

# 4月 スポーツセンタープール予定表

利用料金：1回2時間…高校生以上400円  
(更衣含む)小中学生100円、幼児無料

2026/3/9

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
9:00														9:30		9:45						9:30		9:45					9:30	9:45
10:00				教室①							教室①			教室②		団体幼		教室①			教室①	教室①	団体幼		教室①			教室②		団体幼
11:00				教室①		休					教室①			教室③		団体幼		教室①			教室①	教室①	団体幼		教室①			教室③		団体幼
12:00				教室①			教室③				教室①			教室③		団体幼		教室①			教室③	教室③	団体幼		教室①			教室③		団体幼
13:00	教室①	教室①					教室①	教室①	教室①	教室①	教室②			教室①	教室①						教室①	教室①	団体①		教室②			教室①	教室①	
14:00	教室①	教室①					教室①	教室①	教室①	教室②				教室①	教室①						教室①	教室①	団体①		教室②			教室①	教室①	
15:00						館	教室②				教室③			教室②		教室①					教室②	教室②	団体①		教室③			教室①	教室①	
16:00							教室②				教室③			教室②		教室①(幼半)					教室②	教室②	団体①		教室③			教室②	教室①(幼半)	
17:00				教室①			教室③				教室①			教室③		教室③					教室②	教室③	団体①		教室①			教室③	教室③	
18:00				教室①			教室③				教室①			教室③		教室③					教室②	教室③	団体①		教室①			教室③	教室③	
19:00				教室①		日	教室②				教室①			教室②		教室②					教室①	教室②	団体①		教室①			教室②	教室②	
20:00							教室③				団体①			教室③		教室③					教室①	教室②	団体①		教室③			教室③	教室③	
21:00																														
22:00																														

- … プール全面貸切ならびに休館日のため一般利用できません。
  - 団体○ … 団体貸切1~3コースを使用します。※常時3コースはご利用できます。
  - 教室○ … 渋谷区水泳連盟主催の水泳教室。区ニュースにて募集いたします。
  - 教室○ … 渋谷区スポーツセンター主催の水泳教室。館内掲示物などご確認ください。
  - 水中W○ … 水中ウォーキングを実施します。
- ※○数字はメインプール使用コース数 幼は幼児プール使用

**【ご利用時のお願い】**

- ・感染症対策のため、プール場内以外はマスクを着用し、靴袋をご持参ください。
- ・プールエリアへ水、お茶、スポーツドリンクに限りお持ち込み給水いただけます。

プール開場時間 9:00~21:00 休憩時間 毎時55分~00分の5分間 (20:55を除く)

シブスポ 検索 最新情報はウェブサイトをご覧ください。  
<https://shibuspo.jp/>  
 渋谷区スポーツセンター ☎03-3468-9051



# 4月 代官山スポーツプラザ メインプール予定表

2026/3/15作成

PLAY! SPORTS SHIBUYA/パートナーズ

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	
7:00							7:30		7:00					7:30																	7:00
8:00		8:45					スクール②		スクール					スクール②		8:45														8:00	
9:00		スクール②					10:00		11:00					10:00		9:50														9:00	
10:00		11:00				スクール①		水連③	②					10:00		9:50				スクール①										10:00	
11:00				スクール①				11:30			スクール①					11:30				スクール①										11:00	
12:00			11:45							11:45																					12:00
13:00			13:45				12:30														12:30									13:00	
14:00		アクアピクス③					15:00			14:15						14:15														14:00	
15:00		スクール①	団体貸切③					水連①	スクール①	団体貸切③				スクール①	水連①	スクール①	団体貸切③													15:00	
16:00														スクール②																16:00	
17:00		スクール③						水連③	スクール③	団体貸切③				17:30		19:30														17:00	
18:00																															18:00
19:00		19:30						③		③																				19:00	
20:00			20:45							20:45																					20:00
21:00																															21:00

休館日

休館日

※教室・スクール・貸団体切は、表記時間の5分前にコース変更いたします。予めご了承ください。

## プール利用時間・利用料金

高校生以上 1時間 300円 2時間 600円  
 小中学生 1時間 50円 2時間 100円

幼児 無料

※満3歳以上でおむつが取れている事

高齢者 障がい者 免除

※登録が必要  
 詳しくは管理事務室まで!

## プール開場時間

平日 7:00~21:00 (退水時間20:45)

土日祝 9:00~21:00 (退水時間20:45)

休憩時間 (プール内点検時間 各10分)

10:50/12:50/14:50/16:50/18:50

- ... 休館日
- ... 一部一般利用できません
- ... 水中プログラム

枠内○数字は貸切利用しているコース数です。それ以外のコースは、一般開放となりますのでご利用いただけます。





# 4月 中幡小学校温水プール予定表

利用料金：1時間…高校生以上300円・小中学生50円、幼児無料（満3歳以上でオムツがとれていること）

（更衣の時間を含む） ※利用時間を超えた場合、別途延長料金が発生いたします。

2026/3/15周知

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	水深	
9:00																																9:00
10:00																																10:00
11:00																																11:00
12:00																																12:00
13:00																																13:00
14:00																																14:00
15:00																																15:00
16:00																																16:00
17:00																																17:00
18:00																																18:00
19:00																																19:00
20:00																																20:00
21:00																																21:00

○数字は使用コース数 ※団体貸切前の記載時間は退館時間です。退水時間は15分前となります

- … 休館日・団体貸切のため一般利用できません
- 水中W … 水中ウォーキング教室 毎週金曜日1～3コース使用（15:00～15:30）  
※受付方法：当日14時よりプール受付にて（先着20名）

小中学生無料開放 … 毎週土曜日、9:00～12:50まで小中学生無料 ※団体貸切がある場合は12:45まで

浮き浮きタイム … 毎週日曜日、9:00～12:50まで浮き輪（直径1m以内）の持込みが可能です

【ご利用時のお願い】  
・ご利用の際は、外靴を入れる靴袋をご持参ください

**プール開場時間**  
水～日・祝日 9:00～21:00(最終入場20:00)  
休憩時間(各10分)  
10:50/12:50/14:50/16:50/18:50

お問合せ先  
渋谷区立中幡小学校温水プール  
渋谷区幡ヶ谷3-49-1  
TEL 03-3376-1069  
<http://www.ss-kousya.com>



# 4月渋谷本町学園温水プール予定表

利用料金：1時間…高校生以上300円・小中学生50円、幼児無料（満3歳以上でオムツがとれていること）  
（更衣の時間を含む） ※利用時間を超えた場合延長料金が別途発生いたします。

2026/3/15周知

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30						
	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木						
9:00		学校使用	学校使用				休館日							休館日	学校使用						休館日	学校使用						休館日								
10:00																																				
11:00		11:00	11:00									11:30								11:30																
12:00												キッズスイミング②								キッズスイミング②																
13:00																																				
14:00						14:30 水中W②									14:30 水中W②																					
15:00						15:00						15:30					15:30																			
16:00						16:00						16:00					16:00																			
17:00				17:00	17:00							17:00	17:00																							
18:00						18:30						18:30																								
19:00																																				
20:00											19:30																									
21:00																																				

水深  
↑  
1.1M  
↑  
1.1M  
↓  
1.2M

土・日・祝日は終日

○数字は使用コース数 ※学校の記載時間は退館時間です。退水時間は15分前となります

…休館日・学校使用のため一般利用できません

水中W (中学生以上対象) …水中ウォーキング教室 毎週月曜日2コース分使用（14:30～15:00）※祝日を除く  
※受付方法：当日13:30よりプール受付にて（先着20名）

キッズスイミング教室 …渋谷区スポーツ協会主催事業『キッズスイミング教室』  
幼児・小学生の水泳教室のため教室貸切 ※○数字が使用コースです  
※受付方法：詳しくは館内掲示板・渋谷区スポーツ協会HP イベント募集案内をご覧ください

- ・月・水～金 9：00～21：00（最終入場20：00 退水時間20：45）
- ・学校使用日 日によって異なります。上記タイムスケジュールをご確認ください
- ・土曜、日曜、祝日 9：00～17：00（最終入場16：00 退水時間16：45）
- ・休憩時間 各10分間 12：50 15：50 18：50（土曜・日曜・祝日は12：50のみ）

※4月10日・17日・24日は教室開催のため終日、水深1.1Mとなります。

## 【ご利用時のお願い】

・ご利用の際は、外履きを入れる靴袋をご持参ください。



☆お問い合わせ先☆

渋谷本町学園温水プール

住所：渋谷区本町4-3-1

☎03-3373-1303 <http://www.ss-kousya.com>



# 4月 上原中学校温水プール予定表

利用料金：1時間…高校生以上300円・小中学生50円、幼児無料（満3歳以上でオムツがとれていること）  
 （更衣の時間を含む） ※利用時間を超えた場合延長料金が別途発生いたします。

2026/3/15周知

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木

## プール再開時期変更

空調設備等工事のため下記期間  
休場となります

2025年10月5日(日)～  
2026年5月上旬まで

※期間は変更になる場合があります。  
予めご了承ください。

※駐車場はありません。また、周辺道路は**駐車禁止区域のため**自動車・バイク(原付含む)での来場はかたくお断りいたします。

★お問い合わせ★  
 上原中学校温水プール  
 渋谷区上原3-41-2  
 ☎03-3460-7531

(株)渋谷サービス公社ホームページ  
<http://www.ss-kousya.com/>

