

2026年 3月

高井戸温水プール利用予定表

※

← 水泳教室または貸切団体が入ります。入らない場合は一般開放になります。

R7・1・21

25mプール				9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21					
1	日	一般開放	6コース	歩 行																	
			5コース	片 道 完 泳																	
			4コース																		
			3コース																		
			2コース	自 由																	
			1コース																		
2	月	※	6コース	歩行	※	歩 行				※											
		5コース		片 道 完 泳																	
		一般開放	4コース																		
			3コース																		
			2コース	自 由																	
			1コース																		
3	火	※	6コース	※																	
		5コース																			
		一般開放	4コース	片道完泳																	
			3コース																		
			2コース	自 由																	
		1コース																			
4	水	※	6コース	歩行			※					歩行									
		5コース	片道完泳								片道完泳										
		一般開放	4コース	片道完泳			片 道 完 泳					片道完泳									
			3コース	自 由								自 由									
			2コース	自 由																	
			1コース																		
5	木	※	6コース	※																	
		5コース																			
		一般開放	4コース	片道完泳																	
			3コース																		
			2コース	自 由																	
		1コース																			
6	金	※	6コース	歩 行				※													
		5コース	片道完泳																		
		一般開放	4コース	片道完泳				片道完泳													
			3コース	自 由																	
			2コース	自 由																	
		1コース																			
7	土	※	6コース	※	歩行																
		5コース	片 道 完 泳																		
		一般開放	4コース																		
			3コース																		
			2コース	自 由																	
		1コース																			
8	日	一般開放	6コース	歩 行																	
			5コース	片 道 完 泳																	
			4コース																		
			3コース																		
			2コース	自 由																	
			1コース																		
9	月	※	6コース	歩行	※	歩 行				※											
		5コース		片 道 完 泳																	
		一般開放	4コース																		
			3コース																		
			2コース	自 由																	
			1コース																		
10	火	※	6コース	※										歩 行							
		5コース											片道完泳								
		一般開放	4コース	片 道 完 泳										自 由							
			3コース																		
			2コース	自 由																	
		1コース																			
9				10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21						

25mプール				9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
11	水	※	6コース	歩 行				※						歩 行			
			5コース	片道完泳										片道完泳			
		一般開放	4コース					片 道 完 泳						片道完泳			
			3コース	自 由		自 由											
			2コース	自 由													
			1コース														
			12	木	※	6コース	※										
5コース																	
一般開放	4コース	片道完泳															
	3コース																
	2コース	自 由															
	1コース																
	13	金			※	6コース	歩 行				※						
5コース			片道完泳														
一般開放							4コース	片道完泳									
			3コース	自 由													
			2コース	自 由													
			1コース														
			14	土	※	6コース	※	歩 行									
5コース	片 道 完 泳																
一般開放												4コース					
	3コース	自 由															
	2コース																
	1コース																
	15	日			一般開放	6コース	歩 行										
5コース			片 道 完 泳														
4コース																	
3コース			自 由														
2コース																	
1コース																	
16													月		6コース	プール休場 ※高井戸地域区民センター休館日	
	5コース																
	4コース																
	3コース																
	2コース																
	1コース																
	17	火	※	6コース	※												
5コース				片道完泳													
一般開放			4コース	片 道 完 泳										片道完泳			
			3コース											自 由			
			2コース	自 由													
			1コース														
			18	水	※	6コース	歩 行				※						歩 行
5コース	片道完泳					片道完泳											
一般開放					4コース	片 道 完 泳						片道完泳					
	3コース	自 由			自 由												
	2コース	自 由															
	1コース																
	19	木			※	6コース	※										
5コース																	
一般開放			4コース	片道完泳													
			3コース														
			2コース	自 由													
			1コース														
			20	金	一般開放	6コース	歩 行										
5コース	片 道 完 泳																
4コース																	
3コース	自 由																
2コース																	
1コース																	
9											10	11	12	13	14	15	16

2026年 3月

高井戸温水プール利用予定表

※

←

水泳教室または貸切団体が入ります。入らない場合は一般開放になります。

25mプール				9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
21	土	一般開放	6コース	歩 行												
			5コース	片 道 完 泳												
			4コース	片 道 完 泳												
			3コース	自 由												
			2コース	自 由												
			1コース	自 由												
22	日	一般開放	6コース	歩 行												
			5コース	片 道 完 泳												
			4コース	片 道 完 泳												
			3コース	自 由												
			2コース	自 由												
			1コース	自 由												
23	月	※	6コース	歩行	※	歩 行							※			
			5コース	片 道 完 泳												
		一般開放	4コース	片 道 完 泳												
			3コース	自 由												
			2コース	自 由												
			1コース	自 由												
24	火	※	6コース	※											歩 行	
			5コース												片道完泳	
		一般開放	4コース	片 道 完 泳											自 由	
			3コース	片 道 完 泳											自 由	
			2コース	自 由												
			1コース	自 由												
25	水	※	6コース	歩行					※						歩行	
			5コース	片道完泳					※						片道完泳	
		一般開放	4コース	片 道 完 泳					片 道 完 泳						自 由	
			3コース	自 由					片 道 完 泳						自 由	
			2コース	自 由												
			1コース	自 由												
26	木	※	6コース	※												
			5コース	※												
		一般開放	4コース	片道完泳												
			3コース	片道完泳												
			2コース	自 由												
			1コース	自 由												
27	金	※	6コース	歩 行						※						
			5コース	片道完泳						※						
		一般開放	4コース	片道完泳						片道完泳						
			3コース	自 由						片道完泳						
			2コース	自 由												
			1コース	自 由												
28	土	※	6コース		※	歩行										
			5コース	片 道 完 泳												
		一般開放	4コース	片 道 完 泳												
			3コース	自 由												
			2コース	自 由												
			1コース	自 由												
29	日	一般開放	6コース	歩 行												
			5コース	片 道 完 泳												
			4コース	片 道 完 泳												
			3コース	自 由												
			2コース	自 由												
			1コース	自 由												
30	月	※	6コース	歩行	※	歩 行							※			
			5コース	片 道 完 泳												
		一般開放	4コース	片 道 完 泳												
			3コース	自 由												
			2コース	自 由												
			1コース	自 由												
31	火	※	6コース	※											歩 行	
			5コース												片道完泳	
		一般開放	4コース	片 道 完 泳											自 由	
			3コース	片 道 完 泳											自 由	
			2コース	自 由												
			1コース	自 由												
9				10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	

サブプール					
1	日		16	月	プール休場
2	月	15:00～17:30 水泳教室	17	火	10:00～12:00 水泳教室
3	火	10:00～12:00 水泳教室	18	水	10:00～12:00 水泳教室
4	水	10:00～12:00 水泳教室	19	木	
5	木		20	金	
6	金	12:30～13:30 ワンポイントレッスン	21	土	
7	土		22	日	
8	日		23	月	15:00～17:30 水泳教室
9	月	15:00～17:30 水泳教室	24	火	10:00～12:00 水泳教室
10	火	10:00～12:00 水泳教室	25	水	10:00～12:00 水泳教室
11	水	10:00～12:00 水泳教室	26	木	
12	木		27	金	12:30～13:30 ワンポイントレッスン
13	金	12:30～13:30 ワンポイントレッスン	28	土	
14	土		29	日	
15	日		30	月	15:00～17:30 水泳教室
			31	火	

【利用料金】

- 延長は精算機でお支払いください
- 高齢者割引は平日・土日祝問わず終日対象です(10月1日より)

1 時 間					
大人	250円	障がい者 (大人)	130円	高齢者	130円
子ども	130円	障がい者 (子ども)	70円		

【注意事項】

水泳帽は必ず着用してください	酒気帯びの方・伝染病疾患の方・オムツが完全に取りれていない方は入場できません。
化粧を落として、シャワーを浴びてからご遊泳ください	
泳ぐ前には、準備体操をして、足元からゆっくりお入りください	一般開放中の指導行為や団体行動はご遠慮ください
場内での撮影は、ご遠慮ください(プールギャラリーも含む)	場内では監視員の指示に従ってください
飲食・喫煙はご遠慮ください	ロッカーには必ず鍵をかけ、鍵は身に付けてご遊泳ください
プールサイドには貴金属・時計・携帯電話の持ち込みは禁止です	お車でのご来場はご遠