土曜コース	1歳～2歳6カ月 (定員:10組20名)	7/6, 7/13, 7/20 7/27, 8/3		

**キャンペーン実施中！  
参加料1,000円OFF！**

## お申込みは6/18(火)から直接窓口かお電話にて

下記の必要事項をお伝えください。  
【住所・氏名(お子様、保護者の氏名)・お子様の年齢(生年月日)・電話番号・教室名(曜日含む)】

# 令和元年度ベビースイミング開催日程

## 4月

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

## 5月

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

## 6月

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

## 7月

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

## 8月

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

## 9月

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

## 10月

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

## 11月

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

## 12月

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

## 1月

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

## 2月

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

## 3月

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

	金	土	広報掲載	受付開始
ベビースイミング①	5回	5回	3/15	3/15
ベビースイミング②	5回	5回	6/15	6/18
ベビースイミング③	5回	5回	8/15	8/19
ベビースイミング④	4回	4回	9/15	9/17

	金	土	広報掲載	受付開始
ベビースイミング⑤	4回	4回	11/1	11/1
ベビースイミング⑥	5回	5回	12/15	12/15
ベビースイミング⑦	5回	5回	1/15	1/15
施設の休所日になります(変更になる場合あり)				

最新の情報についてはホームページをご確認ください  
 なお、開催日程については変更になる場合も御座いますので  
 お申込みの際は一度、当センターまでお問い合わせください



施設の情報はコチラ！  
 携帯電話のカメラで読み取れます



Facebookも更新中！  
 おススメ情報満載です♪