



季刊誌 ぷ り ん



一般財団法人 札幌市スポーツ協会

令和 8 年夏季号

発行者：豊平公園温水プール

★今年も暑い夏到来?!★

皆様、いかがお過ごしでしょうか？月刊ぷりんが、今年から季刊誌となり読んで頂ける機会が減ってしまいましたが、お伝えしたいことをギュッと詰め込んで参りますので今後ともよろしくお願ひ致します。

さてさて、日本気象協会では最高気温が40度以上の日を、新たな名称として「酷暑日（こくしょび）」と決めました。昨年の夏、日本列島では40度以上になった地域が複数ヶ所ありましたね。今年の夏は、北海道にも酷暑日が訪れるのでしょうか？札幌市スポーツ協会では、気温の上昇に伴う熱中症予防対策として札幌の暑さ指数（WBGT）※予測値基準を超えた場合は教室が休講となります。水分補給をこまめに摂りながらスポーツを楽しみましょう！！



★ とよぷりんからのすゝめ ★



夏休みの朝は、豊プでひと泳ぎしよっぷ(^^♪

今年も、夏の短期教室を開催するっぷ！皆の参加を待ってるっぷ♪

開講期間	2026年8月3日（月）～8月7日（金）
申込期間	7月1日（水）～14日（火）
申込方法	WEB・電話・窓口のいずれかでお申し込みください
抽選日	7月17日（金）14:30
追加申込	7月18日（土）～
納入期間	WEB 7月17日（金）～31日（金） TEL・窓口 7月19日（日）～31日（金）

～分からない事があったら気軽にお問い合わせくださいっぷ！～

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



☆教室のご紹介☆

豊平公園温水プールは、プールの窓から豊平公園の緑や木漏れ日を感じながら開放的に利用することができます。土曜日のお昼は、のびのびウォーキングを開催しております。ゆったり、音楽に合わせてストレッチ♪初めての方も、運動が久しぶりの方も、何か運動を始めたい…と悩んでいる方も！まずは、ワンコイン体験（500円）から始めてみてはいかがでしょうか？見学だけでもOKです♪

教室名：のびのびウォーキング

開催日：土曜日（日程表による）

開催時間：12:00～13:00



水泳指導員に聞いてみたよ 🏊

🏊 水を怖がらないために、家でできる練習はありますか～？

- 🏠 お風呂の中で顔を洗ってみたり、ほっぺやおでこをつけてみよう！
- 🏠 シャワーを頭からかけてみよう！

🏊 耳に水が入った時のおすすめの対処法はありますか～？

- 🏠 水が入った側の耳を下にして軽くジャンプしたり片足でケンケンしてみよう！
- 🏠 水が入った側の耳を下にして横に寝てみよう！

※決して頭を強く叩いたり、綿棒やティッシュなどを耳に入れたりほじったりしないようにしましょう！

～ 終わりに ～

皆さん、こんにちは！今年度より、季刊誌担当となりました小山です。

月刊ぷりんを読んで頂いていた方は、ご存じかもしれませんね。昨年度は、小山花園として数回登場致しました。今年も、プールに通う楽しみの1つとなるように、環境美化に努めて参りたいと思っております。近くにお寄りの際には花壇も覗いて頂ければと思っております。季刊誌と花壇、合わせて今後もよろしくお願い致します◎