

さあ夏だ！プールに行こう



総合体育館温水プール

水深120～150cm、25m、6コースの温水プールです。
開館時間 午前9時～午後8時50分（7月24日～8月30日の金曜・土曜・日曜日は午前7時から開館）
休館日 毎月第1月曜日（祝日の場合は翌日）
所在地 関野町1-13-1（都立小金井公園内）
使用料 ▷1時間＝大人200円、子ども（中学生以下）50円 ▷2時間＝大人400円、子ども（中学生以下）100円
 ※ 60歳以上の方、障がいのある方とその付き添いの方は、半額です。
その他 7月20日（祝）～8月31日（月）は、個人利用のみとなります。（市の主催事業を行うため、使用できるレーンを制限する場合があります）
問合せ先 総合体育館 ☎042-386-2120

栗山公園健康運動センタープール

水深110～130cm、20m、4コースの温水プールです。ジャグジー（噴流式気泡風呂）を備え、中高年の方や障がいのある方の利用に適したプールとなっています。
開館時間 午前9時～午後8時45分（7月24日～8月30日の金曜～日曜日は午前7時から開館）
休館日 毎月第2月曜日（祝日の場合は翌日）
所在地 中町2-21-1（栗山公園内）
使用料 ▷1時間＝大人200円、子ども（小・中学生）50円 ▷2時間＝大人400円、子ども（小・中学生）100円
 ※ 60歳以上の方、障がいのある方とその付き添いの方は、半額です。

その他 ▷7月20日（祝）～8月31日（月）は、個人利用のみとなります。（市の主催事業を行うため、使用できるレーンを制限する場合があります）▷車での来場は、ご遠慮ください。

問合せ先 栗山公園健康運動センター ☎042-382-1001

国営昭和記念公園レインボープール

東京ドーム約1.4倍の広さに9種類のプールがあり、家族みんなで楽しい一日が過ごせます。
営業時間 7月18日（土）～9月6日（日）午前9時30分から。終了は時期により次のように異なります。
 ▷ 7月18日～8月16日＝午後6時30分まで（7月の平日は5時30分まで）
 ▷ 8月17日～9月6日＝午後6時まで（9月の平日は5時まで）
所在地 立川市および昭島市
交通 JR立川駅北口から徒歩15分、JR西立川駅から徒歩2分
利用料 大人（15歳以上）2,300円、こども（小・中学生）1,200円、幼児（4歳以上の未就学児）300円
 ※ 下記の割引券が利用できます。切り抜いて、直接、公園窓口にお持ちください。
問合せ先 国営昭和記念公園 ☎042-528-1751

障害者（児）水泳教室

個々のレベルに合わせて、原則的にマンツーマン方式で指導します。
とき ①7月30日（木）、31日（金）②8月4日（火）、5日（水）、いずれも午前10時～正午
ところ 総合体育館プール
対象 市内在住・在勤・在学で障がいのある小学生以上20歳未満の方
定員 各18人（多数抽選）
主管 小金井市学校五日制の会
申込 7月9日（必着）までに、往復はがき（1人1通）に住所・氏名・学校名・学年・性別・電話番号（緊急連絡先）・身長・泳力・その他指導員に対する連絡事項・希望日（①②のどちらか）を明記し、生涯学習課スポーツ振興係「障害者（児）水泳教室係」（〒184-8504住所不要 ☎042-386-2462）へ。

総合体育館・栗山公園健康運動センタープールでの注意事項

- ①水着・水泳帽を着用してください。
- ②貴重品は持参しないでください。
- ③時計、ネックレス、ピアス、指輪など装飾品は、プール内に持ち込まないでください。
- ④ペディキュア、ジェルネイル、整髪料等をつけている方、入れ墨を露出している方のご入場はできません。
- ⑤おむつを着けているお子さんは利用できません。小学校3年生以下の方の利用には、保護者または高校生世代以上の付き添いが必要です。（付き添い1人につき2人まで可。付き添いの方も水着、水泳帽を着用）
- ⑥浮輪、ビーチボール等、用具の持ち込みはできません。（備え付けの用具のみ使用可）
- ⑦プール入場の際は、十分シャワーを浴び、化粧等をよく落としてください。
- ⑧中学生以下の利用時間は、午後6時までです。（保護者または高校生世代以上の付き添いがある場合を除く）
- ⑨混雑しているときは、入場者を制限することがあります。
- ⑩健康に留意し、体調の悪い方、心臓疾患等の持病のある方は利用をご遠慮ください。



●小金井市民用●

平成27年度 国営昭和記念公園レインボープール割引券

この券を切り取って公園窓口にお持ちになると、プール料金（入園料含む）が割引となります。（コピー不可）

- 大人（15歳以上）2,300円→2,100円（200円引き）
- こども（小・中学生）1,200円→1,000円（200円引き）
- 幼児（4歳以上の未就学児）300円→200円（100円引き）

- ・1枚で5人（3歳以下の人数は除く）まで、利用できます。
- ・ほかの割引券との併用はできません。
- ・午後2時以降は、お得なサンセットチケットをご利用ください。

※有効期限は7/18～9/6のプール営業期間中です。

大人___人・こども___人・幼児___人

休日診療

受付時間：午前9時～正午、午後1時～5時
 準夜→午後5時30分～9時

●印は病医院所在地
 ○印は診療科目

7月5日(日)	久滋医院 ●印 〒042-383-2078	小金井つるかめクリニック ○印 〒042-386-3757	東小金井クリニック ○印 〒0422-56-8630	広瀬耳鼻咽喉科 ○印 〒042-384-1116	宮本内科医院 ●印 〒042-381-2219	西の久保歯科 ○印 〒042-384-6589	アトム薬局 〒042-388-5400 ココカラファイン薬局小金井店 〒042-386-2580 キタムラ薬局 〒042-384-8292
	伊東内科医院 ●印 〒042-383-3966	松本内科医院 ●印 〒042-384-0847	浅沼整形外科 ○印 〒042-381-2606	西野耳鼻咽喉科 ○印 〒042-380-8087	えんどう小児科 ○印 〒0422-56-7211	湯山歯科医院 ○印 〒042-381-6211	ひばり薬局(小金井店) 〒042-388-5389 グリーンベル薬局 〒042-386-8522

この休日診療は、小金井市医師会、小金井歯科医師会、薬剤師会の協力で行っています。

〔準夜〕診療は、午後6時から

休日歯科診療

診療時間：午前9時～正午、午後1時～5時

薬局

午前9時～正午、午後1時～5時
 薬を処方された場合は、各医療機関受付にお問い合わせください。