

個人開放デー・クライミング施設開放デー

体育館やクライミング施設を次のとおり開放しています。

◇期日 第1・第3土曜日(年末年始を除く)

※7月2日(令和5年3月18日は改修工事のため利用できません。)

◇対象 小学生以上の方
※年齢を確認できるもの(生徒手帳、保険証など)をお持ちください。

☆詳しくは、総合スポーツセンター ☎544 4151へ。

個人開放

利用できる時間・種目などは左の表のとおりです。保護者同伴でない場合の利用は、小学生

▼個人開放デーで利用できる種目

時間区分	種目
午前10時～正午	バスケットボール(半面)
	バドミントン(3面)
	卓球(5台)
午後1時～3時	バドミントン(4面)
	卓球(4台)
午後4時～6時	バドミントン(4面)
	卓球(4台)
午後7時～9時	バドミントン(4面)
	卓球(4台)

が午後6時まで、中学生が午後7時までです。

いづれも、用具は無料で貸し出します。

◇費用

*一般 300円

*小・中学生 150円

◇受け付け 先着順(利用日の各時間区分の30分前から)



クライミング施設の開放

◇時間 午後3時～6時

◇定員 15人(先着順)

◇費用(保険料含む)

*一般 500円

*小・中学生 350円

◇受け付け

*クライミング施設利用資格認定証、クライミング教室修了証をお持ちの方 利用日の午後2時30分から

*それ以外の方 利用日の午後

2時から整理券を配布のうえ、午後3時から

◎クライミング施設利用資格認定試験

認定されると、開放デー以外にもクライミング施設を利用することが出来ます。

◇日時 第1・第3土曜日の午後5時～6時(午後3時から練習可)

◇対象 15歳以上(中学生を除く)で、クライミング経験が1年以上の方

◇定員 各回1人(申込順)

◇費用 1回500円(保険料含む)

◇認定の条件 ビレー及びリードが完全であること

◇申し込み 総合スポーツセンター教室担当 ☎544 4151 (午前9時～午後5時)へ



春の全国交通安全運動

〜たくさんの方々の笑顔が走る 首都東京〜

4月6日～15日に、春の全国交通安全運動を実施します。

交通安全ルールを守り、正しい交通マナーを身につけ、交通事故の防止に努めましょう。
☆詳しくは、交通安全係へ。

期間中の昭島市の重点項目

*子どもと高齢者をはじめとする歩行者の安全確保に努めましょう

*安全運転を意識しましょう

*自転車も交通ルールを守りましょう

*二輪車の交通事故を防止しましょう

*自動車や自転車の運転中は、スマートフォンなどの使用は絶対にやめましょう

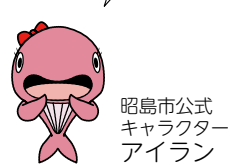
自転車安全利用五則を守りましょう

①自転車は車道通行が原則、歩道通行は例外です
②車道では左側を通行しましょう

③歩道を通行するときは、歩行者優先で、車道寄りを徐行しましょう

④安全ルールを守りましょう
⑤子どもはヘルメットを着用しましょう

飲酒運転は絶対にしてはいけません!



自転車保険への加入が義務化されています。必ず加入しましょう!



二人乗り、並んでの走行は禁止です。夜間はライトの点灯を忘れずに!

