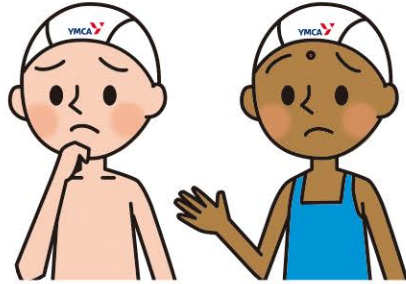
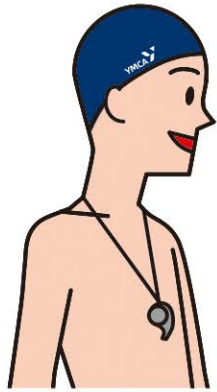
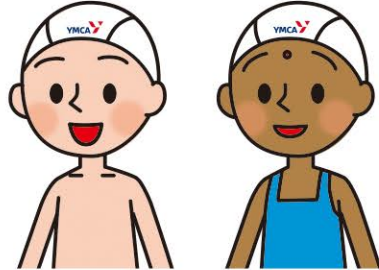
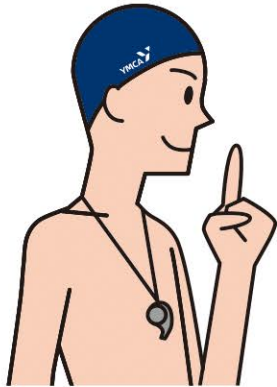


ちやくいえい
着衣泳



ちやくいえい なに
着衣泳って何？

ちやくいえい
着衣泳というのは
いふく ふだんぎ き およ
衣服（普段着）を着て泳ぐことなんだよ。



ちやくいえい
どうして服を着たまま泳ぐの？

ふく き たまま で、とつぜんみず なか お
服を着たまま、突然水の中に落ちると、びっくりしてパニックになり、おぼれてしまうことがあります。
そんなことにならないように、服を着たままみず なか はい
水の中に入ると、どんなかんじになるか体験し、
どうすればいいかをしるためにするのです。

Lesson1

ふく き みず なか
服を着たままで水の中に入るとどうなるか体験しよう

あさ あし どど どころ にゆうすい
浅い（足の届く）所からゆっくり入水し、
ある 歩いたり、もぐったりしてみよう。服を着て水の中に入ると、
どんなかんじなのかを確かめてみましょう。

みず ていこう かん
水の抵抗を感じるために、
ながそで なが けいけん
長袖長ズボンなどでも経験してみましよう

