

まだまだ寒い日が続きますが
手洗い・うがいを徹底し
体調管理に気をつけて
お過ごしください。



総合西市民プール



News Letter

謹賀新年

少し遅くなりましたが、新年あけましておめでとうございます。今年も西市民プールをよろしくお願いいたします。2026年も多くの方にご利用いただけるよう、職員一同最善を尽くします。



バレンタインデー

日本のバレンタインデーは女性から男性に贈り物をする日とされています。韓国も女性から男性に贈り物をしますが、アメリカや中国、イギリス、フランスでは男性から女性に贈り物をする日だそうです。贈り物をすることは同じではありますが、どちらから贈るというのは世界共通ではないそうです。

この日はたくさんチョコを食べたくなると思いますが、チョコの食べ過ぎには注意が必要です。チョコを食べすぎると、肥満や生活習慣病のリスクが高まります。しかし、チョコに含まれるカカオポリフェノールは、動脈硬化の予防やアレルギーの抑制・軽減の効果があるとされています。カカオポリフェノールは体内に蓄えられないため、一度にたくさん摂るよりも毎日少しずつ意識することが重要です。



今月の大会情報

- 11日(水祝): メインP全面大会使用 9:00～13:00
メインP3.3m側3コース大会使用 13:00～17:00
- 14日(土): メインP全面大会使用 9:00～13:00
- 15日(日): 一般開放なし
- 21日(土): メインP全面大会使用 9:00～13:00
- 22日(日): 一般開放なし
- 28日(土): メインP全面大会使用 9:00～13:00



変更がありましたら随時お知らせいたします。

(公財)福岡市スポーツ協会

総合西市民プール 【開館時間】午前9時から午後9時まで

〒819-0046 福岡市西区西の丘1丁目4番1号

電話:092-885-0124 FAX:092-885-6016



ホームページ



SNS

