

ウイルス感染拡大防止のため、下記に該当する方は利用をご遠慮願います。

- ◆風邪症状(咳、くしゃみ、喉の痛み等)や発熱がある方、及び発熱が数日間続いている方。
 - ◆強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある方。
 - ◆新型コロナウイルス感染が疑われている同居家族等がいる方。
- ※なお体調に不安がなくとも、基礎疾患(糖尿病・心不全・呼吸器疾患等)をお持ちの方、妊娠中の方、未就学児童をお連れの方は、慎重なご判断をお願いいたします。

注 意 事 項

【受付時】

- 高校生以上の方は券売機で利用券を購入し、受付にお見せ願います。
- 小・中学生、見学者の方は入館時に必ず受付にお申し出願います。
- 中・高校生は受付の際、生徒手帳を提示願います。
- 19歳未満の勤労青少年は身分証提示により、高校生料金になります。
- 高齢者(65歳以上)は、年齢確認のできるものをお見せ願います。
- 障がい者手帳・療育手帳・障害児通所支援受給者証をお持ちの方および引率者は、手帳提示により施設利用料が免除となります。

【館内利用時】

- 必ずスケート靴を着用してリンク内にお入りください。
- 貸スケート靴をご利用の場合、施設利用料とは別にレンタル料が必要になります。
- お食事は所定の場所にてされるよう願います。
- 貴重品は各自の責任で管理願います。着替え等その他の荷物は有料ロッカー(1回50円)にて保管願います。
- 館内で発見された忘れ物のお預かり期間は3ヵ月となり、それ以降は処分させていただきますので、お気づきの方はお早めにお問合せ願います。
- 小・中学生の方は、保護者の同伴もしくは送迎を要する時間帯がありますのでご注意願います。
- 小学生…午後4時30分までの利用となります。保護者が同伴する場合は、午後9時までの利用となります。
- 中学生…午後7時までの利用となります。保護者の同伴もしくは送迎がある場合は、午後9時までの利用となります。

【スケート滑走時】

- 滑走する際は必ず手袋(指先まで覆われるもの)を着用願います。
- リンク内はたいへん冷え込みますので、必ず暖かい服装でお越し願います。
- 貸スケート靴は《フィギュア》《ホッケー》《ハーフスピード》の3種のみです。ロングスピードスケート・特殊な形状のスケート靴等は原則使用できません。ただしロングスピードスケートご利用の際、刃の先端にトーガードを取り付けた場合は、利用可能となります。
- リンク内では、周回滑走は外周を左回り、自由滑走はリンク中央にてお願いいたします。
- リンク内で服を掴み合う・雪球を投げ合う等の行為、棒やロープ等を持ち込むことは大変危険かつ、他のお客様のご迷惑になりますので行わないでください。
- 小学校入学前のお子様は保護者の同伴が必要です。小学生以上は単独での滑走が可能です。
- お子様を抱っこしたり、おんぶをしておのりするのは大変危険ですので、行わないでください。
- リンク内でのカメラ・携帯電話・スマートフォンの使用は禁止となっておりますので、リンクフェンスの外側に使用願います。
- リンク内が混雑している時は、ジャンプ、スピン、スパイラル、サークル等の練習は行わないでください。
- 迷惑のかかる滑走(三人以上手をつなぐ、スピードの出すぎ、右回り滑走、ジグザグ滑走、背面滑走、リンクを横切る、急に立ち止まる等)は行わないでください。
- 整水作業時に整水車がフェンス際を走行する際、身を乗り出したり整水車に手で触ることは事故に繋がる恐れがあり、大変危険ですので行わないでください。

【カーリング利用時】

- カーリングをご利用の方は、必ず上靴をお持ちください。(外靴は使用禁止)
- 用具をお持ちでない方に、ブラシ・スライダーを無料貸出しております。
- カーリング一般開放時は指導員を配置しております。指導員は簡単な技術指導や混雑時の調整を行いますので、気軽にお声かけください。

交 通 機 関 の ご 案 内

【地下鉄・JR⇒中央バス】

- 南北線 北24条駅下車 バスターミナル用出口
⇒東70番 元町線・北24条4下車
- 東豊線 東区役所前駅下車 4番出口
⇒東17番 北光線・北21東8下車、東19番 北光・北口線・北21東8下車
- 東豊線 元町駅下車 5番出口
⇒東70番 元町線・北24条4下車
- 東豊線・南北線・JR 札幌駅下車 札幌駅北口
⇒東19番 北光・北口線・北21東8下車

【地下鉄⇒徒歩】

- 地下鉄南北線・北24条駅下車後、3番出口より徒歩約15分



駐 車 場 の ご 案 内

【台数】 約80台

- 満車になった場合は空きがでるまでお待ちいただくことになります。
- 可能な限り、公共交通機関でご来館ください。
- ※近隣の住民のご迷惑となりますので、路上駐車はおやめください。



2021	MIKAHO GYMNASIUM	
3	美香保体育館	
March	利	用 時 間 割
〒065-0022 札幌市東区北22条東5丁目 TEL 741-1972/FAX 741-1973		

～3・4月スタート スポーツ教室 受講生募集～

※受講料の【】内は高齢者料金(65歳以上)、()内は障がいのある方の料金です

教室名	指導員	対象	開講期間	曜日	回数	時間	受講料(税込)	定員
ジュニアチアダンス	坪田 知紗	小学1年生～小学6年生	4/6～9/14	火	20回	17:15～18:15	13,950円 (11,160円)	各20名
ジュニアヒップホップ	ダンススタジオマインド 高橋 学		4/1～9/16	木			12,980円 (10,380円)	
春休みキッズ フィギュアスケート	札幌スケート連盟 推薦指導員	4歳以上未就学児	3/29・3/30・3/31 4/1・4/2・4/5	月・火・水 木・金・月	3回	9:45～10:45	2,340円 (1,870円)	各14名
春休みジュニア フィギュアスケート	札幌スケート連盟 推薦指導員	小学1年生～小学3年生	3/29・3/30・3/31 4/1・4/2・4/5	月・火・水 木・金・月				
美ウエストストレッチ	北海道全員健康(株) 大高 千咲子	16歳以上	4/6～7/13	火	14回	10:00～11:00	9,090円 【8,180円】 (7,270円)	各20名
はじめての ボクシングエクササイズ			4/7～7/14	水		11:10～12:10		
健美操	川上 由美子		4/7～7/14	水		10:00～11:30		
ヨガ	水戸 昭一		4/1～7/15	木		10:00～11:30		
筋力UP!体幹バランス エクササイズPLUS	大宮 弥生					19:00～20:00		
筋力UP!体幹バランス エクササイズ						10:00～11:10		
免疫力UP!カラダ楽々 エクササイズ		4/2～7/16	金			11:20～12:30		

- 【 申 込 期 間 】 3/1(月)～3/19(金) 10:00～20:00
- 【 申 込 方 法 】 ①電話申込 ②施設窓口での直接申込 ③WEB申込
- 【 納 入 】 3/23(火)～3/30(火) 10:00～20:00
- 【 そ の 他 】 定員に満たない場合は、教室の開催を中止する場合があります

- 【 開 催 日 】 練習日:5日(金) 12日(金)
検定日:19日(金) 23日(火)
- 【 対 象 】 札幌市内の小中学生児童(幼児も可)
- 【 参 加 方 法 】 参加自由型
- 【 時 間 】 16:00～17:30
- 【 料 金 】 指導料・検定料無料

各教室のお問い合わせ・お申し込みは美香保体育館まで【TEL 741-1972】

3月22日(月)は施設整備日のため、ご利用できません。

札幌市美香保体育館指定管理者
一般財団法人 札幌市スポーツ協会
 私たちは、笑顔あふれる未来に貢献します <http://www.sapporo-sport.jp>
 ※一般財団法人 札幌市スポーツ協会は、指定管理者として「札幌市美香保体育館」の管理・運営を行っております。

令和3年3月 スケートリンク 時間割



日	曜日	10:00~17:30	18:00~21:00
1	月	専用 一般開放(10:30~17:30)	専用
2	火	一般開放	専用
3	水	一般開放	専用
4	木	一般開放	専用 専用
5	金	専用 一般開放(10:30~17:30) さっぽろっこスケートチャレンジ検定練習日(16:00~17:30)	専用
6	土	一般開放	専用
7	日	一般開放	専用
8	月	専用 一般開放(10:30~17:30)	専用
9	火	一般開放	専用
10	水	専用 一般開放(10:30~17:30)	専用
11	木	一般開放	専用 専用
12	金	一般開放 さっぽろっこスケートチャレンジ検定練習日(16:00~17:30)	専用
13	土	一般開放	カーリング一般開放 (18:30~21:00)
14	日	北海道ショートトラック選手権	専用 一般開放 (15:00~17:30)
15	月	一般開放	専用
16	火	一般開放	専用
17	水	一般開放	専用
18	木	一般開放	専用
19	金	一般開放(10:00~15:30)	専用 ★専用さっぽろっこ スケートチャレンジ検定
20	土・祝	一般開放	カーリング一般開放 (18:30~21:00)
21	日	一般開放	専用
22	月	施設整備日(休館)	
23	火	専用 一般開放(10:00~15:30)	専用 ★専用さっぽろっこ スケートチャレンジ検定
24	水	一般開放	専用
25	木	一般開放	専用
26	金	スキルアップ講習会(フィギュア)	専用
27	土	スキルアップ講習会(フィギュア)	カーリング一般開放 (18:30~21:00)
28	日	スキルアップ講習会(フィギュア)	専用
29	月	春休みフィギュア① 2/3面一般開放	専用 一般開放(全面開放は12:20~17:30)
30	火	春休みフィギュア② 2/3面一般開放	専用 一般開放(全面開放は12:20~17:30)
31	水	春休みフィギュア③ 2/3面一般開放	専用 一般開放(全面開放は12:20~17:30)

- ※ は、大会・専用・教室利用のため一般開放はしていません
- ※ は、教室開催のため1/3面は一般開放していません
※ただし2/3面は一般開放いたします
- ※ 整氷時間…12:00、14:00、16:00から各20分程度(リンクの状態によって変更する場合があります)

この日程表の内容についてはやむをえず変更する場合がありますので、予めご了承願います

土・日・祝日は混雑が予想されますので、可能な限り公共の交通機関をご利用ください

施設利用料

一般開放時間⇒ 10:00~17:30

※大会・教室等の開催により変更になる場合がございます。
 ◎利用券は退館されるまで有効です。
 ◎中学生以下は無料となります。
 ◎中学生及び高校生は、ご入館の際に生徒手帳を提示願います。
 ◎高齢者(65歳以上)は、年齢確認のできるものをお見せ願います。
 ◎障がい者手帳・療育手帳・障害児通所支援受給者証をお持ちの方
 および引率者は、手帳提示により施設利用料が免除となります。

区分	当日券	回数券	1ヵ月券	共通1ヵ月券
一般	580円	2,900円	5,800円	8,600円
高校生	280円	1,400円	2,800円	4,610円
高齢者 (65歳以上)	140円	700円	1,400円	2,300円

※ 回数券・1ヵ月券・共通1ヵ月券は払い戻しできません。
 ※ 共通1ヵ月券は、体育館・プール・スケート場・宮の沢屋内競技場で利用できます。

貸スケート靴

【料金】 1時間 … 250円
 2時間 … 300円
 ※超過料金 30分毎 100円

【種類】 フィギュア … 16~31cm
 ホッケー … 18~30cm
 ハーフスピード … 18~30cm

多目的室

■利用料金(1時間単位)

【平日】 910円 【土・日・祝日】 1,090円

※11~3月は上記料金に加え暖房料が必要です。
 多目的室A 60円/h 多目的室B 120円/h 多目的室C 60円/h

椅子・机・ホワイトボード等無料でご利用いただけます。

会議・会合等にお使いいただけます。
 お気軽にお問い合わせください!

敷地内全面禁煙



平成31年1月1日より、青少年をはじめとするスポーツ施設利用者の受動喫煙防止の観点から、当施設の敷地内を全面禁煙となっております。

利用される皆様のご理解とご協力をお願いいたします。
 ※加熱式タバコもご遠慮ください。

ロッカー料金

【コインロッカー】 1回 … 50円
 ※リンクサイド・各更衣室にございます。

【月決めロッカー】 1ヵ月 … 1,030円

※ 数に限りがございますので、ご利用を希望される方は、お早めに受付までお申し付け願います。

リンクるカード

リンクるカード お持ちですか? リンクるカードって?

「スケート大好き」さん集まれ
 一年中
 たのしい!!
 冬が
 ましなる
 対象:小学生以下
 リンクるスケート場共通カード

…札幌市内スケート場(美香保体育館・月寒体育館・星置スケート場・円山スケート場の4施設)の一般開放をご利用された、小学生以下のお客様に配布しているカードです。
 1回のご利用ごとに1個スタンプを押印し、8個目でゴールとなり、すてきな景品を差し上げます!

拾得物の保管

かさ 忘れ物していませんか? 手袋

館内で発見された忘れ物のお預かり期間は3ヵ月となります。
 それ以降は処分させていただきますので、お気づきの方はお早めにお問合せ願います。

忘れもの

カーリング一般開放についてのお知らせ



今月のカーリング一般開放は
 13日・20日・27日です(18:30~21:00)

カーリング一般開放の際は準備(ハックの設置・ペブル撒き等)があり、競技時間は18:30からとなりますので、予めご了承ください。また大会や指導員の都合等により、変更になる場合がございます。詳細については、美香保体育館までお問い合わせください。

