扇町プール　ご利用案内

おうぎまち　りようあんない

～健康や体力の維持・増進に扇町プールをご利用ください～

扇町プールでは、低料金で、いつからでもプールやトレーニング場がご利用いただけます。
ぜひ一度、扇町公園内の扇町プールに足をお運びください。

駅から近い"扇町プール"へ通いませんか？

自分の体を変える！気持ちを変える！新しい自分になる！
そんなあなたを全力でサポートさせていただきます。
今からはじめる運動は、駅から近い
扇町プールにおまかせください。

地下鉄堺筋線「扇町」駅2A出口すぐ
JR環状線「天満」駅から南西へ徒歩約10分

泳き抜けプールが気持ちいい！

使いやすいマシンで楽しく運動

事前予約不要

《レンタルシューズ》

シューズを持っていないという方、
仕事帰りで持って来づらい方、
レンタルシューズをご利用ください。

☆1足300円（税込）にて貸出します。
サイズ　22cm～28cm　（0.5cm刻み）
※在庫はワンサイズ1足ずつのみです。

室内用トレーニングシューズ・動きやすい服装・タオル・水分補給できるものをお持ちいただければ、
すぐにお使いいただけます！！（事前講習会の受講・予約等は一切不要です。）
※ご利用前に登録証作成及びマシンの使用方法やルール・マナー等の説明をさせていただきます。

《プール・トレーニング場の共通のご案内》

■利用料金　※表示価格は税込です

★1回券は当日限り、定期券は発行日から1ヶ月間有効です。回数券は有効期限なくご利用いただけます。

利用場所	種別	1回券	回数券（11枚）	定期券
屋内25mプール ※①他プール利用可	大人	700円	7,000円	4,900円
	高齢者（65歳以上）	350円	3,500円	2,450円
	こども（16歳未満）	350円	3,500円	2,450円
屋外プール （7/1～9月第1日曜まで）	大人	400円		
	高齢者（65歳以上）	150円		
	こども（16歳未満）	150円		
トレーニング場 ※②高校生以上のみ利用可	大人	600円	6,000円	6,000円
	高齢者（65歳以上）	300円	3,000円	3,000円
	高校生または18歳未満	400円	4,000円	4,000円
セット券 （屋内プール＆トレーニング場） ※①他プール利用可	大人	1,000円	10,000円	8,500円
	高齢者（65歳以上）	500円	5,000円	4,250円
	高校生または18歳未満	850円	8,500円	7,000円
オリジナルセット券 （屋内プール＆トレーニング場） ※③扇町プールのみの利用	大人			6,500円
	高齢者（65歳以上）			3,500円
	高校生または18歳未満			4,000円

※①屋内25mプールの利用券及びセット券の回数券・定期券で、大阪市営のプール（下福島・此花・中央・西・大阪・大正・真田山・都島・浪速・東成・生野・城東・阿倍野・住吉・住之江・長居・平野・西成・西淀川・淀川）も利用できます。
※②トレーニング場は、高校生または同年齢以上の方が利用できます。
※③他プールの利用はできませんが、屋内プール・トレーニング場を低料金で、どちらも利用できる**とてもお得な利用券**です。

ご自身の施設の利用頻度に合わせて、利用券をお買い求めください。プールでは、週2回以上ご利用になるのであれば、定期券がお得です。トレーニング場では、週3回以上ご利用になるのであれば、定期券がお得です。
プールとトレーニング場をどちらも使える、**オリジナルセット定期券**もございますので、ぜひ購入をご検討ください。

■ご利用方法・持ち物　※シューズのみレンタルがございます（税込300円）。その他のレンタルはございません。

●券売機でチケットをお買い求めの上、各受付までお越しください。ロッカーキーをお渡しいたします。
《プール利用時の持ち物》 水着　スイミングキャップ（屋内プールのみ）　タオル　必要な方はゴーグル
《トレーニング場利用時の持ち物》 動きやすい服装（Tシャツ、ジャージ等）　屋内用トレーニングシューズ　タオル　飲み物等

■障がい者手帳等をお持ちのお客様へ

●身体障がい者手帳・療育手帳・精神障がい者保健福祉手帳・被爆者健康手帳・戦傷病者手帳をお持ちの方とその介護者は施設利用料が全額免除されます。（介護者が施設を利用される場合は、施設利用料が必要です。）
●介護を要する障がい者の方は、介護者の同伴が必要です。※施設スタッフが介護者になることはできません。
●施設をご利用になる時は、ご面倒ですが、毎回手帳をご提示ください。ご提示のない場合は、通常料金が必要です。
※介護者とは、上記手帳で入場された方が、安全かつ快適に利用できるように介護する目的のために入場する方です。

■65歳以上、もしくは中学生・高校生のお客様へ

65歳以上の方、トレーニング場利用の高校生または同年齢の方、プール利用の中学生の方は、年齢の確認できるもの（免許証や保険証、学生証等）をお持ちください。お持ちでない場合は、大人料金でのご利用になります。

■小学4年生以下のお子様のご利用をお考えの方へ

●プールにおいて、小学4年生以下の方は、保護者（16歳以上）の同伴が必要です。（保護者1名につき3名まで）
●プールご利用の際は、保護者の方も必ず水着を（屋内プールではスイムキャップも）ご着用ください。

■その他

●酒気を帯びた方のご利用、また他の方のご迷惑になる行為は固くお断りいたします。
●医師等から遊泳を禁じられている方（感染症疾患等の疑いがある方）や体調が優れない場合のご利用は、ご遠慮ください。
●当施設では全てのエリアにおいて許可なく、写真及び映像撮影・録音することを禁止しております。
●盗難防止のため、ロッカーキーは必ず身につけてご利用ください。（シャワーご利用時や更衣中などもご注意ください。）

プール利用上の主なルールとマナー

●酒気帯びの方は入場いただけません。アルコールの持込みも禁止です。
施設内での飲酒を発見した際は、即、ご退場いただきます。
●小学4年生以下の方は、保護者の同伴が必要です。
保護者（16歳以上）1名につき、小学4年生以下の方、3名まで入場できます。
●水着を着用していない方は、プール室内及びプールサイドに入れません。（肌着等の着用はできません）
保護者の方も、必ず水着を着用してください。水着をお持ちでない方は、入場できません。
お子様の水中用おむつ（スイムパンツ・水遊び用パンツ）も、必ず上から水着を着用してください。
●大阪市からの指導により、刺青・タトゥーは他のお客さまから見えないようにしてご利用いただくようお願いしております。
プール利用時には、ラッシュガードを着用するなど、刺青・タトゥーを隠したうえで、ご利用ください。
●ボディボード、サーフボード、足ヒレ、シュノーケルやビーチボール・浮き具等の遊具は持込できません。
※アームヘルパーやライフジャケット等の安全具は、ご利用いだけます。
★屋外プールは、直径1m以内のうきわはご利用いただけます。（その他の遊具は禁止です。）
●お子様をお連れの方は、重大な事故につながる恐れがありますので、お子様から絶対に目を離さないでください。
●医師等から遊泳を禁じられている方（感染症疾患等の疑いがある方）や体調が優れない場合のご利用は、ご遠慮ください。
●施設内での撮影（カメラ・ビデオ等）は、全て禁止です。
●屋内プールをご利用の際には、必ずスイミングキャップを着用してください。★屋外プールはスイミングキャップ不要です。
●プールに入る前は、準備体操をして必ずシャワーを浴びてください。
●お化粧や整髪料、クリーム・オイル等は必ず落としてください。また、日焼け止め等も使用しないでください。
●ビン・ガラス等、割れる恐れのある物の持ち込みはできません。（ガラスレンズのメガネ・サングラスも含む）
●遊泳時は、時計・指輪・イヤリング・ネックレス・ピアス等の貴金属類の着用はできません。
爪を伸ばした状態やつけ爪を着用したままでの遊泳もできません。
また、衣類（Tシャツ・短パン等）を着用したままでの遊泳もできません。（ラッシュガードを除く）
※歩行のみの（遊泳しない）場合、プラスチックレンズのメガネはご着用いただけます。

●アクアシューズ（アクアラン）は、屋内プールの歩行コースでのみ、使用いただけます。
●更衣室・プールサイドでの、履物（サンダル等）の着用、傘（日傘）の使用はご遠慮ください。
●屋内プールは、携帯電話や音楽プレーヤー等の電子機器や新聞・雑誌等の利用に不要な物の持ち込みはご遠慮ください。
●施設内にペットを連れて入ることはできません。（盲導犬・介助犬を除く）
●プールサイドを走る、プールに飛び込む、逆立ち、肩車、人を投げる、柵を越える・くぐる・手足を入れる、潜水、遊泳中の追越し等の危険な行為は、おやめください。また、屋内プールでは、各コースの利用コース区分案内に則ってご利用いただき、プール遊泳中及び水中歩行は、右側通行をお守りください。また、前後左右の安全を確認し、譲り合ってのご利用をお願いします。
●不要な貴重品はお持ちにならないでください。また、持ち物には充分に気をつけ、各自で管理してください。
施設内での事故・盗難におきましては一切責任を負いません。（ロッカーは必ず施錠し、鍵は常に身につけておいてください。）
●屋内プール（更衣室含む）では、飲食・喫煙はできません。ただし、運動時に必要な水分補給については、フタ付の容器で500ml程度であれば、お持ち込みいただけます。※衛生上、プール槽から離れた荷物置き場付近でお飲みください。
★屋外プールは飲食できますが、衛生上プール槽から離れた場所でお願いします。（ゴミは各自で持ち帰りください。）
※プールサイドに売店（軽食や飲み物を販売）がございます。（休みの場合もありますので、ご了承ください。）
また、喫煙については、喫煙所でお願いします。（プールサイドに喫煙所が1箇所ございます）
●トイレ・採暖室使用後にプールに入るときは、必ずシャワーを浴びてください。★屋外プールには採暖室はございません。
●ご利用時は、譲り合ってご利用者同士の衝突事故等が無いようお気をつけください。
万が一、事故に合われた・発見された方はすぐにスタッフにお知らせください。
●床が濡れますと滑りやすくなりますので、更衣室に戻る際は、身体の水気を拭き取ってからお入りください。
●その他、危険な行為、他の方に迷惑になる行為は禁止です。また、スタッフの指示には必ず従ってください。
スタッフの指示に従っていただけない場合には、退場していただく場合があります。

《トレーニング場・スタジオのご案内》

■トレーニング場全般について

〇お飲み物は、フタ付の容器(ペットボトル・水筒)をご利用ください。
（中身がこぼれる、割れる恐れのあるカン、ビン、紙パック等の容器のお持ち込みはご遠慮ください。）

〇ロッカーを離れる際には、必ずロッカーキーを携帯してください。

〇更衣室は、必ず靴をお脱ぎいただき、飲食等、他のお客様のご迷惑になる行為はご遠慮ください。

〇お子様の入場は、お断りしております。（子ども向け教室の受講者を除く）
子ども向けプログラム受講者並びにその兄弟姉妹（見学者）については、保護者の責任の下で、
他のお客様のご迷惑にならないようにお待ちください。

■トレーニング場の利用について

〇マシンやマット等についた汗や汚れは、備え付けのタオルで拭き取ってください。

〇予約制のマシンもございます。（有酸素系のマシン・リラクゼーション系の一部マシン）

〇ウェイトマシン使用後は、ウェイトのピンを一番上に戻してください。

〇エアロバイク使用後は、イスを一番下までさげてください。

〇トレーニング中の休憩は、いったんマシンから離れてください。

〇ダンベルは、黒いマットの上でご利用ください。また、混雑時はゆずり合ってご利用ください。

〇携帯電話・スマートフォン・タブレット等の端末機器の使用について

1. マシンジム内では、イヤホンをつけて音楽を聞くための端末機器の使用は可能です。
2. 動画・メール等、画面を閲覧する機能のご利用は、バイクマシン以外ではご遠慮ください。
3. 通話・メール・画面閲覧等は、休憩場所にて行ってください。
4. 館内では許可なく撮影や録音をする行為は禁止です。

〇安全上、お客様がご利用中のマシンから異音が発生した場合等は、スタッフがお声をかけさせて
いただくことがございます。あらかじめご了承ください。

■スタジオ教室の参加について

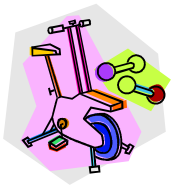
〇スタジオ教室は、開始時間までに必ず入室ください。（10分前より入室可能です。）

〇携帯電話・スマートフォン・タブレット等の端末機器のお持ち込みは、お断りしております。

〇プログラム開始時間を過ぎている場合の途中入場やプログラム開始後の途中退場はご遠慮ください。

〇マット、ステップ台、チューブ、ダンベル等、器具類を使用するクラスでは、
必ずインストラクターの指示に従い、準備と後片付けをお願いいたします。

〇プログラムが終わりましたら速やかにご退室ください。



■設置されているトレーニング機器等

《有酸素系》 エアロバイク / リカンベント / トレッドミル / ステアクライマー

《筋力トレーニング系》 チェストプレス / ラットプルダウン / レッグプレス / レッグエクステンション
レッグカール / オーバーヘッドプレス / ロータリーヒップ / バックエクステンション / バーティカルフライ
アブドミナルボード / ダンベル（1～10kg・12．5kg・15kg 各1組） / フラットベンチ / デクラインベンチ

《リラクゼーション系・その他》 バレルローラー / ベルトバイブレーター / 前屈 / 後屈 / ボディツイスト
アキレスストレッチャー / ストレッチマット / チューブ / 血圧計 / 体脂肪計 / 身長計　等

《教室のご案内》

扇町プールでは、施設利用料と教室料金をお支払いいただいてご参加いただく『有料教室』と、施設利用料のみでご参加いただける『無料教室』がございます。

お客様が参加希望される教室を、教室スケジュール表（別紙）でご確認の上、ご参加ください。

■無料教室

〇事前予約等が必要なく、教室開始時刻までに実施場所（プールもしくはスタジオ）にお越しいただければ、教室にご参加いただけます。

〇無料教室のみにご参加の場合も、施設利用料が必要です。それぞれの受付でチェックインを済ませてからご参加ください。

〇定員がある教室もございますので、教室スケジュール表（別紙）で、事前にご確認ください。

■有料教室

〇事前にお申込みいただき、同じ曜日・時間に2ヶ月8回ご参加いただく教室です。（1ヶ月4回の教室もあります。）

※教室申込をされていない場合、申込が完了されるまで、いかなる理由においても教室にはご参加いただけません。

〇ご参加には施設利用料が必要です。また、各教室の開催時間等については、教室スケジュール表（別紙）をご覧ください。

〇教室は1・2月度、3・4月度、5・6月度、7・8月度、9・10月度、11・12月度の年6期で実施しています。

〇教室カレンダー（教室実施日）は、お盆休みや年末年始等の関係上、通常のカレンダーとは違うことがありますので、お間違えのないように、ご注意ください。

〇お電話でも教室のお申込みを受付しております。但し、電話申込日を含む**4日以内（休館日は除く）にご入金のない場合は、無効となります**。期限が切れる際の連絡等いたしませんので、お忘れのないように、ご注意ください。

★★★有料教室の体験について★★★

◎有料教室は通常2ヶ月8回でのお申込みですが、各教室1回のみ体験参加することができます。

◎参加予定日の2週間前からお申込みが可能です。

◎各教室1回に2名まで体験していただきます。但し、体験希望教室の定員に参加人数分の空きがある場合に限ります。

◎体験料は、プール教室：1，000円　スタジオ教室：500円　卓球教室：1，200円　です。　※料金は税込です。

※一度お申込みいただきました料金につきましては、理由の如何にかかわらず返金はいたしません。

◎体験日の前日までにお申込みください。**体験日当日のお申込みは受付いたしかねます。**

【スタジオの有料教室】

●子どもスタジオ教室

キッズファンク（ダンス）やバレエ等の人気の教室を、お子様の年齢や習熟度に合わせて指導しています。

音楽に合わせて踊る楽しさを感じて、カッコよく・優雅に踊れるようになります。

●大人スタジオ教室

健康増進にピッタリの、ヨガや太極拳・健康体操・歩き方教室・気功・ピラティス・バレエのような教室や、エアロビクスやZUMBAのような汗をかきたい方向けの教室等、色々な種類の教室がございます。ぜひ一度ご参加ください。

【プールの有料教室】

●ベビースイミング・リトルスイミング

生後6ヶ月～未就学のお子様を対象とした教室です。ベビースイミングは、保護者の方と一緒にプールにお入りいただきます。

	ベビースイミング	リトルスイミング
対象年齢	6ヶ月～2歳児までのお子様とその保護者（1名）	2歳半～4歳児までのお子様
指導内容	プールで保護者と一緒に手遊びや歌に合わせ、コミュニケーションやスキンシップをとるクラス。	保護者から離れ、お友達とプールに入り、楽しく水慣れをしながら、自立の一歩を踏み出します。

※ベビースイミングとリトルスイミングは、1ヶ月4回毎のお申込みです。

●子ども水泳教室

子ども水泳教室では、当社の21段階の進級基準に則り、子どもたちが勇気を持ってチャレンジしていくことを目的に、『勇気教育』を進めています。その『勇気教育』を推進するために、『ほめる型指導』を行っています。
また、各インストラクターの指導は、ルール・マナー面にも視点をおき、厳しい中にも楽しさあり、優しさありの指導を行い、その中で技術・体力・能力の向上に努めています。

	子ども水泳教室Aクラス	子ども水泳教室Bクラス	子ども水泳教室Cクラス
対象年齢	4歳～小学校低学年	5歳～小学生	小・中学生
指導内容	水かぶりや顔つけ等の水慣れからクロール・背泳ぎ習得まで	バタ足から4泳法（クロール・背泳ぎ平泳ぎ・バタフライ）習得まで	4泳法習得したお子様を対象に各泳法のレベルアップを実施

●大人水泳教室

16歳以上の方を対象に、初めて泳ぐ方から4泳法を泳げる方まで、泳力レベル・習得したい種目に応じた教室を実施しています。
初級、中級といった泳力レベル別の教室と、バタフライ教室、平泳ぎ教室等の泳法別の教室がございます。

★①プライベートレッスン（プール）/②パートナーストレッチ（スタジオ）★

◎実施時間 ：1枠30分/ 開催時間 ：別紙タイムスケジュールに記載のある枠の時間。対象年齢 ：①5歳以上②16歳以上
◎実施内容 ： ①水慣れからクロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ・ターン等の習得や技術向上等。内容はコーチに相談ください。
②柔軟性、関節可動域のチェック後、全身13部位・22バリエーションのストレッチを行い、効果測定まで行うプログラムです。
◎申込開始日 ： レッスン実施希望日の前月の1日からお申込みいただけます。
◎料金：①1枠3，300円 ※一度お申込みいただきました料金については、理由の如何にかかわらず返金はいたしません。
2名で1枠をお申込みの場合は、2割引き（2人で5，280円）。3名で1枠をお申込みの場合は、3割引き（3人で、6，930円）。
※複数名の割引は、同時申込の場合に限ります。
※ビデオ撮影を希望の方は、別途500円で撮影し、プールサイドで映像確認できます。（撮影・確認時間はレッスン時間に含む）
②1枠 3，240円 ※一度お申込みいただきました料金については、理由の如何にかかわらず返金はいたしません。
※マンツーマンでのストレッチですので、複数名申込は受付ておりません。また、事前確認書に署名が必要です。
◎申込・日時変更については、担当コーチの時間確保及びコース使用案内が必要なため、
レッスン日・変更希望日の**1週間前までにお願いします**。 ※日時変更は1回に限ります。
※コーチとの相談も含めて、1週間前までにご入金がない場合は、レッスンを行うことができません。
◎レッスンの受講は、申込者本人のみとし、権利の譲渡等はできません。

【その他の有料教室】

●卓球教室 ※卓球教室については、施設利用料は不要です。

2階卓球場で、小学生以上の方を対象に、卓球教室を実施しています。
初心者から上級者まで、プロコーチの指導を受けて、楽しく上達しましょう。

《体育場・卓球場のご案内》

■利用料金　※表示価格は税込です

		9時～12時	12時～15時	15時～18時	18時～21時	21時～22時
体育場（1面）	平日	1,200円	1,800円	1,800円	2,400円	600円
	土日祝	1,440円	2,160円	2,160円	2,880円	
卓球場（3台）	1台に付き　1時間　400円					

※21時～22時の体育場・卓球場のお申込みは、扇町プールの総合受付にて行っております。

■申込方法

オーパスシステムに登録済みの方は、インターネットもしくは各施設の街頭端末で、
利用予定月の2ヶ月前の1日から10日までの期間に、抽選予約にお申し込みいただけます。

※登録されていない方は、利用希望日時に空きがあれば、受付にて利用予定月の2ヶ月前の23日からお申込みいただけます。
※大阪市在住・在勤でない方は、オーパスシステムに登録することはできませんが、空きがあればご利用いただけます。

大阪市に在住もしくは在勤で、オーパスシステム申込希望の方は、総合受付で登録用紙をお渡ししています。
申込用紙記入後、証明写真を添付し、ご本人確認書類と大阪市に在住もしくは在勤であることを証明できる書類を持って、当施設（または大阪市の各スポーツ施設）にお越しください。書類を確認の上、施設確認印を押印します。
次に、その書類を銀行に持って行き、口座確認印を押してもらい、スポーツ総合情報センターに郵送ください。
約10日～2週間で登録カードが送られてきますので、そこからインターネットや街頭端末で、抽選予約や空き予約ができるようになります。　※施設確認印と口座確認印はどちらが先でも問題ありません。

●平日の21時から22時のお申込みについては、**扇町プールの受付での現金のお申込みのみ**となります。

★申込期間
◎体育場の優先申込　利用日18:00からの利用時間枠の利用申請後から利用日予定月の2ヶ月前の22日まで
◎卓球場及び体育場一般申込　利用予定月の2ヶ月前の23日より受付開始。

■利用方法

ご利用前に1階総合受付にて受付いたします。（ご利用人数を男女別でお伺いいたします。）
その際に必ずオーパスカードをお持ちください。（未登録の方は、許可証をお持ち下さい。）

●ご利用の際は、事故防止のため、屋内用のトレーニングシューズでご利用ください。（土足での利用は厳禁です。）

●用具について
1. バレーハンドル・空気入れは、総合受付にございます。
2. 卓球場ご利用の方は、1台につきピン球1個ラケット4本をお貸しできます。
3. バレーボール・バスケットボール等の貸し出しはございませんので、ご自身でお持ちください。

●更衣について
①扇町プールには、体育場・卓球場利用者のための専用更衣室はございません。
※更衣室利用をご希望の方は、受付スタッフにお申し付けください。
②ロッカーキーは、代表者の方にまとめてお貸しいたします。※個別にはお貸しいたしません。
※ロッカーキーの数が少ないため、1チームにお貸しできるキーは男女それぞれ5本までとさせていただきます。
③ご利用いただく更衣室は、トレーニング場用の更衣室ですので、多数の方で同時にご利用にならず、他のお客様の迷惑にならないように少人数ずつでご利用ください。**※更衣室では必ず靴を脱いでください。**

●お帰りの際は、総合受付に終了したことをお知らせいただき、お忘れ物の無いようにお帰りください。
次のご利用者のため、**必ず終了時刻までにご退出ください。**

【注意事項】
①次の方の為にモップ掛けをお願いします。
②ご利用になった備品は必ず元の位置にお戻しください。

2016年2月1日更新

《大阪市立扇町プール》 ※屋外プールの営業時間・休館日については、別途ご確認ください。

■営業時間

【平日】9:00～22:00　【土日祝】9:00～21:00

※最終受付(入場)は、営業終了時刻の45分前まで

■休館日

毎週水曜日(祝日の場合は、翌日が休館となります)・年末年始

※屋外プールにつきましては、午前7時の時点で暴風警報が出ている場合、臨時休館します。その後の営業再開については、別途ご確認ください。

■住所

〒530−0025　大阪市北区扇町1−1　扇町公園内

■電話番号 / FAX番号

TEL　06−6363−8911 / FAX　06−6363−8913

■ホームページアドレス

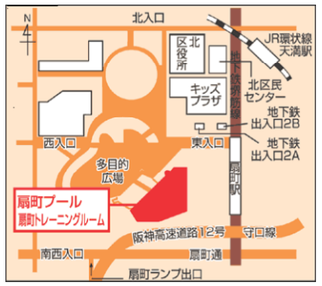
http://www.konamisportsandlife.co.jp/trust/osaka/shisetsu/ogimachi.html

■交通アクセス

地下鉄堺筋線「扇町」駅　2A出口すぐ / JR環状線「天満」駅より南西へ徒歩約10分

※当施設には専用駐車場はございませんので、お車でお越しの方は、公園や近隣の有料駐車場をご利用ください。

(当施設を利用することによる割引等はございません。)



■その他

○一度お支払いになった料金は、理由の如何に関わらず、返金・一部払い戻し等はいたしかねます。

○コピーは、1枚10円(税込)で承っております。(白黒コピーのみ)

○ロッカーキーを紛失されますと、実費として2，500円(税込)をお支払いいただきます。

※大阪市立扇町プールは、大阪市の指定管理者制度により、株式会社コナミスポーツクラブが運営しております。