

# 25mプール（個人利用）のご案内

いつも横浜市スポーツ医科学センターをご利用いただき、誠にありがとうございます。  
コロナ禍の利用制限を、以下の通り緩和いたします。

## ◆ 個人利用時間及び開放コース

曜日	受付時間	利用時間	開放（予定）コース
月・水・金・土	9:50～20:00	10:00～20:45	2コース
火	8:50～20:00	9:00～20:45	6コース
木	9:50～17:45	10:00～18:30	2コース
日	10:50～16:00	11:00～16:45	2コース (14:30以降 6コース)
祝日（木以外）	8:50～16:00	9:00～16:45	2コース (火曜のみ 6コース)
祝日（木）	9:50～16:00	10:00～16:45	2コース

※ 開館日の変更や、センター事業などにより開放コース等は変更される場合があります。最新情報は当施設HPで随時ご確認ください。

## ◆ 定員（先着順）

2コース時 男女 各10名  
6コース時 男女 各30名

## ◆ 料金

	13歳未満	13歳以上
1回	300円	600円



◆ 「ご利用者の皆様へ」（次のページ）を必ずご確認の上、ご利用ください。

## ◆ 注意事項

- ・ ご利用は、補助具なしで25Mを泳ぎきれる方が対象です。  
※泳力については、水中歩行の方を除きます。
- ・ 13歳未満の方は、1人につき成人1人の同伴が必要です。  
※おむつやトレーニングパンツが取れている方に限ります。
- ・ 水泳帽・ゴーグルの貸出・販売はありませんのでご持参ください。
- ・ ロッカーキーの受け渡しには、当施設のIDカードが必要です。  
※お忘れの場合は、ご利用になれません。未作成の方は、初回に登録作成してください。



横浜市のガイドラインに基づき、3月13日以降、マスク着用は各自の判断となります。マスク着脱について、本人の意思に反して強いることがないよう、個人の主体的な判断が尊重されるようご配慮下さい。

# ご利用者の皆様へ

## マスク着用について



クリニックエリア・MECルームでは、マスク着用にご協力ください。他のエリアでのマスク着用は個人の判断が基本となります。  
※本人の意思に反してのマスク着脱を強いることがないよう、個人の主体的な判断が尊重されるように、ご配慮をお願いします。

## こまめな手洗い・消毒



石鹸による手洗いやアルコール等による手指の消毒のご協力ください。  
※来館時・退館時に実施するようにお願いいたします。

## 体調不良時の利用自粛



来館前に体調をご確認ください。右記のような体調不良や感染が疑われる症状のある場合は、利用をご遠慮下さい。

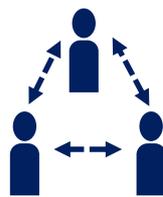
- ◆ 平熱を超える発熱
- ◆ 咳、のどの痛みなど風邪の症状
- ◆ だるさ、倦怠感、息苦しさ
- ◆ 嗅覚や味覚の異常
- ◆ 体が重く感じる、疲れやすい等
- ◆ 利用前5日間における新型コロナウイルス感染症陽性者との濃厚接触

## 適切な距離の確保



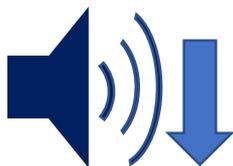
他の人との距離を確保して下さい。(人と人が触れ合わない距離を推奨。)

## 3つの「密」の回避



施設内では「3密（密閉・密集・密接）」を避けてください。  
※密になる場合、またはその恐れがある場合は入場制限を行う場合があります。

## 会話の自粛



クリニックやMECルーム内、更衣室などで距離が取れない場合、会話は必要最小限におさえてください。

## 継続中の利用制限

- 更衣室… 利用はシャワーを含め15分程度。
- ドライヤー… ①1タップにつき1ヶ所の利用。  
②1300W以下をご持参ください。
- サウナ → 使用できません。

※ロッカーキーは使用后、総合受付にご返却ください※  
※ その他、スタッフの指示に従いご利用ください ※

横浜市スポーツ医科学センター

# 25Mプール個人利用の流れ

## \* ご利用当日のフロー \*

★ 総合受付にて、

- ①IDカードを提示する
- ②感染症防止対策チェックシートの確認



★ 利用料金をお支払い



★ 更衣室ロッカーキー（リストバンド）を受け取る



★ 25Mプール受付スタッフに、更衣室ロッカーキー（リストバンド）を提示し更衣室へ移動する



★ プール利用開始【入水】



★ プール利用終了【退水】



★ 更衣後、退出。

更衣室ロッカーキー（リストバンド）を総合受付に返却。  
※閉館時間前に必ず返却してください。