

## 体育館・プール教室 追加募集中!

体育館の空きがある教室を追加募集しています。  
ご希望の方は窓口にて直接お申込みください。(先着順)  
※随時追加申込を行っているため、すでに定員に達している場合がございます。あらかじめご了承ください。  
空きがある教室についてはホームページ、あるいは直接お問い合わせください。

※プールの詳細については別途お問い合わせください



## 体育館・プール・フィットネス教室 1回体験実施中!!

もし、どの教室がいいのか...1度体験してから考えたい...と迷ったら

**【受講料】1回 500円+施設利用料**

※定員に空きがある場合のみ体験できます

※1コースお一人様1回

※教室開講日等の詳細は直接お問い合わせください。



### 西区体育館・温水プール案内図及び交通機関

#### ◎地下鉄(東西線)

- 「宮の沢駅」下車 6番出口より徒歩8分
- 「発寒南駅」下車 1番出口より徒歩14分

#### ◎JRバス(地下鉄琴似駅バスターミナルより)

- 〈琴38番 琴似発寒線 ※発寒8条7丁目経由〉
- 「発寒6条9丁目」停留所下車 徒歩3分(札幌駅より)〈42・55・57・66・80番線〉
- 「西町北17丁目」停留所下車 徒歩5分

#### ◎JR→「発寒中央駅」下車 徒歩15分

※駐車場スペースには限りがございます(約150台)ので、なるべく公共の交通機関をご利用ください。



# 西区体育館・温水プール

2020年

# 8月 利用時間割

〒063-0825 札幌市西区発寒5条8丁目9-1

電話 662-2149  
FAX 662-2177

## 施設をご利用される皆様へ

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、以下についてご理解とご協力をお願いいたします。

### 【ご利用の皆様へのお願い】

- 体調がすぐれない場合は、ご利用をお控えください。
- ご利用前に「利用申込書」を受付窓口にご提出ください。
- 館内ではマスクの着用をお願いいたします。
- 利用者間の距離をとるなど、密な状態を避けてください。
- 更衣室については、入室人数を制限しています。  
短時間利用と不要な会話を控えるようご協力ください。



### 【利用の制限】

- スポーツ用具の貸し出し  
新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、スポーツ用具の貸し出しは行っておりません。
- トレーニング室  
時間枠を設け、施設ごとに定員数を定めています。  
当施設の定員は16名です。  
※各時間枠の間に換気・消毒時間を設けています。
- ドライヤーの使用  
エアゾルを発生させる恐れがあるため、使用を禁止しています。



その他、利用制限がございますので、ホームページ等でご確認のうえご利用ください。

- 8月17日(月)は施設整備日のため体育館はご利用できません。ただしプールは通常通りご利用いただけます。
- 金曜日午後の卓球開放ですが、8月からは半面のみ開放のため当面の間は卓球台番号札を15台分とさせていただきますのでご了承ください。また、テニス及びソフトテニスについては8月は金曜日の隔週のみ開放とさせていただきます。



札幌市体育館グループ指定管理者  
**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 <https://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「札幌市西区体育館・温水プール」の管理運営を行っています。

# 2020年8月 西区体育館・温水プール利用時間帯及び利用料

## 体育館

午前の部 9:00～12:30  
 午後の部 13:00～17:00  
 夜間の部 17:30～21:00

※利用料は各時間帯ごとに必要となります。  
 ※トレーニング室、ランニングコースに限っての利用は入館から退館まで利用（1人1回）できます。

## プール 10:00～21:00

施設区分	体育館			温水プール			共通券					
	当日券 (各時間帯ごと)	回数券 (6枚つづり)	1ヵ月券 (体育館)	当日券 (1人一回)	回数券 (6枚つづり)	1ヵ月券 (プール・スケート等)	当日券 (1人一回)	回数券 (6枚つづり)	1ヵ月券 (屋内体育施設)			
一般	390円	1,950円	5,670円	580円	2,900円	5,800円	780円	3,900円	8,600円			
高校生	230円	1,150円	3,350円	280円	1,400円	2,800円	410円	2,050円	4,610円			
中学生以下	無料 (中学生は入館の際、必ず生徒手帳を提示願います。)											
高齢者 (65歳以上)	130円	650円	1,670円	140円	700円	1,400円	220円	1,100円	2,300円			
その他	専用利用等については、事務室にてお問い合わせください。 貴重品等の保管は更衣室内ロッカー(有料50円)を利用するなど、各自で責任をもって管理してください。(盗難事故が多発しております。) ※障害者手帳及び療育手帳等をお持ちの方は利用料が免除となりますので手帳を提示してください。また、上記手帳をお持ちの方を介助するために入館する方も利用料が免除となりますので、お申し出ください。			団体 30人～99人 当日券の2割引 100人以上 当日券の2.5割引			体育館・プール併設施設を共通して利用する場合 (清田体育館・温水プール及び西区体育館・温水プールのみ)			各体育館・各プール・各スケート場及び宮の沢屋内競技場を共通で利用する場合		
				必ず水泳帽子を着用してください。 ロッカー利用料(1回50円)が必要です。								

個人利用	曜日と時間帯で各種目が設定されます。(用具の貸出不可)
専用	サークルなどの団体貸し切りです。
	スポーツ講習会のため、個人利用はできません。
施設整備日	毎月第3月曜日(祝日等の場合は第4月曜日)は施設整備日のためご利用できません。

### 用具の貸出し

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、  
 当面の間休止いたします。

※この時間割についてはやむをえず変更する場合がありますのでご了承ください。

午前の部					午後の部					少年少女スポーツ教室		夜間の部 (小学生は保護者同伴、中学生は19時まで。*保護者の送迎あれば可)													
9:00～12:30 (専用9:00～12:00)					13:00～17:00					16:15～17:45		17:30～21:00													
区分	競技室		体育室	格技室	弓道場	トレーニング室	重量室	区分	競技室		体育室	格技室	弓道場	トレーニング室	重量室	区分	競技室		体育室	格技室	弓道場	トレーニング室	重量室		
	A	B							A	B							A	B							
1土	バドミントン		専用	格技系開放				1土	バドミントン		専用	格技系開放					1土	バスケットボール (シュートのみ)		専用	格技系開放				
2日	専用		卓球	格技系開放				2日	専用		卓球	格技系開放					2日	専用		卓球	格技系開放				
3月	専用	バドミントン	卓球	格技系開放				3月	テニス 初級・初心者	バドミントン	卓球	ヨガ 入門・応用					3月	18:10～ バドミントン	バドミントン	卓球	17:45～ 柔道				
4火	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	卓球中級	ヨガ 入門・応用				4火	テニス 初・中級	ミニテニス テニボン	卓球-16:45 17:00～18:00	ピラティス 幼児・Jr.体育					4火	17:45～ バドミントン	バドミントン	18:00～ 剣道	17:45～ 格技系開放				
5水	バドミントン 入門・初級	卓球 初級・中級	さわやか健康体操 健康体操 姿勢美	6/14クリスマス体操 音響コンパニオン	弓道 教室			5水	バドミントン ～15:00	卓球中上級 14:35～卓球	バドミントン	いろいろは教室					5水	18:00～ バスケットボール	卓球	空手	柔道				
6木	専用	バドミントン	卓球中級	格技系開放				6木	テニス初級 キッズフットサル	バドミントン	太極拳 キッズHIPHOP	親子・幼児・ Jr.体育					6木	18:00～ フットサル	バドミントン	18:00～ ミニバレー	17:45～ 合気武道				
7金	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	専用	格技系開放				7金	テニス 初・中級	卓球(マシン)	バドミントン	いろいろは教室					7金	17:45～ ソフトテニス	剣道	少林寺拳法					
8土	円山キッズアカデミー		卓球	格技系開放		専用		8土	バドミントン		バドミントン	格技系開放					8土	バスケットボール (シュートのみ)		専用	格技系開放				
9日	専用	専用	卓球	格技系開放				9日	専用	専用	卓球	格技系開放					9日	専用	専用	卓球	格技系開放				
10月	専用	ミニテニス 会長杯	卓球	格技系開放				10月	専用	ミニテニス 会長杯	卓球	格技系開放						10月	バドミントン		卓球	格技系開放			
11火	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	卓球	格技系開放				11火	バドミントン	ミニテニス テニボン	卓球	格技系開放						11火	バドミントン		剣道	格技系開放			
12水	バドミントン		バドミントン	格技系開放				12水	卓球		バドミントン	格技系開放						12水	卓球		空手	柔道			
13木	バドミントン		卓球	格技系開放				13木	バドミントン		卓球	格技系開放						13木	バドミントン		ミニバレー	合気武道			
14金	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	専用	格技系開放				14金	バドミントン	卓球	バドミントン	格技系開放						14金	バレーボール		剣道	少林寺拳法			
15土	バドミントン		格技系開放					15土	バドミントン		格技系開放							15土	専用	バスケットボール (シュートのみ)	専用	格技系開放			
16日	バスケットボール (シュートのみ)		専用	格技系開放				16日	バドミントン		バドミントン	格技系開放						16日	卓球		卓球	格技系開放			
17月	施設整備日					施設整備日					施設整備日		施設整備日												
18火	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	卓球中級	ヨガ 入門・応用				18火	テニス 初・中級	ミニテニス テニボン	卓球-16:45 17:00～18:00	ピラティス 幼児・Jr.体育						18火	17:45～ バドミントン	バドミントン	18:00～ 剣道	17:45～ 格技系開放			
19水	バドミントン 入門・初級	卓球 初級・中級	さわやか健康体操 健康体操 姿勢美	6/14クリスマス体操 音響コンパニオン	弓道 教室			19水	バドミントン ～15:00	卓球中上級 14:35～卓球	バドミントン	いろいろは教室						19水	18:00～ バスケットボール	卓球	空手	柔道			
20木	専用	バドミントン	卓球中級	格技系開放				20木	テニス初級 キッズフットサル	バドミントン	太極拳 キッズHIPHOP	親子・幼児・ Jr.体育						20木	18:00～ フットサル	バドミントン	18:00～ ミニバレー	17:45～ 合気武道			
21金	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	専用	格技系開放				21金	テニス 初・中級	卓球(マシン)	バドミントン	いろいろは教室						21金	17:45～ テニス	剣道	少林寺拳法				
22土	バスケットボール選手権大会		専用	格技系開放		専用		22土	バスケットボール選手権大会		卓球	格技系開放		専用			22土	バスケットボール選手権大会		卓球	格技系開放		専用		
23日	バスケットボール選手権大会		専用	格技系開放		専用		23日	バスケットボール選手権大会		卓球	格技系開放		専用			23日	バドミントン		卓球	格技系開放				
24月	専用	バドミントン	卓球	格技系開放				24月	テニス 初級・初心者	バドミントン	卓球	ヨガ 幼児・Jr.体育						24月	18:10～ バドミントン	バドミントン	卓球	17:45～ 柔道			
25火	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	卓球	ヨガ 入門・応用				25火	バドミントン	ミニテニス テニボン	卓球-16:45 17:00～18:00	格技系開放						25火	バドミントン		18:00～ 剣道	格技系開放			
26水	バドミントン 入門・初級	卓球 初級・中級	さわやか健康体操 健康体操 姿勢美	6/14クリスマス体操 音響コンパニオン	弓道 教室			26水	バドミントン ～15:00	卓球中上級 14:35～卓球	バドミントン	いろいろは教室						26水	18:00～ バスケットボール	卓球	空手	柔道			
27木	専用	バドミントン	卓球中級	格技系開放				27木	テニス初級 キッズフットサル	バドミントン	太極拳 キッズHIPHOP	親子・幼児・ Jr.体育						27木	18:00～ フットサル	バドミントン	ミニバレー	17:45～ 合気武道			
28金	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	専用	格技系開放				28金	テニス 初・中級	卓球(マシン)	バドミントン	いろいろは教室						28金	17:45～ バレーボール	剣道	少林寺拳法				
29土	卓球		卓球	格技系開放				29土	バドミントン		剣道第1種 講習会	格技系開放						29土	バスケットボール (シュートのみ)		専用	格技系開放			
30日	バスケットボール (シュートのみ)		専用	格技系開放				30日	バドミントン		バドミントン	格技系開放						30日	卓球		卓球	格技系開放			
31月	専用	バドミントン	卓球	格技系開放				31月	テニス 初級・初心者	バドミントン	卓球	ヨガ 幼児・Jr.体育						31月	18:10～ バドミントン	バドミントン	卓球	17:45～ 柔道			

### 弓道場

○月～日曜日の各時間帯で利用できます。  
 ○初心者(高校生・大学生を含む)の方は、必ず指導員を配置している夜間の部及び、指導員が付き添ってのご利用になりますのでご注意ください。  
 ○平成30年5月から利用方法が変更となりました。  
 詳細についてはお問い合わせください。  
 ※指導員について、4月～11月は月～土、12月～3月は月、火、木のみ夜間に配置いたします。

### 夜間の部 球技種目

\*指導員の指示に従いご利用下さい。  
 ①バスケットボール(水曜日)  
 しばらくの間はシュート練習のみとなります。  
 ②フットサル(木曜日)  
 ・18:30までは自由練習  
 ・18:30からは状況に応じて試合形式で行います。  
 ③バレーボール(金曜日)  
 ・19:50までは自由練習  
 ・19:50からは状況に応じて試合形式で行います。

### 重量室(登録制)

○一般・大学の未経験者及び高校生は登録が必要です。なお、一般・大学の経験者の方は登録しなくてもご利用できます。  
 ○夜間の部は指導員の指示に従って利用してください。  
 ※幼児、小・中学生は入室・利用はできません。

### 卓球マシン開放日

7日、21日、28日の金曜日  
 競技室Bで開放します。  
 開放時間は13時～16時  
 指導員が付きまます。

### トレーニング室

○9:00～21:00の間利用できます。  
 ○月・水・木曜日の夜間のみ指導員を配置しています。  
 ○幼児、小・中学生は入室・利用できません。

### トレーニングデッキ

○9:00～21:00の間利用できますが、下記日程につきましてはご利用できませんので、予めご了承ください。  
 ○1周約140mです。  
 ○ストレッチングコーナーを設置しています。

### 多目的室

利用料金(各1時間単位)平日は910円、土・日・祝は1,090円。  
 お電話等のご予約(前月から申込可)で専用利用が可能で収容人数は各30名程度です。  
 机・椅子・ホワイトボードをご用意しております。また、会議等の他、少人数のダンス等でもご利用いただけます。お気軽にお問い合わせください。  
 ※11月～3月までは、1時間につき別途暖房料が必要となります。(1階は80円、2階は90円)

■大会等で利用できない日  
 8日(土)の午前、22日(土)の全日  
 23日(日)午前・午後

### 夜間の部 空手の利用について

○当施設は和道会の指導員を配置しております。指導員の指示に従い利用願います。

