

【災害時等における休館について】

今年は台風少なめ？でもそろそろ本番の時期！？
ご入会時にお渡ししておりますご利用ガイドでもご案内
させていただいておりますが、弊社では会員のみなさま
の来館時の往復の事故防止と、弊社ご利用時の建物
への被害があった際の怪我防止の観点より、次の
基準において下記の状況各号のいずれかに該当する
際は、全館臨時休館させていただきます。

- ① 諫早市内の小中学校が休校となった場合
- ② 諫早市内に避難勧告が発令された場合
- ③ 台風（暴風圏）が本県にさしかかると、直撃予
想前日18時までに予想された場合。

判断の基準は人それぞれあるかとは存じますが、万が一
のことを考えますと、命に係わることで、弊社
といたしましては、公的な機関の判断に準じて判断して
まいります。また自然が相手のことですので空振りする
こともございますが、そのところはご理解いただきます
ようお願い致します。現在のところ天候回復等で途中から
開館することもございません。

休館のお知らせは、弊社ホームページに掲載しており
ます。http://www.isahaya-swimming.com

ホームページでご確認いただけない方は、お電話でご
確認の上ご来館下さいませようお願い致します。
留守番電話または呼び出し音が続く場合は、休館させ
ていただいております。
ご理解の程よろしくお願い致します。

「動」(どう) 今年はず夏の始まり【子】年

新型コロナウイルス感染予防対策

【ソーシャルディスタンス】

館内で、3密になりやすい場所は更衣室。
小窓を開けて密閉にならないようにしていますが
使用するロッカーの間隔をあける、大声で会話を
をしない、マスクを着用するなどの対策に、ご
協力をお願いいたします。

【マスクの忘れ物について】

時節柄、マスクは、感染源となる可能性が高い
ものとなります。
大変申し訳ございませんが、忘れ物のマスクは、
こちらで処分させていただきます。

～熱中症に注意しましょう～

熱中症は体内の水分量の問題です。プールの中に入
っていても熱中症になる可能性はあります。
プールの中では特に、のどの渇きは感じにくいのかも
しれません。感覚ではなく、時間で（プログラムの間
で）水分補給を心掛けましょう(^_^)

かっぱのひとりとご ～ 2020.9月号 ～

2020年8月22日 発行 (Vol.140)



発行元 株式会社 諫早スイミング
(文責) 久野 功二
(健康運動指導士/水泳教師/応急手当普及員)
〒854-0071 諫早市永昌東町22-50
TEL 24-0118 FAX 24-0145
ホームページ http://isahaya-swimming.com
メール isyouhigashi-1@isahaya-swimming.com



携帯サイトが登場！
ブックマークへ登録
してね！

【旬を食べましょう】

昔から「初ものを食べば七十五日生きのびる」などと言われ
てきました。初ものは栄養価も高く、免疫力や抵抗力が高ま
ったりして、健康な身体をつくれます。
旬のものは大量に出回るので安価で手に入りやすいメリットも
あります。週に1回、旬を食べてみませんか？

【9月が旬の食べもの】

<野菜・果実>

さつまいも いちじく
しいたけ なし
しめじ くり
ちんげん菜 すだち
まつたけ

<魚>

かつお あわび
さけ するめいか
さんま こんぶ
しらす くるまえば
かんぱち いくら

<海産物>

難読漢字に挑戦！ 見たことはある！でも・・・
読めそうで読めない・・・ってか何この漢字!?

- ① 巻織汁 ② 弥立つ ③ 心太
- ④ 幕間 ⑤ 金亀子 ⑥ 旗魚
- ⑦ 虎魚 ⑧ 藪 ⑨ 雅典 ⑩ 伯林

- ㄨㄨㄨㄨ ⑪ ㄨㄨㄨㄨ ⑫ ㄨㄨㄨㄨ ⑬ ㄨㄨㄨㄨ ⑭
ㄨㄨㄨㄨ ⑮ ㄨㄨㄨㄨ ⑯ ㄨㄨㄨㄨ ⑰
ㄨㄨㄨㄨ ⑱ ㄨㄨㄨㄨ ㄨㄨㄨㄨ ㄨㄨㄨㄨ ㄨㄨㄨㄨ ㄨㄨㄨㄨ ㄨㄨㄨㄨ

【答え】

「動」くと何かが変わる！心機一転動きましよう！

【9月の休館日】 お間違えのないようご注意ください！

日曜日 6日・13日・20日・27日

祝日 21日(月)・22日(火)

月末休館日 29日(火)・30日(水)

各種届出の注意点

休会届

【10月休会の届出期限】9月30日(水)
窓口(日祝不可)・FAX・メールでお受けできます。
※3ヶ月以上連続の休会はできません。

休会・退会届の月を遡っての受付はできません。

退会届

【9月末退会の届出期限】
① 9月15日(火) 手数料不要
② 9月30日(水) 手数料550円必要
窓口(日祝不可)・FAX・メールでお受けできます。

ちよっとクスッ！シルバー川柳
カードなし ケータイもなし。被害なし (p*~*~)

会員ご紹介チケット (本券で1名様有効)



ご入会手続き時に、本チケットを受付にご提出下さい。
会員紹介特典にてご入会頂けます。(御提出時のみ有効)
(2週間無料お試し・入会金0円・ご入会月会費半額)

ご紹介会員氏名： _____
(無記名無効)

本券は換金できません。再入会時にはご使用になれません。有効期限：2020/09/30