

HEALTH SWIM in TAKAOKA



50m屋外プール

一般開放

7月1日(月) 9:00~

皆様のご利用をお待ちしております。

お友達に
なつてね!



ラインQRコード➡

50m屋外プール

(公財)日本水泳連盟公認プール
9レーン 深さ:1.8m~2.0m

受講生募集

受付開始

7/13(土)
午前9時から

令和6年度

夏休み短期ジュニア教室

水泳

コース	1	2	3	4	5
A コース	7/25 木	7/26 金	7/27 土	7/31 水	8/1 木
B コース	8/2 金	8/3 土	8/5 月	8/7 水	8/8 木

時間 ● 9:00~10:00

対象 ● **A**コース: 小学1~3年生

● **B**コース: 小学4~6年生

定員 ● 各コース**12名**

目標 ● 少しでも長い距離を上手に泳ぐことができるように頑張る。

講師 ● 日本スポーツ協会 公認スポーツ指導者
室 紀代子氏 高木 優子氏

受講料 ● 各コース **6,000円**

※受講料には、傷害保険も含まれております。

飛込

1	2	3	4	5
7/29 月	7/31 水	8/1 木	8/2 金	8/3 土

時間 ● 9:00~10:30

対象 ● 25m以上泳げる小学生

定員 ● **10名**

目標 ● 飛込競技の体験を通して飛込の楽しさを知る。

講師 ● 日本スポーツ協会 公認スポーツ指導者
荒田 恭兵氏

受講料 ● **6,000円**

※受講料には、傷害保険も含まれております。

令和6年度

夏季飛込体験教室



1	2	3
8/31(土)	9/7(土)	9/14(土)

時間 ● 13:00~14:30

対象 ● 25m以上泳げる中学生以上で健康な方

定員 ● **10名**

目標 ● 飛込競技の体験を通して飛込の楽しさを知る。

講師 ● 日本スポーツ協会 公認スポーツ指導者
荒田 恭兵氏

受講料 ● **6,000円**

※受講料には、傷害保険も含まれております。

《受付場所》

富山県高岡総合プール 受付窓口

- 富山県高岡総合プールの受付にある申込用紙をご記入の上、受講料を添えてお申し込みください。
- 代理の方による申し込みは受け付けておりません。
※保護者1名で兄弟姉妹の申し込みができます。
- 申し込みは先着順となります。
- 定員になり次第、締め切ります。
- 納入された受講料の返金はいたしません。

申し込み・問い合わせ先

(公財)富山県スポーツ協会

富山県高岡総合プール

☎0766-28-1166

9月1日(日)

無料開放!!

富山県高岡総合プール イベント

スポーツフェスティバル 2024

開催
(予定)



トレーニング室 無料開放



25mプール 無料開放



ヨガ体験 予定



フラダンス発表会



ストレッチポール講座



鍼灸・マッサージ



他にも
イベントを企画して
皆様のご来館を
お待ちしております。

※内容に関しては変更する場合があります。8月発刊のチラシまたはホームページ等をご確認ください。

50m屋外プール のご利用について

令和6年能登半島地震により、50m屋外プールエリアにタイル等の破損があり、安全にご利用いただけるよう整備しておりますが、念のためご利用の際は、**ビーチサンダル等を準備**していただきますようお願いいたします。



西側エリアを
立ち入り禁止とします。



タイルの破損部分は、
シートを敷いて
安全を確保しております。



コースロープが
新調されました!!

・施・設・紹・介・

会議室1・2



利用人数：約90人

会議室3



利用人数：15人

会議、研修会、講習会等に最適です!!

会議室の利用時間区分を**1時間単位**とし、
短時間のミーティング・文化活動などご利用いただけます。

予約方法

1

窓口・電話・メール等で、空き状況を確認



2

ホームページから利用予約申込書をダウンロード



3

窓口・メール・FAXで、申請書を提出



4

予約完了(事務局から予約完了の連絡)

※その他利用については、当プールにお問い合わせください。

会議室 利用料金

区分	利用人数	利用区分による金額 (円)												超過1時間 (円)
		9 } 10 時	10 } 11 時	11 } 12 時	12 } 13 時	13 } 14 時	14 } 15 時	15 } 16 時	16 } 17 時	17 } 18 時	18 } 19 時	19 } 20 時	20 } 21 時	
第1会議室	45人	330	330	330	330	330	330	330	330	330	330	330	330	440
第2会議室	45人	330	330	330	330	330	330	330	330	330	330	330	330	440
第1・2会議室	90人	660	660	660	660	660	660	660	660	660	660	660	660	880
第3会議室	15人	470	470	470	470	470	470	470	470	470	470	470	470	620

◎ 拡声装置(マイク)・プロジェクター等の附属設備は無料です!!

熱中症を予防して楽しく泳ごう

▶のどが渇かなくてもこまめに水分補給をしましょう。

泳ぐと体温が上がり、水中でも大量に汗をかきます。口の中が水で濡れるため、のどの渇きを感じにくいので、こまめに水を飲みましょう。



▶長時間泳がず、何回も休憩しながら泳ぎましょう。

50m屋外プールは熱を遮るものがありません。定期的に潜ったり、頭部を水中で冷やしましょう。



▶運動後も適度な塩分補給をしましょう。

スポーツドリンクや塩飴などの塩分を摂取しましょう。

2024. 7月～9月 利用予定表

(6/20現在) ※変更になる場合があります。

		25m温水プール			50m屋外プール			飛込プール		トレーニング室	
		9:00～20:30			9:00～17:00			一般開放なし		9:00～21:00	
		★月～土(12:30～13:30まで) 清掃時間★									
月	日	曜日	9:00	12:00	17:00	9:00	12:00	17:00		9:00	17:00
7月	5	金	通常通り					12:30 閉館 大会準備	一般開放なし	通常通り	
	6	土	富山県水泳選手権大会 兼 富山県民体育大会 (一部・三部) アップ会場 一般開放なし		18:00～開放 8コース歩くコースなし	富山県水泳選手権大会 兼 富山県民体育大会 (一部・三部) 一般開放なし		一般開放なし	一般開放なし	17:00～ 開放	
	7	日	富山県水泳選手権大会 兼 富山県民体育大会 (一部・三部) アップ会場 一般開放なし			富山県水泳選手権大会 兼 富山県民体育大会 (一部・三部) 一般開放なし		富山県中学校総合選手権大会	一般開放なし		
	8	月	通常通り			10:00 オープン			一般開放なし	通常通り	
	14	日	通常通り			通常通り			富山県水泳選手権大会	通常通り	
	27	土		13:30～ 8コース歩くコースなし	20:00 閉館 大会準備	通常通り			一般開放なし	通常通り	
	28	日	富山県夏季短水路記録会 一般開放なし			富山県夏季短水路記録会 アップ会場 一般開放なし		富山県民体育大会	一般開放なし		
	29	月	10:00 オープン			通常通り			一般開放なし	通常通り	
9月	1	日	スポーツフェスティバル 9:00～16:00 全館無料開放								
	8	日	通常通り			通常通り			富山県高等学校新人水泳競技大会	通常通り	

※日・祝日の営業時間 (9:00～17:00) 清掃時間はありません。

《注意》 当施設で行われる予定の事業・教室・大会等は、内容の変更または中止になる場合があります。詳細については、ホームページ・SNS・電話等でご確認ください。

休館日 火曜日(火曜日が祝日の場合は、営業します)

ご不明な際は、当施設までお問い合わせください。



富山県高岡総合プール

TEL 0766-28-1166

〒933-0982 富山県高岡市ハケ88番地の1

URL <http://www.sportsnet.pref.toyama.jp/member/takaokapool/>
E-mail takaoka-sougoupool@sportsnet.pref.toyama.jp

