

学びも遊びも健康も！

令和6年度から運用を開始したいなべ市温水プール。

いよいよ今年度から、市内小学校の「温水プール水泳授業」が全面実施になりました。授業での活用だけでなく、一般利用も進むいなべ市温水プールについて紹介します。



学びの場としての利用

藤原小学校と十社小学校の授業の様子

6月5日(金)、2校の1～3年生の水泳授業3回目。その様子を取材してきました。



14. 見学するときは、プールの外から授業の様子を見ます 23～25. 授業が終わり、バスに乗って学校へ帰ります

プール内の環境
室温：31℃前後
水温：31℃前後
湿度：50%前後



授業の流れ



児童は、バスで温水プールへ向かい、50分間の水泳指導を受けます。泳力に合わせた3つのコースに分かれて授業が進められ、どのコースで練習するかは、本人が自分で決められます。受講する児童数に合わせ、5～6人のインストラクターが技術的な指導を行い、学校の教員と連携しながら授業が行われます。

5月から約半年かけて、全ての小学校が順番に授業を受けます。学年ごとに5回ずつ日程が組まれ、天候に左右されない安定した水泳授業が実施されています。



水泳授業の「今」

近年の猛暑による熱中症リスクから児童たちを守りながら、安定した水泳授業を実施するため、授業の実施方法が大きく変わりました。現在の水泳授業について、関わる人たちにインタビューをしました。



藤原小学校 鈴木 玄真 先生
藤原小学校水泳授業を担当。



藤原中学校 高井 愛美 先生
小・中学校の体育の授業を兼任。

温水プールでの授業に変わってどうですか？

(鈴木) とてもいい環境で授業をしてもらえていると感じます。学校の屋外プールだと、暑さや雨で中止になったり、入っても寒がってブルブル震えていたり……。児童たちがより水泳に集中できる環境になってうれしいです。あらかじめ日程が組んであり、年間5回の実施がきっちり決まっていますので、安定して授業ができ、助かっています。教員によっては連続でプールに入らないといけなこともありましたが、温水プールではインストラクターに技術指導をもらえるので、負担が軽くなりました。屋外プールで授業をしていたときは、泳ぐ子と見学の子を同時に見ていなければなりませんでした。温水プールでは十分な人員がいるので安心です。見学する子も、プール外の空調の効いたスペースで過ごすため、熱中症の心配もありません。指導も専門的で、子どもたちもめきめき伸びていっているのが分かります。

(高井) 学校では、水泳を専門的に教えることには限界があるので、今の環境はとていいと思います。技術別にコースを分けて授業が進んでいきますが、これは人数が多いからこそできる方法です。水に顔をつけるのが苦手な子などは、浅いプールでほとんどマンツーマンの指導を受けることもできます。プールの授業は、海や川に落ちたときに命を守るための技術を身に着けることが大切だと考えています。その技能を育てるコースと、よりレベルの高い技術を身につけるコースに分けて指導が受けられます。プロに見てもらうからこそ、技術的な評価は厳しめですが、その分の成長は確実にあります。できるようになる実感をえられることは、児童たちの今後のためにもなっていると思います。

先生のプール内での役割は？

(鈴木) 技術面以外のこと全般をサポートしています。しんどそうな子がいたらヘルプに入るなど、児童たちが集中して授業を受けられる環境を整えています。

(高井) 指導する人と担任が違うからこそ、できることがあります。児童の中には、2回目の授業で水泳が怖くなってしまった子がいました。その際に、自分の不安を担任に伝えてくれました。担任が直接教えていないからこそ、児童が自分の気持ちを素直に言えて、インストラクターへの共有ができました。その後、一旦浅いプールで授業を受けるといった、その子に合った内容の授業に切り替えました。子どもたちのストレスや不安感を減らすことにもつながっていると思います。

印象的だった児童たちの姿を教えてください

(鈴木) しんどいなりにも児童たちが成長を実感しながら泳ぐ姿が印象的でした。50分間みっちり泳ぐので、児童たちも「よし、やるぞ」と覚悟が決まった顔をしてプールに行きます。プールは、はしゃぐ場ではなく成長する場になり、児童たちも泳げるようになっていく実感があると思います。

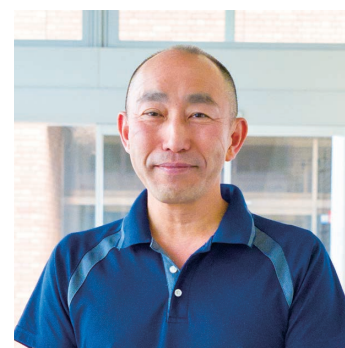
(高井) 水が苦手だった子が水に顔をつけられるようになったことに感動しました。水が苦手だったら、プールに入りたくないと思うのが自然なのに、なぜ頑張れるのかを聞いたところ、「早くみんなと泳げるようになりたいから」と言っていました。できないから諦めるのではなく、できるようになろうと挑戦する姿を見てうれしかったです。

小中連携が進む藤原小・中学校

藤原小・中学校では、小中連携の一環として、中学校の教員が小学校で体育の授業を行っています。児童たちの個性や特徴を共有できるため、中学校3年間の学習見通しが立てやすいです。

職員室が小中で一体となっているため、教員間で相談がしやすく、授業での出来事や小さな変化も担任とすぐに共有できます。より専門的な体育指導を行うことにもつながっています。

いなべ市温水プールは、『TAC・テルウェル共同事業体』が指定管理者として管理運営を行っています。



いなべ市温水プール
館長 町田 律雄 さん



いなべ市温水プール
授業担当 新谷 直子 さん

インストラクターとして大切にしていることは？

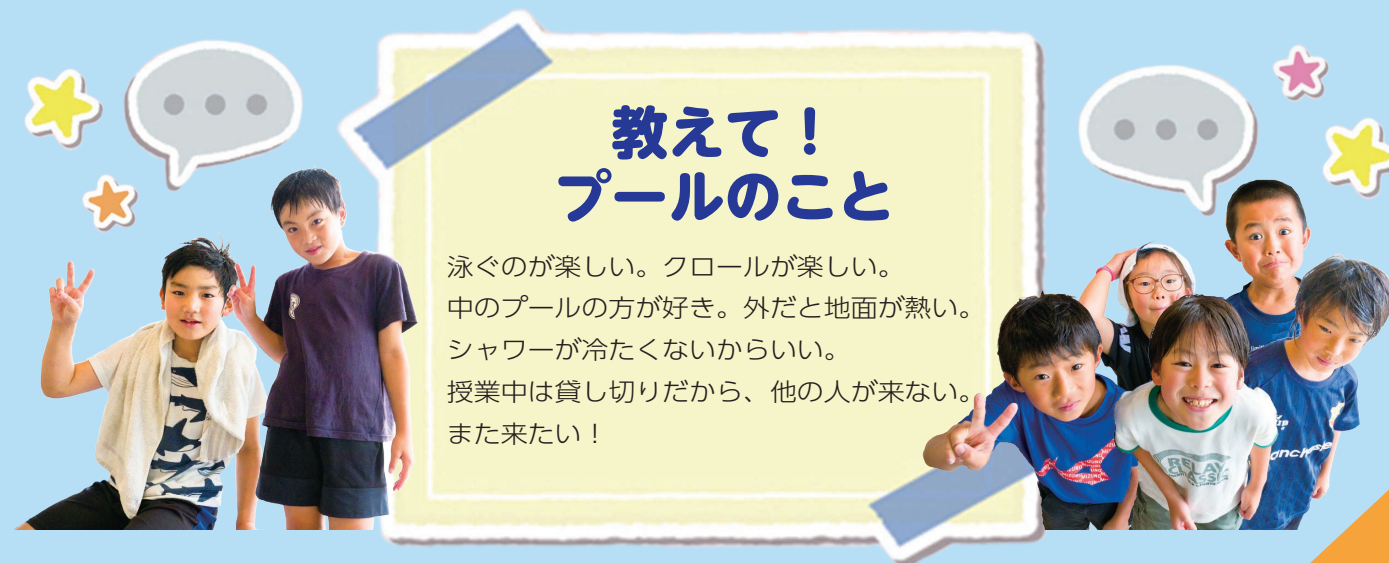
安全第一で、楽しく水に親しんでもらえるよう指導を行っています。こまめに人数確認をし、先生たちと連携しながら児童たちを見守っています。授業前にあらかじめ担任の先生から児童たちの特徴や様子をヒアリングするので、授業をスムーズに進めることができます。教員とインストラクターで役割分担して、それぞれの専門性を生かした授業を行っています。

授業では、小さな成長でも一緒に喜ぶことを大切にしています。特に、プールが苦手な子は、周囲と比べて自分ができないと思い込むことが苦手の原因になっていることが多いです。そこで、児童たちが今の自分を受け入れられるように、できなかったことではなく、できたことを実感させるような肯定的な声掛けをしています。

スイミングスクールとは異なり、水泳授業では学年で内容が決まっています。そのため、浮くのがやっとでクロールはまだ早い子に対しても、手の動かし方や足の動かし方だけでも挑戦させることで、児童たちのできることを増やし、自信へとつなげています。

水泳は、子どもの成長にとって良い効果が期待できます。体温の調節機能が向上したり、呼吸筋が鍛えられたり、浮力で関節への負担を減らしながら筋力がついたりするので、体力がつき、風邪をひきにくくなります。また、水難事故に備える意味でも、水に慣れておくことは重要だと考えています。

授業を通して、児童たちから「もう水が怖くなくなったよ！」といった声が聞けるのがとてもうれしいです。成長を数年かけて見守ることができるのは、この授業形態ならではのです。より良い水泳授業が実施できるよう、今後も取り組んでいきます。



暑い夏、熱中症に注意！！

夏は、熱中症への注意が欠かせません。熱中症の危険度を判断する指標として、暑さ指数(WBGT (Wet Bulb Globe Temperature))があります。人体と外気との熱のやりとり(熱収支)に着目し、身体の熱収支に与える影響の大きい①湿度、②日射・放射など周辺の熱環境、③気温の3つを取り入れた指標です。日常生活や運動の実施に関する目安として用いられ、学校現場では体育の授業や部活動の実施に影響を及ぼします。いなべ市では、年々厳しさを増す暑さの中でも安全に運動できるよう、屋内体育施設のエアコン整備が進められています。



▲環境省熱中症予防情報サイト



温水プールで見つける新しい楽しみ

小学校での水泳授業がない時間は、誰でも利用できます。
プールは泳ぐだけの場所ではありません！
いなべ市温水プールで行われている、さまざまな催しを紹介します。

ballet yoga 60



古川 瑚都 さん

ヨガのいいところは、水着にならなくてもいいところ
です。受講者の様子を見ながら、ゆっくり進めていきます。
室温 32℃の暖かい環境で行うので、運動量に対して発汗
作用があります。体の中心を意識することで代謝を上げ、
きれいな姿勢を目指します。



バレエの動きを取り入れたヨガの教室です。音楽を聴きな
がら、体を伸ばしていきます。



水中歩行のいろは教室



近藤 敬子 さん

健康増進のためだけでなく、歩き方に不安がある人にも
おすすめです。水圧によって倒れにくくなり、大きく
動いても転ぶ心配がありません。水中では、体重が地上
の2割ほどになるので、関節への負担も軽くなります。
水流によるマッサージ効果も期待できます。



水の中での効果的な歩き方を学べる教室です。歩くだ
けでなく、ビート板やボールを使って、歩きながら筋
力や心肺機能を鍛えます。



父の日の プレゼントを つくろう！

毎月開催している工作のイベント。
6月は、父の日にちなんで、お父さん
へのプレゼントを作りました。絵を描
いて、ハサミで切り抜き、台紙に貼り
つけます。最後にメッセージを書いて
完成です。



遊具で遊ぼう！ 幼児プール

プールで遊べる遊具がたくさん！
ボールやヌードル、魔法のじゅうたん
など、いろいろな遊具を自由に使って
遊べます。



ぜひ来てね！

8月イベント 夏だ！プールだ！ おこサマ〜大集合！

いなべ市温水プールで、天候関係なくたくさん遊びま
しょう！

夏休み限定 SUMMER Kids カードに参加して、ステキ
なプレゼントと健康な体を手に入れよう。

開催期間 8月30日(日)まで

対象年齢 4歳〜小学6年生

※4歳から小学校3年生までは大人の付き添いが必要です。
小学校4年生からは1人で利用できます。

待ってます！



問 いなべ市温水プール T 78-4335
時 10:00〜19:50 (19:20 最終入館、20:00 閉館)
休 毎週月曜日、年末年始(12月28日〜1月4日)、施設点検日
¥ 大人700円 小・中学生 500円
65歳以上
障がいのある人 } ホームページ▶

