

市民プール  
問合せ  
550・1711

お知らせ



8月27日(月)から9月2日(日)まで、屋内プール換水清掃と監視システム設置工事のため、屋内プールは休場します。屋外プールは通常通り開場しています。

コース型水泳教室  
参加者募集中!

事前申込み  
障がい者水泳教室以外の教室の費用には、施設使用料が含まれます。

五日市で総合型地域スポーツクラブ「五日市クラブ」がスタートしました

総合型地域スポーツクラブとは、スポーツや文化活動を通して、運動不足解消や趣味、仲間づくりの場として楽しむだけでなく、人とのつながりを広げて、地域の良さを再発見できるクラブです。

どなたでも参加できる次の事業を予定していますので、お問合せください。  
いきいき体操  
日時：毎週水曜日 午前10時15分～11時  
場所：五日市地域交流センター  
リラクゼーション  
日時：毎週木曜日 午前10時15分～11時45分  
場所：五日市地域交流センター

リハビリ水中運動  
日時：9月、12月の毎週月曜日 午前11時～11時50分(祝日を除く全14回)  
内容：ゆったりとしたプログラムです。初めての方も安心です。  
対象：18歳以上の方  
定員：20人  
費用：6500円(テキスト付き)

水泳教室(入門・初級)  
日時：9月、10月の毎週木曜日 午前10時～10時50分(全8回)  
内容：水泳を初めてみたい。もう少し泳げるようになりたい。そんな方にお勧めです。  
対象：18歳以上の方  
定員：20人  
費用：3500円

水泳教室(初級・中級)  
日時：9月、12月の毎週月曜日 正午～午後0時50分(祝日を除く全14回)  
内容：25分は泳げるけど

フィットネストレーニン  
グ  
日時：毎週水曜日 午後2時10分～3時20分  
場所：三内体育館  
個サル(個人向けフィットサル)  
日時：第1、第3、第5金曜日 午後7時～8時50分  
場所：山田グラウンドテニスコート  
無料体験を随時受付中です。

もつときれいに泳ぎたい方にお勧めです。  
対象：18歳以上の方  
定員：20人  
費用：6500円  
水泳教室(中級・上級)  
日時：9月、10月の毎週木曜日 午前11時～11時50分(全8回)  
内容：25分以上泳ぎたい。もつと早く泳ぎたい。四泳法を泳ぎたい方にお勧めです。  
対象：18歳以上の方  
定員：20人  
費用：3500円

スイムウォーク  
日時：9月、12月の毎週金曜日 午後3時～3時50分(祝日を除く全15回)  
内容：水中ウォークから体重移動をしながら、泳ぎの手や足を動かしていく水慣れスイミングです。  
対象：18歳以上の方  
定員：20人  
費用：7000円

親子水泳  
日時：9月8日～10月27日の毎週土曜日 午前10時～10時50分(9月22日を除く全7回)  
内容：水慣れができていて、一人での深場移動やパビング(口からの息吐き)、ボビング(鼻からの息吐き)の練習を目標とする教室です。  
対象：未就学児(3歳～6歳)  
定員：30人  
費用：6400円

五日市ファイナラ  
問合せ  
596・5611

親子ウォンポイント  
アドバイス(屋内プール)  
日時：8月の毎週日曜日 午前10時～正午  
内容：3歳～就学前の幼児とその保護者を対象にアドバイスを行います。水慣れから泳げるようになるまで、親子で楽しく参加してみませんか。

五日市ファイナラ  
問合せ  
596・5611

この方  
定員：10人(要介添者)  
費用：無料  
持ち物：水泳帽子、ゴーグル(任意)、アームヘルパー(ちびっ子水泳のみ)  
申し込み方法 8月20日(月) 申し込み方法 8月20日(月) (必着)までに次により申し込みください。  
往復はがきの場合：教室名、希望日時、郵便番号、住所、氏名(フリガナ)、年齢、性別、電話番号を記入し、送付してください。(返信用表面にも必ず返信先を記入)。  
窓口の場合：官製はがきを窓口までお持ちください。  
申し込み あきる野市民プール教室係(T1970811 原小宮353)

この方  
定員：10人(要介添者)  
費用：無料  
持ち物：水泳帽子、ゴーグル(任意)、アームヘルパー(ちびっ子水泳のみ)  
申し込み方法 8月20日(月) 申し込み方法 8月20日(月) (必着)までに次により申し込みください。  
往復はがきの場合：教室名、希望日時、郵便番号、住所、氏名(フリガナ)、年齢、性別、電話番号を記入し、送付してください。(返信用表面にも必ず返信先を記入)。  
窓口の場合：官製はがきを窓口までお持ちください。  
申し込み あきる野市民プール教室係(T1970811 原小宮353)

この方  
定員：10人(要介添者)  
費用：無料  
持ち物：水泳帽子、ゴーグル(任意)、アームヘルパー(ちびっ子水泳のみ)  
申し込み方法 8月20日(月) 申し込み方法 8月20日(月) (必着)までに次により申し込みください。  
往復はがきの場合：教室名、希望日時、郵便番号、住所、氏名(フリガナ)、年齢、性別、電話番号を記入し、送付してください。(返信用表面にも必ず返信先を記入)。  
窓口の場合：官製はがきを窓口までお持ちください。  
申し込み あきる野市民プール教室係(T1970811 原小宮353)

この方  
定員：10人(要介添者)  
費用：無料  
持ち物：水泳帽子、ゴーグル(任意)、アームヘルパー(ちびっ子水泳のみ)  
申し込み方法 8月20日(月) 申し込み方法 8月20日(月) (必着)までに次により申し込みください。  
往復はがきの場合：教室名、希望日時、郵便番号、住所、氏名(フリガナ)、年齢、性別、電話番号を記入し、送付してください。(返信用表面にも必ず返信先を記入)。  
窓口の場合：官製はがきを窓口までお持ちください。  
申し込み あきる野市民プール教室係(T1970811 原小宮353)

この方  
定員：10人(要介添者)  
費用：無料  
持ち物：水泳帽子、ゴーグル(任意)、アームヘルパー(ちびっ子水泳のみ)  
申し込み方法 8月20日(月) 申し込み方法 8月20日(月) (必着)までに次により申し込みください。  
往復はがきの場合：教室名、希望日時、郵便番号、住所、氏名(フリガナ)、年齢、性別、電話番号を記入し、送付してください。(返信用表面にも必ず返信先を記入)。  
窓口の場合：官製はがきを窓口までお持ちください。  
申し込み あきる野市民プール教室係(T1970811 原小宮353)

この方  
定員：10人(要介添者)  
費用：無料  
持ち物：水泳帽子、ゴーグル(任意)、アームヘルパー(ちびっ子水泳のみ)  
申し込み方法 8月20日(月) 申し込み方法 8月20日(月) (必着)までに次により申し込みください。  
往復はがきの場合：教室名、希望日時、郵便番号、住所、氏名(フリガナ)、年齢、性別、電話番号を記入し、送付してください。(返信用表面にも必ず返信先を記入)。  
窓口の場合：官製はがきを窓口までお持ちください。  
申し込み あきる野市民プール教室係(T1970811 原小宮353)



この方  
定員：10人(要介添者)  
費用：無料  
持ち物：水泳帽子、ゴーグル(任意)、アームヘルパー(ちびっ子水泳のみ)  
申し込み方法 8月20日(月) 申し込み方法 8月20日(月) (必着)までに次により申し込みください。  
往復はがきの場合：教室名、希望日時、郵便番号、住所、氏名(フリガナ)、年齢、性別、電話番号を記入し、送付してください。(返信用表面にも必ず返信先を記入)。  
窓口の場合：官製はがきを窓口までお持ちください。  
申し込み あきる野市民プール教室係(T1970811 原小宮353)

この方  
定員：10人(要介添者)  
費用：無料  
持ち物：水泳帽子、ゴーグル(任意)、アームヘルパー(ちびっ子水泳のみ)  
申し込み方法 8月20日(月) 申し込み方法 8月20日(月) (必着)までに次により申し込みください。  
往復はがきの場合：教室名、希望日時、郵便番号、住所、氏名(フリガナ)、年齢、性別、電話番号を記入し、送付してください。(返信用表面にも必ず返信先を記入)。  
窓口の場合：官製はがきを窓口までお持ちください。  
申し込み あきる野市民プール教室係(T1970811 原小宮353)

この方  
定員：10人(要介添者)  
費用：無料  
持ち物：水泳帽子、ゴーグル(任意)、アームヘルパー(ちびっ子水泳のみ)  
申し込み方法 8月20日(月) 申し込み方法 8月20日(月) (必着)までに次により申し込みください。  
往復はがきの場合：教室名、希望日時、郵便番号、住所、氏名(フリガナ)、年齢、性別、電話番号を記入し、送付してください。(返信用表面にも必ず返信先を記入)。  
窓口の場合：官製はがきを窓口までお持ちください。  
申し込み あきる野市民プール教室係(T1970811 原小宮353)

この方  
定員：10人(要介添者)  
費用：無料  
持ち物：水泳帽子、ゴーグル(任意)、アームヘルパー(ちびっ子水泳のみ)  
申し込み方法 8月20日(月) 申し込み方法 8月20日(月) (必着)までに次により申し込みください。  
往復はがきの場合：教室名、希望日時、郵便番号、住所、氏名(フリガナ)、年齢、性別、電話番号を記入し、送付してください。(返信用表面にも必ず返信先を記入)。  
窓口の場合：官製はがきを窓口までお持ちください。  
申し込み あきる野市民プール教室係(T1970811 原小宮353)

この方  
定員：10人(要介添者)  
費用：無料  
持ち物：水泳帽子、ゴーグル(任意)、アームヘルパー(ちびっ子水泳のみ)  
申し込み方法 8月20日(月) 申し込み方法 8月20日(月) (必着)までに次により申し込みください。  
往復はがきの場合：教室名、希望日時、郵便番号、住所、氏名(フリガナ)、年齢、性別、電話番号を記入し、送付してください。(返信用表面にも必ず返信先を記入)。  
窓口の場合：官製はがきを窓口までお持ちください。  
申し込み あきる野市民プール教室係(T1970811 原小宮353)

この方  
定員：10人(要介添者)  
費用：無料  
持ち物：水泳帽子、ゴーグル(任意)、アームヘルパー(ちびっ子水泳のみ)  
申し込み方法 8月20日(月) 申し込み方法 8月20日(月) (必着)までに次により申し込みください。  
往復はがきの場合：教室名、希望日時、郵便番号、住所、氏名(フリガナ)、年齢、性別、電話番号を記入し、送付してください。(返信用表面にも必ず返信先を記入)。  
窓口の場合：官製はがきを窓口までお持ちください。  
申し込み あきる野市民プール教室係(T1970811 原小宮353)



この方  
定員：10人(要介添者)  
費用：無料  
持ち物：水泳帽子、ゴーグル(任意)、アームヘルパー(ちびっ子水泳のみ)  
申し込み方法 8月20日(月) 申し込み方法 8月20日(月) (必着)までに次により申し込みください。  
往復はがきの場合：教室名、希望日時、郵便番号、住所、氏名(フリガナ)、年齢、性別、電話番号を記入し、送付してください。(返信用表面にも必ず返信先を記入)。  
窓口の場合：官製はがきを窓口までお持ちください。  
申し込み あきる野市民プール教室係(T1970811 原小宮353)

この方  
定員：10人(要介添者)  
費用：無料  
持ち物：水泳帽子、ゴーグル(任意)、アームヘルパー(ちびっ子水泳のみ)  
申し込み方法 8月20日(月) 申し込み方法 8月20日(月) (必着)までに次により申し込みください。  
往復はがきの場合：教室名、希望日時、郵便番号、住所、氏名(フリガナ)、年齢、性別、電話番号を記入し、送付してください。(返信用表面にも必ず返信先を記入)。  
窓口の場合：官製はがきを窓口までお持ちください。  
申し込み あきる野市民プール教室係(T1970811 原小宮353)

夏の建築無料相談会実施中  
一級建築士が丁寧に相談に応じます。リフォーム相談もどうぞ。  
※モデルハウスは展覧会・趣味の会等の会場としても無料でお使いいただけます。  
(株)来住野工務店  
HPはこちら→  
本社 あきる野市五日市 1029  
tel:042-595-1225(代)  
モデルハウス あきる野市油平 208-2  
tel:0120-915-216

住まいのことならまかせて安心の  
Kハウジング株式会社  
地球にやさしい 家計にやさしい 省エネルギーフォーム  
各種リフォーム承っております。HPはこちら→  
お気軽にお問い合わせください。  
TEL. 042-519-9739  
〒190-0152 あきる野市留原 613-5 FAX:042-519-9718  
E-mail:mail@k-housing-k.com http://www.k-housing-k.com

内容：夏限定のアクアビクスです。浮き具を使用し、負荷をかけることで運動効果がアップします。アクアビクス未経験の方でも楽しめるプログラムです。  
対象：18歳以上の方  
費用：1回5000円  
費用には施設使用料が含まれます。  
持ち物：水着・水泳帽子・ゴーグル(必要の方)  
申し込み方法 当日申し込みになります。参加希望の方は開始時間10分前までに、事務室へお越しください。

スポーツ祭東京2013