

地域の健康づくりに貢献するJSSグループ

# 福田屋内スポーツセンター 磐田温水プール

## 入会のしおり

JSS スイミングスクール

## 参加後の事務手続き及びスクールからのお願い

### (1) 参加費のお支払い

①本スクールは、クール制となっております。

- ・ジュニアコース（1クール8回） 11,000 円
- ・ベビーコース（1クール6回） 6,600 円
- ・成人コース（1クール8回） 11,000 円
- ・水中バイク、水中トランポリンコース（1クール8回） 8,800円 初回申込時のみ6,600円
- ・回遊コース（1クール8回） 4,400円 またはプール使用フリーパス付7,000円

※上記の金額は全て税込み価格となります。

②参加費は、お申し込み時に現金にてお支払い下さい。

なお、お申込みは授業日前日までに済ませてください。当日申込みは、スクール状況によってはお引き受けできない場合があります。

※各クラスに定員設定がありますので、早めにお申込みください。

### (2) 変更、再交付の手続き

住所・電話番号等の変更があった場合は、受付に直接お申し出ください。なお、健康申告についても、途中で健康状態が変わった場合や服薬状況、運営側が把握しておかなければならないことなどありましたら、速やかにお申し出ください。

### (3) クラス変更

泳力によってコーチよりクラス変更をお願いする場合があります。また、クラス変更をご自身で希望される場合は、一度コーチ及び受付スタッフまでご相談ください。原則、自己都合によるお申込み後のクラス変更はできません。

※市民プールの一角を利用してスクールを運営しています。それに伴いコースや時間帯など制限があり、受講する全てのお子様へ平等な指導を心掛けています。コーチや受付スタッフよりクラス変更および該当クラスの推奨があった場合については、なるべくご協力お願いいたします。

## 感染症について

当スクールでは会員様が安心して通っていただけるようガイドラインを作成しております。

今一度、ご確認くださいませよう宜しくお願いいたします。ご判断に迷われますようでしたら、当スクールまでお問い合わせください。

### ●皮膚感染(水いぼ・とびひ)

- ・水いぼ：発生した場合、一度病院を受診していただき、医師の指示を仰いでください。

プールに入る場合はご自宅で水いぼの上からカットバンをはってからプールにお越しください。

- ・とびひ：基本的に授業の参加はご遠慮ください。病院を受診して頂き完治後プールを再開してください。

### ●ウィルスによる飛沫感染病(インフルエンザ・ウィルス性胃腸炎・手足口病)

本人が感染した場合、完治をしてから練習を再開して下さい。また学校等が閉鎖になった場合は、ご家庭の判断でプールにお越しください。

### ●ノロウィルス

非常に感染力が強いウィルスの為、本人並びご家族の方が発症した場合はスクールをお休みください。

## ●頭シラミ

本人が感染した場合は一度お休みして頂き、完治後練習を再開してください。

学校幼稚園等で流行した場合は、お手数ですが、一度お子様の頭をご確認いただけますようお願いいたします。

## 授業運営上のお願い

(1) 授業予定表は、1クール8回を基準とし、予定表をお渡しいたします。

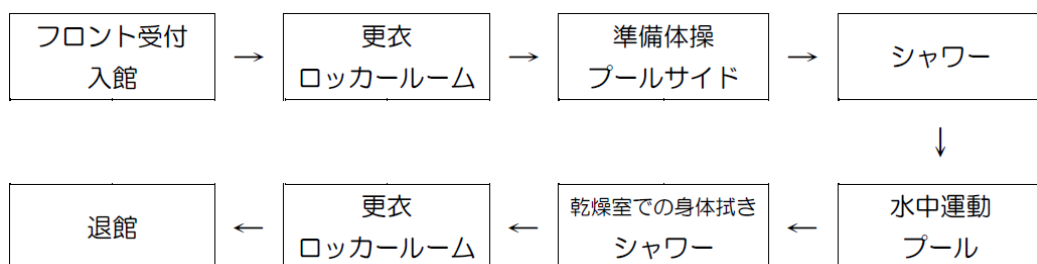
通常休館日の他、施設補修等により臨時休館する場合は事前にお知らせします。

なお、地震警報・台風警報が発令され、学校が休校、または各種感染症で国または地方自治体から営業の自粛要請があった場合は、スクールを休講することがあります。

その場合は、施設ホームページやSNS等で掲載いたします。(不明な場合は、電話にてご確認ください)

その際の授業の振替、授業料の返金等は、原則いたしません。施設利用券をお渡しします。

(2) 授業の順序について ※イメージ



※ 水中練習時間には出欠・点呼・移動時間を含みます。

### ① 入館（フロント）

酒気帯びの方、伝染性疾患を患っている方、医師から水泳を禁止されている方の来館は禁止します。

### ② 更衣

ロッカールームには授業開始10分前から入室できます。

原則小学校1年生以上は男・女別ロッカールームで更衣しますが、保護者が必要な場合は多目的トイレ・更衣室をご利用ください。

※ロッカールームに多額の金銭、貴重品は持ち込まないようお願いします。

・通常の所持品について

成人コース…ロッカーキーをご利用ください。

ロッカーキー等を使用せず盗難が発生した場合、責任は負いかねます。

ロッカーキー紛失の場合は実費をいただきます。

ジュニアコース…多額の金銭、携帯電話、貴重品(ゲーム機・カード類)等は持参しないでください。

紛失した場合は責任を負いません。やむを得ない理由で持参した場合は、担当コーチにご相談下さい。

### ③ 準備体操

水着に着替え、タオル置き場にタオルを置き、プールサイドに集合します。

コーチの指示に従って準備運動をしてください。

### ④ シャワー

準備体操後に練習場所へ移動する際、身体をシャワーで洗います。

### ⑤ プール内

コーチの指示に従ってプールに入ってください。

プールサイドでは、危険ですので走ったり、押したり、ふざけたりしないでください。

## ⑥水中練習

コーチに指示された練習用具を用意し、指示されたコースで練習します。

練習中はコーチの指示に従ってください。

練習中コーチの指示に従わず、他の利用者に迷惑になる行為があった場合は、速やかに退場していただく場合があります。

## ⑦練習終了後、練習用具の整理整頓

練習終了後は、練習用具をもとの保管場所に戻してください。

## ⑧練習終了後

コーチの指示でプールから上がり、シャワーで身体を洗いましょう。身体、髪の毛を十分乾かしてからロッカールームで着替えてお帰りください。

## （３）練習用品等について

### ①練習指定用品

・水泳キャップは指定のものを着用してください。水着は自由となります。指定キャップを紛失された場合は受付窓口にて新たに購入してください。

※帽子は上級泳力者（スーパーマーリン級）になるとワッペンが丸型から四角型になるので、新たにご購入いただく事となります。

※指定キャップに入れるワッペンは、必ず最新のワッペンを装着してください。紛失された場合は受付窓口にて購入してください。

### ②練習用品

・ビート板、ヘルパーはスクール備え付けの物をご使用ください。

・ゴーグルの使用についてはジュニアコースの場合、どの段階でご使用いただいても構いませんが、水中で眼をあげる練習時には、はずしていただく事もあります。

眼の弱い方で特別に使用をご希望の方は、予めお申し出願います。

成人コースの方のご使用は自由になっております。

・その他

バスタオルの貸し借りは皮膚病等感染予防のため避けてください。

プール利用後、乾燥室で髪の毛は乾かして帰るよう指導していますが、冬季など寒い時期は布製のヘアークャップの着用をお勧めいたします。

### ③所持品に名前を記入

水着、キャップ、バスタオル、靴、傘等の所持品には必ず名前をご記入ください。

万一お忘れの場合、持ち主がわかる物についてはこちらよりご連絡をしたうえでお預かりしておきます。

但し、名前のない忘れ物は一時保管致しますが、お引き取りの無いものは施設規定の元、処分させていただきます。

＊練習用品（名前）の記入場所

・水着タグ部分

・帽子前面ワッペン入れの下

## （４）練習中の事故

会員の皆様が当スクール内で当方の過失により事故が発生した場合は損害賠償の責任を負います。

損害賠償にあたっては損害保険にて補償をいたします。

#### (5) お休みについて

① 欠席されるときは、ご連絡をお願いします。

#### (6) 駐車場の使用について

① 車の駐車、自転車の駐輪は所定の場所をお願いします。路上への駐車はご遠慮ください。

② 駐車場での事故・盗難等は、一切責任を負いかねますので、充分にご注意願います。

#### (7) 個人情報の取得及び利用について

弊社はご記入いただきました会員の皆様の個人情報を業務に必要な出席管理、年齢・泳力・健康状態に基づく指導管理、商用品の販売、会員の皆様への各種お知らせ、ご案内に利用いたします。

#### (8) スクール運営における写真・動画・作品・進級結果氏名掲載に関して

各イベントでの写真や動画などの館内掲示やインターネット上にブログ公開をする事があります。

各クールで行った進級テスト結果は、次期継続案内裏面にて掲載いたします。尚SNS申請書にて「許可しない」にチェックされた方の氏名は掲載いたしません。

## スクール運営について

### 《ジュニアコース》

#### ① ジェイエスエス進級基準とテスト

- ・JSSグループ進級基準表に基づき泳力別にグループ編成を行い指導いたします。
- ・クール内の最終日をテスト日とし、授業中に担当コーチが進級テストを行います。（1クール1回）
- ・グリーンマーリン 1 級以上の上級泳力者はタイム計測による進級テストとなります。

#### ② 合格者の認定証とワッペン

- ・テストの結果、合格者には認定証とワッペンをお渡しします。

認定級のワッペンはコーチよりお渡ししますので水泳帽につけてください。

- ・進級ワッペンの取扱いについてのご注意

素材：非フタル酸塩化ビニール

- 洗濯機、脱水機、乾燥機の使用はお避け下さい。色落ち、破損の恐れがあります。
- キャップを洗う場合は、ご面倒ですがワッペンを必ず取り外して頂き、洗濯を行ってください。

手洗いがお勧めです

#### ③ お願い事項について

- ・ビート板・ヘルパーなど皆で一緒に使う物は大切にしてください。
- ・人の持ち物をみだりに触ったりするのはやめましょう
- ・スイミングの行き帰りは交通規則を守り、事故のないように注意しましょう。
- ・自転車は駐輪場に正しく置き、必ず施錠をしましょう。
- ・気分が悪い時、熱っぽい時は無理をさせないでください。
- ・持ち物には、名前を記入してください。特に靴の間違いが非常に多く見受けられます。

(靴にも名前を記入してください)

- ・授業を欠席された場合は振替授業ではなく、施設利用券をお渡しします。

#### ④ ガチャガチャについて

1クール欠席せずに参加できた場合は、スクール最終日にガチャガチャが回せます。

原則、1クール全ての授業に参加することが条件となりますが、学級閉鎖・学校行事、身内に不幸があった場合など、受付に申し出があった場合については、欠席を免除いたします。ただし、欠席を免除する条件は「スクールを受講する本人が、スクールに参加できる健康状態であるが、やむを得ずスクールを欠席せざるを得ない」ことが条件となります。（継続的にスクールに通い、泳力向上を目指すことがガチャガチャ導入意図の為）

#### 《成人のコース》

##### ①健康管理について

会員様は日頃の健康管理には十分に注意して頂き、次の点をお守りください。

- ・通院中で水泳の許可がある場合は、主治医の指示に従い水泳を行うようお願いいたします。

万一体調が悪くなったときは速やかに練習をお止めください。

- ・誓約書を提出した方はその後の経緯を十分に判断して練習をするようにしてください。

\*練習中体調が悪くなった時は担当コーチにお伝えください。

\*水泳中病気による事故を防止する為、次のような状況の時はすみやかに練習を中止してください。

- ・朝から体調が良くなかったとき。
- ・血圧が高かったとき。
- ・プールに入ってから動悸がしたとき。

ご自身の健康は、自己管理していただくしか方法がありませんので、充分にご注意願います。

（参考）

\*下記の病気は特に水泳の練習を禁止します。

心臓疾患、肋膜炎、リュウマチ、てんかん、脚気、肺腺カタル、胃腸カタル、肝臓炎、脳貧血、高血圧、低血圧、糖尿病、重度の喘息、その他伝染病疾患

\*下記の症状の時は練習を禁止します。

空腹時、満腹時、眼の病気、耳の病気、伝染性皮膚疾患、鼻の病気、睡眠不足、飲酒時、自然腸捻転、風邪その他発熱時、その他伝染性疾患

##### ③施設の利用・入会をお断りする方

次に該当する者は施設利用並びに入会を禁止とします。

- ・暴力団関係者、その他反社会的勢力構成員。
- ・刺青のある方(ファッションタトゥーを含む)は隠して下さい。
- ・他人に伝染または感染の恐れのある疾病のある方。
- ・その他、医師より運動を禁止されている方。
- ・薬物(シンナー・覚せい剤・麻薬)常用者または経験者。
- ・妊娠されている方

##### ④ご利用にあたっての注意事項

- ・スイムキャブを必ずご着用下さい。
- ・原則お化粧や整髪料などは落としてご利用ください。
- ・眼鏡等、腕時計、アクセサリー類は必ず外してください。
- ・欠席された場合は、施設利用券をお渡しします。

## 《ベビーコース》

### ① お願い事項について

- ・ 顔色が悪いときや熱っぽいときは無理をさせないでください。
- ・ 授業日当日に欠席、遅刻される場合は、福田屋内スポーツセンターもしくは、磐田温水プールの別途ご案内させていただき携帯電話へご連絡ください。
- ・ 欠席された場合は、お尻拭きか施設利用券をお渡しいたします。（基本的にはお尻拭きをお渡ししますので、施設利用券を選ばれる場合、コーチへお申し出ください。）
- ・ 赤ちゃん1名に対して、大人1名の参加を原則とします。
- ・ おむつは各自お持ち帰りください。
- ・ 妊娠された場合は、コーチへお気軽にお申し出ください。

### ② 3 階小会議室解放について

- ・ スクール前の更衣やスクール後の休憩、授乳、お食事などご利用いただけるように 3 階小会議室を解放しています。
- ・ 冷蔵庫、電子ケトル、電子レンジなどご利用いただけますので、お気軽にお申し出ください。



# JSSグループ進級基準表

泳力・スピードアップ  
4泳法



スーパーマーリン

ダイヤ		⇒		⇒		⇒		⇒		達成項目50m、 100m個人メドレー2分 200m個人メドレー 記録タイム
ゴールド		⇒		⇒		⇒		⇒		
シルバー		⇒		⇒		⇒		⇒		
ホワイト		⇒		⇒		⇒		⇒		
イエロー		⇒		⇒		⇒		⇒		達成項目50m又は 100m個人メドレー 記録タイム
レッド		⇒		⇒		⇒		⇒		

着衣水泳(Tシャツ)  
12.5m  
横泳ぎ25m  
立ち泳ぎ  
ヘッドアップクロール  
12.5m

バタフライ



グリーンマーリン

- 100m個人メドレー(スタート、ターン付き)
- バタフライ25m
- バタフライ12.5m(呼吸付き)
- バタフライ板キック25m(呼吸付き)

エレメンタリー  
バックストローク12.5m  
ヘッドアップ  
平泳ぎ12.5m

平泳ぎ



ブルーマーリン

- 平泳ぎ25m
- 平泳ぎ12.5m
- 平泳ぎ板キック25m(呼吸付き)
- 平泳ぎ板キック25m(ヘルパー付き)

バックフィニング  
25m  
水中前回り後回り

背泳ぎ



イエローマーリン

- 背泳ぎ25m
- 背泳ぎ12.5m
- 背面キック25m
- 背面キック12.5m

バックフィニング  
12.5m  
ゴーグルなし  
クロール

クロール



オレンジマーリン

- クロール25m
- クロール15m
- クロール10m
- グライドストローク7m(呼吸なし)

ドッグパドル  
12.5m

キック



レッドマーリン

- |               |                 |
|---------------|-----------------|
| グライドキック7m     | 板キック10m         |
| グライドキック5m     | 板キック25m(ヘルパー付き) |
| 板キック25m(呼吸付き) | 板キック15m(ヘルパー付き) |
| 板キック15m       | 板キック10m(ヘルパー付き) |

グライドリターン  
ジャンプ呼吸  
だるま浮き

水なれ



ピンクマーリン

- |                 |              |
|-----------------|--------------|
| けのび3m(ヘルパー付き)   | 顔つけ5秒 水中閉鎖   |
| 伏し浮き5秒(ヘルパー付き)  | 顔つけ3秒        |
| 板フロート5秒(ヘルパー付き) | 自転車こぎができる    |
| 顔つけ10秒(もぐれる)    | 泣かない、顔洗いができる |

ホッピング  
大きな声で挨拶

教則

認定項目

安全水泳指導

令和5 年4 月1 日施行  
指定管理者：磐田・福田マネジメントパートナーズ  
代表企業：ミズノ株式会社  
構成企業：株式会社ジェイエスエス

（附則）

この規約は令和 6 年 3 月 1 日から一部改訂施行する。  
この規約は令和 7 年 4 月 26 日から一部改訂施行する。