

長居プール 2026 記録会兼泳力検定会 開催要項

1. 主 催 長居わくわくパークプロジェクトチーム
2. 企画・運営 一般財団法人大阪スポーツみどり財団（長居プール指定管理者）
3. 日 時 令和8年（2026年）10月12日（月・祝）11時～15時（年齢区分別）
おとなの部 11時00分から13時30分
こどもの部 13時30分から15時00分
4. 会 場 長居プール 3レーン（大阪市東住吉区长居公園1-1）
5. 参加対象 25m以上泳げる小学生以上
6. 定 員 大人（16歳以上）、子ども（15歳以下） 各25名（※先着順）
7. 申込制限 1人2種目まで
8. 検定方法 検定の可否の判定基準は、裏面の泳力検定基準タイム以内でかつ日本水泳連盟競技規則に違反しない泳ぎであること。ただし、スタート方法は水中から壁を蹴って行う。
9. 申込方法 《記 録 会》長居プール受付にて申込書・誓約書に記入のうえ（年齢は検定当日の満年齢）、参加費を添えて窓口にてお申込みください。
《泳力検定》ニチレイチャレンジ（資格の取得：認定証・認定バッジ）を希望する方は、記録会当日、1種目につき別途認定料（1,000円）を添えて、17時までに受付にてお申込みください。認定証・認定バッジは後日プールでお渡しいたします。（11月中旬以降の見込み）
10. 参 加 費 1人1,000円（2種目まで）
※当日は無料開放のため、施設利用料は不要です。
11. 申込期間 令和8年（2026年）9月15日（火）～9月29日（火）
受付は各日9時30分から20時00分まで（期間中休館日はありません）
12. キャンセル お申込み後のキャンセルはお受けできません。参加費は返金いたしませんので予めご了承ください。
当日欠席される場合は、長居プール（☎06-6609-1580）までご連絡ください。
13. そ の 他 本事業で取得した個人情報、個人情報保護法に基づき適正に管理し、記録会兼泳力検定会のプログラム作成および合格者の公表に使用します。なお、これらの目的以外には使用いたしません。

Q1 集合時間について

- A. 年齢区分別で、大人（16 歳以上）と子ども（15 歳以下）は時間を分けて行いますので、来館時間にご注意ください。

大人区分の方は、9 時 00 分から 10 時 50 分までに、子ども区分の方は、12 時 00 分から 12 時 30 分までに受付を済ませてください。大人区分の方は、あらかじめウォーミングアップをお願いします。

Q2 タイムスケジュール（参加状況により前後する場合があります。）

A.

受付（1 階）			屋内プール		
09:00	大人の部	受付・各自アップ			
10:50	〃	受付締切			
			11:00	大人の部	集合・スタート練習
			11:20	〃	招集
			11:30	〃	競技開始
12:00	子どもの部	受付			
12:30	〃	受付締切	12:30	〃	終了・子ども入れ替え
12:40	大人の部	検定申込の受付開始	12:40	子どもの部	各自アップ
			12:50	〃	招集
			13:00	〃	競技開始
			14:00	〃	終了
14:10	子どもの部	検定申込の受付開始			
17:00		検定申込の受付終了			

Q3 記録会について

- A. 長居プール 3 レーンを使用して、申込書にある種目を実施します。

飛込みはせず、水中スタートで行います。壁に体が触れた状態から「テイク ユア マークス」の合図でスタートします。（当日に練習時間を設けます。）

4 泳法のほか、バタ足、ビーフィン（大人経験者のみ）を実施しますが、こちらは検定対象外です。

Q4 泳力検定（ニチレイチャレンジ）について

- A. 公認水泳指導者である職員が泳力判定を行います。泳力基準表（別表）の突破と、日本水泳連盟競技規則に違反のない泳ぎをもって、検定の申請を受け入れます。例えば、スタート時のフライングや、ゴール時のタッチ動作（バタフライ・平泳ぎは両手タッチをする、背泳ぎは肩が水面に対し 90 度以上回転しないなど）まで注意して泳いでください。

希望者には、記録に応じて、日本水泳連盟公認の認定証とバッジを後日授与します。参加費とは別に 1 種目につき認定料 1,000 円を添えて、当日 17 時までにお申込みください。（※お渡し時期は、11 月中旬以降の見込みです。長居プール受付にてお渡しします。）

なお、記録会兼泳力検定会に参加するだけでは、資格の保有はできませんのでご注意ください。また、検定会の申込者は、氏名が日本水泳連盟のホームページや、月刊水泳、スイミングマガジンなどに掲載される場合があります。

Q5 持ち物

- A. 水着や水泳キャップ、ゴーグルなど、普段プールをご利用いただく際の持ち物と、水分補給用の水筒・ペットボトルをご持参ください。また、待機中に羽織るタオルや上着をご準備いただいても構いません。※プールサイドおよび更衣室で食事はできません。

Q6 子どものみの来館での参加は可能ですか？

- A. 可能です。申込書に、緊急連絡先の電話番号を必ずご記入ください。

Q7 保護者は観覧することはできますか？

- A. 2階ギャラリーよりご覧いただけます。（状況により、人数や時間制限をさせていただきます。）なお、服を着用してのプール内での観覧はできません。

Q8 写真撮影について

- A. 一般遊泳の方が映り込む可能性があるため、撮影はできません。

Q9 イベント終了後の遊泳について

- A. イベント終了後、遊泳するには小学4年生以下の場合、水着着用の保護者の同伴が必要です。（終了後は、更衣室へ誘導を行うため、遊泳の場合は、当日受付時に申し出てください。）

Q10 キャンセルする場合はどうしたらよいか。

- A. 申込み後のキャンセルはお受けできません。返金はいたしかねますのでご了承ください。当日欠席する場合は、長居プールまでご連絡をお願いします。【 ☎ 06-6609-1580 】

Q11 悪天候時について

- A. 暴風警報が発令された場合は、施設の臨時休館に伴い記録会中止いたします。中止になる場合は、ホームページにてお知らせします。<https://pool.nagai-park.jp/>

公益財団法人 日本水泳連盟 泳力検定基準表

2017年7月1日改訂

性 級	内 容	種 目	6歳以下	7～8歳	9～10歳	11～12歳	13～14歳	15～19歳	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70歳以上	
女 子	1級	200m個人メドレーを標準記録以内で完泳	200m個人メドレー	4,58.0	4,31.0	3,49.0	3,28.0	3,13.0	3,05.0	4,00.0	4,10.0	4,20.0	4,30.0	4,45.0	5,02.0
	2級	100m個人メドレーを標準記録以内で完泳	100m個人メドレー	2,30.0	2,16.0	2,03.0	1,48.0	1,39.0	1,32.0	1,50.0	2,00.0	2,10.0	2,20.0	2,40.0	2,45.0
	3級	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	50mバタフライ	1,16.0	1,08.0	1,00.0	52.0	48.0	44.0	50.0	55.0	1,00.0	1,05.0	1,15.0	1,30.0
			50m平 泳 ぎ	1,28.0	1,20.0	1,11.0	1,01.0	56.0	51.0	59.0	1,04.0	1,09.0	1,14.0	1,24.0	1,27.0
			50mク ロ ール	1,11.0	1,03.0	56.0	49.0	44.0	41.0	47.0	52.0	57.0	1,02.0	1,07.0	1,12.0
	4級	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	50m背 泳 ぎ	1,20.0	1,12.0	1,04.0	55.0	51.0	46.0	53.0	58.0	1,03.0	1,08.0	1,13.0	1,22.0
			25mバタフライ	39.0	33.0	29.0	25.0	24.0	22.0	25.0	27.0	29.0	32.0	37.0	48.0
			25m平 泳 ぎ	44.0	39.0	35.0	30.0	27.0	25.0	29.0	31.0	34.0	36.0	41.0	43.0
	5級	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	25mク ロ ール	35.0	31.0	27.0	24.0	22.0	20.0	23.0	25.0	28.0	30.0	33.0	36.0
			25m背 泳 ぎ	40.0	35.0	31.0	27.0	25.0	23.0	26.0	28.0	31.0	33.0	36.0	41.0
			25mバタフライ	48.0	43.0	38.0	33.0	30.0	27.0	31.0	34.0	37.0	40.0	45.0	58.0
	6級	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	25m平 泳 ぎ	49.0	44.0	39.0	34.0	31.0	28.0	32.0	35.0	38.0	41.0	46.0	49.0
			25mク ロ ール	40.0	35.0	31.0	27.0	24.0	23.0	26.0	29.0	31.0	34.0	37.0	40.0
			25m背 泳 ぎ	45.0	40.0	35.0	30.0	28.0	25.0	29.0	32.0	35.0	37.0	40.0	45.0
	7級	4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	25mバタフライ	53.0	48.0	43.0	38.0	35.0	32.0	36.0	39.0	42.0	45.0	50.0	1,03.0
			25m平 泳 ぎ	54.0	49.0	44.0	39.0	36.0	33.0	37.0	40.0	43.0	46.0	51.0	54.0
			25mク ロ ール	45.0	40.0	36.0	32.0	29.0	28.0	31.0	34.0	36.0	39.0	42.0	45.0
	男 子	1級	200m個人メドレーを標準記録以内で完泳	200m個人メドレー	4,58.0	4,31.0	3,49.0	3,18.0	3,00.0	2,45.0	3,20.0	3,30.0	3,40.0	3,50.0	4,05.0
2級		100m個人メドレーを標準記録以内で完泳	100m個人メドレー	2,30.0	2,16.0	2,03.0	1,48.0	1,32.0	1,25.0	1,40.0	1,50.0	2,00.0	2,10.0	2,20.0	2,27.0
3級		4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	50mバタフライ	1,16.0	1,08.0	1,00.0	52.0	44.0	40.0	48.0	53.0	58.0	1,03.0	1,08.0	1,16.0
			50m平 泳 ぎ	1,28.0	1,20.0	1,11.0	1,01.0	51.0	47.0	56.0	1,01.0	1,06.0	1,11.0	1,16.0	1,21.0
			50mク ロ ール	1,11.0	1,03.0	56.0	49.0	41.0	37.0	45.0	50.0	55.0	1,00.0	1,05.0	1,11.0
4級		4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	50m背 泳 ぎ	1,20.0	1,12.0	1,04.0	55.0	46.0	43.0	51.0	56.0	1,01.0	1,06.0	1,11.0	1,22.0
			25mバタフライ	39.0	33.0	29.0	25.0	22.0	20.0	24.0	26.0	28.0	31.0	33.0	35.0
			25m平 泳 ぎ	44.0	39.0	35.0	30.0	25.0	23.0	27.0	30.0	32.0	35.0	37.0	40.0
5級		4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	25mク ロ ール	35.0	31.0	27.0	24.0	20.0	18.0	22.0	25.0	27.0	29.0	32.0	35.0
			25m背 泳 ぎ	40.0	35.0	31.0	27.0	23.0	21.0	25.0	27.0	30.0	32.0	35.0	38.0
			25mバタフライ	48.0	43.0	38.0	33.0	27.0	25.0	30.0	33.0	35.0	38.0	41.0	44.0
6級		4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	25m平 泳 ぎ	49.0	44.0	39.0	34.0	28.0	26.0	31.0	34.0	36.0	39.0	42.0	45.0
			25mク ロ ール	40.0	35.0	31.0	27.0	23.0	20.0	25.0	28.0	30.0	33.0	36.0	40.0
			25m背 泳 ぎ	45.0	40.0	35.0	30.0	25.0	24.0	28.0	31.0	34.0	36.0	39.0	43.0
7級		4泳法中の1泳法を標準記録以内で完泳	25mバタフライ	53.0	48.0	43.0	38.0	32.0	30.0	35.0	38.0	40.0	43.0	46.0	49.0
			25m平 泳 ぎ	54.0	49.0	44.0	39.0	33.0	31.0	36.0	39.0	41.0	44.0	47.0	50.0
			25mク ロ ール	45.0	40.0	36.0	32.0	28.0	25.0	30.0	33.0	35.0	38.0	41.0	45.0