

2026年
8月
開講

白石温水プール

スポーツ教室受講者募集



申込方法

【申込期間】7月1日（水）～7月14日（火）10：00～20：00

【申込方法】①WEB、②電話、③施設窓口

※①については申込初日9：00～14日（火）23：59：59まで24時間受付中！

【抽選】7月15日（水）13:00

定員を超えるお申込みがあった場合は、抽選を行います。

①WEB申込の場合：抽選結果をメールにてお知らせいたします。

②電話・③施設窓口申込の場合：落選された方にのみ電話にてお知らせいたします。

追加申込

7月16日(木)9：00より

定員に空きがある教室のみ先着順にて受付（初日は電話のみ）。7月17日(金)以降は、窓口でも先着受付

※追加申込ではWEB申込はご利用できません（電話・施設窓口のみ受付）。

WEB申込み
フォーム



納入方法

① WEBでお申込みの場合

納入期間：7月15日(水)～7月31日(金) 23：59：59まで

納入期間内に、当選結果メールに記載している決済ページURLにアクセスしていただき、「WEBでのクレジットカード決済」または「コンビニでの現金払い」のいずれかの方法にてお支払いください。

■ご利用可能なクレジットカード：VISA、MasterCard、JCB、American Express、Diners Club

■ご利用可能なコンビニ：ローソン、ファミリーマート、セイコーマート、セブンイレブン

※施設窓口での現金納入はできません。

※お支払い完了後、「決済完了メール」をお送りいたします。領収書につきましては、お客様と当協会の間で直接的な現金の受け渡しがなないため、当協会から領収書は発行しておりませんので、あらかじめご了承ください。

②電話・③施設窓口でお申込みの場合

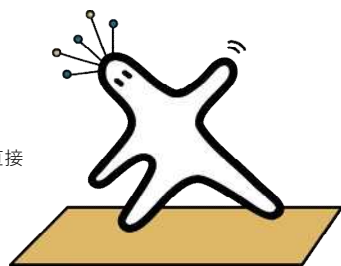
納入期間：7月17日(金)～7月31日(金) 9：00～20：00まで

納入期間内に施設窓口で現金にて受講料をお支払いください。

・各教室の日程表、持ち物、ご確認いただきたい事項は、当施設ホームページ「教室情報」から、各教室の「▶日程表」より「教室受講のご案内(PDF)」に記載しておりますので、ご受講前必ずご確認ください、受講当日に各施設へお越しください。

・ご受講をキャンセルされる場合や、やむを得ない事情（入院、海外旅行など）で納入期間内にお支払いができない場合は必ず当施設までご連絡ください。また、連絡がなく納入期間内にお支払いの確認ができない場合は電話で受講の意思を確認させていただきます。

・メールが受信されない場合は、迷惑メールフォルダをご確認ください。迷惑メールフォルダにも振り分けられていない場合は、施設までお問い合わせ願います。



▼フィットネス教室【受講期間 2026/8/19～2026/12/17まで】:高校生以上の方

教室名	教室No	曜日	時間	定員	受講料【税込】			回数
					一般	65歳以上の方	障がいのある方	
バランスコーディネーション 指導員 齊藤 千鶴子	120	水	13:00～14:00	12	18,700	13,600	11,050	17
20種類以上ある種目から、テーマに合わせてバランス良く全身を動かしていきます。事前・事後チェックをしながら進めるので、どなたでも無理なく行えます。ストレッチと筋コンディショニングを組み合わせた機能改善プログラムです。								
ナイトピラティス 指導員 齊藤 千鶴子	121	木	19:30～20:30	12	19,800	14,400	11,700	18
呼吸法を活用しながら、インナーマッスル（体幹深層部）を鍛えます。								
ストレッチ&ヨガ 指導員 福原 香子	122	金	19:00～20:00	12	18,700	13,600	11,050	17
ストレッチと呼吸を合わせて行い、心と体をリラックスさせ「できる」「できない」ではなく自分自身を癒し、整える時間としてお楽しみください。								

白石温水プール

TEL:011-846-0004

〒003-0028

札幌市白石区平和通1丁目南2-5

■開館時間 9:00～21:00

■休館日 第2月曜日（整備日）

■駐車場 約40台



札幌市プール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

お申込みにあたって

○受講前後のウォームアップやクールダウンを含め、教室受講時の施設利用料は不要です。 ○65歳以上の方は、受講料の減額設定がある教室に限り、受講料が減額となります。年齢確認ができるものを納入時、または教室の初回に受付にてご提示ください。 ○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は、受講料の減額設定がある教室に限り、受講料が減額となりますのでご申告ください。納入時、または教室の初回に確認いたしますので、各種手帳をご持参ください。なお、受講期間中に各種手帳等の交付・返納・有効期限が切れた方は、受講施設へお問い合わせください。 ○お申込みの際は、教室名、教室内容など注意事項を必ずご確認ください。対象レベルと著しく差がある場合には、教室変更や受講をご遠慮いただく場合がございます。 ○複数教室にお申込みできますが、受講意思のある教室のみお申込みください。 ○お申込みが多数の場合は、部屋または指導員数を調整のうえ定員を変更することがあります。○お申込み時に健康チェックを実施しております。必要に応じて医師の診断を受けることをお勧めする場合があります。 ○教室のカリキュラムは身体機能の回復等のリハビリを目的としたものではありません。 ○感染症にかかっている方は教室の受講をご遠慮ください。 ○指導員や施設職員の指示に従わず教室の進行に支障をきたした場合、その後の受講をお断りいたします。 ○自然災害や交通機関のトラブル、感染症の拡大予防などにより、急遽プログラムや日程の変更または中止となる場合があります。 ○お申込みが定員に満たない場合は、開講中止または合同開催となる場合があります。その場合は申込時に記載いただいた連絡先またはWEB申込時におけるメールアドレスへご連絡いたします（電話番号及びメールアドレスが変更となった方は、更新手続きをお願いいたします）。 ○教室受講者を対象とした傷害見舞金給付制度を設けております。 ○教室を辞めるお申し出があった場合は、事務手数料として1教室につき500円を差し引いた残回数分の受講料を申請により返金いたします。 ○教室の広報PRを目的として教室開催中の写真・映像等を教室募集要項・ホームページ・各種SNS等に掲載させていただく場合がございますが、その際は事前にお知らせさせていただきます。

【個人情報の取扱い】

お申込みの際に取得する個人情報は、当協会が定める「プライバシーポリシー」に照らし、当施設が開催する事業に関して主に以下の目的に使用し、適切に管理いたします。

①施設利用や各種サービスに関する登録及び申請等の手続き ②イベントや教室その他事業へのお申込みやお支払等の諸連絡 ③アンケート等の送付や各種施設の利用に係る統計及び分析 ④事故等の報告及び傷害見舞金給付制度の申請に係る治療内容の確認 また、取得した個人情報の訂正や削除を求められた場合、所定の手続きにより、速やかに対応を行います。

★★夏休み短期教室のご案内★★

①キッズ短期教室

初めて水泳を習う、水遊びが好きな年中・年長さんと楽しく、安全に水泳を楽しみます。

教室No	時間	受講料	日程	回数
150	16:00～17:00	2,250円(1,800円)	7/27・7/28・7/29	全3回

②ジュニア短期教室

初めて水泳を習う方からノーブレイクローラーを練習中の小・中学生を対象に短期間での上達を目指します

最終日29日に進級テストを行ないます。◆ ◆3日間の集中練習で進級できるかも◆ ◆

教室No	時間	受講料	日程	回数
151	17:00～18:00	2,250円(1,800円)	7/27・7/28・7/29	全3回

熱中症予防対策による教室休講のお知らせ

暑さ指数が基準値を超えた場合は **休講** となります！

教室が休講となる場合は、前日16時に札幌市スポーツ協会ホームページでお知らせします。

また、16時以降、順次、受講者の皆様へ個別にお知らせいたします。

お知らせ方法

教室の申込方法	お知らせ方法
WEB申込みの方	お申し込み時のメールアドレスへメール配信
電話・窓口申し込みの方	
水泳自動継続の方	

※メールアドレスを変更された方やメールを受信できない方は、札幌市スポーツ協会ホームページの「熱中症予防対策における運動スポーツ教室休講情報」をご確認ください。また、メールをご覧いただけない場合など、お電話での連絡を希望される方は、受講施設までお申し出ください

休講判断基準

環境省「熱中症予防情報サイト」で公表される、札幌の体育館・駐車場における15時の暑さ指数が熱中症警戒アラートが発表される33以上の予測となる場合、教室実施時間帯(午前・午後・夕方・夜間)の4区分ごとに実施可否を判断します。

▼休講となる暑さ指数※気温とは異なります

実施場所	休講となる暑さ指数
冷房設備のある部屋 プール	33以上

▼実施時間帯

午前	午前	午前	午前
9～12時	12～15時	15～18時	18～21時

留意事項

・休講決定後に予測値が下がった場合も、休講の取り消しは行いません。開講決定後に予測値が変更となった場合は、連絡が行き渡らない可能性があるため、暑さ対策を講じたうえで実施します。
・休講となった場合は、受講料を返金いたします。
・暑さ指数とは気温だけではなく、湿度・日射・輻射熱・風などを総合的に評価した熱中症予防の為の指標です。暑さ指数31以上は環境省の基準で熱中症の危険性が非常に高い「危険」のレベルに該当します。
気温とは異なりますのでご注意ください。

