

4月 西区体育館・温水プール

西区発寒5条8丁目9-1

更新日：2023/3/21

電話：662-2149 FAX：662-2177

	午前の部 (9:00~12:30)							午後の部 (13:00~17:00)					夜間の部 (17:30~21:00)								
	競技室		体育室	格技室	弓道室	デツキ	重量拳室	競技室		体育室	格技室	弓道室	デツキ	重量拳室	競技室		体育室	格技室	弓道室	デツキ	重量拳室
	A	B						A	B						A	B					
1	土	専用		卓球				専用		卓球				バスケ※	バドミントン	卓球					
2	日	専用		卓球				専用		卓球				バスケ※	バドミントン	卓球					
3	月	バドミントン	専用	専用				バドミントン	専用	専用				バドミントン		卓球	柔				
4	火	ミニバレー	ミニバレーソフトバレー	抽卓球				バドミントン	ミニテニス テニボン	抽卓球				バドミントン	ソフトテニス	剣道					
5	水	バドミントン		専用				バドミントン	抽卓球	バドミントン				バスケ	卓球	空手	柔				
6	木	バドミントン		専用				バドミントン		専用				フットサル	バドミントン	ミニバレー	合				
7	金	ミニバレー	ミニバレーソフトバレー	専用				バドミントン	抽卓球マ	バドミントン				テニス	バレーボール	剣道	少				
8	土	バドミントン		卓球				統一地方選挙開票所設営 (体育館のみ貸切)													
9	日	統一地方選挙開票所 (全館貸切 体育館・プールどちらも利用できません)																			
10	月	統一地方選挙開票所撤収 (体育館のみ貸切)				教室	教室	抽卓球	教					教室	バドミントン 18:30~	卓球	柔※1				
11	火	ミニバレー	ミニバレーソフトバレー	教室	教			教室	ミニテニス テニボン	抽卓球 ~15:30				バドミントン 18:15~	ソフトテニス	剣道 18:00~					
12	水	教室	教室	専用	教			教室	抽卓球	バドミントン	教			バスケ 18:15~	卓球	空手	柔				
13	木	バドミントン	教室	教室				教室	教室	教室	教			フットサル 18:00~	バドミントン	ミニバレー 18:00~	合※2				
14	金	ミニバレー	ミニバレーソフトバレー	専用				教室	抽卓球マ ~16:00	バドミントン ~16:00	教			テニス 18:30~	バレーボール 18:00~	剣道 18:00~	少※3				
15	土	専用		卓球				専用		卓球				バスケ※	バドミントン	卓球					
16	日	バスケ※	バドミントン	卓球				バスケ※	バドミントン	卓球				バスケ※	バドミントン	卓球					
17	月	施設整備日																			
18	火	ミニバレー	ミニバレーソフトバレー	教室	教			教室	ミニテニス テニボン	抽卓球 ~15:30				バドミントン 18:15~	ソフトテニス	剣道 18:00~					
19	水	教室	教室	専用	教			教室	抽卓球	バドミントン	教			バスケ 18:15~	卓球	空手	柔				
20	木	バドミントン	教室	教室				教室	教室	教室	教			フットサル 18:00~	バドミントン	ミニバレー 18:00~	合※2				
21	金	ミニバレー	ミニバレーソフトバレー	専用				教室	抽卓球マ ~16:00	バドミントン ~16:00	教			テニス 18:30~	バレーボール 18:00~	剣道 18:00~	少※3				
22	土	教室		専用		教		バスケ※	バドミントン	バドミントン	専用			バスケ※	バドミントン	バドミントン	卓球				
23	日	専用					専	専用						バスケ※	バドミントン	卓球					
24	月	バドミントン	専用	教室				教室	教室	抽卓球	教			教室	バドミントン 18:30~	卓球	柔※1				
25	火	ミニバレー	ミニバレーソフトバレー	教室	教			教室	ミニテニス テニボン	抽卓球 ~15:30				バドミントン 18:15~	ソフトテニス	剣道 18:00~					
26	水	教室	教室	専用	教			教室	抽卓球	バドミントン	教			バスケ 18:15~	卓球	空手	柔				
27	木	専用		教室				専用		教室	教	教		フットサル 18:00~	バドミントン	ミニバレー 18:00~	合※2				
28	金	ミニバレー	ミニバレーソフトバレー	専用				教室	抽卓球マ ~16:00	バドミントン ~16:00	教			テニス 18:30~	バレーボール 18:00~	剣道 18:00~	少※3				
29	土	専用		専用			専	バスケ※	バドミントン	バドミントン	専用			バスケ※	バドミントン	卓球					
30	日	専用		専用				専用		専用				バスケ※	バドミントン	卓球					

・トレーニング室は9時~21時の間にご利用になれます。施設整備日(4/17)及び貸切の日(4/8 13時~21時、4/9 終日、4/10 9時~13時)はご利用できません。

・抽のマークがある開放は、入場順を抽選で決定します。

・格技室の「柔」は柔道、「合」は合気道、「少」は少林寺拳法で利用できます。詳細はお問い合わせください。

・格技室の空欄は格技系の種目で個人利用できます。詳細はお問い合わせください。

・トレーニングデッキの空欄はランニングで個人利用できます。詳細はお問い合わせください。

・時間割は変更になる場合がございます。最新の時間割は西区体育館・温水プールのホームページにてご確認ください。

※土、日曜日および祝日のバスケットボールは、ゴール1台でシュート程度の開放となります。

※1月曜日の夜間の格技室は、18:00から柔道をご利用になれます。

※2木曜日の夜間の格技室は、18:00から合気道をご利用になれます。

※3金曜日の夜間の格技室は、18:15から少林寺拳法をご利用になれます。



西区体育館・温水プール

西区発寒5条8丁目9-1

更新日：2023/3/20

電話：662-2149 FAX：662-2177

新型コロナウイルス感染症予防対策のため、当面の間、卓球・バドミントン・バスケットボールなどの用具の貸出しを行いません。

利用時間帯（個人利用）	
午前の部	9:00～12:30
午後の部	13:00～17:00
夜間の部	17:30～21:00

プール	10:00～20:50
-----	-------------

上靴と靴袋の持参について	
● 館内は土足禁止です。必ず上靴を持参してください。貸出しは行っていません。	
● 外靴を入れる靴袋を持参してください。	

小中学生の利用について	
● 小学生は17時までの利用となります。ただし、保護者同伴の場合に限り、21時までご利用いただけます。	
● 中学生は19時までの利用となります。ただし、保護者同伴の場合または保護者の送迎がある場合は、21時までご利用いただけます。	

トレーニング室	
● 各種トレーニング器具を設置しており、事前予約なしでご利用いただけます。	
● 中学生以下のお子様は、保護者が同伴しても入室できません。	
● 夜間の部には、トレーニング指導員を配置しています。配置日については施設へご確認ください。	

卓球マシン	
● 指導員がつき、簡単な技術指導を行います。	
● 曜日・時間 月曜日(体育室) 10:15～12:15 金曜日(競技室B)13:00～15:00	

格技系開放	
● 格技室で種目設定を行っていない時間帯は、格技系の種目での個人利用ができます。	
● 中学生以下の方のみでの利用はできません。必ず保護者または指導員が同伴してください。	

利用料金（個人利用）									
区分	体育館			プール			共通		
	当日券	回数券 (6枚綴)	1ヵ月券	当日券	回数券 (6枚綴)	1ヵ月券	当日券	回数券 (6枚綴)	1ヵ月券
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
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
中学生以下	無料								

● 個人利用料金は午前、午後、夜間の各時間帯ごとに必要となります。

● 施設での料金のお支払いは現金のみの取り扱いとなります。

- 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。なお、それ以外の一般開放種目も利用する場合は、各時間帯で利用料が必要となります。
- 中学生・高校生の方は生徒手帳を受付にご提示ください。
- 高齢者(65歳以上)、19歳未満の勤労青少年の方は、年齢を証明できるものを受付にご提示ください。
- 障がい者手帳、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受付にご提示ください。上記手帳をお持ちの方の介助者についても免除になります。

卓球一般開放	
● 混雑が予想される日は、入場順を決める抽選を行っております。各利用時間の1時間前から10分前まで、受付窓口にて抽選にご参加ください。 <input type="checkbox"/>	
● 10分前から番号順にご案内いたします。	
● 抽選に参加していない場合は、最後尾からの入場となりますのでご了承ください。	

トレーニングデッキ	
● ランニング・ウォーキングでご利用できます。	
● 1周140mです。	
● 反時計回りでの周回となっております。	
● 通路が狭いため、無理な追い越しや逆走は、利用者同士の接触につながってしまい、とても危険ですので、お控えください。	
● 走路に問題がある場合なども考えられますので、いつでも止まれる速度での走行を心がけてください。	
● その他、利用者同士のトラブル防止のため、節度を守ってのご利用をお願いいたします。	

フットサル	
● 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の開放としています。	
● 個人や少人数でのゲーム参加も可能です。指導員または職員にご相談ください。	

バドミントン一般開放	
● 受付窓口にて番号札をお渡しいたします。室内に設置してあるホワイトボードに番号札を貼り、その時間になりましたら予約したコートでご利用ください。	
● 混雑時には15分交代でご利用ください。	

弓道場	
● 初心者(高校生・大学生含む)の方は、指導員が配置されている夜間の部か指導員が付き添ってのご利用になります。	
● 指導員は4月～11月は月～土、12月～3月は月、火、木の夜間の部に配置されています。	

多目的室（1F/2F）	
● 利用料金（1時間） 平日 910円 土日祝 1,090円	● 1F・2Fにそれぞれお部屋がございます。ご利用の際は、事前に窓口かお電話での申し込みをお願いいたします。
● 冬期間(11月～3月)は別途暖房料金がかかります。また、暖房料金は部屋ごとに異なります。	
● 机、いす、ホワイトボードを用意しております。	
● 会議以外でも、軽スポーツなどでの利用が可能です。詳細につきましてはお気軽にお問い合わせください。	

