

スポーツ

区のプールをご利用ください



プールで、泳ぐのが気持ちいい季節になりました。手軽に利用できる区内の施設をぜひ、ご利用ください。

学校行事などのため、利用できない時間もあります。窓口に掲示する予定表または区<sup>☎</sup>(コード<sup>①</sup>)をご覧ください。各プールへお問い合わせください。



利用料金 (2時間)

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

※区民センターの幼児プール付き添い1人まで無料(2人以降は100円)。付き添い1人につき子ども2人まで

※18:30以降の小学生以下の利用は、保護者の送迎が必要

※オムツの取れていない乳幼児は入場不可(区民センタープール屋外の幼児用を除く)

区のプール施設 (入場は終了時間30分前まで)

●屋内25mプール

施設名(所在地、電話)	時間	休止期間
駒場プール (駒場2-19-39、☎3485-7761)	9:00~22:00	6月24日(月)~28日(金)
五本木小学校屋内プール (五本木2-24-3、☎3714-8511)		6月16日(日)~20日(木)
碑小学校屋内プール (碑文谷1-18-14、☎3793-2606)		6月21日(金)まで

対3歳以上

●緑ヶ丘小学校屋内プール (緑が丘2-13-1、☎3718-3130)

施設内容	日時	対象
屋内25m	9:00~22:00 ※6月20日(木)~25日(火)は利用不可	3歳以上
屋外の幼児用(*)	7月20日(土)~8月18日(日)の毎週土曜日・日曜日、祝・休日9:00~17:00	3歳~小学2年生

\*未就学児は16歳以上の付き添いが必要

●区民センタープール (目黒2-4-36、☎3711-1139)

施設内容	時間		対象
屋内25m	9:00~22:00 ※7月1日(月)~5日(金)は利用不可		3歳以上
屋外50m	7月1日(月)~9月10日(火)	10:00~20:00	
屋外の幼児用(*)	7月1日(月)~9月10日(火)	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

利用上の注意

- 屋内プールは水泳帽を着用してください
- 悪天候や水質管理などのため、公開を中止する場合があります
- 危険物・飲食物の持ち込みは禁止です(ふた付きの飲み物を除く)
- 車での来場はご遠慮ください
- プールでも熱中症は発生します。小まめな水分補給と休憩を取りましょう

入れ墨・タトゥーのあるかたの利用について

入れ墨・タトゥーを露出した状態でプール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。ラッシュガードは、原則として持参してください(無料貸し出しあり。数量限定)。他の利用者の不安感を解消し、全てのかたが楽しむためにご協力をお願いします。



衛生上の注意

一人一人が、次の注意事項を守り、係員の指示に従って、安全で衛生的に楽しみましょう。

プールに入る前に

- 発熱や下痢などの症状がある、睡眠不足、飲酒した場合は泳ぐのを控えましょう
- トイレを済ませ、準備体操で体をほぐし、シャワーで体をよく洗ってから入りましょう

プールに入っている時

- プール内で鼻をかんだり、つばを吐いたりしないでください
- トイレの後は、シャワーを浴びましょう

プールから上がった後

- 必ずうがいをして、シャワーで体をよく洗い流しましょう
- タオルや目薬は共用しないようにしましょう

☎生活衛生課環境衛生係 (☎5722-9502、☎5722-9367)

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

スポーツ

目黒区体育祭秋季大会

区民の皆さんが日頃から励んでいるスポーツの練習の成果を試す場として、体育祭を実施します。



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)

¥100~10,000円(小・中学生は原則半額。種目により、実費や保険料が必要な場合あり)

主催 目黒区

競技要項(体育館<下記参照>で配布。区<sup>☎</sup>(コード<sup>②</sup>)から印刷可)に添付の申込書、参加資格が確認できるもの(運転免許証など)を、申込期間(9:00~21:00に受け付け。最終日は17:00まで)に、目黒区体育協会(目黒本町5-22-8 中央体育館内。9:00~16:45)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)

種目	日程・開始時間	会場	対象	申込期間
テニス (シングルス)	①8月20日(火) ②8月21日(水)・9:00	駒場体育館	高校生 ①男子②女子	6月15日~7月14日
	①9月22日(祝)、29日(日) ②10月13日(日)・9:00 ※決勝は10月20日(日)		18歳以上 ①男性②女性	①6月15日~7月21日 ②8月3日~9月8日
テニス (ダブルス)	①9月1日(日) ②9月8日(日) ③9月15日(日)・9:00	碑文谷体育館	18歳以上 ①男性②女性 ③混合	①6月22日~7月28日 ②6月29日~8月4日 ③7月6日~8月11日
ソフトテニス	8月23日(金)・9:00	碑文谷体育館	中学生	7月3日~8月2日
サッカー	9月1日からの毎週日曜日ほか・9:00	砧サッカー場ほか	18歳以上	6月15日~7月8日
水泳	9月1日(日)・9:00	区民センター屋外プール	小学生以上	6月18日~7月28日
陸上	9月1日(日)・9:00	駒沢オリンピック公園	小学生以上	7月6~26日

☎目黒体育協会 (☎5722-8088、☎5734-1032)