

# OPPIC新聞

Vol.7  
2004.6.20

オーパス・スイミングクラブ いよいよ水泳シーズン到来!!

オーパスがOPENして1年半がたちました。

今年の夏はオーパスの生徒が学校のプールで活躍してくれることをコーチ一同願っています。

速報!

さあ、  
今すぐアクセス!

ホームページ  
開設しました  
www.opusclub.jp

6.20 OPEN

化石みつけた☆



やっぱり自然は  
すごいなあ☆

晴れて  
よかったね!

行って来ました! 春のバスツアー

## パーク獅子孔・スカイ獅子孔

石川県石川群鶴来町

みんなでバスに乗って、パーク獅子孔・スカイ獅子孔に行ってきました。ゴンドラに乗り、大自然の中でそり遊びしたり、ゴーカートに乗ったり、もう大満喫。化石発掘では古代の化石が見つけれ、日頃できない貴重な経験ができました。

すごいぞ☆  
恐竜パーク☆

ずっとけ☆四人組



6月27日(日)は...  
水中運動会



7月29日(木)は...  
納涼祭



もくじ

- ★オーパスプール大変身.....
- ★オーパスチャレンジ2004.....
- ★オーパス各級の滞在人数.....
- ★夏休み短期水泳教室.....
- ★振替休日のお知らせ.....
- ★イベント予定.....
- ★選手春季長野県更殖合宿報告.....

オーパス新企画

この夏話題の新作映画目白押し!

観たいヨ!

## 映画チケットプレゼント!

新規ご入会者を紹介していただくと、ご紹介された方とご紹介していただいた方にうれしいプレゼント!皆様多数のご紹介お待ちしております。



ご紹介した方

お一人ご紹介いただき入会された場合

映画鑑賞券1枚プレゼント

※ご本人様が同行された場合はご本人様にお渡しますが、ご同行されない場合は入会の方にお渡し致しますのでご友人から頂いて下さい。



ご紹介された方

ご紹介された方は、入会時に

プロショップ20%OFF  
チケットプレゼント

※これからスポーツを始める方をサポートします。  
※また、ご紹介いただいたご友人と一緒にご利用いただいてもかまいません。



◆本サービスは継続的に行ってまいります。 ◆又、これまで通り入会金キャッシュバック制度もご利用いただけます。



# 2004年 選手春季 長野県更殖 合宿報告



勉強もがんばりました!!



絶対ベスト出すぞ!!

ダッシュ練習だ!!

毎年富山オーパスではお盆とゴールデンウィークを利用して選手強化合宿が開催されます。今年は、その一大イベントに水口オーパスの選手も初めて参加しました。ゴールデンウィークとあって、友達や周りの同年代の子供達は長期休暇を利用して「きっと家族でどこか出かけてるんだろうな・・・」と横目で見ながらも自分自身の技術向上のため、精神力を養うため合宿に乗り込みました。速く泳げる様になりたい!!かっこよく泳げる様になりたい!!

など合宿前に目標を立てさせそれに向かって達成できるように高岡のベテラン選手の子供達と一緒にコースで練習しました。自分の泳ぎに磨きをかけるため、水口オーパスの選手も4泊5日の厳しい練習をもくもくと頑張っていました。水泳の向上もさる事ながら、自己規律を正す場でもあります。ですからみんなは水泳にこだわらず、いろんな目標をあげていきます。そして以下の事などを意識して合宿を行いました。

## 1.正しい食生活食事時間

皆と食べる時間を合わせ、好き嫌いをしません。

## 2.大きい声でのあいさつや返事

「うん」ではなく「はい」と目上の人へ大きな声で自分からできるようにします。

## 3.上の選手が下の選手のお世話

団体生活であるが故にお互いのカバーが必要です。上の選手は気付きの点を発揮し、下の選手は「ありがとうございます」と感謝の意を表します。

## 4.規律正しい生活リズム

早朝目覚め、夜更かしはしません。テレビゲームはもちろん禁止!

この様に泳ぐこと以外の事も指導していきます。それが将来社会人としてのマナー向上に役立つばかりではなく、日頃当たり前と思っている家庭のあ

りがたみが分かる良いきっかけとなることでしょう。このような合宿という経験をつみかさねていく上で、体だけでなく心も大きく成長していく事でしょう。



## 初めての合宿。5人のお母さんから感想をいただきました。

### 塩見菜々瀬ちゃんのお母さん

本人は、いたってヤル気を出かけて行きましたが、予想的の中で最初にホームシックにかかり、コーチや選手の方々に大変ご迷惑をお掛けしました。申し訳ございませんでした。(さすがにコーチとの約束で電話は一回もかかってきませんでしたが・・・)練習はいつもより量も多かったけれど、とても勉強になったと喜んでいました。自分の好きなバタフライも、もうすぐ一番になりそうだし、見本としてみんなの前で泳いだと自信もつけているようでした。ほかの子供が初級、中級に上り自分だけダメだったとガッカリしていますが、これからタイムを上げて上を目指して頑張ると言っています。

合宿前 100m個人メドレー(1級) 2-11-9

合宿後 100m個人メドレー(初級) 1-56-8

### 川口翔子ちゃんのお母さん

合宿が近づくにつれ「見違えるように上手くなるんだって」と目を輝かせて話していました。帰ってきてからは「上手くなったか分からない」と言っていたのが練習を見に行き「上手くなったね」と言うと、うれしそうに笑っていました。日頃から食が細く、食べるのも遅いため、合宿では食べることに苦労した様です。家でも「食べなきゃ」と自分に言い聞かす様に頑張って食べています。5コースの先頭になれたのに、古木さんに負けてしまったと悔しそうに話す姿を見てひとわり大きくなった様に思いました。負けず嫌いを表に出さない翔子が私に対し、闘志を見せてくれた事に大きな成長を感じました。5日間お世話になり、ありがとうございました。

合宿前 100m個人メドレー(初級) 1-57-9

合宿後 200m個人メドレー(中級) 3-59-6

### 梅垣知弘くんのお母さん

5月2日(日)に見学をした時は高岡の人達に追い越され、普段からの練習量の違いを痛感しました。でも5月5日に見学した時はみんなの泳ぎについていく事ができ、1人を追い抜く事が出来た時は驚きました。記録会では200m個人メドレーの速さに感動しました。50m自由形もB級タイムにわずかに足りませんでしたが、この合宿での成長を見せてくれて本当に頑張ったと思います。初心者だった息子が1年半でこれだけ成長してくれた事をうれしく思います。それは、コーチの皆様のおかげでここまで成長出来た事なのですが・・・本当にありがとうございます。普段の練習でも合宿中くらいの泳ぎのペースで泳げる様をお願いします。

合宿前 100m個人メドレー(初級) 1-42-4

合宿後 200m個人メドレー(上級) 3-22-6

### 小倉つくみちゃんのお母さん

オーパスに移籍してまだ一ヶ月での合宿だったので、最初は本人も行かないつもりでした。しかしコーチや他の選手コースのお友達に良くしてもらい行く気になったようです。初めて親から離れてのしんどい練習だったそうですが、100メートルメドレーのタイムが達成できて明るい声で電話をしてきたので安心しました。これからも苦しい時もあると思いますが頑張って乗り越えてほしいものです。

合宿前 100m個人メドレー(1級) 2-30-3

合宿後 200m個人メドレー(中級) 4-29-0

### 望月愛理香ちゃんのお母さん

最後まで4コースで泳げたと、形田コーチが言ってくださったのを聞いてほっとしました。泳ぎ方も少し変わったようです。高岡の方々の中で泳いで、本人もいろんな意味で大変貴重な経験をしていると思います。これからもオーパスでもっと水泳の楽しさ、厳しさをいろいろ吸収して欲しいと思います。

合宿前 200m個人メドレー(中級) 3-54-3

合宿後 200m個人メドレー(中級) 3-47-7

上記の生徒達の記録を見て分かる様に合宿参加後大幅に記録がUPしています。夏の合宿は春より1日多い5泊6日!!さらなるアップが期待できるぞ!

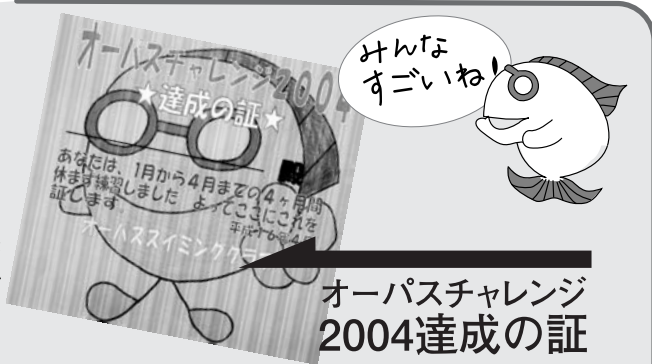


# オーパスチャレンジ2004



## ゴールドワッペン授与おめでとう!!

寒い冬から春のシーズンの1月から5月までの5ヶ月間、一度も休まず練習に参加した生徒102名にゴールドワッペンを授与しました。既に配付は行なっていますが、まだもらっていない人は担当コーチにご一報下さい。



## 達成者なんと! 102名!!

藤富 幹ちゃん	彦野 千夏ちゃん	松原しづかちゃん	松原 幸広くん	長谷川貴也くん	上西 未里ちゃん	上西 海月ちゃん	奥村 祐太くん	奥村 海斗くん	藤原虎太郎くん
伊藤 遼くん	菊本 彩乃ちゃん	菊本 紗衣ちゃん	治武 弘堯くん	治武 恭介くん	鈴木 聖哉くん	鎌田 奈海ちゃん	海崎 由貴ちゃん	福田 慎くん	久世 零くん
治武 克尚くん	藤沢 海地くん	藤沢 天音ちゃん	小林 真衣ちゃん	西田 侑平くん	田代 真悠ちゃん	石田 春奈ちゃん	佐藤樹利亜ちゃん	鶴飼 菜絵ちゃん	鶴飼 風音ちゃん
谷口侑希奈ちゃん	田代 有加ちゃん	尾宮 祐美ちゃん	宇田 紫香ちゃん	宇田 有輝くん	大垣 信吾くん	藤本 祐磨くん	三上 さくらちゃん	中森 達也くん	後村健太郎くん
中川 鈴子ちゃん	成田華奈子ちゃん	杉田 鋳輝くん	鎌田 広海くん	山本 健斗くん	中森 彩奈ちゃん	谷口 晃大くん	服部 聖乃ちゃん	川崎 瑞歩ちゃん	島田 彩葉ちゃん
芝原 菜那ちゃん	西尾 景佳ちゃん	藤田祐里奈ちゃん	今井 啓太くん	井上 雅貴くん	大隅 笙くん	新井 凜くん	深井 康平くん	深井 皓斗くん	島田 莉々ちゃん
倉崎 彩乃ちゃん	平井 紀貴くん	中窪 鴻太くん	東 優貴くん	坊迫 一誠くん	奥田 菜洋ちゃん	松本 幸希くん	當田 諒くん	鳥本 直宏くん	山元 大誠くん
鳥本 昂希くん	森 準人くん	木村 祥乃ちゃん	西野 有香ちゃん	坊迫 舞香ちゃん	柴田 結衣ちゃん	宮當 晃くん	宮當 拓実くん	杉本 拓磨くん	小林 佑規くん
平井ななみちゃん	寺村 伊織くん	倉崎 愛那ちゃん	倉崎 祐都くん	坊迫 佳穂ちゃん	山田 麻莉ちゃん	村中 文哉くん	藤田 一嘉くん	小林 史晃くん	北澤 諒也くん
米木 七海ちゃん	今村 柚希くん	大谷 知寛くん	雑賀 大輔くん	和田 航平くん	鈴木 楽斗くん	倉崎 桂ちゃん	岡崎 優仁くん	戸田 祥吾くん	乾 友貴くん
福谷 莉菜ちゃん	福谷 隆太くん								

## さあ、今年の夏も 夏休み短期水泳教室で!

従来多くとり入れられている短期教室は、4日間から5日間のようですが、オーパスでは効果を上げるには6日間の練習が必要と考えております。

**期間**  
第1期 7月23日(金)~7月28日(水)  
第2期 8月 2日(月)~8月 7日(土)

**時間**  
Aコース 10:00~11:00  
Bコース 11:00~12:00

**定員**  
各 60名 対象/3才~小・中学生

**料金** スクールバスをご利用の場合  
7,350円(税込) / 8,400円(税込)

**応募〆切** 第1期 7月16日(金)  
第2期 7月26日(月)

## 第2回 サマーキャンプ

今回のサマーキャンプの場所が決定しました!! 三重県で1番きれいな海「白浜」が目の前に広がる民宿を貸し切って泊まります。夜はみんなで夕日を見ながらバーベQ!! 次の日は、合歓の郷に行って遊ぼう! その他にも一泊二日で楽しい事が盛りだくさんだ。今年の夏もオーパスのお友達と楽しい思い出を作ろう! 今回のキャンプは絶対みのがせない!! (詳細は、後日別紙にてお知らせ致します。)



7/30(金)・31(土)  
1泊2日

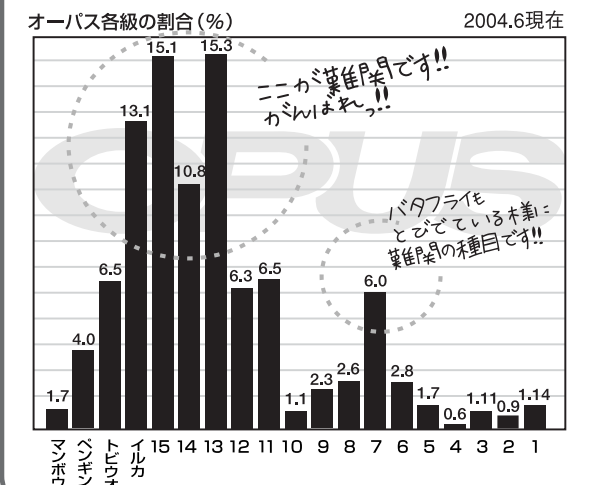


〒517-0705  
三重県志摩郡志摩町  
かもめキャンプ場  
TEL. 0599-88-3405  
FAX. 0599-88-3877

<http://www.fushya.com/>

## 各級の人数を調べてみました。

正式クロールのキックと呼吸の仕方は難しい。ご覧の通りイルカ級~13級に人数が集中しています。イルカ級から泳ぎの基本であるキック練習が始まり、13級からはクロールの息継ぎの練習が始まります。このあたりの級は比較的難しく滞在人数が集中してしまうのです。みんなも上手に泳げるようになるために、めげずに頑張りましょうね。



## キッドビクス

スポーツエアロビクスを基本とし、エアロビックダンスの楽しさを伝えていきます。体力・筋力・柔軟力を高めつつ、団結力や運動の楽しさを養っていきます。さあ、音楽に合わせてLet's Dancing!  
今年から今堀先生の他に徳地先生による指導によりさらなるレベルアップを目指します!



火曜日 Jr.エアロビック 17:30~18:30

土曜日 キッドビクス 17:00~18:00

## お休みした時の振替について

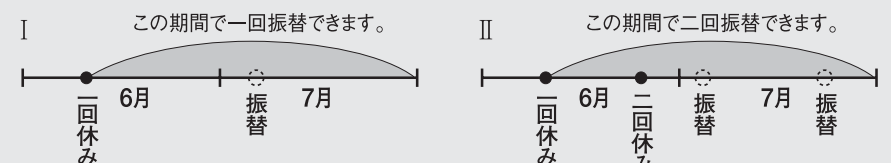
振替制度をじょうずに活用しよう!!

- 振替とは既定の練習日に何らかの理由でお休みされた場合、別の曜日・時間に来て練習していただく制度です。
- 週1回のクラスであればその月の1回分、週2回のクラスであれば2回分振替していただけます。但し、その月に数回お休みされても上記回数のみです。
- 振替はお休みされる月か、その翌月まで可能です。
- 当日直前や前日などの受付はできませんので、希望日の2日前までに手続きを行って下さい。
- 振替された日を欠席された場合は、消化扱いにさせていただきます。振替の振替はお受けできません。
- 担当コーチが変わる場合があります。
- 通常スクールでバスを利用している生徒は、ご家族で送迎願います。

(例) 6月中に一度お休みをしてしまったら...

I ※週1回の生徒は7月末までに6月分を1回のみ振替可能です。

II ※週2回の生徒は7月末までに6月分を2回のみ振替可能です。





# 子供にさせてよかった習い事ランキングで「スイミング」が1位!

インターネットにおいて、世間一般の方々を対象に、全国の各地から年齢を問わず何千人(今回のこの「子供にさせてよかった習い事」という大勢の返答を頼りに、ランキングがだされてきました。その結果、群を抜いて圧倒的に「スイミング」という回答がありました。どうしていいのかわからない理由に、一番多かった意見はやはり「風邪をひかなくなった」や喘息がよくなったなどの身体向上の理由ですが、精神面においての成長などの意見も多々ありました。それらを抜粋して右記に紹介したいと思います。



上の子どもが5歳、下の子は4歳から始めました。上の子はぜん息気味でよく熱を出し、体力をつける目的で始めました。以来4年続けていますが、小学校に入ってからずっと皆勤賞で病気知らずです。下の子は誕生日が3月24日と早生まれのため、少しでも同学年の子ども達についていけるようにと早めに始めました。あまり器用な方ではないですが、スイミングだけは上級生と対等に出来るのが本人にとって自信になっているようです。もちろん下の子も病気知らずで、親にとってはありがたい事と喜んでます。



運動が苦手な子供だったが、小学校入学と同時にスイミングを習わせたら、クロール、背泳、平泳ぎ、バタフライと全部泳げるようになって自信がつき、体育もだんだん得意になってきたよう。また、風邪を引きやすかったが、丈夫になった。



ちょうど一歳になった時から始めました。3歳から親と離れて子供達だけの集団でやるのですが、最初はなじめず泣いてばかりいて、やめたがっていました。5歳になった頃から級が上がることに楽しみを覚え、友達と仲良くなり、コーチのいうことも理解できるようになり、やめたいという事は言わなくなりました。今7歳ですが、1級まで続けると頑張っています。壁にぶち当たっても、努力すれば級が上がる事が分かってきて、集中して泳いでいます。子供がやめたいといった時にやめさせていたら学校の勉強でもスポーツでもすぐにあきらめる子になっていたかもしれません。無理にでも通わせてよかったと感じています。

★詳しくはホームページでご覧になれます。 <http://imi.ne.jp/abc>

## 「子供に習わせてよかった習い事」総合ランキング

順位	名前	得票数
1位	スイミング	597
2位	ピアノ・音楽	356
3位	習字・書道	175
4位	英語・英会話	139
5位	そろばん	106
6位	公文式・学習塾	93
7位	バレエ	53
8位	体操・スポーツ	49
9位	絵画・造形	45
10位	サッカー	45

このようにスイミングが  
トップとなりオーパスと  
してもご期待いただける  
指導に全力で挑みます!

2004年6月2日号の  
読売ファミリーにも掲  
載されました。  
やはり読売  
ファミリー  
のランキン  
グでも1位を獲得!!



## 安心できる水を求めて

# ナノ・テクノロジーの パワーで化粧水のプールに!

(※ナノ:10億分の1メートル)

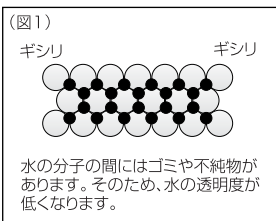
今までプールに入って肌にトラブルのあった方、是非一度体験してみてください。

最先端「電子波水処理装置」による活性水をオーパス全館で使用するようになりました。水の分子が超極小なため、浸透性にすぐれ化粧水のような肌触りと高い温浴効果を実現!スタッフも実際に化粧水として使用しているほどです。



## オーパスの新しい「水」は?

### <本来の水分子>

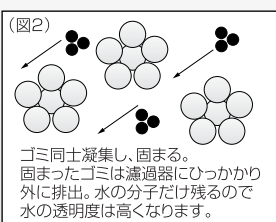


本来水の分子はぎっしり手をつないでひしめき合っています。(図1)1ミクロン以下の汚れやゴミは濾過機を通過していくため、プールの透明度を落とす原因になります。ナノ・テクノロジーは水を5個~6個の分子集団に分かれさせるため、(図2)汚れやゴミ同士は凝集作用で集まり固まるので濾過機に引っかかり、逆洗により外に排出されます。そのため非常に高い透明度を実現できるのです。



## 驚愕のナノ・パワー

### <ナノテクノロジーの水分子>



「ナノの水を作る」という電子波水処理装置ですが、当クラブが導入した装置は非常にグレードの高いものなので、実際には「ナノ(10億分の1メートル)」を超えて、限りなく「ピコ(1000億分の1メートル)」に近い水を作り出すことができます。しかもその装置を井戸水のみならず、水道水にもその装置を取り付けましたので、館内の水は全て化粧水と同質ともいえる水に変化しました。当クラブのスタッフはその水を冷蔵庫で保管し、保管後一ヶ月は実際に化粧水として利用しているほどです。「泳いで健康になる」だけでなく、「浸かっているだけでも健康になる」プールを目

## 具体的な効果

## NANO TECHNOLOGY

- 塩素臭がしない。  
においの分子もナノ以下になっているため、犬でも嗅げないそうです。
- レジオネラ菌やその他菌類を発生させない。  
住みかとなる場所を作らない。つまり粘つきをつくらず、水を腐らせません。
- 保温性が高い。泳がなくても体を冷やしません。
- 肌への浸透性が優れている。  
水の分子が極小のため肌に浸透し、例えばかかとのひび割れなど肌のトラブルを改善します。
- 血管内の掃除をしてくれる。  
飲むことにより血液中に入り込み、血管中の付着物を取り除く効果も期待できます。
- 毛穴の汚れをとってくれる。  
体中全ての毛穴を掃除してくれるため、皮膚呼吸も活発になります。
- 泳ぎやすくなる。  
水の分子が極小になることにより超軟水になり、同時に水の抵抗も少なくなるため、泳ぎやすくなります。

## 全ての会員様に喜んでいただきたいから~

これまで23年間プールに関わる仕事に就き、常に悩みの種となってきたのが水質問題です。これまでセラミック・遠赤外線磁石等あらゆる方法を試みてみましたが、どれも満足のいくものではありませんでした。すでに当クラブではオープン時からセラミックなる装置を導入していましたが、特にこれといって期待に応えられる効果は見られず、裏切られたような気持ちでした。

「水」は当クラブの全ての会員様に関係する非常に重要な要素ですので、さらなる投資をしてでもと探しつつ探していたところ、今回遂にナノ・テクノロジーによる最先端技術装置に出会ったのです。これまでにないメーカー側の的確な回答と自信に溢れた説明を信じ、これに賭けてみようとして導入しました。導入してまず感じたことは水の色はもちろん、なめらかさ、保湿性、透明度が今までにないほどアップした他、元水泳競技者として強く感じたことは抜群の泳ぎやすさです。私自身、長い経験の中で初めて「本物」であると確信できたので今回紙面で公表する事に致しました。この機会に是非、AAAの「水質」をご体験ください。会員の皆様にプールやジャグジーでその新しい肌触りや効果を実際に感じ、喜んでいただけることを心より楽しみにしております。

支配人  
形田 博之

