

# 7月開講スポーツ教室 受講生大募集!!

☆申込期間 : 6月1日(金)～6月10日(日)

| 種目                  | 指導員               | 対象         | 開講期間              | 曜日  | 時間                         | 定員  | 回数  | 受講料    |     |
|---------------------|-------------------|------------|-------------------|-----|----------------------------|-----|-----|--------|-----|
|                     |                   |            |                   |     |                            |     |     | 一般     | 高齢者 |
| 低学年フィギュアスケート        | 札幌スケート連盟<br>推薦指導員 | 小学1～3年生    | 7/3～7/31          | 火・金 | 16:15～17:15                | 21  | 8   | 6,130円 |     |
| 高学年フィギュアスケート        |                   | 小学4～6年生    | 7/4～9/12          | 水   | 16:15～17:15                | 14  | 8   | 6,130円 |     |
| 小中学生アーチェリー体験会       | 小野京美              | 小学4年生～中学3年 | 7/7・7/14・7/28     | 土   | 10:00～12:00                | 10  | 各1回 | 940円   |     |
| マンツーマン卓球<br>(火曜コース) | 鈴木栄人              | 年齢不問       | ご希望の日程と時間をお選びください |     |                            | 各日1 | 1   | 3,360円 |     |
|                     |                   |            | 7/3・10・17・24・31   | 火   | 18:15～19:15<br>19:30～20:30 |     |     |        |     |
| マンツーマン卓球<br>(木曜コース) | 札幌市婦人卓球<br>親睦会指導員 |            | 7/5・12・26         | 木   | 16:00～17:00                |     |     |        |     |
|                     |                   |            | ご希望の日程と時間をお選びください |     |                            |     |     |        |     |
| マンツーマン卓球<br>(金曜コース) | 鈴木栄人              |            | 7/6・13・27         | 金   | 18:15～19:15<br>19:30～20:30 |     |     |        |     |

申込期間: 6月1日(金)～6月10日(日)

申込方法: 上記申込期間内9:00～21:00まで、お電話、Web申込み、または直接来館にてお申込ください。

抽選日: 6月11日(月) 10:00よりコンピューターによる自動抽選

不成立・補欠の連絡: 6月14日(木)までに体育館から連絡 無ければ受講決定

受講料の納入期間: 6月15日(金)～6月25日(月) 9:00～19:00(18日(月)の納入は、16:00までとさせていただきます。)

※マンツーマン卓球は1回ごとのお申し込みとなり、1回の受講に対し受講料3,360円となります。

※マンツーマン卓球指導員は木が女性、火・金が男性です。

※マンツーマン卓球は受講料のほかに毎回施設利用料が必要です。

※貸しスケートをご利用の場合、1時間教室は250円、1時間30分教室は300円が毎回別途必要となります。

※申し込み人数が多数の場合は抽選となります。尚、申し込み人数によっては、中止となる場合がございます。

あらかじめご了承ください。

※障がいをお持ちの方は一般料金から20%割引となります。各種手帳を提示ください。

※各教室の詳しい日程、時間、内容等につきましては、変更になる場合がございますので事前にお問い合わせの上、ご確認ください。

## お知らせ

6月18日(月)は施設整備日のためご利用できません。

## フィットネス スポーツ教室 WEB申込み受付中!!

Point 1  
期間中  
24時間  
申込み可能!

Point 2  
抽選結果は  
メールで  
お知らせします!

Point 3  
スマートフォン、  
パソコン、  
タブレット端末から  
お申込みできます!

### 【申込方法】

右記アドレスまたはQRコードを読み取っていただき、申込み手順にしたがいお申込みください。

(アドレス) <http://class.shsf.jp>



教室WEB申込みはこちら

※種目の異なる教室のお申込みは、教室分のお申込みが必要です。  
※お申込みのキャンセル、先着及び追加申込みにつきましては、「電話・直接窓口」お取り扱いとなります。  
※マンツーマン卓球はWEB申込み対象外です。

2018年

6月

## 利用時間割

# 札幌寒体育館

〒062-0051 札幌市豊平区月寒東1条8丁目  
TEL(011)851-1972 FAX(011)851-0753

### 第43回

# 札幌マラソン

参加者  
募集!!

【日時】 2018年10月7日(日) 雨天決行

【会場】 真駒内セキスイハイムスタジアム(札幌市南区真駒内公園内)

【種目・参加料】 ハーフマラソン(男女年代別) 5,140円

10km(男女年代別)・ファンペア(2km・3km) 3,600円

オープン5km・高校生・車イスオープン1km 1,640円

小・中学生(3km・2km) ※車イス種目を含む 1,020円

※ハーフマラソン=先着7,000人、10km=先着4,500人

車イスオープン1km=50人、定員になり次第、受付終了となります。

### 【申込方法】

①インターネット(PC/スマートフォン)

<http://runnet.jp>(ランネット) <http://www.shsf.jp/satumara/>(札幌マラソンHP)

※インターネットからお申込みの際は、登録(無料)が必要です。

②郵便振替

札幌市公共スポーツ施設・健康づくり施設で配布する参加募集案内及び払込取扱票(各施設受付窓口にて配布)を入手し必要事項を記入のうえ、参加料をゆうちょ銀行または郵便局窓口よりお支払いください。

### 【申込方法及び申込期間】

(1) ハーフマラソン

|                  |                              |
|------------------|------------------------------|
| インターネット(PC/スマホ等) | 2018年6月13日(水)AM9:00～7月15日(日) |
| 郵便振替             | 2018年6月13日(水)のみ【消印有効】        |

(2) その他(10km・5km・3km・2km・1km)

|                  |                              |
|------------------|------------------------------|
| インターネット(PC/スマホ等) | 2018年6月15日(金)AM9:00～7月15日(日) |
| 郵便振替             | 2018年6月15日(金)～7月11日(水)【消印有効】 |

### 【お問い合わせ先】

「札幌マラソン大会事務局」

〒064-0931

札幌市中央区中島公園1番5号 札幌市中島体育センター内

一般財団法人さっぽろ健康スポーツ財団 事業課事業係

電話(011)530-5562(9:00～17:00 土・日・祝日は休み)



## 6月スケートリンク一般開放 混雑予想

| 時間帯  | 10:00～12:00 | 12:20～14:00 | 14:20～16:00 | 16:20～17:30 |
|------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 平日   | ○           | ○           | △           | △           |
| 土    | △           | △           | △           | ○           |
| 日・祝日 | △           | △           | △           | ○           |

○⇒空いている時間帯  
△⇒多少混雑する時間帯  
混⇒混雑する時間帯

※過去の統計を基にご案内しておりますが、あくまでも予想のため変動的に混雑する場合もございます。



札幌市スケート施設グループ指定管理者  
一般財団法人 さっぽろ健康スポーツ財団

私たちは、笑顔あふれる未来に貢献します <http://www.shsf.jp>

一般財団法人さっぽろ健康スポーツ財団は、指定管理者として「札幌月寒体育館」の管理運営を行っています。

# 2018年6月 利用時間割

## 施設利用料

| 区分    | スケート |        | 体育室  |        | 弓道場  |        | スケート<br>1ヶ月券 | 共通<br>1ヶ月券 | 弓道場<br>1ヶ月券 |
|-------|------|--------|------|--------|------|--------|--------------|------------|-------------|
|       | 当日券  | 回数券※1  | 当日券  | 回数券※1  | 当日券  | 回数券※1  |              |            |             |
| 一般    | 580円 | 2,900円 | 280円 | 1,400円 | 260円 | 1,300円 | 5,800円       | 8,600円     | 5,670円      |
| 高校生   | 280円 | 1,400円 | 150円 | 750円   | 150円 | 750円   | 2,800円       | 4,610円     | 3,350円      |
| 高齢者※2 | 140円 | 700円   | 80円  | 400円   | 80円  | 400円   | 1,400円       | 2,300円     | 1,670円      |

※1 回数券は6枚綴りです。 ※2 高齢者は65歳以上の方が対象です。  
 ※中学生以下は無料となります。中学生・高校生は生徒手帳を提示願います。

## 貸スケート

|              |      |
|--------------|------|
| 1時間          | 250円 |
| 2時間          | 300円 |
| 超過料<br>30分毎に | 100円 |

～靴のサイズと種類～  
 フィギュア→16cm～30cm/ホッケー・ハーフ→18cm～30cm  
 ※16cm～20cmまで1cmごと  
 21cm以降0.5cmごとにご用意しております。

## ご利用案内

### スケート <一般開放 10:00～17:30>

- 怪我防止のため手袋を必ず着用してください。指先の出る手袋は使用できません。
- また、靴ずれ防止のため長めの靴下を着用ください。
- ヘルメットは無料で貸し出しております。
- 小学校入学前のお客様は保護者の同伴滑走が必要です。
- スピードスケート靴をご利用の際は必ず先端にトーガードをつけて滑走してください。トーガードの貸し出しは無料です。
- スケート靴は有料にて貸し出しております。

**スケートワンポイントレッスン** 木曜日 13時～16時 / 受付は15時まで  
 ※大会等により、ご利用にならない場合もございます。

### 体育室 <一般開放 9:00～21:00>

- 体育室では、ランニングスペース (50mの直線の往復コース)・卓球・卓球マシン (ピータイル床面) をご利用になれます。
- 上靴を必ずお持ちください。
- ラケット・ボールは無料で貸し出しております。
- 卓球台は、原則として2人以上で1台とし、2時間までご利用になれます。  
 (2時間以上ご利用の場合は、再度受付が必要です。)
- ※混雑時は、2時間までのご利用とさせていただきます。

#### 【卓球マシン】

- 卓球マシンは予約制になっておりますので、直接来館にてお申し込みください。
- 高校生以下の卓球マシンのご利用は保護者の方の同伴が必要となります。
- ご利用できる時間は下記の通りです。  
 9:00～10:00, 11:00～12:00, 13:00～14:00, 15:00～16:00, 17:00～18:00, 19:00～20:00

|       |    | 月寒体育館              |        |                    | 月寒屋外競技場     |                       |                               |                           |                               |                           |
|-------|----|--------------------|--------|--------------------|-------------|-----------------------|-------------------------------|---------------------------|-------------------------------|---------------------------|
| 日     | 曜日 | スケート場              |        | 体育室                |             | 弓道場                   |                               |                           |                               |                           |
|       |    | 一般開放               | 行事・教室等 | 一般開放               | 教室等         | 一般開放                  | 教室等                           |                           |                               |                           |
| 1     | 金  | 冷凍設備故障の為<br>一般開放中止 |        | 一般開放<br>9:00～21:00 | マンツーマン卓球(金) | 一般開放<br>6:00～19:00    | ワンポイントレッスン<br>13:00～15:00     |                           |                               |                           |
| 2     | 土  |                    |        |                    |             |                       |                               |                           |                               |                           |
| 3     | 日  |                    |        |                    |             | 第51回道新争奪大会/道央ブロック公認大会 |                               |                           |                               |                           |
| 4     | 月  |                    |        |                    |             |                       |                               |                           |                               |                           |
| 5     | 火  |                    |        |                    |             | マンツーマン卓球(火)           |                               |                           |                               |                           |
| 6     | 水  |                    |        |                    |             |                       |                               |                           |                               |                           |
| 7     | 木  |                    |        |                    |             | マンツーマン卓球(木)           |                               |                           |                               |                           |
| 8     | 金  |                    |        |                    |             | マンツーマン卓球(金)           | 一般開放<br>6:00～19:00            |                           |                               |                           |
| 9     | 土  |                    |        |                    |             |                       | ワンポイントレッスン<br>13:00～15:00     |                           |                               |                           |
| 10    | 日  |                    |        |                    |             |                       |                               |                           |                               |                           |
| 11    | 月  |                    |        |                    |             |                       |                               |                           |                               |                           |
| 12    | 火  |                    |        |                    |             | マンツーマン卓球(火)           |                               |                           |                               |                           |
| 13    | 水  |                    |        |                    |             |                       | 一般開放<br>6:00～9:00/12:00～19:00 | 弓道場整備<br>9:00～12:00       |                               |                           |
| 14    | 木  |                    |        |                    |             |                       |                               |                           |                               |                           |
| 15    | 金  |                    |        |                    |             | マンツーマン卓球(金)           | 一般開放<br>6:00～19:00            | ワンポイントレッスン<br>13:00～15:00 |                               |                           |
| 16    | 土  |                    |        |                    |             |                       |                               |                           |                               |                           |
| 17    | 日  |                    |        |                    |             |                       |                               |                           |                               |                           |
| 施設整備日 |    |                    |        |                    |             |                       |                               |                           |                               |                           |
| 18    | 月  | 冷凍設備故障の為<br>一般開放中止 |        | 一般開放<br>9:00～21:00 | マンツーマン卓球(火) | 一般開放<br>6:00～19:00    | ワンポイントレッスン<br>13:00～15:00     |                           |                               |                           |
| 19    | 火  |                    |        |                    |             |                       |                               |                           |                               |                           |
| 20    | 水  |                    |        |                    |             |                       |                               |                           |                               |                           |
| 21    | 木  |                    |        |                    |             |                       |                               | マンツーマン卓球(木)               |                               |                           |
| 22    | 金  |                    |        |                    |             |                       |                               | マンツーマン卓球(金)               |                               |                           |
| 23    | 土  |                    |        |                    |             |                       |                               |                           |                               |                           |
| 24    | 日  |                    |        |                    |             |                       |                               |                           |                               |                           |
| 25    | 月  |                    |        |                    |             |                       |                               |                           |                               |                           |
| 26    | 火  |                    |        |                    |             |                       |                               | マンツーマン卓球(火)               |                               |                           |
| 27    | 水  |                    |        |                    |             |                       |                               |                           | 一般開放<br>6:00～9:00/12:00～19:00 | 弓道場整備<br>9:00～12:00       |
| 28    | 木  |                    |        |                    |             |                       |                               | マンツーマン卓球(木)               | 一般開放<br>6:00～19:00            |                           |
| 29    | 金  |                    |        |                    |             |                       |                               | マンツーマン卓球(金)               |                               |                           |
| 30    | 土  |                    |        |                    |             |                       |                               |                           |                               | ワンポイントレッスン<br>13:00～15:00 |

☆この予定表は教室日程の振替などにより、やむをえず変更する場合があります。また 〇 の日程は、一般開放は行っておりません。  
 ☆整氷時間は12:00・14:00・16:00から20分間程度です。(リンクの状態により多少の変更があります。)  
 ☆一般開放が11:45から始まる場合、12:00の整氷は行いません。

## テニスコート (屋外・ハードコート4面) 専用利用: 6:00～19:00

### ■申し込み方法 (1時間1コート640円・要事前予約)

札幌市公共施設予約情報システムに登録されている方は、インターネットよりお申し込みください。未登録の方は、直接来館のうえ、受付窓口でお申し込みください。  
 電話予約は当日のみとなっております。なお、ラケット・ボールの貸し出しはございません。  
 テニス教室開講時は専用利用の開放面数を制限させていただきますので、あらかじめご了承ください。

■18日(月)は施設整備日のため終日ご利用できません。

## 屋外弓道場 (70m/屋外) 一般開放: 6:00～19:00

- アーチェリー・弓道は規定の技量判定に合格し、安全講習を受講した経験者のみご利用できます。初心者のご利用できません。
- 高校生以下の利用は、上記同様に規定を満たした教諭の同伴指導が必要となります。
- 必ず、体育館窓口で受付を行ってからご利用ください。(早朝利用も受付が必要です。)
- 受付の際には、各協会・連盟発行の会員証、登録証等の提示が必要です。
- その他、利用に関する規則を定めておりますので、事前にお問い合わせください。

## 交通案内



地下鉄/東豊線 月寒中央駅下車3番出口 徒歩1分  
 中央バス/月62・月82 月寒中央駅前下車 徒歩1分  
 月78 月寒東2条8丁目下車 徒歩3分  
 月80・月78 月寒中央駅下車 徒歩5分

