



L.A.



vol.36 -letter from Akishimadai-

March-april 2026



Instagram



online store



## From Our Pool Side

## 「できた」「できない」大事なの？

昭島台スイミングスクールは、姉妹校を持たないので、独自のカリキュラムで指導できるのが大きな特徴です。時代に合わせ進化させることが容易ですから、パワハラなど一昔前の指導は一切せずにやっています。そういう手段は「子どもを早く上達させるのに最善の方法」と考えられてきましたが、実際にやめてみるとむしろ怒らない方が伸びることがわかりました。▶ 褒めるのも、その子の性格によっては、パワハラになることがありますので、注意が必要です。そういう場合、僕は「認める」という方法を使用しています。これは、「できた、できない」という「結果」ではなく、姿勢や取り組みに対して目を向ける方法です。言葉は同じ「褒める」なのですが、例えば上手いかなくてもトライする姿勢を認めます。「ポジティブシンキング」を大切にす訳です。▶ 人は成長過程において、自然に体の使い方などを獲得していきますが、見方を変えれば「できない」から「できる」までの間に、無数の段階が存在するとも言えますね。長い人生で考えれば無視してよいことも、一つ一つ取り上げ評価してしまうと、上手いかなかったときにひどく落ち込む、あるいは、上手いかない自分はダメなのだと思います、全てにおいて自信を失う場合もあります。まさに悪循環。これは無限ループです。▶ 人生は〇×ではありません。僕が90点の答案を持って帰った日。祖父はこう言いました。「この答案は一度も消しゴムを使った跡がない。自信を持っていて素晴らしい！」7歳のときに言われたその言葉は今も僕の中に生きています。(さわかコーチ)



## 選手クラス活動レポート

## 年始合宿@下田

育成&選手クラスは1月3~5日静岡県下田市で合宿を行いました🏊  
参加した全員が初めての合宿でしたが、生活を共にする事で、いつも以上に素晴らしい練習をすることができました🌟  
合宿後に参加した試合でも全員がベストを更新しました！🔥



## 大会に出場しました

1/18(日)に BC 級大会に出場してきました🏊

◎平良琉華

小1女子 50m 平泳ぎ 2位

◎鷲尾海斗

小1男子 50m バタフライ 1位

小1男子 50m 平泳ぎ 2位

2025年度の試合も残りわずか！  
引き続き応援よろしくお祈いします



## 新記録おめでとう！

有村すず

30m 自由形 16秒64

片木山颯希

30m 自由形 17秒14

昭島台スイミングスクール新記録を  
樹立しました！



## 年度更新の時期になりました！

配布した書類をお読みいただくようお願いします。

## エニータムクラスのみなさんへ

エニータムクラスに登録している、みんな元気ですかー！

2025年度登録してくれている人で、まだ1度もレッスンに参加できていない人は注意してください！

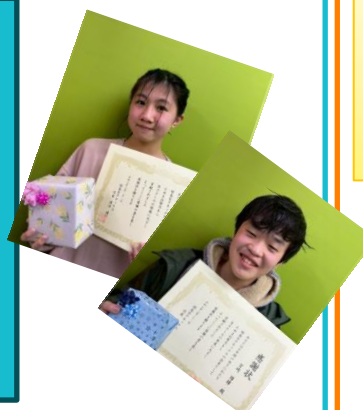
2026年3月までに1度もレッスンに参加できないと自動退会になってしまいます。

1回目のレッスンは無料で参加できるので、ぜひ空いている時間を見つけて泳ぎに来てくださいね🏊 勉強や部活のリフレッシュにもなると思います🏊 コーチたちもみんなに会えるのを楽しみにしています♪

## 10年会員表彰

みなさん！昭島台アネックス、昭島台スイミングスクールに10年表彰というのがあるのを知っていますか？入会してから、10年間続けてスクールに通っていただく豪華記念品と賞状がもらえるんです🌟  
今年も3月の最終練習日に13名のみなさんが、表彰される予定です。その模様は次号で紹介させていただきます！ちなみに、のぞみコーチや海斗コーチたちも10年表彰されたんです😊  
まだこれからのみなさんも、スクールに楽しく通って、ぜひ狙ってくださいね！🌟🌟

今年度の対象者は登録番号の頭2桁が「16」です！  
表彰まであともう少し！がんばりましょう！



新体操クリスマス発表会が開催されました 🌲



12/20 に新体操クラブは、クリスマス発表会を行いました！  
練習の成果を出せた、素晴らしい発表会となりました 😊💡  
また次の課題にチャレンジしていきますので、こちらも引き続き応援  
よろしくお願いします 🍷🍷🍷

新体操クラブ年度末発表会

3/21(土) 10:30から 昭島台幼稚園ホールにて、今年度最後の発表会を行います。みなさま、お誘い合わせの上、ご来場ください。

新体操クラブより大事なお知らせ

長きに渡り昭島台の人気講座でありました、新体操クラブですが、2027年3月をもって閉講することとなりました。次年度新規会員の募集は行いません。あらかじめ、ご了承ください。

🌸 春の入会キャンペーン 🌸

まだ間に合います!昭島台スイミング 春の入会キャンペーン 🌊💡

◎キャンペーン期間◎

2026年3月22日まで!

◎キャンペーン内容◎

レッスンクーポンをプレゼント!

レッスンクーポンとは…

1レッスンの料金と同じ¥2,750相当の子チケット!いつでも!どこでも!半年以内なら好きな時にレッスンが受けられます♪

・2月入会 3枚プレゼント! ¥8,250分お得!

・3月入会 2枚プレゼント! ¥5,500分お得!

みなさん!ぜひ!ご利用ください😊

※価格は2026年4月以降のものを反映しています。

※価格は全て税込です。

▶春の入会キャンペーンに  
友だち紹介プレゼント

- ①お友だちに“昭島台スイミングスクール”を紹介してください。▼
- ②ご紹介いただいた方が、スイミングに入会すると▼
- ③ご紹介いただいた会員、ご入会いただいた会員、それぞれに無料レッスンクーポンを2枚ずつプレゼントさせていただきます。

※クーポンは、補習レッスンでもご利用いただけます。実施日時は事務局までお問い合わせいただき、事前にご予約ください。

※クーポンはエニータイム会員もご利用いただけます。

※クーポンの有効期間は発行日から半年間です。

※クーポンは、進級テスト期間以外でご利用ください。

※ご兄弟の入会には適用されません。 ※本企画は予告なく終了する場合があります。

# Monthly Schedule

## 3 march

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1 休館日	2 会費引落	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14 補習 レッスン
15	16	17 新体操 振替	18	19	20	21 新体操 発表会
22	23 ←	24 春	25	26 休	27	28 み
29	30	31 →				

## 4 April

			1 会費引落	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22 ←	23 進級テスト	24	25
26	27	28 →	29 ←	30	G.W.休館 5/6まで	

大事なお願い

スイミング女子更衣室が寒いとご指摘を受けましたので、ヒーターを設置することにいたしました。やけどの恐れがあります。近づかないようお願いいたします。こちらでも声がけしますが、いたずらしたり、ぶつかったりしないよう、保護者の皆様も、ご協力いただきますようお願い申し上げます。

～スイミング振替制度について～

- ① 振替の有効期限は6ヶ月です。
- ② 昨年9月分の振替は2月末まで、同10月分は3月末までがそれぞれ有効期限です。それ以前の方は期限切れで無効となります。
- ③ 振替連絡は1週間前までにLINE、メール、電話にてお願いします。1週間を過ぎた分につきましては欠席扱いです。
- ④ 1ヶ月に2回以上欠席した場合には2回分を1回として振替できます。 ※無断欠席の場合、振替の対象になりません ※振替日の指定は不要です。当日でも空席があれば対応します。 ※退会した方、エニータイムクラスへ変更した方は無効となります。