



区内には区立のプールが5つあります。暑い夏は、家族や友達とプールで「楽しく」「さわやかに」過ごしましょう。

**利用料金** (全プール共通2時間)

	屋内プール	屋外プール・幼児プール
中学生以下・65歳以上・障害のあるかた	200円 (150円)	100円 (70円)
高校生以上	400円 (300円)	200円 (150円)

※幼児プールの付き添いは1人まで無料。付き添い1人が引率できるこどもは、2人まで  
※2時間を超えると1時間につき( )の超過料金が必要。退場時に精算

**区のプール施設** (プールへの入場は終了時間の30分前まで)

問 各施設へ

施設名など	概要	利用時間	入場制限等
<b>駒場プール (北部地区プール)</b> 駒場2-19-39 ☎3485-7761	屋内 25m	<b>9:00~22:00</b> ●6/24(月)~28(金)は利用できません	●18:30以降の小学生以下の利用は、保護者の送迎が必要です
<b>区民センタープール (東部地区プール)</b> 目黒2-4-36 ☎3711-1139 ※屋外プールは7/1(月)~9/10(火)のみ利用可	屋内 25m	<b>9:00~22:00</b> ●7/8(月)~12(金)は利用できません	●小学2年生以下の利用は、高校生以上の付き添い(一緒にプールに入ること)が必要です ●18:30以降の小学3~6年生の利用は、保護者の送迎が必要です
	屋外 50m	<b>10:00~20:00</b> ●7/7(日)は13:00まで利用できません	
<b>五本木小学校屋内プール(中央地区プール)</b> 五本木2-24-3 ☎3714-8511	屋内 25m	<b>9:00~22:00</b> ●五本木小学校屋内プールは6/8(土)~11(火)は利用できません ●碑小学校屋内プールは6/23(日)~28(金)は利用できません ●緑ヶ丘小学校屋内プールは6/22(土)~26(水)は利用できません	●18:30以降の小学生以下の利用は、保護者の送迎が必要です ※学校行事などのため利用できない時間帯があります。プール受付窓口に掲示した予定表、ホームページをご覧ください
<b>碑小学校屋内プール(南部地区プール)</b> 碑文谷1-18-14 ☎3793-2606			
<b>緑ヶ丘小学校屋内プール(西部地区プール)</b> 緑ヶ丘2-13-1 ☎3718-3130			

**プール利用上の注意**

- ▶ 3歳未満・おむつの取れていない乳幼児は入場できません(区民センターの屋外幼児プールを除く)
- ▶ 屋内プールでは、必ず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(ふた付きの飲み物は可)の持ち込み、おもちゃの使用は禁止です
- ▶ 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。こまめな水分補給と休憩を取りましょう

**刺青・タトゥーのあるかたの利用について**

刺青・タトゥーを露出した状態のかたは入場できません。刺青・タトゥーのあるかたは、ラッシュガードを着用してください。ラッシュガードは、原則としてご自身で用意してください(無料貸し出しも行ってはいますが数に限りがあります)。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理解・ご協力をお願いします。

**感染症などを予防するために!**

一人ひとりが、次の注意事項を守り、係員の指示に従って、安全・衛生的に楽しみましょう。

問 生活衛生課環境衛生係 ☎5722-9502

**プールに入る前**

- 発熱や下痢などの症状があるとき、睡眠不足のとき、飲酒したときは、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とき**

- 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
- 長時間の遊泳を避けて、適度に休憩を取り、水分補給しましょう

**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
- タオルや目薬の共用はやめましょう

**楽しもう!ラグビー**

**ここが見どころ!ラグビーワールドカップ2019™日本大会**

ラグビーワールドカップ2019™日本大会(9/20~11/2)の開催まで97日となりました(6/15現在)。強豪国との試合が観戦できる貴重な大会を楽しんでいただくため、イベントを開催します。



大会公式マスコット「レンジー」

**開催日** 8/4(日) **会場** めぐろパーシモンホール・八雲体育館(八雲1-1-1 めぐろ区民キャンパス内)

無料

★来場されたかたには大会公式マスコット「レンジー」のイラスト入りノベルティグッズを進呈!

**HP A トークショー**  
**ここが見どころ!ラグビーワールドカップ2019™日本大会** (保育付き)

基本ルールや試合の楽しみ方、大会の見どころなどを、ラグビーの専門家が熱く語ります。

**時間** 13:00~14:30 (受付開始12:30)  
**会場** めぐろパーシモンホール(小ホール)  
**対象** 区内在住・在勤・在学者  
**定員** 200人(抽選)  
**講師** ラグビー元日本代表 吉田義人氏  
ラグビージャーナリスト 村上晃一氏



吉田義人氏

村上晃一氏

※講師プロフィールは区ホームページをご覧ください

**HP B タグラグビー体験**  
**タグラグビーでレッツ・トライ!**

タックルの代わりに腰に付けた「タグ」を狙って走るタグラグビーでラグビーの醍醐味を体験しよう!

**時間** 15:00~16:20 (受付開始14:30)  
**会場** 八雲体育館  
**対象** 区内在住・在学の小学生  
**定員** 60人(抽選)  
**持ち物** 運動ができる服装・屋内シューズ・飲み物



大会公式マスコット「レンジー」

①ハガキ・FAX(イベント①またはイベント②と2面の申し込み記入例②~④、⑤は学年、⑥の保育(未就学児)希望者はこどもの③と⑤、手話通訳希望の場合はその旨を記入)で、7/12(金)(必着)までにスポーツ振興課管理係へ

**【同時開催】ラグビーワールドカップ2019™日本大会 パネル展(めぐろ区民キャンパス地下1階プラザ)**

TM © Rugby World Cup Limited 2015. All rights reserved.

問 スポーツ振興課管理係 ☎5722-9690 FAX 5722-9754