



平成29年

# 12月プールカレンダー (平成29年11月25日現在)

営業時間:10:00~20:00(最終入場19:30)

電話:3265-6311/FAX:3265-6317

日	月	火	水	木	金	土	
<p>プール内での水泳指導はご遠慮頂いております。            個人指導においては、営利活動の抑止及び他の利用者の方への迷惑になるため、一律ご遠慮頂いております。            ※但し、親子での水泳教育及び区の水泳事業は除きます。            水泳指導を見かけた際はお声掛けをすることもございますが、ご理解ご協力の程お願い申し上げます。</p>						<p>12月31日~1月3日まで            プール開館時間は10:00~18:00になります。最終入館時間は17:00になります。</p>	<p>水中ウォーキングとリラクゼーション貸切            (中高年向け)            10:00~12:00</p>
3	4	5	6	7	8	9	
浮島(半面) 10:00~12:00		★	団体貸切 10:00~18:00	★◎		水中ウォーキングとリラクゼーション貸切 (中高年向け) 10:00~12:00	
10	11	12	13	14	15	16	
			団体貸切 10:00~18:00	★◎		水中ウォーキングとリラクゼーション貸切 (中高年向け) 10:00~12:00	
17	18	19	20	21	22	23	
休館日			団体貸切 10:00~18:00	★◎		水中ウォーキングとリラクゼーション貸切 (中高年向け) 10:00~12:00	
24/31	25	26	27	28	29	30	
12/31 ご利用時間 10:00~18:00 ※最終入館17:00			団体貸切 10:00~16:00	★◎		◎	
	内容	指導者	日時	申込方法			
プール	『水中運動アドバイス』 水中での歩行やストレッチ等の正しい運動方法のアドバイス	宇津 陽子氏 (健康運動指導士)	5日・19日(火) 14:00~15:00 1日・15日・29日(金) 14:00~15:00	申込不要 左記の時間にプールにお入りください。			
	『プールパートナー』 プール内の歩行等の介助		毎週 ◎の日 木曜日 10:00~18:00 土曜日 13:00~18:00	要予約 事前登録が必要です。			
健康コーナー	『健康増進アドバイス』 医師による健康相談やアドバイス	石井 桂子 医師 峠 理恵子 看護師	★印の日 13:30~15:30 ※日程・場所が変更になる場合があります。	予約不要 左記の時間に8階健康コーナーにお越しください。			

\* 上記の日時は変更になる場合があります。ご利用の際は、お問い合わせください。

\* 浮島タイムは、お子様向けの浮き具を浮かべます。毎月第1・3日曜の10時~12時に半面のみ実施しています。

## ~プール改修工事のお知らせ~

平成30年1月15日(月)~平成30年2月28日(水)まで、いきいきプラザ一番町プール排水管工事を実施します。

工事期間中は、プールをご利用頂くことが出来ません。御迷惑をお掛け致しますが、ご了承下さい。

