

浮いて待て 命を守る講習会（着衣泳）

これから夏になり海や川、プールに行くことが増えると思います。それに伴い多くの水難事故のニュースも聞くようになります。水泳に携わる者としてドルフィンクラブではそのような事故を1件でも減らしたいと思い、今回講習会を開催する事に致しました。

日時 2025年7月13日（日）

1部（幼児～小学校3年生）13:00～13:45 2部 14:00～14:45（小学校4年生以上）

会場 相模原ドルフィンクラブ（2階プール）通常練習時より水位は下げて行います

定員 1部2部合わせておよそ100組

講師 相模原市水泳協会、相模原ドルフィンクラブ専任コーチ

① 着衣泳の目的

屋外で起きている水の事故は、通行中、魚釣り、水あそび中など着衣状態で起きた事故が全体の8割を占めています。着衣の状態で起きた事故を防ぐためには、いかに着衣状態で呼吸を確保するかが大切になります。着衣泳の目的は自己保全にあり、着衣泳という特別な泳法があるわけではありません。着衣を着たままで水に落ちたらどうするのかを体験的に学んでおく事にその目的があります。

② 着衣泳の基本

衣服を着ている場合の基本は浮き身です。着衣のままどのような浮き身が出来るかを体験し、その浮き身を保持するためにはどのような動作をすべきか考える事が必要です。また、泳力がある人となない人によって動作の方法も違うことは考慮しなければなりません。

③ 参加対象者

幼児～大人までどなたでも参加できます。1部参加者は保護者同伴が条件となります。

安全のため保護者1人につきお子様は2人までとさせていただきます。

④ 参加費

A 1人で参加の場合 1,000円（4年生以上） B 保護者1人子ども2人まで 2,000円

C みどり幼稚園在園児含む保護者1人子ども2人まで 1,500円

⑤ 申し込み方法

ドルフィンクラブ受付にある申込用紙に記入し、参加費を添えて申し込む（前日までキャンセル可）

⑥ 持ち物

水着、タオル、濡れてもよい衣服、くつまたはサンダル、ペットボトル（2Lフタつき）、ビニール袋（講習終了後に濡れた衣服を入れるため）