

令和8年度

第1期小学生水泳教室

期間：4月12日～6月14日

毎週日曜日 全10回

時間：① 9:15～10:15

② 10:30～11:30

③ 11:45～12:45

対象者：小学生

定員：各30名

※応募者多数の場合は抽選となります

参加料：10,000円

応募期間：3月1日(日)～3月16日(月)

※今回から応募方法がQRコードとなります



こちらから!!



左のQRコードから応募
をお願い致します

※当選者の方にのみ払込ハガキが届きます。落選のお知らせ等はありません。

※当選者の方は参加前に当館ホームページの参加案内を必ずご確認ください。

※お客様都合によるお支払い後の返金はいかなる場合もお受けできません。

福岡市立南市民プール

TEL092-561-6011

〒811-1344

福岡市南区三宅3丁目31番1号

令和8年度 第1期小学生水泳教室

実施期間：4月12日(日)～6月14日(日) 全10回

実施時間：1時間目 9:15～10:15 / 2時間目 10:30～11:30 / 3時間目 11:45～12:45

担当指導員：長 古都、小藤 映子、古賀 裕実 計3名

4月							5月							6月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4						1	2		1	2	3	4	5	6
5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13
12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20
19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27
26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30	28	29	30				
							31													

教室参加者及び保護者様へのご案内

この度は、福岡市立南市民プール主催『第1期小学生水泳教室』にご参加いただきまして誠にありがとうございます。この教室は水なれから始まり、水泳技術の習得、クロールの泳法習得を目的として指導を行って参ります。ご不明な点は当プールスタッフまたは担当指導員へお気軽にお問合せください。

《持参物》 □水着 □タオル □帽子 □ゴーグル(任意) □ロッカー代(毎回30円) □靴袋
□出席カード(初日にお渡しします)

※盗難・紛失防止の為にロッカー施錠用の30円は必ずご用意ください。(施錠せずに紛失したケースが発生しています。)

※靴袋を必ずご持参ください。

※参加者の把握・安全管理のため水泳帽子へ氏名記入を出来ればお願いします。

《教室参加するうえでの注意点・留意事項》

□更衣室内の滞在時間短縮の為、参加日は事前にご自宅での水着着用にご協力ください。なお、次のクラスとの更衣室での混雑回避のため教室終了時間の5分前より順次退水していただきます。

参加時間	更衣室入場時間	教室開始時間	更衣室退場時間
1時間目	9:05～	9:15～	～10:20
2時間目	10:20～	10:30～	～11:35
3時間目	11:35～	11:45～	～12:50

□教室参加途中でも本人からの体調不良の申告があった場合には大事をとり退水(帰宅)していただきますのでご了承ください。

□初日はご本人のお名前を確認させていただきますので受付へ参加されるお子様のお名前を伝えてください。

2回目以降は来館時に受付へ出席カードを提出してください。

□カードを忘れた場合や紛失した場合は速やかに受付スタッフへ申告してください。

□欠席する場合は必ず施設へご連絡ください。

□教室をお休みされた場合の振替や返金はありませんのでご了承ください。

□クラス編成については、練習中にご本人の泳力等を判断し、クラス編成することもございますので予めご了承ください。

福岡市立南市民プール
指定管理会社 シンコースポーツ・西鉄ビルマネージメントグループ
〒811-1344 南区三宅3-31-1
TEL 092-561-6011 FAX 092-561-3993

2026年度 第1期ウオーターキッズ教室 参加者募集



<実施日>4月19日(日)~6月14日(日)※5月3日(日)を除く
毎週日曜日 全8回

<実施時間>1限 13:30~14:30 2限 14:45~15:45

<対象>幼児(4歳~6歳)

<定員数>各15名(計30名)※応募多数の場合は抽選

<参加料金>6,400円

《応募期間》3月10日(火)~3月25日(水)

申し込み方法：QRコード
支払い方法：コンビニ決済

※当選者の方のみ払込ハガキが届きます。落選のお知らせはございません。

申し込み方法が変わります!

※官製ハガキでの申し込みから
QRコードでの申し込み
変更しております。
詳しくは下記へお問い合わせ
ください。

※お客様都合による、お支払い後
の返金はいかなる場合もお受け
できません。

福岡市立南市民プール

【指定管理者】シンコースポーツ・西鉄ビルマネージメントグループ
〒811-1344 福岡市南区三宅3丁目31番1号 TEL (092) 561-6011

ここからお申込み



令和8年度 第1期 ウオーターキッズ教室

実施 期間:4月19日~6月14日 毎週日曜日(※5月3日を除く) 全8回
実施 時間:1限 13:30~14:30 2限 14:45~15:45
担当 指導員:矢野・柿原・岸 計3名



4月							5月							6月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4						1	2							
5	6	7	8	9	10	11	10	11	12	13	14	15	16	7	8	9	10	11	12	13
12	13	14	15	16	17	18	17	18	19	20	21	22	23	14	15	16	17	18	19	20
19	20	21	22	23	24	25	24	25	26	27	28	29	30	21	22	23	24	25	26	27
26	27	28	29	30			31							28	29	30				

○で囲まれている日が実施日です

■教室参加者及び保護者様へのご案内■

この度は、福岡市立南市民プール主催『第1期ウオーターキッズ教室』にご参加いただきまして誠にありがとうございます。この教室は様々な道具を使用し水慣れから「潜る」「浮く」「バタ足」などの動作を行うことで水泳が楽しいものと感じていただくことを目的として指導を行って参ります。

ご不明な点は当館スタッフまたは担当指導員へお気軽にお問合せください。

《 教室参加持参物 》

- 水着(お手持ちの物で構いませんが動きやすい水着着用をお願いします)
※上下別の水着がございましたらそちらの着用をお願いします(トイレ時に着脱しやすいため)
- 水泳帽子(ひらがなで名前記入) バスタオル ゴーグル(任意)
- ロッカー使用料(毎回30円) 靴袋 出席カード(初回終了時にお渡し)
※盗難・紛失防止の為にロッカー施錠用の30円を必ずご用意ください(施錠せずに紛失したケースが発生しています)
※靴袋を必ずご持参ください

更衣室入場時間	教室開始時間	更衣室退場時間
1限 13:20~	13:30~	~14:45
2限 14:35~	14:45~	~16:00

《 教室参加するうえでの注意点・留意点 》

- 初回は参加されるお子様のお名前を受付へ伝えてご参加ください。初回終了時に出席カードをお渡します。2回目以降は来館時に受付へ出席カードをご提出ください。
- カードを忘れた場合や紛失した場合は速やかに受付スタッフへ申告してください。
- 欠席する場合は必ず施設へご連絡ください。
- 更衣室に入場後、保護者の方がお子様の着替えを済ませ、そのまま更衣室内にてお待ちください。担当指導員または当館スタッフがお迎えに参ります。
- 教室参加途中でも本人からの体調不良の申告があった場合には大事をとり離水(帰宅)していただきますのでご了承ください。
- 教室を欠席された場合の振替や返金はありません。
- お客様都合によるお支払い後の返金はいかなる場合もお受けできません。

福岡市立南市民プール
指定管理者 シンコースポーツ・西鉄ビルマネージメントグループ
〒811-1344 福岡市南区三宅3-31-1
TEL 092-561-6011 Fax 092-561-3993



令和8年度

低学年

夕方水泳塾

5/12_火 - 6/23_火 時間：17：00～18：00
定員：20名

対象 新1年生～3年生 **受講料** 7,000円（全7回）
※応募者多数の場合は抽選

応募期間：3月20日（金）～4月3日（金）

申込みはこちら
今回から応募方法がQRコードに変更になりました



※当選の方にのみ払込ハガキが届きます。落選のお知らせ等はありません。
※当選の方は参加前に当館ホームページの参加案内を必ずご確認ください。
※お客様都合による、お支払い後の返金はいかなる場合もお受けできません。

福岡市立南市民プール TEL 092-561-6011

令和8年度 低学年夕方水泳塾

実施期間：5月12日（火）～6月23日（火） 全7回
実施時間：17：00～18：00
担当指導員：吉永 美保子・矢野 頼昭 計2名

5月							6月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
					1	2		1	2	3	4	5	6
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27
24	25	26	27	28	29	30	28	29	30				
31													

○教室開催日



教室参加者及び保護者様へのご案内

この度は、福岡市立南市民プール主催『低学年夕方水泳塾』にご参加いただきまして誠にありがとうございます。
この教室は水なれから始まり、水泳技術の習得、クロールの泳法習得を目的として指導を行って参ります。
ご不明な点は当プールスタッフまたは担当指導員へお気軽にお問合せください。

- 《持参物》 水着 タオル 水泳帽子（名前記入・任意） ゴーグル（任意） ロッカー代（毎回30円） 靴袋
- 出席カード（初日にお渡しします）

※盗難・紛失防止の為にロッカー施錠用の30円は必ずご用意ください。（施錠せずに紛失したケースが発生しています。）

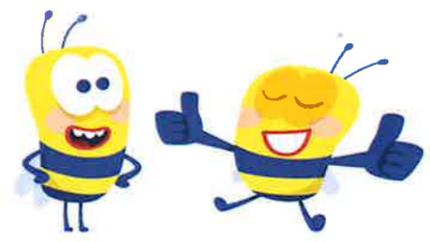
※靴袋を必ずご持参ください（当館でのご用意はありません。）

※参加者の把握・安全管理のため水泳帽子へ氏名記入を出来ればお願いします。

《教室参加するうえでの注意点・留意事項》

更衣室入室時間 16：45～

- 教室参加途中でも本人からの体調不良の申告があった場合には大事をとり退水（帰宅）していただきますのでご了承ください。
- 初日はご本人のお名前前で確認させていただきますので受付へ参加されるお子様のお名前を伝えてください。
2回目以降は来館時に受付へ出席カードを提出してください。
- カードを忘れた場合や紛失した場合は速やかに受付スタッフへ申告してください。
- 欠席する場合は必ず施設へご連絡ください。
- 教室をお休みされた場合の振替や返金はございませんのでご了承ください。
- クラス編成については、練習中にご本人の泳力等を判断し、クラス編成することもあるので予めご了承ください。



福岡市立南市民プール
 指定管理会社 シンコースポーツ・西鉄ビルマネジメントグループ
 〒811-1344 南区三宅3-31-1
 TEL 092-561-6011 FAX 092-561-3993



春のヨガ教室



期 間： 4月18日～6月27日 除外日：5/2 毎週土曜日 (全10回)

時 間： 10:00～11:00

担当講師： 新留 梓 先生

4月

日	月	火	水	木	金	土
			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		

5月

日	月	火	水	木	金	土
					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
31						

6月

日	月	火	水	木	金	土
	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				

※教室の実施においてはあくまでも予定であり、今後の状況によっては中止・延期等の変更を行う場合がございます。ご了承ください。

【教室参加者へのご案内】

この度は、南市民プール主催「春のヨガ教室」にご参加いただき誠にありがとうございます。この教室は、体の柔軟性や筋持久力を向上させ、肩こり・ストレス解消など様々なポーズと独特な呼吸法、そして瞑想を組み合わせたものになり、リラックス効果が期待できます。ご不明な点がございましたら、当プールスタッフにお問合せください。

《持参するもの》

- 出席カード（初回終了時に2F事務所でお渡し）
- 靴袋（靴袋はございません。ご持参をお願いします。有料：10円）
- 動きやすい服装・飲み物

《体調管理について》

体調がすぐれない時は無理をせず参加をお控えください。

福岡市立南市民プール

指定管理者：シンコースポーツ・西鉄マネージメントグループ
〒811-1344 福岡市南区三宅3丁目31-1
(092)561-6011

楽しく健康に

春の ヨガ講座

体が硬くても大丈夫！呼吸に合わせてゆったり体を動かし、心も体もリフレッシュ。健康づくりにぴったりの講座です。

開催日

2026年

4/18 ~ 6/27

(土)

(土) (全10回 / 毎週土曜日)

時間

10:00-11:00

費用

9,500円

定員

15名

会場

南市民プール 2F

対象

18歳以上の方

持ち物

飲み物、タオル、動きやすい服装

講師のご紹介

新留 梓 先生

豊かな経験と穏やかな雰囲気
の先生で、初めての方でも楽
しく参加できます。

様々なポーズ、独特な呼吸法、瞑想を組み合わせることで身体の柔軟性・筋持久力の向上とリラックス効果が期待できる教室です
運動を始めた方・男性も気軽にご参加下さい！

お申込み方法

下記の期間に、お電話又は2F 事務所にて受付いたします。
※先着順となりますので、定員に達し次第、受付を終了いたします。

092-561-6011

受付期間：2026年 4月1日(水) 9:00～

2026年度 アンダーレース 第1クール開講!

4/7(火)開始

健康水中運動



★定員 7名
★対象 15歳以上
★参加料 1回 650円

火曜 14:00~14:45

歩くだけでなく、水の負荷を使った運動を行います

クロール・背泳ぎ

金曜 10:00~11:00

クロール・背泳ぎの25m完泳を目指します!

初心者クラス

火曜 11:00~12:00

水慣れからクロール25m完泳を目指します!

ステップアップ

金曜 13:00~14:00

クロール25m泳げる方を対象に4泳法の基礎習得などステップアップ目指します!

4泳法

火曜 19:30~20:30

4泳法の習得を目指し、泳力・体力アップを目指します
個人メドレーにチャレンジ!

レッスンの曜日や時間を変更しているクラスがあります
お間違えないよう
ご注意ください

★レッスン開始30分前から2階事務所で受付(先着順)
★詳しくはチラシをご覧ください(館内配布)

福岡市立南市民プール

092-561-6011



朝活! 2026年度 第1クール開講! フロアストレッチ

肩こりや腰痛
・対象不調改善!



ストレッチでからだところを
リフレッシュ!
日頃の疲れをストレッチで
ほくしていきましょう

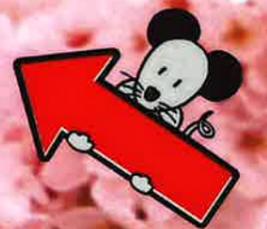
期日	日時	4月7日~7月14日
日定	火曜	10:00~11:00
対象	10名	
参加料	18歳以上	
持参物	1回650円	
	動きやすい服装・タオル・飲み物・靴袋	

レッスン開始30分前から2階事務所で受付(先着順)

ご不明な点がございましたらお気軽にスタッフにおたずねください。

福岡市立南市民プール

☎ 092-561-6011



イベント

教室名	対象者	開催期間	曜日	時間	定員	受講料	申込み期間	申込み方法
こどもの日・ゴザ走り体験	利用者全員	5/5	火	13:30~15:00	-	-	-	当日
ウォーターランド	小学生以上	5/6	水	13:30~15:30 16:00~18:00	40 40	1,500円	4/6 9:00~ 定員まで	電話・窓口 (先着順)

スポーツ教室

教室名	対象者	開催期間 (除外日)	曜日	時間	定員	回数	受講料	募集期間	募集方法
第1期小学生水泳教室	小学生	4/12~6/14	日	9:15~10:15	30	10	10,000円	3/1~3/16	QRコード
				10:30~11:30	30				
				11:45~12:45	30				
第1期ウォーターキッズ教室	幼児 (4~6歳)	4/19~6/14	日	13:30~14:30	15	8	6,400円	3/10~3/25	QRコード
				14:45~15:45	15				
低学年夕方水泳塾	新1~3年生	5/12~6/23	火	17:00~18:00	20	7	7,000円	3/20~4/3	QRコード
春のヨガ教室	18歳以上	4/18~6/27 (5/2)	土	10:00~11:00	15	10	9,500円	4/1 9:00~ 定員まで	電話・窓口 (先着順)
第1期アクアピクス教室	18歳以上	6/5~7/10	金	11:00~12:00	15	6	5,700円	5/8 9:00~ 定員まで	電話・窓口 (先着順)

※ QRコードでお申込みいただく教室につきましては、下記をご参照ください。

当日参加型教室 (除外日:点検日・祝日・5/5)

教室名	対象者	開催期間	曜日	時間	定員	受講料	申込み期間	申込み方法
ワンデーレッスン (健康水中運動(45) 初心者クラス(60) クロール・背泳ぎ(60) ステップアップ(60) 4泳法(60))	15歳以上	4/7~6/23	火	14:00~14:45	各コース 7名	1回 650円	定員まで	当日開始30分前 (先着順)
				11:00~12:00				
				10:00~11:00				
				13:00~14:00				
				19:30~20:30				
朝活!フロアストレッチ (2階研修室)	18歳以上	4/7~7/14	火	10:00~11:00	10名			
NEC歩行姿勢測定会 (1回600円) ピーク・ボディ測定会 (2階研修室 (1回2000円))	18歳以上	6/10	水	10:00~12:00 13:00~16:00 (1人20分程度)	各15名	教室名に 記載	5/15 9:00~ 定員まで	2階窓口・電話可 先着順 (時間予約制)

※ 当日参加型の教室です。教室の内容や時間帯など自分に合った教室にその都度参加できます。

※ 詳しくは裏面にてご案内しております。曜日や時間の変更にご注意ください。

子ども系水泳教室・申し込み方法のお知らせ



ご不明な点は
スタッフまで

その他、お問い合わせ先 ↓

ご注意ください!

子ども系水泳教室の申し込み方法が変わります!



(旧) 官製はがき⇒(新) QRコード

(館内のポップやHPから希望教室のQRコードを読み取りください)

※当選者の方のみ【払込はがき】が届きます。落選のお知らせ等はございません。

払込はがき記載の支払期限までにコンビニにてお支払いください。

なお、お支払い後の返金はできませんのでご了承ください。

【指定管理者】
シンコースポーツ
西鉄ビルマネージメントグループ
〒811-1344
福岡市南区三宅3丁目
31番1号
Tel:092-561-6011

南市民
プール
QRコード



当日参加型教室予定表

《 日 程 》※曜日や時間帯の変更がございます。お間違のないようご確認ください

	プール教室	曜日	時間	4月	5月	6月
ワンデー レッスン	健康水中運動(45) 水中ウォーキングだけでなく、 水の負荷を使った運動も行い ます	火	14:00~14:45	7・14・21	12・19・26	2・9・16・23
	初心者クラス(60) 水慣れからクロール25m完泳を 目指します	火	11:00~12:00	7・14・21	12・19・26	2・9・16・23
	クロール・背泳ぎ(60) クロール・背泳ぎの基礎習得と 25m完泳を目指します	金	10:00~11:00	10・17・24	8・15・22	5・12・19・26
	ステップアップ(60) クロール25m泳げる方を対象に さらなるステップアップを目指 します	金	13:00~14:00	10・17・24	8・15・22	5・12・19・26
	4泳法(60) 4泳法の習得を目指します	火	19:30~20:30	7・14・21	12・19・26	2・9・16・23
	フロア教室	曜日	時間	4月	5月	6・7月
フロア	朝活!フロアストレッチ 素敵な生活を送るためにス トレッチや軽運動など楽しく行い ます!	火	10:00~11:00	7・14・21	12・19・26	6/2・9・16・23 7/7・14

7週間の
教室スケジュール



	火曜	金曜
9:00		
10:00	朝活!フロアストレッチ 10:00~11:00	クロール・背泳ぎ(60) ★ 10:00~11:00
11:00	初心者クラス(60) ★ 11:00~12:00	
12:00		
13:00		ステップアップ(60) ★★ 13:00~14:00
14:00	健康水中運動(45) 14:00~14:45	
15:00		
19:00		
20:00	4泳法(60) ★★★ 19:30~20:30	
21:00		

※教室に参加するには...

- ①レッスン参加受付
レッスン開始30分前より、2階事務所にて受付開始します(先着順)
(参加料と引き換えにリストバンドを受け取ります)
- ②レッスン受講
レッスン会場に移動します
(フロア教室はそのまま2階研修室に移動します)
- ③レッスン終了
レッスン終了後30分以内に受付へリストバンドを返却ください
(引き続きプールを利用される方は事前に受付へお申し付けください)



ご不明な点がございましたら、
お気軽にスタッフにお声かけください!

福岡市立南市民プール

指定管理者
シンコースポーツ・西鉄ビルマネージメントグループ

☎092-561-6011