



月 刊 ぶ り ん



一般財団法人 札幌市スポーツ協会

★穏やかな 11 月、水の中でゆったりリフレッシュ★

令和 7 年 11 月号

発行者：豊平公園温水プール

秋も深まり、朝晩の冷え込みが徐々に厳しくなり、外での運動が少し億劫になる今こそ、暖かな室内の温水プールで運動不足を解消しましょう。

水中での運動は、全身の筋肉を効果的に使用する事で心肺機能向上や持久力を高め、心身のリラックス効果を促進・ストレス解消にも役立ちます。

そのため、当館では様々な水中フィットネス教室を開講し年齢や体力に合わせてご受講いただけます

寒い時期こそ、定期的な水中運動で代謝を高めて風邪に負けない体作りを行っていただけるよう、豊平公園温水プール職員一同、お待ちしております。



★ とよぷりんからのおすすめ ★



水泳・水中フィットネス教室4クール目追加申込募集！

当プールでは、10月30日(木)から順次開講となるキッズ・ジュニア水泳教室の第4クールの追加申込が下記の日程でスタートするっ！

追加募集人数は豊平公園温水プールホームページのトピックスに公開されるので、そちらを確認してほしいっ。

また、同日から順次開講する成人水泳・水中フィットネス教室の追加申込についても同日程で募集を行うので、教室情報を確認して申し込んでほしいっ！

※分からない事があればお気軽にお問い合わせください。

【追加募集人数公開日時】 10月26日(日) 17時頃

【申込日時】 10月27日(月) 9時～20時

【申込方法】 電話のみ(先着順) ※10月28日(火)以降は受付窓口でも可



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

札幌市豊平公園温水プール

札幌市豊平区美園 6 条 1 丁目 1

TEL (011) 813-6556



豊平公園温水プール HP



第3期 フィットネス教室受講生募集！

12月3日(水)から順次開講するフィットネス教室第3期の受講生を募集します。

開講期間やその他の詳細は右側のQRコードから確認できます。

また、当プールホームページのトピックスから確認もできます。

※ご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせください。

【申込期間】 11月1日(土)～11月14日(金)

【申込方法・時間】 WEB⇒24時間対応

電話 or 受付窓口⇒10時～20時

※申込方法によって納入方法が変わります。



ここから募集詳細を
チェック。

「札幌市民の皆さんと一緒に考え、創る」

昨年10月からスタートした当協会広報誌から第3弾となる「考える」が発行されました。

今年の6月～9月で札幌市民の皆さんと進める取り組みとして、市民講座とデザインワークショップをスポーツとライフの新しい視点を学べるイベントとして開催し、これから来年に向けて新しい教室事業づくりを考え作っていきます。

また、各施設の職員が行っているミニアップデート計画やウェルネスラジオの他に「秋のスポーツ応援キャンペーン2025」も開催中なので、そちらもチェックしてみてください。



ここから広報誌を
チェック。

シーズン3「考える」は、教室事業の指導員が出演！教室事業の魅力から、札幌市民の心と健康に役立つ情報を発信していきます。



～今月の小山花園～

春から育てていたワタがハイビスカスに似た花を咲かせ、
花がしぼんで1カ月程で白い綿が実りました♡

中々白いワタが姿を見せず、失敗だったかな？と思っていた矢先に実り、本当に愛らしいです。皆さんもお近くにいらした際には是非見ていただきたいと思います。
種も採取できたので、また来年も育てたいと思っています♪

