

とよぷりん 月刊

一般財団法人 札幌市スポーツ協会

★新生活の準備はプールで体力づくり★

令和8年3月号

発行者：豊平公園温水プール

寒さが少しずつ和らいでいき、春の訪れを感じる3月。卒業や異動に新生活の準備など、忙しい時期でもあります。

環境の変化に心や体が忙しくなりがちなこの時期こそ、温水プールでリフレッシュしませんか？水中での運動は、浮力により関節への負担が少ないので、全身の血行が促進され、気分もスッキリします。

適度な運動を行う事によって体力づくりは勿論のこと、生活リズムを整えるきっかけにもなるので、春本番を迎えるために気軽な一歩から始めてみませんか？



★ とよぷりんからのおすすめ ★ ～3月から次年度の申し込みがスタート！～



3月10日から次年度の教室申込が開始されるっ！

WEB 申込みはこちら

- ・ 申込期間：3月10日(火)～3月20日(金・祝)
- ・ 申込方法：WEB 申込・・・24時間可能



電話&窓口申込・・・10時～20時

※3月16日(月)～3月31日(火)は機械設備点検整備休館のため17時までとなります。

水泳・水中フィットネス教室は自動継続となっておりますが、2階多目的室で開催しているフィットネス教室は自動継続となりませんので、上記期間に改めてお申込み頂く必要があります。皆さんからの申込みお待ちしております！

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



～豊プおすすめ教室～

今回、ご紹介する教室は、アクアシェイプです。

こちらは、水の抵抗をより効果的に受けるために、アクアフィン・アクアグローブなどの様々な水中抵抗具を使用し、筋力向上・脂肪燃焼でメリハリボディをめざす内容となっております。気になる方は、1回500円でワンコイン体験が出来ますので、お気軽にお申込み下さい！

【開講日時】

- ・ 火曜日 15時～16時
- ・ 土曜日 14時～15時



～機械設備点検整備休館のお知らせ～

3月16日(月)～3月31日(火)まで機械設備点検整備期間のため休館となります。

休館中は、プールの水抜き・清掃や機械設備の点検、整備を行います。ご不便をおかけしますがご理解・ご協力をお願いいたします。なお、当館が休館中の間、下記のプール施設は開館していますので是非ご利用ください。

- ・ 平岸プール 011-832-7529
- ・ 白石温水プール 011-846-0004
- ・ 東温水プール 011-785-6812



～【急募】プール監視パート募集～

豊平公園温水プールでは、下記の通りプール監視スタッフを募集しております。

◆応募資格・・・満18歳以上で心身ともに健康な方(高校生不可)

土日祝及び③・④勤務可能な方優遇、25m以上泳げる方

◆勤務時間・・・月毎のシフト制(8:30～21:15間で5交代制)

①8:30～12:45、②10:00～14:15、③12:45～17:00

④14:15～18:30、⑤17:00～21:15 ※1週あたり3～4日程度(応相談)

◆賃金・・・時給:1095円、通勤手当:当協会規定により支給

◆休日等・・・休日:月毎の勤務割により提示 年次有給休暇:雇用6ヶ月後に法定日数を付与
書類選考後に面接日時等を連絡。



※主婦の方、パート初心者も大歓迎！！

(気になる方は、お気軽にお問い合わせください。)