



新型コロナウイルス感染拡大を防止するため、利用を制限しております。
何卒、ご理解とご協力の程、よろしくお願いいたします。

プール のご利用

制限人数（先着順）	利用時間	利用中止
プール場内：40名* 更衣室内：各8名	2時間まで (延長利用不可)	採暖室・脱水機・ドライヤー 体重計・血圧計・体組成計

* 「一般公開」、「教室」開催時の制限人数については、駒場体育館ホームページをご覧ください

9月の教室・一般公開プログラム・ショートレッスンについて

- こどもサポートプランは、当面の間中止いたします。
- 一部、教室（申込制）を再開しています。「小学生水泳教室【土曜】・幼児水泳教室・小学生水泳教室【水曜】」
- 一部、一般公開プログラムを再開します。「アクアビクス」10日（木）～
「ウォーターエクササイズ」12日（土）～
「こまばサンデースポーツ」13日（日）
- ショートレッスンは引き続き中止といたします。

～ご利用にあたっての注意事項～

●マスクの着用

- ・必ずマスクを持参していただき、受付時は着用をお願いいたします。

●プール場内

- ・ほかの方とできるだけ距離をあけて利用してください。
- ・常時窓を開放しているため、通常より寒く感じる場合がございます。ご了承ください。
- ・プール内での大きな声での会話はお控えください。

●更衣室

- ・更衣室には長時間滞在しないようにしてください。
- ・当面の間、シャワー室でのシャンプー、石鹸の利用はできません。
- ・密を避けるため、一度に使用できる人数は原則8人といたします。
- ・ロッカーの数を半数に制限しております。
- ・更衣室内での大きな声での会話はお控えください。

トレーニング室 のご利用

制限人数（先着順）	利用時間	利用中止
原則5名	2時間まで	体重計・血圧計・体組成計

マシンの台数制限・ショートプログラムの中止、マスクの着用について

- 密を避けるため、一部マシンの利用を制限させていただきます。
- 当面の間、ショートプログラムを中止いたします。
- トレーニング中もマスクの着用をお願いいたします。（マスクが無い場合は、ネックゲイターやバンダナで代用可）

～ご利用にあたっての注意事項～

●利用人数の制限

- ・「3つの密」を回避するため、利用人数を5名までに制限させていただきます。利用者が多い場合は、お待ちいただく場合がございますのでご理解ください。

●利用時間の制限

- ・多くの方にご利用いただくため、利用時間を2時間までとさせていただきます。

●過度なトレーニングはお控えください

- ・熱中症予防のため、水分補給を適宜行い、息苦しいときはマスクを外して休憩する等、ご自身で体調管理をお願いいたします。

●靴底の消毒

- ・トレ室入口に消毒剤を含んだタオルを設置します。必ずその上を通り、靴底の消毒をしてからお入りください。

◆ご利用にあたってご協力ください◆

●手指の消毒

備え付けの消毒液、トイレでの手洗いをお願いします。

●運動時以外のマスク着用

受付時や着替え時、会話をする際は着用してください。

●三密の回避

人同士の距離をとり、大きな声での会話、ロッカーやロビーの長時間利用を避けてください。

●体調不良時の利用中止

発熱、咳、だるさ、息苦しさなどの症状がある場合は利用を控えてください。

●利用毎、チェックシートの提出

利用時に「新型コロナウイルス感染拡大防止のためのチェックシート」の記入・提出にご協力ください。

(区HPからもダウンロード可)

●施設利用者全員の検温を実施

利用前に必ず体育館入口にて、体温を測定してください。

*「三つの密」を避けるため、利用施設や人数の制限をさせていただく場合があります。

～ご利用の皆様と職員の「健康と命を守る」ため、ご協力をお願いします～

■貸出器具(ラケットなど)について

器具利用の際は、手指の消毒をお願いいたします。

貸出器具の共有はご遠慮ください。

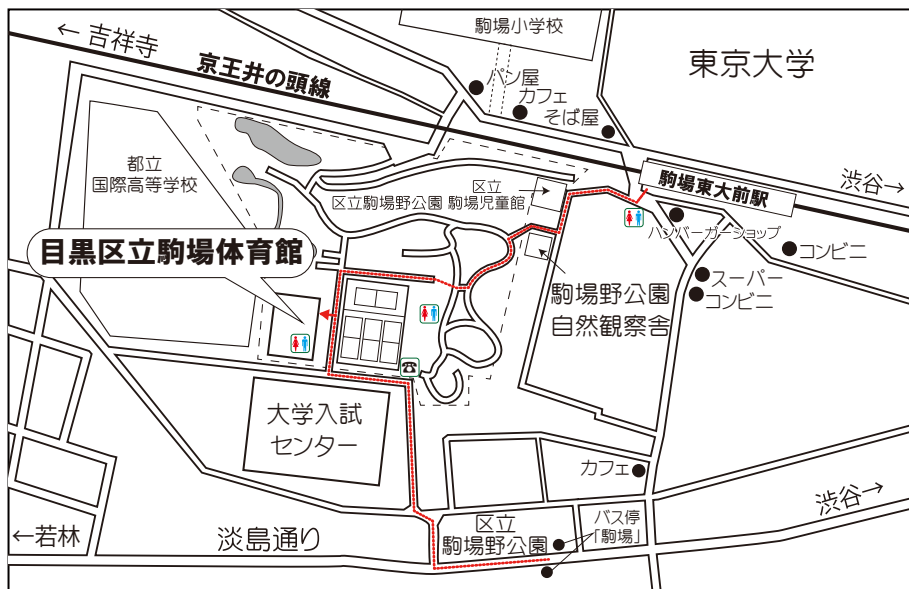
感染予防のためにも、スポーツ用具については、極力ご自身の道具をご用意いただくことをお勧めいたします。

一般公開プログラムスケジュール

9月

※祝日はお休み

生き生きライフ		9:45-11:45	1・8・15・29
剣道	火曜	15:40-18:00	※22日はお休み ※生き生きのソフトバレーは中止
バレーボール		19:00-21:00	中止
音楽体操	水曜	10:00-11:30	2・9・16・23・30
アクアビクス	木曜	19:00-19:50	✕・10・17・24
卓球	金曜	19:00-21:30	4・11・18・25
剣道	土曜	15:40-18:00	5・12・19・26
スポーツ広場	第1・3・5土曜	9:30-11:30	5・19
ソフトテニス	第1・3・5日曜	9:00-11:00	6・20
こまばサンデースポーツ	第2日曜	9:00-13:00	13



目黒区立駒場体育館

指定管理者 株式会社オーエンス

〒153-0041 目黒区駒場2-19-39

TEL.03-3485-7761 / FAX.03-3485-3926

駒場体育館ホームページ <http://www.komaba-taikukan.jp/>
目黒区ホームページ <https://www.city.meguro.tokyo.jp/index.html>

京王井の頭線『駒場東大前』駅西口から徒歩5分

東急バス 渋谷51系統 若林折返所行き
東急バス 渋谷52系統 世田谷区民会館行き
小田急バス 渋谷54系統 経堂駅行き
バス停『駒場』から徒歩5分

※更衣室内ロッカーをご利用の際は100円硬貨が必要です。
(返却式)

※祝日はお休みになるプログラムがあります。
詳しくは体育館までお問い合わせください。