

家族みんな健康づくりしようよ

留萌市温水プール

突撃！ぷるも探検隊が行く

9月2日オープンの「温水プールぷるも」水の妖精のプルちゃん＆モーくんがスポーツ振興課の長野係長といっしょにぷるもをリポートします。さあ、みなさんも一緒に探検しましょう！



温水プールぷるも交通アクセス

所要時間	所要時間
JR留萌駅から徒歩	約20分
JR留萌駅から車	約5分
小平町から車	約20分
増毛町から車	約30分

Part 1 1階 筋力トレーニング器具が充実 スタジオでレッツ・ダンス！

元気 ココロもカラダもリフレッシュ ぷるもで、もっと健康になるよ

プル&モー こんにちは、長野さん。きょうは、よろしくお願ひします。

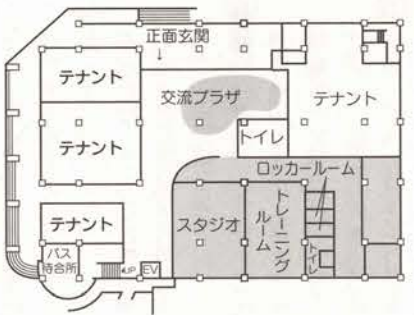
長野 やあ、待っていたよ。じゃあ、さっそくぷるもを探検しよう。

プル チョット待って。その前に、ぷるもがどういいうところなのか教えて？

長野 ひとことと言うと「健康増進施設」プルちゃんたちにはわかりやすい言葉で言うなら「みんなが元気で健康になることができるところ」ってかんじかな。

モー ウーン、いまいちピンとこないなあ…

長野 ぷるもを探検していく



させるほかに、筋力アップもできるんだよ。

プル なんだかとても楽しそう。わたし、ぜひエアロビクスをしてみたいわ。

モー ボクも筋力トレーニングをして、マッチョマンになつてやるぞ！

長野 わずか20〜30分の運動で、おなか、背筋、そして女性の気になる二の腕などのダイエットにも効果があるんだ。

プル 女性が殺到しそうね。

長野 それじゃあ、いよいよぷるもを探検しよう。

プル&モー イエッサア！

登場人物紹介

プルちゃん
水の妖精。なんでも知りたいい好奇心旺盛な女の子です。

モーくん
水の妖精。ちょっとおとぼけで元気な男の子です。

長野係長さん
市教委スポーツ振興課の係長。ぷるもを案内してくれます。



▲スタジオ。広さはたたみ38畳分。エアロビクスなど、各種教室を開催。



▲トレーニングルーム。広さはたたみ30畳分。筋力トレーニングができる。

区分	単位	一般・学生				高齢者		高校生		中学生		小学生	
		1人1回	回数券(6枚綴)	1ヵ月券	3ヵ月券	1回1枚	1ヵ月券	1ヵ月券	1ヵ月券	1ヵ月券	1ヵ月券	1ヵ月券	1ヵ月券
個人使用	1人1回	500	2,500	5,000	13,500	300	1,500	2,500	4,000	2,700	1,000	2,000	
個人使用	回数券(6枚綴)	1,500	5,000	13,500	20,000	1,500	6,000	1,500	4,000	2,700	1,000	2,000	
個人使用	1ヵ月券	5,000	13,500	20,000	20,000	300	600	500	300	200	1,000	2,000	
個人使用	3ヵ月券	13,500	20,000	20,000	20,000	300	600	500	300	200	1,000	2,000	
個人使用	特別券(50枚綴)	20,000	20,000	20,000	20,000	300	600	500	300	200	1,000	2,000	
専用使用	1コース(1時間)	1,000	50,000	10,000	2,500	600	30,000	6,000	1,500	1,200	300	10,000	
専用使用	基本料金(1回)	50,000	10,000	2,500	2,500	600	30,000	6,000	1,500	1,200	300	10,000	
専用使用	時間料金(1時間)	10,000	2,500	2,500	2,500	600	30,000	6,000	1,500	1,200	300	10,000	
専用使用	1ヵ月券	5,000	13,500	20,000	20,000	300	600	500	300	200	1,000	2,000	
専用使用	3ヵ月券	13,500	20,000	20,000	20,000	300	600	500	300	200	1,000	2,000	
専用使用	特別券(50枚綴)	20,000	20,000	20,000	20,000	300	600	500	300	200	1,000	2,000	
教室使用	1人1回	3,000	2,900	2,900	2,900	1,800	1,700	1,500	1,400	900	600	600	
教室使用	1ヵ月券	1,800	1,700	1,700	1,700	1,500	1,400	1,500	1,400	900	600	600	
教室使用	3ヵ月券	5,000	4,700	4,700	4,700	1,500	1,400	1,500	1,400	900	600	600	
教室使用	特別券(50枚綴)	20,000	20,000	20,000	20,000	1,500	1,400	1,500	1,400	900	600	600	

- 注1) 幼児以下の個人使用は無料です。
- 注2) 高齢者とは、65歳以上を言います。
- 注3) 障害者(心身障害者など)は高齢者と同額。
- 注4) 障害者の介護者は無料です。
- 注5) コース及びスタジオの専用利用は、10人以上の団体で使用する場合です。また、個人使用料は別途いただきます。
- 注6) 専用使用料は、使用区分の多い人数に基づきいただきますが、人数の割合が同じ場合は、高額な料金区分でいただきます。
- 注7) 教室利用者は、教室の時間外にプールを利用する場合は、別途使用料がかかります。
- 注8) 教室に参加する方は、別途保険料が必要です。
- 注9) 特別券は、会社や団体の福利厚生向けに設定したのですが、一般・学生以外の方も使用できます。

