

冬季はスケートリンクに

美香保 体育館

美香保体育館は、昭和47年に開催された冬季オリンピック札幌大会で、フィギュアスケート競技の会場として使用されました。

現在は、夏季（6月～9月下旬）は体育館、冬季（11月～4月上旬）はスケートリンクとして利用されています。スケート靴を有料で貸し出していただけますので、どなたでも気軽に利用できます。

また美香保体育館は、札幌市のスポーツ施設で、唯一、カーリングができる施設でもあります。

週一回、一般開放されており、ブラシなどの道具を無料で借りることができます。



《美香保体育館》

住所 北22条東5丁目。
交通機関 中央バス東70（地下鉄東豊線「元町駅」乗車）「北24条4」下車徒歩5分。
駐車場 120台（無料）
利用時間 冬季：午前10時～午後9時
夏季：午前9時～午後9時
休館日 第3月曜日（祝日の場合は第4月曜日）、年末年始、転換作業期間
利用料金 一般580円、高校生280円、65歳以上140円、中学生以下無料。回数券や専用利用料金等はお問い合わせください。
電話 741-1972

▲利用者の声▼

カーリングチーム「コスモス」

五十嵐 裕子さん
中山 末子さん
後藤 紋子さん

毎年、シーズンが始まる11月から週に1回程度、美香保体育館を利用しています。

カーリングは、リンクに髪の毛が1本落ちていても、ストーンが曲がってしまう繊細な競技ですが、そこが面白いところですよ。

今の時期は、全国各地で大会が開催されているので、少しでも勝ち進めるように、楽しみながら練習していきたいと思っています。



ブラシで掃いてストーンの方向を調整（左から）中山さん、後藤さん、五十嵐さん

お知らせとお願い

- 各種スポーツ教室などの申し込み方法等につきましては、各施設へ直接お問い合わせください。
- 各施設では、利用できるスポーツ種目の時間割が決まっています。事前にお確かめの上、ご利用ください。
- 駐車場が大変混雑しています。ご利用の際は、なるべく公共交通機関でお越しください。

健やかな暮らしを応援します

東健康づくりセンター

東健康づくりセンターは、皆さんの健康づくりを、さまざまな場面からお手伝いする施設です。

エアロバイクや筋力トレーニングマシンなどの運動機器が設置されています。

専任スタッフの指導を受けながら、無理せずトレーニングをすることができます。

運動フロアでは、「リラックソヨガ」や、「ダンベル&ストレッチ」など、専任の講師が指導する運動教室（有料）を行っています。

また、リズムに合わせて楽しく体を動かす、初心者向けのエアロビクスなど、どなたでも自由に参加できるプログラム

ラムもあります。

この冬、何か運動を始めたかと思っている方、ぜひ一度参加してみませんか。

気功法やエアロビクスを取り入れた健康体操「健美操」



《東健康づくりセンター》

住所 北10条東7丁目。
（東保健センター3階）
交通機関 地下鉄東豊線「東区役所前駅」4番出口より徒歩5分。
駐車場 15台（無料）
利用時間 午前9時30分～午後8時。
（日祝は午後6時まで）
休館日 月曜日、年末年始。
利用料金 無料。
電話 742-8711

