



# 福岡市民体育館だより



〒812-0045 福岡市博多区東公園8-2 TEL 641-9135 FAX 641-9139



## 幼児用屋外プールを開放しています♪

☆ウェブサイト「フクオカナウ」の「市民プールガイド2017」で紹介されています☆



## 開放日は8月31日(木)まで!

- ※屋外プールは、18時までのご利用となります。
- ※8月14日(月)は休館日のため、休場します。
- ※その他、天候により休場する場合がございます。

### ～注意事項～

- ・完全におむつがとれたお子様からご利用可能です。
- ・未就学児には18歳以上の保護者の付添が必要です。(高校生不可)
- ・保護者1名に対し、未就学児は2名まで入場が可能です。

その際、保護者の方も必ず水着を着用していただくようお願い致します。



※屋内プールは、保護者1名に対し、未就学児1名までの入場となりますのでご注意ください。



～8月の休館日について～

**14日(月)**  
定期点検の為  
休館します

通常と異なるのでご確認  
よろしくお願いいたします!



※8/21(月)は、  
通常どおり開館します!



# 「放課後☆スイミング(後期)」

クロールが苦手な小学生でも大丈夫！！  
基本的な技術や知識を学び、水泳の楽しさを通して、  
健康づくりと仲間づくりを行う教室です。



ご応募、お待ちしております☆

応募期間：8月1日(火)～15日(火)まで

開催日時：9月5日(火)～11月7日(火)  
17:30～18:30

定員：15名

参加料：5,200円

対象：クロールで25m泳げない  
小学2～6年生

## 応募方法

下記のいずれかでご応募頂けます！

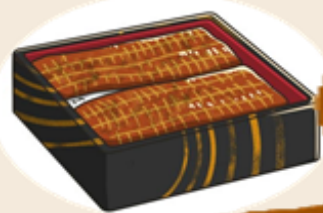
- 官製はがきに、**教室名・名前(ふりがな)・年齢・住所・電話番号**を記入の上、市民体育館に送付。(必着)FAXでも応募可能です！
- 来館できる場合は、窓口にて専用応募用紙をご記入頂いてもお申込みすることが出来ます！

## 「夏は花火・・・じゃなくてコレ！ 市民6プレゼント☆熱中症クイズ ～答え合わせ♪」

お待たせしました☆

熱中症に負けない為、オススメ食べ物、

第1位はあんこ・・・ではなく、「**うなぎ**」です！



【うなぎに含まれている栄養素】

ビタミンA、B1、B2、E、D

ミネラル、カルシウム、鉄分、

亜鉛、脂質(DHA,EPA)、コラーゲン

特にビタミンB1は、

汗をかくことによって不足してしまいます・・・

汗で不足した分は、うなぎを食べてカバーし、

今年の夏を乗り切りましょう♪

