

もしもの時、
浮いて待つ力を
身につけよう!

- ✓ 服を着たまま水に入ると、こんなに違う!
- ✓ 夏休みに親子で学ぶ**命を守る体験**
- ✓ 楽しく体験しながら、自分を**守る力**を育てます!

**命を守る
体験教室**

着衣水泳教室

1 服を着たまま 水に入る体験



動きにくさや重さを体感して、
水の怖さを知ります。

2 浮いて救助を 待つ方法を学ぶ



あわてず「浮いて待つ」ことが、
命を守る第一歩!

3 ペットボトルなど 身近な物で浮く方法



ペットボトルを使って、
らくに浮くコツを学びます。

日時 2026年 **7月31日(金)**
16:30集合~18:00

対象 頭まで潜れる小学生・中学生

参加費 **1,000円**(税込)

定員 20名(最少催行6名)

持ち物

● 水着



● 水泳帽子



● タオル



● 濡れた服を
入れる袋



● 洗濯済みの
長袖・長ズボン
(水着の上から着用)



※貸出はありませんので必ずご持参ください。

**申込
締切**

7月24日(金)17:00まで

Web申込のみ

ホームページ・
れんらくアプリから
お申し込みください!



東京健康科学専門学校附属

ウェルネススポーツセンター

お問い合わせ

03-3450-1721

休館日: 毎週月曜日

