

【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、休館させていただきます。ご理解の程よろしくお願致します。

「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かもしれせん。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>		<魚>	<海産物>
さつまいも	いちじく	かつお	あわび
しいたけ	なし	さけ	するめいか
しめじ	くり	さんま	こんぶ
ちんげん菜	すだち	しらす	くるまえば
まつたけ		かんぱち	いくら

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 ⑳ ㄨㄨㄨㄨ ㉑

【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
退会届

【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。

【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