

# プールに行こう!

泳ぎたくなる季節になりました。注意事項を守って、楽しみましょう。

プールでも熱中症は発生します。小まめに水分補給と休憩を取りましょう。

閩スポーツ振興課スポーツ事業係  
(☎5722-9695、☎5722-9754)



## オンラインで利用申し込みができます

受付管理システムで申し込むと、予約番号が発行され、スムーズに入場できます。屋内プール(区民センター屋内プールを除く)は9月30日まで、区民センター屋外プールは7月1日~9月10日に利用できます。詳細は区HP(コード①)をご覧ください。



## スマートウォッチ(腕時計型情報端末)の着用が可能になりました

- 全体を完全に覆う保護バンド(販売あり)の装着が必要
- ヘルスケア機能のみ使用可(カメラ機能などは使用禁止)

## 利用料金 (2時間。入場は終了時間の30分前まで)

対象	屋内プール	屋外・幼児プール
中学生以下・65歳以上・障害のあるかた	200円	100円
高校生以上	400円	200円

※18:30以降の小学生以下の利用は、保護者の送迎が必要  
※学校行事などのため、利用できない時間帯あり。窓口に掲示する予定表、区HP(コード①)をご覧ください

## 屋内25mプール

施設名(所在地・電話)	開設時間	休止期間	対象など
駒場プール(駒場2-19-39・☎3485-7761)	9:00~22:00	6月26日(月)~30日(金)	3歳以上(オムツのとれていない乳幼児は入場不可)
五本木小学校屋内プール(五本木2-24-3・☎3714-8511)		6月15日(木)まで	
碑小学校屋内プール(碑文谷1-18-14・☎3793-2606)		6月17日(土)~23日(金)	
緑ヶ丘小学校屋内プール(緑ヶ丘2-13-1・☎3718-3130)		6月15日(木)~22日(木)	

## 区民センタープール (目黒2-4-36、☎3711-1139)

施設内容	開設時間	対象など
屋内25m	9:00~22:00 ※7月3日(月)~7日(金)は利用不可	3歳以上(オムツのとれていない乳幼児は入場不可)
屋外50m	10:00~20:00	
屋外の幼児用(*)	7月1日(土)~9月10日(日) 10:00~17:00	小学2年生以下(オムツの取れていない乳幼児はプール用オムツの上に水着を着用)

\*中学生以上の付き添いが必要(1人まで無料。引率できる子どもは2人まで)

## 利用上の注意

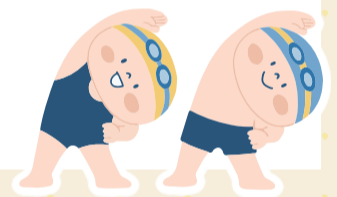
- 屋内プールでは水泳帽を着用
- 悪天候や水質管理などのため、公開を中止する場合あり
- 危険物や飲食物(ふた付きの飲み物は可)は持ち込み禁止
- 車での来場はご遠慮ください

刺青・タトゥーを露出した状態での利用はできません。ラッシュガードを着用してください(無料貸し出しあり)。

## 衛生上の注意

- 入る前に**
  - 発熱や下痢などの症状がある、睡眠不足、飲酒した場合は入らない
  - トイレを済ませて準備体操をし、シャワーで体を洗う
- 入っている時**
  - 鼻をかんだり、つばを吐いたりしない
  - トイレの後は、シャワーを浴びる
- 上がった時**
  - うがいをして、シャワーで体を洗い流す
  - タオルや目薬の共用はしない

閩生活衛生課環境衛生係  
(☎5722-9502、☎5722-9508)



## 子

元女子バレーボール日本代表の  
迫田さおりさんがやってくる!

## トップアスリート交流イベント

閩スポーツ振興課スポーツ事業係  
(☎5722-9695、☎5722-9754)



2012年ロンドンオリンピックや2016年リオデジャネイロオリンピックをはじめ、数多くの世界大会で活躍した女子バレーボール元日本代表の迫田さおりさんが、バレーボールの楽しさを教えます。ぜひご応募ください。



時7月29日(土)

①11:00~12:30②13:30~14:50

場中央体育館(目黒本町5-22-8)

内デモンストレーション、実技指導、参加者との試合(ミニゲーム)、質問コーナーほか

対区内在住・在学の①小学1~4年生②小学5年~中学生(家族の見学可)

定各40人(抽選)

申区HP(コード②)、電話で、6月15日~7月7日に、スポーツ振興課スポーツ事業係(☎5722-9695)へ



## 目黒区体育祭秋季大会

閩目黒体育協会(☎5722-8088、☎5734-1032)

種目	日時	会場	対象	申込期間
ソフトテニス	8月18日(金) 9:00から	駒沢オリンピック公園	中学生	6月30日~7月29日
テニス(ダブルス)	①8月22日(火)②8月23日(水)9:00から	駒場体育館	高校生 ①男子②女子	6月22日~7月21日
サッカー	9月3日(日) 8:50から	砧サッカー場ほか	18歳以上	6月15日~7月10日
水泳	9月3日(日) 9:00から	区民センター屋外プール	小学生以上	6月20日~7月26日

対区内在住・在勤・在学者、目黒体育協会の加盟団体(学生連盟加入者を除く)

¥参加費100~10,000円。小・中学生は半額。種目により、保険料などが必要な場合あり

主催 目黒区

競技要項(体育館<下記参照>で配布。区HP<コード③>から印刷可)に添付の申込書、参加資格が確認できるもの(学生証など)を、各申込期間(9:00~21:00)に受け付け、最終日は17:00までに、体育館または指定先へ持参



体育館 駒場体育館(駒場2-19-39)、区民センター体育館(目黒2-4-36)、中央体育館(目黒本町5-22-8)、碑文谷体育館(碑文谷6-12-43)、八雲体育館(八雲1-1-1 区民キャンパス内)