

# ☆習い事No.1は



# やっぱり水泳☆



## 【東大生の習い事No.1は水泳】

東大生が子どもの頃に習っていた習い事ランキング1位は「スイミング」

なんと、東大生の6割以上が習っていたと回答しています。

2018年・2020年に  
選手コースを卒業し  
た選手も  
東大生になったよ

スイミングの効果としては、**基礎的な身体能力と体力の向上**が期待できることその他、

目標やタイムが明確で意欲を持って取り組める、他者との**競争心**を芽生えさせるといったことがあります。

学習塾や習い事を掛け持ちで習っていることが多そうな子どもの頃の東大生には、

スイミングが家での練習や宿題がない、**レッスン時間だけ**で完結する習い事であることも大きなポイントでしょう。

スイミングを通して養われる**体力**と、**積極的で前向きな姿勢**が、**勉強の面にも優位**に働くのかもしれないね。

## 【子供の習い事No.1も水泳が獲得】

子供の習い事**人気ランキング第1位**は、**スイミング**。(大手玩具メーカー調べ)



スイミングが、2位と大差をつけて1位に輝きました。マタニティスイミングや**ベビースイミング**などもあるので

小さいうちから(当スクールなら、ベビースイミングの**6ヶ月**のときから!)はじめやすいのが特徴。

通わせる理由としては、「**丈夫な体づくり**」をあげる人が多いですが、もちろん**泳ぎの習得**も重要な目的。

小学校によっては低学年の**水泳授業**は水遊び程度なこともあります。

プールや海などのレジャーを楽しむうえでも、泳げることは大きな**安心**につながりますね。

## 【水泳のよさ】

水泳は全身を使うスポーツなので、**どんな運動・スポーツ**をやるにも**対応できる体づくり**ができます!!

泳ぐ事で身体の中で**睡眠**をとらせようとする、成分が働きます。夜もぐっすりzzz

赤ちゃんからお年寄りまで、**幅広い年齢層**で水泳を楽しんでもらえます!!

**良いことだらけのスイミングを習うなら  
JSS粟崎へ Let's Go!!**