

## 平成 29 年度 体協ニュース

No.	29-⑧
行事名	着衣泳教室
会 場	赤塚体育館温水プール・高島平温水プール
日 時	平成 29 年 6 月 18 日 (日) 25 日 (日) 10 時～
主 催	公益財団法人 板橋区体育協会

### 洋服を着たまま泳げますか？

健康・体力増進の為に水泳をしている方は多いと思います。普段泳げる方も衣類を身につけ水の事故と遭遇した場合ショックやパニックで溺れてしまうことが多いそうです。

体育協会では服を着て水に落ちたらどのようなようになるのか、服を着て泳ぐにはどのようにしたらよいか、いざという時、自分の身は自分で守るという目的で「着衣泳体験教室」を開催しました。

日時・場所・参加者は以下の通りでした。

6 月 18 日 (日) 赤塚体育館温水プール 20 名

6 月 25 日 (日) 高島平温水プール 38 名 \*6 歳～77 歳の方々が集まり体験されました。

両日とも高澤専務の開会の挨拶、東京ドーム主任講師の進行により開始。前半は水着で歩いたり泳いだりうつ伏せ・仰向きでの浮き具合の確認、後半はいよいよ衣服をきて同じことを体験、水に入る前の参加者の方々の表情はちょっと緊張、いざ体験してみるとニコニコ顔。衣服を着た状態がものすごく浮くことにびっくりされていました。又ペットボトルを利用し、持って浮くことができる体験も感動されていました。もし溺れている方を見かけたら二次災害を防ぐため、自分で助けに行かないこと、助けを呼ぶ、周りに助けられるものがないかなど確認することなど、いざという時、自分の身を守る泳ぎや安全について多くを学び、無事終了しました。

今回の開催にあたり、各体育館及び指定管理者東京ドームグループ、水泳連盟にご協力頂きました。厚く御礼申し上げます。今年 3 回目を迎えましたこの教室、また来年も開催予定しております。

(小堀 幸子記)



高澤専務理事の挨拶





洋服を着て、仰向けに浮いてみました！

洋服を着て、うつ伏せに浮いてみました！



ペットボトルを頭の下に入れると…

ペットボトルをお腹に抱えると…



コーチに見守られながら、体験中…

ペットボトルの浮力を感じて…

