

新型コロナウイルス感染予防対策のお願い

入館時

- ① ご入館ごとの手指消毒
- ② ご入館時の検温
の確実な実行をお願いします。

館内において

- I プール以外でのマスクの着用
- II ソーシャルディスタンスの確保
- III マスク未着用時は会話を控える
ことにご協力ください。

運動の場を守るためご協力をお願いします。

ご注意ください

臨時休館等をお知らせする緊急配信メールは、送信専用アドレスからの送信ですので、返信されても弊社では受信できません。弊社へのメールは、下記のQRコードを読み込んで送信ください。



または、次のアドレスをご登録ください。
eisyouhigashi-1
@isahaya-swimming.com

かっぱのひとりごと
～ 2022.11月号～

2022年10月22日 発行 (Vol.166)



正しい日本語どっち？

日本語は難しいですね。正しく使えていますか？

- ① 天地無用。正しい「意味」はどっち？
A. 天地（荷物の上下）は気にしなくてよい
B. 天地（荷物の上下）を変えてはいけない
- ② 菓玉。正しい読みはどっち？
A. やくだま B. くすだま
- ③ 木で○をくぐる。正しいのはどっち？
A. 鼻 B. 花
- ④ カーテン。正しい数え方はどっち？
A. 1掛 B. 1張

解答は下↓

漢字穴埋めクイズ
真ん中に入る漢字は？

①	金		飲		店
	歳		②		道
		記			楽
		豆			

尋：Ⅱ 軸：Ⅰ ㄥノク〇〇ハキ
日：① 月：② 年：③ 時：④

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: eisyouhigashi-1@isahaya-swimming.com



弊社HPは
コチラから

【気温と服装】

この時期は、朝夕の寒暖差が大きく、体調も崩しやすくなりますよね(^-^);
服装の調節で上手に乗り切りましょう！

- 【気温】 気温の特徴
目安の服装
- 【21～25℃】 風が吹くと少し涼しく感じる
長袖・7分丈シャツ
- 【16～20℃】 少し肌寒さを感じる
カーディガン・長袖シャツ・スエット
- 【12～15℃】 日差しがある場所は暖かい
薄手のニット・裏起毛のトレーナー
- 【8～11℃】 風が吹くと寒い
トレンチコート・厚手のニット・ジャケット
- 【5～7℃】 冬を感じる冷たい空気
冬物コート・厚手のセーター・ブーツ
- 【5℃以下】 肌が痛くなる寒さ
ダウンコート・マフラー

実感できますよ！
【継続は力なり】

【11月の休館日】 お間違えないようご注意ください！

日曜日	6日・13日・20日・27日
祝日等	3日(木)・23日(水)
月末休館日	29日(火)・30日(水)

各届出の注意点

休会届
【12月休会の届出期限】 11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
【11月末退会の届出期限】
① 11月15日(火) 手数料不要
② 11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。

ちよっとクスツ！シルバー川柳
老木は 枯れたふりして 新芽出し (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)
※受付時、その他実施中のキャンペーンがある場合、お得な方をご案内します。

ご紹介会員氏名： _____
(無記名無効)