



▲幼児用プール(写真手前)もある

## 冬も走って泳いで!

### 3 西区体育館・温水プール

二十四軒手稲通沿いにある、体育館と温水プールが一体となった複合施設。

1年を通じて水泳を楽しむことができる温水プールは、太陽の光が差し込む開放的な造り。全長25メートルの7本のコースには、ウォーキング専用のものもあり、目的に合わせた利用が可能だ。

また、体育館にランニングデッキがあるのをご存じだろうか? ランニングを楽しみたいけれど、雪の上を走るのはちょっと…。という人はぜひ、ここを利用してもら



▲体育館は大勢のスポーツ愛好家で大にぎわい。2階がランニングデッキ

いたい。1周140メートルのため、走った距離を管理しやすい。

運動を始めたけれど、きつかけがつかめない…。という人には講習会への参加がおすすめ。卓球やバドミントンなどの競技系から太極拳やフラダンスなどのフィットネス系まで、幅広く開講されている。期間が約3カ月と比較的短いので、手始めに参加してみてもいいだろうか。

また、既に開講している講習会でも、定員に空きがあれば1回50円で体験できる。気になる人はぜひ問い合わせを。



## 雪が降っても土の上でスポーツ!

### 4 農試公園 ツインキャップ

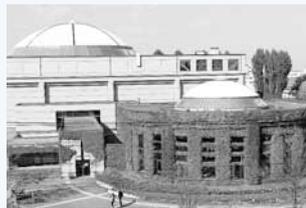
広大な敷地を誇る農試公園の一角にある運動施設。

最大の特徴は、アリーナ(屋内広場)の地面が土になっているところ。雪が積もる冬でも、土の上で野球やサッカー、パークゴルフなどを楽しむことができる。

また、月2回ほど、幼児・小学生と保護者向けにアリーナを開放している日があり、本格的にスポーツをするには早い、小さな子どもがいる家庭でも気軽に利用できる。子どもと一緒に体を動かして、冬の運動不足を解消してはいかがか。



▲土ならではの感触を楽しめる



▲大小2つのドームが目印

## ～各施設詳細情報～



#### 1 西健康づくりセンター(八軒1西1)

**利用時間** 火～土曜 9:30～20:30  
日曜、祝日 9:30～18:00  
**休館日** 月曜、年末年始  
**電話番号** 618-8700

#### 3 西区体育館・温水プール(発寒5-8)

**利用時間** 9:00～21:00(プールは10:00から)  
**休館日** 第3月曜(祝日の場合は第4月曜)、  
年末年始(本誌区版6ページのお知らせを参照)  
**電話番号** 662-2149

#### 2 宮の沢屋内競技場(宮の沢490)

**利用時間** 9:00～21:00  
**休館日** 第3月曜(祝日の場合は第4月曜)、  
年末年始  
**電話番号** 664-6363

#### 4 農試公園ツインキャップ(八軒5西6)

**利用時間** 9:00～21:00  
**休館日** 年末年始(アリーナは別途整備日あり。詳細は問い合わせを)  
**電話番号** 615-3680

※施設利用料、利用時間割などは各施設に問い合わせを