

BG塾

なつやすみ教室

いきいきクラブたかみや

安芸高田市高宮 B&G 海洋センター

高宮 B&G 海洋センター（指定管理者：特定非営利活動法人いきいきクラブたかみや）では、高宮小学校の児童を対象に「BG塾なつやすみ教室」を開催します。

プール遊び・ペンギょうの他、水辺での事故から命を守るため大切な意識や知識、技能を身に付ける「水辺の安全学習」として、ライフジャケット浮遊体験、身近な物を使って浮く体験、自分の体だけで浮く着衣泳など、普段はできない学習や体験ができます。

さらに、SUP（サップ）体験や水泳教室による泳法指導、泳力検定を実施します。また井上理恵先生によるSDGs学習・食品ロスの教室を実施します。

希望者は送迎（有料）も行いますのでぜひご参加ください。

◆ 日 時 【全5回】7月22日(火)、23日(水)、24日(木)、25日(金)、28日(月)
9:00 ~ 15:00

◆ 場 所 高宮 B&G 海洋センター

◆ 対 象 高宮小学校 1年生～6年生

◆ 定 員 12名（定員になり次第、申し込み受付を締め切ります。）

◆ 参加経費 4,000円

内訳：教材等の参加に係る費用及びいきいきクラブたかみや会員登録費として
期間中は、いきいきクラブたかみや会員として、保険に加入します。

◆ 送迎利用料 1日往復 500円 ※送迎希望者のみ
(参加料とは別途)

◆ 指導者 外部講師、B&Gインストラクター、いきいきクラブたかみや運営委員、高宮中学校生徒

◆ 受付 7月15日(火)まで

◆ 申込方法 申込用紙（別紙）に記入の上、費用を添えて高宮 B&G 海洋センターにご持参ください。申し込み費用は、釣銭のいらないようご持参ください。
火曜日～金曜日 9:00～17:30 でご持参ください。

◆ 内 容

プール遊び

大きなビート板・用具を使ったレクリエーションなど、B&G プール一般開放時にはできないあそびもできます。ペンギょう、水辺の安全学習をがんばった後は、みんなで楽しく過ごします！

SUP（サップ）

ボードの上に立ち、パドルを漕いで水面を進んでいく新感覚のアクティビティです。安定感抜群の浮力のある専用ボードを使うことで簡単に立つことができ、性別や年齢を問わず初心者でもすぐに楽しめます。タイムトライアルを実施します。

ペンギょう

夏休みの宿題（漢字・算数・作文・読書感想文・絵日記・見直しなど）の時間。毎回自分で何をするか選んでプリントや問題集などを持参しペンギょうします。集中してペンギょうする時間をもつことができます。

水辺の安全学習

海や川など、水辺で安全に楽しく遊ぶために必要なことを学びます。水辺の危険なポイントや、落水時の対処法について座学と実技体験により学習します。体が水に浮くことをライフジャケットやペットボトルなどを使って体験し、「浮いて待つ」ことの大切さを学びます。

BG チャレンジ

B&G財団が作成した身近な道具でチャレンジできる多種多様なプログラムの中から、プールでのプログラムに挑戦します。自分の可能性に挑戦してみましょう。泳力技能検定を希望者に実施します。

SDGs学習・食品ロス学習
SDGs学習では、「地球に良い社会」、「より良い世界」を目指すため何ができるかについてゲームを通して学びます。食品ロスの学習では、まだ食べられるものを廃棄してしまう現状を学び、自ら食品ロスを出さないための基礎を学びます。

「いろいろな国の言葉を知る！」

町内在住の井上美穂さんが海外での体験を通じて感じたことなどを伝えながらやさしい語外国の言葉を教えてください。ぜひこの機会に体験をしてみてください。

着衣泳

落水時の対応法についてプールでの実技体験。自分が落水した場合どうすればよいか、また、してはいけないことは何かを学習します。自分の体だけで浮く着衣泳や、着衣泳姿勢での移動などの練習をします。
※当日の持ち物に注意してください。

着衣泳について

服を着ているときに落水した場合、水に濡れた服はとても重たくなります。気持ちも慌ててしまうため、泳ぐのが得意な人でも泳いで自力で岸へ戻ることはとても難しく、かえって危険なことです。もしもの場合には落ち着いて、「（救助を）浮いて待つ」ことが大切です。着衣泳では呼吸を確保して「浮いて待つ」ことのできる着衣泳の練習をします。

◆ 時間わり・持ち物

	7/22(火)	7/23(水)	7/24(木)	7/25(金)	7/28(月)
9:00～9:10	開会行事	諸連絡	諸連絡	諸連絡	諸連絡
9:10～10:00	ペンギょう	ペンギょう	いろいろな国の挨拶を勉強します	ペンギょう	ペンギょう
10:10～10:50	自然体験学習 SUP体験	水辺の安全学習② プール遊び	水辺の安全教室 ③着衣泳 BGチャレンジ①	水泳教室	泳法指導 泳力検定 (希望者) SUP練習
11:00～12:00					
12:00～13:00					
13:00～13:50	水辺の安全教室① プール遊び	SDGs学習 13:00～14:30	BGチャレンジ②	食品ロス学習 13:00～14:30	SUPタイム トライアル (希望者)
14:00～14:50			プール遊び		
14:50～15:00	諸連絡	諸連絡	諸連絡	諸連絡	諸連絡

※状況により時間わりを変更する場合があります。※熱中症対策のため午前中にプールでの活動を多く取り入れました。

毎回必要な物

- ①水着
- ②スイミングキャップ
- ③ゴーグル
- ④タオル
- ⑤ヘアゴム（スイミングキャップをかぶるときに必要な場合）
- ⑥夏休みの宿題などペンギょう道具
- ⑦筆記用具
- ⑧弁当・飲み物

★7月24日「着衣泳」はこちらも必要です

○追加の持ち物○

- ①タオル2枚（着替え用・着衣泳用）
- ②長そでTシャツ
- ③長ズボン
- ④きれいに洗った運動靴
- ⑤ビニール袋（濡れた衣類を持ち帰ります）

着衣泳では、水着を着た上から服を着て、靴を履いてプールに入ります。服と靴は洗剤や柔軟剤をよく洗い落とし、濡れてもよいものを用意してください。

お問い合わせ
お申し込み

特定非営利活動法人いきいきクラブたかみや
高宮 B&G 海洋センター 0826-57-1616（月曜休館）
（火曜日～金曜日 9:00～17:30）佐々木・永井まで