

さあ夏だ！プールに行こう



国営昭和記念公園レインボープール

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22日～8月28日の金曜～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18日（祝）～8月31日（水）は、個人利用のみとなります。（市の主催事業等により、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22日～8月28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18日（祝）～8月31日（水）は、個人利用のみとなります。（市の主催事業等により、使用できるレーンを制限する場合があります）▷車でのお来場は、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16日（土）～9月4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16日～8月21日＝午後6時30分まで（7月の平日は5時30分まで）
 ▷ 8月22日～9月4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

障がい者(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28日（木）、29日（金）②8月2日（火）、3日（水）、いずれも午前9時10分～11時30分
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7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「障がい者(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28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7/16～9/4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

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

<p>7月3日(日)</p> <p>竹馬ビルクリニック 本町5-5-2 竹馬ビル1F ☎042-384-3461</p> <p>共立診療所 本町6-9-38-3F ☎042-383-5111</p> <p>中野ウイメンズクリニック 緑町1-4-33 ☎042-384-3332</p> <p>千賀皮膚科クリニック 本町1-18-10 小金井本町ビル4階 ☎042-380-5611</p> <p>小金井つるかめクリニック 本町6-14-28 アクアモール3F ☎042-386-3757</p>	<p>7月10日(日)</p> <p>待山医院 緑町2-17-10 ☎042-384-5421</p> <p>竹田内科クリニック 貫井南町5-20-13 ☎042-381-6627</p> <p>清水医院 本町4-19-16 ☎042-384-1212</p> <p>嶋田眼科医院 東町4-16-30 ☎042-385-1156</p> <p>竹馬ビルクリニック 本町5-5-2 竹馬ビル1F ☎042-384-3461</p>	<p>休日歯科診療</p> <p>診療時間：午前9時～正午、午後1時～5時 ※ 応急処置に限ります。</p> <p>平田歯科医院 東町4-5-13 ☎042-384-6619</p> <p>吉田歯科医院 東町5-11-23 ☎042-381-1411</p>	<p>薬局</p> <p>午前9時～正午、午後1時～5時</p> <p>ココラファイン薬局小金井店 本町1-8-14 ☎042-386-2580</p> <p>みなみ調剤薬局 貫井南町5-20-15 ☎042-381-7405</p>
---	--	--	---