

# 10月 高座プール新聞

## 今月のコラム

### 泳いで健やかライフ！



“泳げるようになりたい”そんなお声をよく聞きます。水泳は全身をバランスよく使う運動で関節への負担も少なく、年齢を問わず続けることができます。水泳は子供の習い事として大人気ですが、大人の方にもお勧めの習い事です。2026年秋！水泳の習い事にチャレンジしてみませんか？

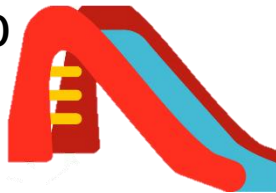
まずは火曜日 10時30分 初心者クロールから始めてみませんか？

## すべり台で遊ぼう

無料！

4(日)

時間 10:30~11:20  
内容 すべり台  
場所 幼児プール



## おもちゃで遊ぼう

無料！



毎週土日 10:30~17:20 幼児プール  
ボールや水鉄砲で自由に遊べます！

みずえ先生の

## ベビーマッサージ

4(日).9(金).11(日)

対象 1か月~よちよちあんよ(1才前後)  
料金 600円  
特典 **プール親子無料券プレゼント**

イベント詳細は別紙参照ください

時間 11:30~30分程度

場所 2F和室 ご希望の方にはママのためのハンドマッサージ付き



18(日)

浅井貴子講師 特別イベント

要予約制

## マタニティスイミング

時間 11:30~12:30  
料金 1組 1200円

## 美容美白・保湿オイル講座

時間 13:00~14:00  
料金 3000円

イベントの詳細は別紙参照ください



25(日) 10:40~11:30 流水プール

家族みんなが笑顔でハッピーになれる♪

## ファミリーアクア

パパとママのためのエクササイズ。子どもと一緒に楽しむプログラムです。

パパとママが一緒だから子どもも安心 うれしい！たのしい！  
プールだいすき！

家族みんなでアクア 笑顔でハッピー！



料金 1家族1000円(プール入場料込)

イベントの詳細は別紙参照ください

## ハロウィン仮装大賞

20日(火)~31日(土)



おうちで仮装して、写真を高座メールに送ろう。  
テーマとニックネームを記入して、高座メールに送ってね。

写真は館内に掲示して、来館者様にベストドレッサー賞を投票いただき、選ばれた方には、素敵な景品をプレゼント！

メールアドレス [info@kouzapool.jp](mailto:info@kouzapool.jp)

