

## 戶田市體育中心

開放時間： 9：00～21：00（窗口受理時間 9：00～19：00）

售票機・設施預約付款機： 9：00～20：00

休息日： 每月第二個星期三、年末年初（12/30～1/4）、臨時休館日

場館內禁止吸煙（包括電子煙）

禁止飲酒

除指定區域以外，禁止飲食。

未經許可，禁止拍照和錄像。

---

<訓練房> 9：00～20：50

- 請務必穿著訓練服和室內專用鞋。  
禁止穿牛仔褲、裙子、襯衫等不適合運動的服裝以及赤腳、穿鞋使用訓練房。
- 每張票可使用兩個小時。如果延長，請再次購票。
- 使用跑步機、樓梯機和史密斯機需要預約。請嚴格遵守時間。
- 使用後請務必擦拭器材。
- 請愛護設施和器材（原則上，如有損壞或丟失，照價賠償）。
- 自己的物品放入投幣式儲物櫃，上鎖以防盜竊。  
貴重物品，請使用一樓休息室設置的貴重物品箱。
- 將手機設置為靜音模式，在走廊上以不會打擾他人的聲音通話。
- 穿戴遮蓋住刺青和紋身的衣服。

禁止事項

- 不能在室內或更衣室進食、吸煙（場館內全面禁煙）。  
可使用塑料瓶或水壺補充水分。
- 未接受本中心訓練講習者不能使用。禁止訓練房會員卡的轉讓、借用或借出。
- 小學生以下者不能進入訓練房。
- 忘記帶會員卡，不能使用。
- 被醫生勸告不易運動者、以及酒後不能使用。
- 擾亂本體育中心秩序或有可能擾亂秩序者，會被禁止入內或要求離開。
- 不要有任何幹擾其他會員的行為。
- 請務必遵守訓練房工作人員和本體育中心職員的指示。

---

<室內游泳館>

開放時間 9：00～20：50（21:00 閉館）

游泳館休息日；每周星期三・12/30～1/4 以及臨時休館日

售票機結束時間 20：00

最後入場時間 20：30

水質檢測（每個小時 50 分開始，耗時 10 分鐘）

每場次為兩個小時。超時需付兩個小時的超時費。

※ 請務必穿泳衣、戴泳帽。

有關兒童進入泳池的限制			25 米遊泳 (水深 1.35 米)	幼兒·步行用泳池 (水深 1.05 米)
幼兒※1			×	△
小學 1~3 年級※1	身高	110cm 以下	×	△
	身高	110cm 以上 130cm 以下	×	○
	身高	130cm 以上	△	○
小學 4 年級以上	身高	110cm 以上 130cm 以上	×	○
	身高	130cm 以上	○	○

○...可以一個人進入遊泳池

△...需有成年人※2 陪同方可進入遊泳池

×...不能進入遊泳池

※1 小學三年級以下者，17：00 以後需有成年人陪同方可進入遊泳池。

※2 成年人是指 18 歲以上，穿戴泳衣泳帽的人。（一個成年人限帶兩名孩子）

- 使用紙尿褲的幼兒不能進水。（泳池用紙尿褲不可）
- 圓形遊泳圈（50~90cm），僅限於幼兒遊泳池使用。
- 遊泳踢板，每人僅限借壹個。（數量有限）

#### 禁止事項

- 跳水、潛水。
- 除補充水分用的飲料（水、茶、運動飲料）以外，攜帶食品、酒精類、瓶以及罐類。
- 佩戴手表、眼鏡、裝飾品等和帶妝遊泳。
- 裸露出刺青、紋身（包括紋身貼紙類）進入遊泳池。
- 穿著過於暴露的泳裝。
- 除泳圈（僅限幼兒用泳池）、浮袖、踢板以外的物品。
- 帶入其它體育中心認為有危險的物品。

---

#### <田徑運動場> 使用須知

##### 1 使用時間：開場日上午 9 時~下午 5 時

休場日及開放時間以外，戶田市體育中心不負一切責任。

- 2 一般使用時，請在受理處記錄簿上登記，得到管理人員的許可後，方可使用。
  - 3 有體育競技大會等征用時，一般人員不可使用。
  - 4 除設施管理人員特別許可外，嚴禁田徑比賽、跑步、散步以外的遛狗、投接球練習、踢足球等。
  - 5 除設施管理人員特別許可外，不能帶物品進入跑道內，不能使用哨子和擴音器等。
  - 6 跑道為逆時針方向，出於對跑道的保護，第 1 道不能使用。第 6 道為步行道。
  - 7 不能獨自占據跑道和運動場。
  - 8 禁止投擲練習。
  - 9 跑道以及運動場內不能飲食。
  - 10 禁止盈利目的使用。
  - 11 不遵守注意事項和員工的指示，又給其他人員帶來麻煩時，本中心則拒絕其使用。
- 

#### <弓道場>

##### 使用者資格

- 有段位者（無段位的情況下，必須是 18 歲以上有過練習弓道經歷的人）
- 未滿 18 歲者，必須有指導老師陪同。
- 請使用自己的弓具（只能使用和弓）

另外，第一次利用場館時，必須接受有關弓道場館使用方法的說明。

---

#### <其它項目> 室外網球、乒乓球、籃球、排球、室內網球、柔道、劍道等

- 請在窗口的「戶田市體育設施預約系統」進行用戶登錄（須出示身份證），然後預約球場或乒乓球臺。
- 請自帶球拍、球、室內專用鞋（僅限於室內設施）。本中心不備外借物品。

##### ●室外網球場（沙草場）

夜間使用時，將另外收取照明費。

雨天取消，在預約時間的 30 分鐘前，由本體育中心判斷。請致電 048-443-3523 確認。

##### ●第一競技場（籃球、排球、羽毛球、室內網球）

- 除場地費以外還需付照明費用。
- 空調費另計。

##### ●劍道場（空手道、爵士舞、有氧運動也可以使用）

- 球類項目不能使用。
- 空調費另計。

##### ●柔道場

- 球類項目不能使用。
- 空調費另計。

●設施使用費用

※以下為居住在戶田市內的成人費用。

市外人員的費用是以下金額的 1.5 倍。

場館		使用時間	金額	照明費			空調費	暖氣費
第一 競技場	整場	兩小時	3,960	一小時	900	一小時	7,530	7,000
	羽毛球	兩小時	660	一小時	290			
	排球	兩小時	1,320	一小時	290			
	室內網球	兩小時	1,980	一小時	290			
	籃球	兩小時	1,980	一小時	290			
乒乓球場	兩小時	160						
柔道場	兩小時	1,320			一小時	1,030	1,010	
劍道場	兩小時	1,320			一小時	1,030	1,010	
弓道場	兩小時	130						
訓練房	兩小時	130						
室外網球	兩小時	660	一小時	780				
田徑場	一天	13,200						
	半天	6,600						
室內遊泳館	兩小時	440						