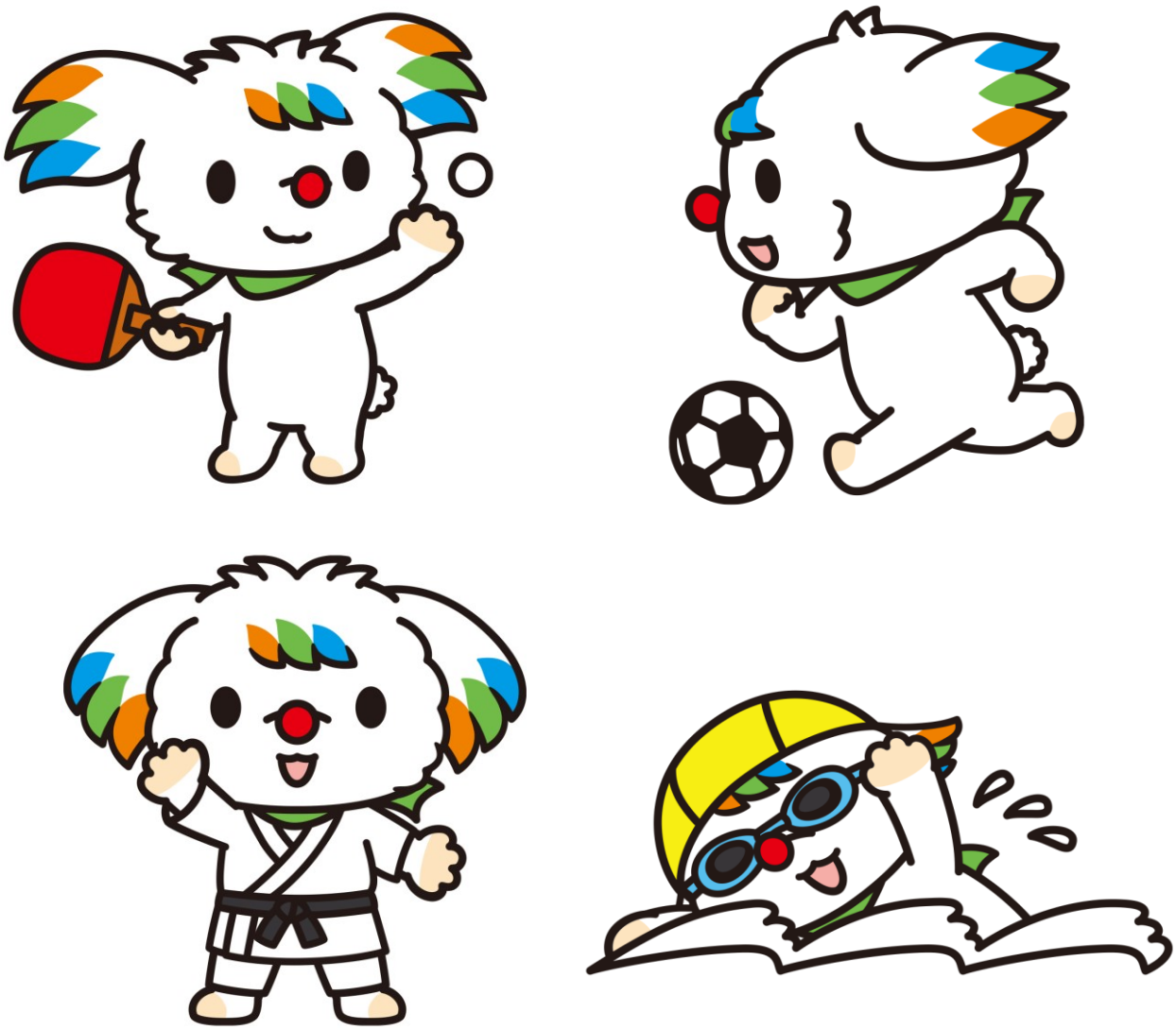
TAKE FREE
Sep.2024
Vol.5

9-12月開催 スポーツ教室・イベントの情報が満載！

東京体育館
駒沢オリンピック公園総合運動場
東京武道館
東京アクアティクスセンター

SUSIE SPORTS
スージースポーツ



デジタル版

公益財団法人
東京都スポーツ文化事業団

SUSIE SPORTS

Vol.5　September 2024

CONTENTS

2　目次

「みるスポ」トップレベルスポーツ観戦事業

3　新紙幣発行記念イベント　in　東京体育館

4　東京2025デフリンピック　メダルデザイン投票スタート

6　アーバンスポーツ体験プログラム　イベントレポート

7　「パラスポーツ・レクリエーションひろば」のご紹介

8　TOKYOウォーク2024

9　スポーツフェスタ2024　in　国営昭和記念公園

10　スポーツフェスタ2024　in　東京体育館

11　KOMAすぽ2024　in　駒沢オリンピック公園総合運動場

12　武道・スポーツフェスティバル2024　in　東京武道館

13　アクアスポーツフェスティバル　in　東京アクアティクスセンター

14　スポーツ教室情報

東京体育館

駒沢オリンピック公園総合運動場

東京武道館

東京アクアティクスセンター

22　東京都スポーツ推進企業募集

23　日米ソフトボール交流事業

24　SPOPITAスタンプラリー2024

25　あなたの街の地域スポーツクラブ紹介

26　施設周辺地域紹介～駒澤大学～

27　第20回 U-18将棋スタジアム

第22回 ジュニア囲碁パーク

28　スポーツ教室・イベントの申込方法/編集後記

公式HP　公式X（旧Twitter）　公式Instagram　スマイルスポーツ教室・イベント検索

みるスポ

東京体育館のトップレベルのスポーツ大会へご招待！

ペアでご招待！

「みるスポ」とは…

トップアスリートが参加する大会へ“みるスポーツ”としてみなさまを無料でご招待する事業です。たくさんのご応募、お待ちしております！

新体操(イオンカップ)も予定しています。詳細はスマイルスポーツHPをご覧ください。

ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP

地区予選を勝ち抜いたハイレベルなチームが集結する全国大会「ALL JAPAN CHEER DANCE CHAMPIONSHIP」にご招待します。

※申込期間・方法は、後日スマイルスポーツHPに掲載します

日時　11/23(土)・24(日)

定員　各日10組20名様　※24日(日)のみ2部制(予定)

参加料　無料

協力：一般社団法人日本チアダンス協会

2024-25 大同生命SV.LEAGUE オープニングマッチ サントリーサンバーズ大阪 vs 大阪ブルテオン

パリオリンピックで話題となり、今大注目のSV.LEAGUEのオープニングマッチにご招待します。

※申込期間・方法は、後日スマイルスポーツHPに掲載します

日時　10/11(金)

定員　小学生または中学生と保護者 ペア10組20名様

参加料　無料

協力：一般社団法人SVリーグ(SVL)

柔道グランドスラム東京2024

パリオリンピックで熱い戦いに沸いた柔道。「グランドスラム東京2024」へみなさまをご招待します。

※申込期間・方法、定員等の詳細は、後日スマイルスポーツHPに掲載します

日時　12/7(土)・8(日)　※予定

定員　未定

参加料　無料

協力：公益財団法人全日本柔道連盟

お申込み

インターネット（下記URL）からお申込みください。

https://smilesports.jp/

申込時の注意事項

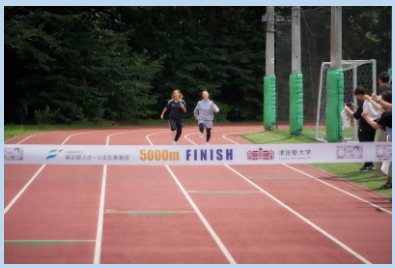
- 応募者多数の場合には抽選となります。
- 当選者の発表は発送を持ってかえさせていただきます。
- ご応募は、お1人様1大会につき、1回のみ有効です。
- 複数の大会へのお申込みは有効です。

新紙幣発行記念イベント in 東京体育館

～女性アスリート達とつなぐ未来へのバトン～

20年ぶりの新紙幣発行となった2024年7月3日、新五千円札の顔となる津田梅子が創立した津田塾大学と共同主催のもと、東京体育館にて学生約100名を招いたイベントを開催しました！ゲストには元女子サッカー日本代表の岩渕真奈さん、元女子レスリング日本代表の登坂絵莉さんをお迎えし、トークショーと“5000”mリレーを行いました。
第一部のトークショーでは、津田梅子が日本初の女子留学生として世界に渡った生涯を振り返るとともに、同じく世界で活躍してきた女性アスリートのお二人から海外での挑戦や未来の女性たちに受け継ぎたいことをお話いただきました。
つづく第二部では、ゲストと津田塾大学の学生が25名ずつの2チームに分かれ、チーム全員で5000mを走るリレーに挑戦！各チームとも円陣を組み、気合い十分に始まったリレーは、バトンが次の走者に渡るたびに順位が入れ替わる接戦ぶり。バトンはほぼ同時にアンカーへと渡り、そのままお二人も競い合いながらの同着ゴールとなりました！
女性アスリートとともに、挑戦することの大切さや、未来について考える貴重な機会となりました。
ご参加いただいた皆様、ありがとうございました！！

「未来に受け継ぎたいバトン」を考えるトークショー



アンカーお二人の接戦！

SUSIEも応援に駆け付けたよ

5000mリレーに挑戦中！

リレー前には全員で準備体操

きこえない・きこえにくいアスリートのための国際スポーツ大会

東京2025
デフリンピック

メダルデザイン
投票スタート

全国の小中高生のみなさまが対象です。

つながる未来へ
選択しよう。

投票期間
2024年9月1日(日)
～10月14日(月)

私達にとって、デフリンピックは世界最高峰の大会です。

私は人生の半分を賭け、デフリンピックに挑んでおり、東京大会では必ず金メダルをとります！社会には多様な人達がいて、一人一人の違いを受け入れられることが1番大事です。大会が、障害の有無に関係なく誰もが幸せに生きられる社会の実現に繋がってほしいです。今回の投票を通じて、デフスポーツやデフリンピックを知り、友達と一緒にぜひ会場に応援に来てください。

卓球日本代表 **亀澤 理穂** 選手

©JDVA

デフリンピックは、私に夢を与えてくれました。

きこえなくても世界を舞台にメダル獲得を目標に戦えることは、きこえない私達に大きな希望を与えてくれます。100周年となる東京大会に、多くの方々に会場にお越しいただき、選手達の熱心な競技を見て欲しいと思います。金メダル獲得を目指して頑張ります。手話がメインのため、掛け声などは聞こえないかもしれませんが、みんなの応援は力になります。ぜひ、応援をお願いいたします。

バレーボール日本代表 **平岡 早百合** 選手

©JDFA

私達にとって、デフリンピックは、夢の舞台です。

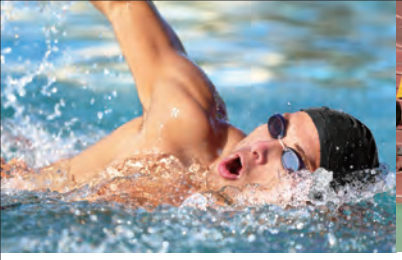
国際大会で、日の丸を背負うことはなかなか経験できるものではありません。母国で開催される東京2025デフリンピックでは、これまで見たことのない新しい景色創っていきたいです。また、東京大会は、デフリンピックが始まってから100周年を記念するものでもあります。単なる大会で終わるべきではなく、この機会に、聴覚障がい者への理解を促進するとともに、新しい共生社会づくりを加速化させ、今後の未来を大きく変えていければと思います。

サッカー **古島 啓太** 選手(ポジション:FW・MF)

TOKYO 2025
25TH SUMMER DEAFLYMPICS

メダルの投票はWEBへ！

deaflympics2025-games.jp/main-info/medal



デフリンピックとは

デフ+オリンピックのこと。デフ（Deaf）とは、英語で「耳がきこえない」という意味で、本大会は国際的(こくさいてき)な「きこえない、きこえにくい人の国際スポーツ大会」です。オリンピックと同じように4年に1度、夏季大会と冬季大会がそれぞれ開かれます。ルールはオリンピックとほぼ同じですが、耳のきこえない人のために様々な工夫がされています。1924年のパリ大会が第1回大会で、今回の東京大会は100周年という非常(ひじょう)にメモリアルな大会です。

Medal Design あなたの選択(せんたく)が大会の未来をつくります。

A ミライへの懸(か)け橋

大会が未来へのかけ橋となることを願ったデザイン

おもて	・江戸のシンボルだった日本橋を描いています。 ・東京日本橋から、大会が未来へのかけ橋になることを表しています。
うら	大きな桜の模様で、大会が様々な人が集まり、大きな感動を生み出す場になることを表しています。
リボン	・空をイメージした「瑠璃色(るりいろ)」です。 ・どこまでも続く空のように、広がる未来を表しています。 ・「菊繋ぎ紋(きくつなぎもん)」という日本の伝統的な模様を使ったデザインです。

B 未来へ花咲(さ)くサクラ

選手の活躍が花開き、スターが誕生することを願ったデザイン

おもて	星のような形をした桜は、スター(メダリスト)が誕生することを表しています。
うら	河津桜(かわづざくら)と枝垂桜(しだれざくら)を描き、さまざまな種類の桜があること、一人一人の違いを受け入れる社会を表しています。
リボン	・大会カラーの「桜色」と桜の模様を使ったデザインです。 ・桜が花開き、希望が広がる様子を表しています。

C みんなで羽ばたく

選手が活躍し、大きく羽ばたいていくことを願ったデザイン

おもて	・折り紙で作った鶴(つる)を描いています。選手たちが大きく羽ばたき、活躍(かつやく)することを願ったデザインです。 ・縁起が良いとされている日本の伝統的な模様を使っています。
うら	いくつもの線がまじりあうデザインで、世界の人とのつながりを表しています。
リボン	・「藍鉄色(あいてついろ)」という緑色を含んだ濃(こ)い青色で、江戸時代の人が好んでいた色を使いました。 ・日本の伝統的な模様を組み合わせたデザインです。

TOKYO 2025
25TH SUMMER DEAFLYMPICS

お問い合わせ
公益財団法人東京都スポーツ文化事業団
デフリンピック準備運営本部 プロトコール部 プロトコールグループ
〒135-0064 東京都江東区青海2-4-24 青海フロンティアビル14階
☎03-6380-7874 ✉protocol@deaf2025.jp

スポーツくじ
WINNER SOCCER・BASKETBALL
toto FOR ALL SPORTS OF JAPAN!
BIG

アーバンスポーツ体験プログラム

イベントレポート

第1回

カヌー・スラロームセンター

2024.4.29

東京2020 スケートボードストリート競技日本代表の西村 碧莉（にしむら あおり）選手をゲストに迎え、初心者向けのスケートボード体験教室と西村選手やプロライダーによるデモンストレーションを実施しました！

デモンストレーションでは、圧巻のパフォーマンスに、大きな拍手が沸き起こりました。

第2回

味の素スタジアム

2024.6.15

お子様に大人気のBMX・Kick bike とスラックラインの体験会・パフォーマンスを実施しました！

当日は快晴で、お子様から大人の方までたくさんの方に体験していただきました。

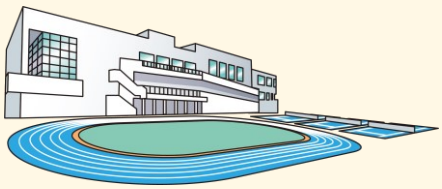
また、両競技でトップ選手による世界レベルのパフォーマンスを間近でご覧いただきました。

今後の開催予定

※本体験プログラムは参加無料です！
開催日が近づきましたら、事業団HPで詳細をお知らせします。ご参加お待ちしています！

第3回

東京都障害者総合スポーツセンター

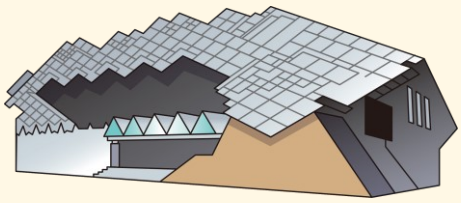


種目：スラックライン

2024.9.15（日）

第4回

東京武道館

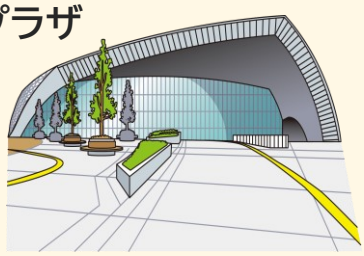


種目：ボルダリング
ダブルダッチ

2024.10.14（月・祝）

第5回

武蔵野の森総合スポーツプラザ



種目：パルクール

2024.10.14（月・祝）

都立特別支援学校
活用促進事業

『パラスポーツ・レクリエーションひろば』のご紹介

パラスポーツ・レクリエーションひろば、略して**『パラレクひろば』**は、事前予約不要で、出入りも自由、複数の種目を体験することのできるイベントとして令和5年度から開催しております！

参加者からは「障害がある自分でも、できるスポーツを予約しなくても遊べることが有難いです」、「体調等がある為、予約せずに参加できるのはうれしい」、「気軽にパラスポーツを体験できる」等々のお声をいただいています。

令和6年度は、全6回の「パラレクひろば」を開催します（1回目は9月7日（土）に開催済み）。

年齢や障害の有無、スポーツの得意・不得意に関わらず、ぜひお気軽にご参加ください！

開　催　情　報

9月 7日（土）（開催済）

会場：武蔵台学園（府中市）

プログラム：ボッチャ、玉入れ、むかし遊び、モルック、車いす×MRゲーム

9月29日（日）13時30分～16時00分

会場：墨東特別支援学校（江東区）

プログラム：カローリング、ボッチャ、風船バレー、ディスゲッター、ビーンボウリング

10月 6日（日）13時30分～16時00分

会場：北特別支援学校（北区）

プログラム：ボッチャ、ラダーゲッター、太極柔力球、ダンス、クラフト、サッカーボウリング

※12月以降の開催情報は次回の本誌にて改めてご紹介します

プログラムの様子（過去の教室イメージです）

玉がカゴに全て入った時間を競います。

白いボールに近づけるか競います。

鈴が入った風船を全員でつなぎます。

カーリングの室内版。気軽に楽しめます。

音楽に合わせて楽しく動きます。

ラケットにボールを乗せ、音楽に合わせ動きます。

＜体育施設の貸出＞

障害のある方や障害者スポーツ団体等がより身近な地域でスポーツを楽しめるよう、都立特別支援学校の体育施設を学校教育活動に支障のない範囲で平日の夜間や土日・祝日に開放し、活動を促進しています。
障害者スポーツ団体等は一般スポーツ団体より早くお申し込みが可能ですので、ぜひご活用ください！

＜受付窓口・お問合せ先＞

（公財）東京都スポーツ文化事業団
都立学校活用促進担当
TEL：03－6804－5636
FAX：03－5413－6926
https://www.tef.or.jp/business/school/index.html

主催　東京都　公益財団法人 東京都スポーツ文化事業団

TOKYO ウォーク2024

SUSIE スージー
(公財)東京都スポーツ文化事業団
マスコットキャラクター

わくわくウォーク

日時

第1回 **9月28日(土)** スタート・ゴール会場 都立芝公園 4号地 多目的運動広場

第2回 **12月7日(土)** スタート・ゴール会場 都立武蔵野の森公園 北地区 大芝生広場

申込期日 第1回 9月18日(水) 第2回 11月27日(水)

参加費 事前申込 1,000円 当日申込 1,500円

※中高生・75歳以上500円引 小学生以下無料

※ただし、小学生以下は、保護者の同伴(有料)をお願いいたします。小学生以下のお申込みは当日申込のみです。

イベント当日は、スタート会場にお越しいただき、順次ウォーキングをスタートします。

定員 各回4,000人

同時開催 まち歩きウォーク

参加費 1人1,000円

会場周辺のおすすめグルメ・お店・観光スポット等を巡ってまちを歩こう！
※おトクな特典をGET！

事前申込

定員 各回100名

2コース完歩した方には2回目完歩後にオリジナルメダルをプレゼント！

※１回目の参加者にお配りするパスポートを持ち込みいただくとゴール後にメダルを贈呈します。※まち歩きウォークもメダル贈呈の対象となります。

アプリウォーク

スマートフォンのアプリを活用して、好きなタイミングでウォーキングが楽しめます。 **全3コース**

日時 9月13日(金)～11月26日(火)【予定】

申込期日 8月13日(火)～11月25日(月)まで

参加費 1人500円

詳しくは公式ホームページにて公開

2コース以上完歩された方にはオリジナルピンバッジをプレゼント！

公式ホームページ https://www.tokyo-walk.jp TOKYO ウォーク 2024 検索

日本市民スポーツ連盟(IVV-JAPAN)公認大会

主催 公益財団法人 東京都スポーツ文化事業団 一般社団法人 日本ウオーキング協会 JAPAN WALKING ASSOCIATION 共催 産経新聞社 特別協賛 LION 地図協賛 ZENRIN

スポーツフェスタ 2024

in 国営昭和記念公園

10.5(土)
10:00~17:00

会場 国営昭和記念公園
みどりの文化ゾーン ゆめひろば

参加無料

オリンピック・パラリンピック種目など、いろいろなスポーツを体験しよう！

SUSIE スージー
(公財)東京都スポーツ文化事業団
マスコットキャラクター

日本を代表するダンサーのステージを見よう！

ブレイクダンス

Bgirl Ram(ラム)
本名:河合来夢

2017年 ブレイクダンスのワールドカップ"Battle Of The Year World Final"優勝
2018年 ユースオリンピックSolo、2on2で2個の金メダルを獲得。

ULTRAMAN ウルトラヒーローズ Greeting

ウルトラマンアークがやってくる！

©円谷プロ

Let's おうちスポーツ！ 体験プログラム

家でもできる
簡単なスポーツを体験しよう！

フラワークラフトワーク

多摩地域のグルメコーナー

SPOPITA

来場者には記念品をプレゼント！＊先着順

主催:公益財団法人東京都スポーツ文化事業団
共催:国営昭和記念公園
協力:立川プロスポーツ連絡会、(一社)東京都レクリエーション協会
後援:立川市、立川商工会議所、立川市商店街連合会、(一社)立川観光コンベンション協会

SUSIE　スポフェス　検索

スポーツフェスタ 2024

in 東京体育館

オリンピック・デフリンピック種目など、いろいろなスポーツを体験しよう！

参加無料

※一部有料のプログラムがございます。

10.14 月 祝

10:00～17:00

会場 東京体育館

SUSIE スージー

(公財)東京都スポーツ文化事業団マスコットキャラクター

超ときめき♡宣伝部

Let's おうちスポーツ！

ゲストと一緒に
4館対抗
チャレンジマッチ開催

東京体育館 | 駒沢オリンピック公園総合運動場 | 東京武道館 | 東京アクアティクスセンター

元陸上競技選手・デフリンピック応援アンバサダー
朝原 宣治

デフ卓球日本代表
亀澤 理穂

第三回東京体育館杯 卓球大会

東京2020大会会場で卓球を楽しもう！
申込・大会詳細はホームページをご覧ください。

卓球大会事前申込者プログラム
元卓球女子日本代表監督
近藤欽司先生の卓球教室

トレーニングルーム、プール

無料開放

トレーニングルーム及び50mプール
9:00～20:45(予定)
25mプール
17:00～20:45(予定)

地元商店街のポップアップストアも出店

来場者には記念品をプレゼント！＊先着順

SPOPITA

主催：公益財団法人東京都スポーツ文化事業団
共催：(株)オーエンス、(株)ティップネス、(特非)MIPスポーツ・プロジェクト
協力：(公社)日本将棋連盟、(一社)東京都レクリエーション協会、千駄ヶ谷大通り商店街振興組合
千駄ヶ谷鳩森・風と土の会、(一社)東京都卓球連盟、日本卓球株式会社

協賛：掘りだそう、自然の力。Calbee

SUSIE　スポフェス　検索

KOMAZAWA 2024

KOMAすぽ

スポーツでエキサイト！

10/14（月・祝）10:00-16:00
※一部プログラムを除く

会場｜駒沢オリンピック公園総合運動場

入場無料

デフリンピック競技

ハンドボール体験

デフ陸上体験

スペシャルゲスト

東京2020パラリンピック 陸上競技日本代表
高田 千明さん

2021デフリンピック 陸上競技日本代表
高田 裕士さん

東京2020オリンピック ハンドボール日本代表主将
土井レミイ杏利さん
Photo by 堀口マモル

パラリンピック競技

ブラインドフットボール体験

楽しいコンテンツが盛りだくさん！

ステージコンテンツ
［超ときめき♡宣伝部］
超ときめき♡宣伝部が登場！
誰がくるかはお楽しみ！

走り方教室

フラフープ

フリースタイルスクーター

バスケットボール体験

フラッグハント体験

エア遊具

バレーボール体験
［東京ヴェルディ デフバレーボール日本代表チーム］

※一部、室内で実施のプログラムがあります。室内用シューズをお持ちください。　※プログラム、出演者は予告なく変更となる場合があります。ご了承ください。

主催 公益財団法人東京都スポーツ文化事業団

共催 公益財団法人東京都公園協会／株式会社オーエンス／一般社団法人東京都レクリエーション協会／特定非営利活動法人MIPスポーツ・プロジェクト

後援 世田谷区／公益財団法人世田谷区産業振興公社／世田谷まちなか観光交流協会

詳細 下記ホームページからご確認頂けます
https://www.komaspo-official.com/
KOMAすぽ　検索

お問合せ 駒沢オリンピック公園総合運動場
［サービス担当］
☎03-3421-6299

様々な武道に挑戦！

ココロと
カラダを元気に!!

- はじめての武道体験
  柔道・なぎなた・空手道・杖道
  合気道・少林寺拳法・剣道
  居合道・弓道
- 親子柔道体験
- 久しぶりの弓道稽古

武道・スポーツを みんなで楽しく体験！

この機会にチャレンジ！

- ボッチャ
- ゴールボール
- デフDEボウリング
- デフDEゴルフ
- インディアカ
- ユニカール
- ダブルダッチ
- ボルダリング

東京武道館
スポーツの日記念イベント

入場無料※

武道・スポーツ フェスティバル2024
Budo & Sports Festival

美味しい地元グルメ！

地元グルメスタンプ
ラリー開催！

ワークショップ
缶バッジ制作体験

がんばれ！ニッポン！
TOKYO 2025
25TH SUMMER DEAFLYMPICS

東京2025
デフリンピック
を応援しよう！！

楽しく遊ぼう！

大人気キャラクターの
巨大フワフワが登場！
©Nintendo

2024.10.14 スポーツの日 月・祝

開館9:00～ 主催会場 東京武道館

※一部有料プログラムがあります。

ゲストと一緒に！

- SPOCHAN
  （スポーツチャンバラ）

誰がくるかはお楽しみ！

超ときめき♡宣伝部
が登場！

柔道
特別稽古

角田 夏実
〈柔道女子48kg級金メダリスト〉

永山 竜樹
〈柔道男子60kg級銅メダリスト〉

スペシャル
ステージ

きつね〈お笑い芸人〉

持ち物 室内用運動靴 ※館内土足厳禁

お問い合わせ

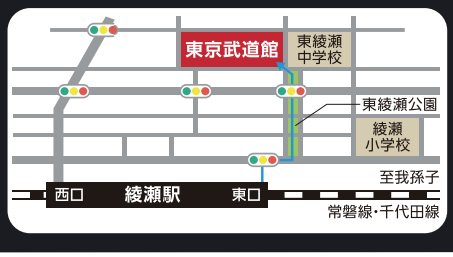
- 東京武道館 ☎03-5697-2111
- トレーニングルーム ☎03-5682-3531

https://www.tef.or.jp/tb/

アクセス

〒120-0005 東京都足立区綾瀬3丁目20-1
JR常磐線・東京メトロ千代田線
「綾瀬」※駅東口徒歩5分
※東口エレベーターあり

詳しくは
コチラ



※一部有料プログラムがあります。 ※写真はイメージです。 ※各イベントは予告なく中止・変更となる場合がございますので、ご了承ください。

公益財団法人
東京都スポーツ文化事業団

スペシャルゲスト

茨 隆太郎
デフリンピック競泳・ブラジル大会金メダリスト

大橋 悠依
競泳・東京五輪金メダリスト

競泳スペシャルレッスン
ゲスト講師:大橋 悠依
ゲストに挑戦!リレー対決
ゲスト:大橋 悠依・茨 隆太郎
デフ水泳体験
ゲスト講師:茨 隆太郎

キッズプール

参加無料
水着にならなくても楽しめます!!

アクアスポーツフェスティバル

2024.10.14(月・祝)

【開催時間】
10:00〜17:00

アクア謎解きラリーでオリジナルグッズプレゼント!

走り方教室

- 飛込・アーティスティックスイミング・水球・ブラインドスイミング体験
- アーティスティックスイミング・水球デモンストレーション
- 江東区観光協会出展ブース
- プール・トレーニングルーム無料開放

etc.

イベント情報はSNSで随時発信中!

超ときめき♡宣伝部が登場!
誰がくるかはお楽しみ!
都立施設連携プログラム

辰巳の森海浜公園にて同時開催! 辰巳健康スポーツフェスティバル/ふらっとスッキリヨガ

【会場・主催】
東京アクアティクスセンター
東京都江東区辰巳2-2-1

●詳細はWEBにて随時更新中
東京アクアティクスセンター
https://www.tef.or.jp/news/festival.html
※イベント内容は変更になる場合がございます。予めご了承ください。
●イベントお問合せ
TEL.03-5534-6410 [10:00~17:00 ※休館日を除く]
●事前申込お問合せ
TEL.03-6427-8774 [10:00~17:00 ※土日祝を除く]

NO SPORTS,NO LIFE ～人生にスポーツを！

東京体育館

TOKYO METROPOLITAN GYMNASIUM

HPはこちら ▼▼▼

▶開館時間 9：00～21：00

※トレーニングルーム・屋内プール・陸上競技場は
平日 9：00～23：00　土曜 9：00～22：00
日曜・祝日 9：00～21：00

9～12月の休館日

9/9（月）、10/22（火）・23（水）
11/19（火）～21（木）[注]
12/11（水）・30（月）・31（火）[注]

［注］11/20・21はトレーニングルーム・屋内プール・陸上競技場のみ休館
12/30は、サブアリーナ、第一～第四会議室のみ休館
12/31は、メインアリーナ以外の施設を休館
※開館時間、休館日は変更となる場合がございます。予めＨＰなどでご確認ください
※年末年始は営業時間が変更となります。詳細はＨＰをご確認ください

▶アクセス

▶JR中央・総武線
「千駄ケ谷」駅※より
徒歩1分
▶都営地下鉄大江戸線
「国立競技場」駅※
A4出口より徒歩1分
※エレベーターあり

〒151-0051
渋谷区千駄ヶ谷1-17-1
TEL：03-6380-4832

▶施設案内

個人で使用できる施設

▶トレーニングルーム・屋内プール：
一般700円／2.5h 他
▶屋内プール：中学生以下300円／2.5h 他
▶陸上競技場：一般200円／2h
中学生以下100円／2h
▶健康体力相談室：一般2,470円／1回

令和5年8月1日に利用料金を改訂しました

専用（団体）で使用できる施設（事前申込）

▶メインアリーナ　▶サブアリーナ
▶屋内プール（コース貸）
▶第一～第四会議室

バリアフリー情報 ▼▼▼

当館は、高齢者・身体障害等にも安心してご利用いただける設計となっております。詳しくはHP内「バリアフリー情報」をご覧ください

初心者OK
経験のない初心者でも参加できる教室です

資格取得
何らかの資格が習得できる教室です

参加費無料
参加費無料の教室です
※別途教材費が必要な場合があります

子供向け
子供が参加できる教室です

土日祝開催
土・日・祝日も開催している教室です

夜間開催
夜間に開催している教室です

オンライン開催
オンライン参加できる教室です

各事業の問合わせは

［電話］（平日10:00～17:00）
フリーダイヤル▼
0120-612-001　または
携帯電話▼
03-6380-4243

［インターネット］
裏表紙をご確認の上、お申し込みください
スマイルスポーツ 検索

掲載事業を変更または中止する場合がございます。最新情報はホームページにて随時更新してまいりますのでご確認ください

受付中　学ぼう！デフスポーツ

スタートランプ体験会

デフスポーツ「陸上（短距離種目）」のスタート合図に欠かせない「スタートランプ」を使ったスタートを体験します。
「スタートランプ」の使い方やデフスポーツの魅力を、専門員やデフアスリートに指導していただきます。

日時　10/14（月・祝）　10：30～12：00
対象　どなたでも
※小学生以下は保護者同伴
※介助が必要な方は介助者同伴
定員　80名　※定員になり次第締切
参加料　無料
持ち物　動きやすい服装、飲料、タオル、室内履き（靴底が白色か飴色）
申込　電話・インターネット　⇒裏表紙参照
協力：一般社団法人日本デフ陸上競技協会

受付中　体力向上ウォーキングセミナー

セルフメンテナンスのためのケア・ウォーキング®

ケア・ウォーキング®考案者の黒田恵美子氏を講師としてお呼びします。ケア・ウォーキング®を学ぶことで、人生を自分の足で歩き続けるための「身体の使い方」「歩き方」「ケアの仕方」を学びましょう。自分のクセを知り、少し意識しながら歩き、毎日ケアをすることで、身体は少しずつ変わります！

日時　10/27（日）　14：00～16：00
対象　15歳以上　※中学生を除く
定員　60名　※定員になり次第締切
参加料　1,000円
持ち物　動きやすい服装、飲料、タオル、室内履き（靴底が白色か飴色）
申込　電話・インターネット　⇒裏表紙参照
講師：黒田 恵美子 氏（一般社団法人ケア・ウォーキング普及会代表理事）

受付開始日10/1（火）予定　スポーツを支える・応援するチアリーディング

アスリートによるジュニアスポーツ未来塾

アスリートを支える大切な事の1つに“応援”があります。プロリーグなどで目にするチアリーディングは、相手を思いやる気持ち、リーダーシップ、協調性、そして常にポジティブである精神力と健康な身体を兼ね備えた人材育成を最終目的とし活動しています。エール交換や安全に行うアクロバティックな動きを体験しませんか。

日時　10/27（日）　10：00～12：00
対象　ジュニア世代（小学生～高校生）
定員　60名　※定員になり次第締切
参加料　500円
持ち物　動きやすい服装、飲料、タオル、室内履き（靴底が白色か飴色）
申込　電話・インターネット　⇒裏表紙参照

受付開始日9/17（火）予定　シニアのための毎日エクササイズ教室

イスを使ったやさしいシニアヨガ

家でできるヨガ教室です。
イスを使ったヨガなので身体に負担をかけず優しいエクササイズを紹介します！

日時　11/5（火）　14：00～15：30
対象　概ね50歳以上
定員　60名　※定員になり次第締切
参加料　1,000円
持ち物　動きやすい服装、飲料、タオル
申込　電話・インターネット　⇒裏表紙参照
講師：足立 由喜子 氏（NPO法人日本シニアヨガ協会）

受付開始日9/17(火)予定　女性のためのレクリエーションスポーツ

世界最古の踊り、ベリーダンス体験！！ ～美しく、強く、しなやかな心と身体づくり～

初めての方、ダンス未経験の方、経験者の方大歓迎です。アラブの音楽に合わせて楽しく体を動かしましょう。一つ一つのテクニックについて言語化し、頭と身体の両方でご理解いただき、美しく、強く、しなやかな心と身体づくりをお手伝いいたします。

日時　11/5(火)　19：00～20：30
対象　18歳以上の女性　※高校生を除く
定員　60名　※定員になり次第締切
参加料　1,000円
持ち物　動きやすい服装、飲料、タオル、足を拭けるボディシート等、室内履き(靴底が白色か飴色)
※基本的には裸足で行います。冷え等が気になる方は、室内履きや靴下でも参加可能ですが、裸足の方が地面をとらえやすく踊りやすいです。服装は、ヨガウェア等の身体のラインが分かるものだと動きを確認しやすいです。
申込　電話・インターネット　⇒裏表紙参照
講師：荒深 亜子(AKO)氏(Studio Muyeboland ベリーダンススクール主宰)

受付開始日9/20(金)予定　東京2025デフリンピックに向けて学ぼう！

スポーツボランティアスキルアップ講座

東京2025デフリンピックに向けて、デフスポーツの魅力やデフスポーツボランティアについて学びましょう。これからスポーツボランティアを始めてみたい方、デフスポーツを応援したい方におすすめです。本格的な国際手話を学ぶチャンスもあります！(手話通訳あり)

日時　11/18(月)　19：00～20：30
対象　スポーツボランティアに興味がある方(18歳以上の方)　※高校生を除く
定員　80名　※定員になり次第締切
参加料　1,000円
持ち物　筆記用具、飲料
申込　電話・インターネット　⇒裏表紙参照
講師：廣瀬 芽里 氏(一般社団法人撫子寄合 代表、NPO法人YES, DEAF CAN! 代表)

受付中　東京グレートベアーズの講師によるクリニック

シニアのためのスポーツクリニック(バレーボール)

プロバレーボールチーム「東京グレートベアーズ」のスクール講師を招き、9人制バレーボールの実技講習会を行います。初心者は基礎から、経験者はスキルアップのためのご参加をお待ちしています。

日時　11/21(木)　10：00～12：00
対象　概ね50歳以上　※バレーボール愛好者(初心者から経験者まで)
定員　60名　※定員になり次第締切
参加料　1,000円
持ち物　運動ができる服装、飲料、タオル、室内履き(靴底が白色か飴色)
申込　電話・インターネット　⇒裏表紙参照
運営協力：東京グレートベアーズ

受付開始日10月上旬予定　分かりやすいと大好評

今日から筋トレ

今日から筋トレを始めましょう！
オリンピックで活躍した選手の指導経験もある寺田健太郎氏を講師としてお呼びします。筋トレ初心者も！レベルアップしたい方も！自宅で続けられるトレーニング方法を学びましょう！

日時　11/21(木)　18：15～20：15
対象　15歳以上　※中学生を除く
定員　80名　※定員になり次第締切
参加料　1,000円
持ち物　動きやすい服装、飲料、タオル、室内履き(靴底が白色か飴色)
申込　電話・インターネット　⇒裏表紙参照
講師：寺田 健太郎 氏(株式会社LIFE BUILDING)

受付開始日10/1(火)予定　ジュニアスポーツ指導者育成セミナー

ジュニア世代の身体をつくる“身につく”栄養学講座

管理栄養士から学ぶ栄養学。ジュニア世代の身体づくりに重要な要素“食事”の基本と成長ホルモンの活性化を促す“睡眠”について、実践を交えてお伝えします。

日本スポーツ協会(JSPO)　指導者資格更新対象事業(予定)

日時　12/1(日)　14：00～17：10
対象　スポーツ指導者・スポーツ推進委員・保護者等、ジュニアスポーツ指導に関心のある方
定員　80名　※定員になり次第締切
参加料　2,000円
持ち物　筆記用具、飲料
申込　電話・インターネット　⇒裏表紙参照
講師：篠原 絵里佳 氏
(管理栄養士、睡眠改善インストラクター、日本アスリートフード協会認定講師)

受付開始日10/1(火)予定　スポーツビジネスセミナー

地域スポーツの指南役が読み解く「ソーシャルビジネス成功のヒント」

地域スポーツの現場に長年携わる中で、クラブ設置率１００％の立役者から見た地域スポーツの歴史と展望や、地域マーケティングの極意、市民に寄り添った事業の企画・計画(アプローチから展開方法)、“人財”の発掘と育成、人材不足対策、部活動地域移行等も視野に、スポーツでまちを盛り上げていく極意を伝授いただきます。

日時　12/1(日)　※時間の詳細は申込サイトよりご確認ください
対象　スポーツビジネス、ソーシャルビジネス、地域スポーツに興味のある方
定員　60名　※定員になり次第締切
参加料　1,000円
持ち物　筆記用具
申込　電話・インターネット　⇒裏表紙参照
講師：南木 恵一 氏(一般社団法人とやまライフデザイン研究所 理事長)

受付開始日10/21(月)予定　好評につき再び開催！

ピラティス＆モーターコントロールエクササイズ

理学療法士であり、世界基準のピラティスインストラクターの増渕氏、伊牟田氏を再びお迎えし、今注目のモーターコントロールをわかりやすくレクチャーします。

日時　12/19(木)　※時間の詳細は申込サイトよりご確認ください
対象　15歳以上　※中学生を除く
定員　80名　※定員になり次第締切
参加料　1,000円
持ち物　動きやすい服装、飲料、タオル、靴下(滑り止め付きが望ましい)
申込　電話・インターネット　⇒裏表紙参照
講師：増渕 喜秋 氏(理学療法士、米国国家認定ピラティス教師)
伊牟田 真樹 氏(理学療法士、米国国家認定ピラティス教師)

受付中　体験参加(初回無料)も大歓迎！

東京体育館スマイルランニングクリニック

子どもから大人まで楽しく成長・チャレンジできるランニングクリニックです。走りに関する専門のコーチ陣をお招きし、ランニング指導を行います。東京体育館の陸上競技場内多目的コートで、一緒に楽しく運動しましょう。

日時　毎週水曜日(途中入会可)
※詳しい日程はスマイルスポーツHPをご確認ください
❶16：00～17：00　❷17：00～18：30　❸19：00～21：00
対象　❶小学1～3年生　❷小学4～6年生　❸一般(20歳以上)
※❷に関しましては、参加学年・時間帯等もご相談ください(❷は中学生も相談可)
定員　❶❷各30名　❸40名　※定員になり次第締切
参加料　月会費　❶8,000円　❷10,000円　❸12,000円(いずれも税込)
持ち物　動きやすい服装、飲料、タオル、ランニングシューズ
申込　NPO法人MIPスポーツ・プロジェクト
電話：03-5809-5735　メール：mip@mip-sports.com
講師：大前 祐介 氏(FAST FORWARD 代表/ヘッドコーチ、早稲田大学競走部監督)
田村 優 氏(FAST FORWARD Track Clubコーチ、早稲田大学競走部コーチ)
坂本 達哉 氏(FAST FORWARD Track Clubコーチ/選手)

さあ自分らしくスポーツを楽しもう！

駒沢オリンピック公園総合運動場

KOMAZAWA OLYMPIC PARK GENERAL SPORTS GROUND

HPはこちら ▼▼▼

▶開館時間 8：30～21：00
※施設によって異なります

9/17（火）・10/21（月）
11/18（月）
12/16（月）、12/31（火）

9～12月の休館日

※体育館は改修工事の為、令和5年4月1日から令和7年6月頃まで休館いたします
その他に整備の為、使用できない施設があります

▶アクセス

▶東急田園都市線
「駒沢大学」駅※より
徒歩15分
※エレベーターあり

〒154-0013
世田谷区駒沢公園1-1
TEL:03-3421-6199
（受付代表）
TEL:03-3421-6299
（事業代表）

▶施設案内

個人で使用できる施設

▶トレーニングルーム：一般500円／2h
▶弓道場：一般500円／2h
中学生以下210円／2h

※弓道場の個人利用には当館発行の認定証が必要です

【東京オリンピックメモリアルギャラリー】
休館中

専用（団体）で使用できる施設（事前申込）

▶陸上競技場　▶屋内球技場
▶第一球技場　▶第二球技場
▶補助競技場　▶硬式野球場
▶テニスコート　▶弓道場　▶会議室
▶軟式野球場

バリアフリー情報 ▼▼▼

当館は、高齢者・身体障害等にも安心してご利用いただける設計となっております。
詳しくはHP内「バリアフリー情報」をご覧ください

初心者OK
経験のない初心者でも参加できる教室です

資格取得
何らかの資格が習得できる教室です

参加費無料
参加費無料の教室です
※別途教材費が必要な場合があります

子供向け
子供が参加できる教室です

土日祝開催
土・日・祝日も開催している教室です

夜間開催
夜間に開催している教室です

オンライン開催
オンライン参加できる教室です

各事業の問合わせは

［電話］（平日10:00～17:00）
フリーダイヤル▼
0120-612-001　または
携帯電話▼
03-6380-4243

［インターネット］
裏表紙をご確認の上、お申し込みください
スマイルスポーツ 検索

掲載事業を変更または中止する場合がございます。最新情報はホームページにて随時更新してまいりますのでご確認ください

受付中

親子で楽しむスポーツカーニバル

幼児、小学生と保護者を対象に「成功体験」「競争」「失敗の克服」「仲間の存在」「チャレンジ」から、スポーツを“楽しむ”機会を提供します。
第二球技場で、さまざまなボールを使った①ボールフィーリング②ボールランニング③ボールゲーム④チームゲームを体験して、子どもと保護者、それぞれのチームワークやコミュニケーションの活性化を図ります。

日時　10/19（土）　13：30～14：30（幼児）　14：45～ 16：15（小学生）
対象　幼児、小学生とその保護者
定員　各70組　140名　※定員になり次第締切
参加料　2,200円/1組
持ち物　動きやすい服装・スポーツシューズ・タオル・飲料
申込　電話・インターネット ⇒裏表紙参照

講師：齊藤 裕也 氏（ラグビー元日本代表）他

受付中　アスリートと一緒にスポーツを楽しもう

アスリートとのスポーツ交流体験

天然芝の陸上競技場を使い、アスリートと一緒にカラダを動かしながらゲーム対決をします。
また、アスリートによるデモンストレーションを行い、トップアスリートのスキルの高さを披露します。
様々なゲームを通してアスリートとコミュニケーションを図り、スポーツを“楽しむ”ことで目標や夢を抱く「きっかけ」を創出します。

日時　11/3（日・祝）　13：00～15：00
対象　小学生と保護者
定員　50組　100名　※定員になり次第締切
参加料　1,200円
持ち物　動きやすい服装、飲料、タオル、スポーツシューズ
申込　電話・インターネット　⇒裏表紙参照

講師：齊藤 裕也 氏（ラグビー元日本代表）

受付中　ポイントを学びレベルアップ！

ランニングクリニック【第1回】

横田 真人 氏　田母神 一喜 氏

実践的なランニング技術とトレーニング方法を陸上競技専門のコーチと選手が指導します。
ランニングのポイントを学び、レベルアップを目指そう！

日時　10/19（土）10：00～12：00
対象　20歳以上の方
定員　40名　※定員になり次第締切
参加料　1,200円
持ち物　動きやすい服装・飲料・ランニングシューズ・タオル
申込　電話・インターネット ⇒裏表紙参照

講師：横田　真人氏（「TWOLAPS TC」代表兼コーチ、ロンドンオリンピック 男子800m日本代表）
：田母神　一喜氏（2021年日本陸上競技選手権大会 男子800m優勝）

受付中　成長期に合わせた正しいトレーニングとは

スポーツ指導のためのジュニア指導者講習会

倉石 平 氏　佐々部 孝紀 氏

最近では、成長期に正しいトレーニングを積極的にする方がより成長を促進することが分かってきています。
成長期の各ステージに合わせた正しいトレーニング方法を講義と実技から学びます。

日時　9/21（土）　10：00～15：00
対象　ジュニアの指導に関わる指導者、指導者を目指している方
※実技指導には参加者が普段指導しているジュニア（小学生～中学生）も一緒に参加することができます（別途参加料はかかりません）
定員　30名　※定員になり次第締切
参加料　3,000円
持ち物　室内用シューズ、動きやすい服装、飲料、タオル、筆記用具、昼食
申込　電話・インターネット ⇒裏表紙参照

講義担当：倉石 平 氏（早稲田大学 スポーツ科学学術院 教授）
実技担当：佐々部 孝紀 氏（Training Science代表）

受付中 交流を楽しみながら、脳を活性化しよう！

健康マージャン交流会

健康マージャンとは、健全な頭脳スポーツとして、高齢者の「健康づくり・仲間づくり・生きがいづくり」や「地域コミュニティの活性化」、「多世代交流」などを目的に開催されているマージャンのことです。

日時 9/25(水)　12：30～17：00
対象 概ね50歳以上の方で今まで麻雀をしたことがある方
定員 40名　※定員になり次第締切
参加料 1,000円
持ち物 筆記用具、飲料
申込 電話・インターネット ⇒裏表紙参照

受付中 仲間と共に勝利を目指そう!!

ソサイチリーグ

駒沢のソサイチリーグでは、サッカコート半面、８人制、オフサイドなし、交代自由などサッカーとフットサルをうまく融合したルールで行います。８人以上のチーム単位でお申込みください。

日時 9/6・20、10/4・18、11/8・22、12/6・20(全て金曜日)
❶学生の部　17：00～19：00　❷一般の部　19：00～21：00
対象 ❶15歳以上の学生(中学生を除く)8名以上で構成されるチーム
❷18歳以上8名以上で構成されるチーム
定員 ❶❷各回8チーム　※定員になり次第締切
参加料 ❶各回19,800円/1チーム　❷各回23,100円/1チーム
申込 NPO法人MIPスポーツ・プロジェクト
HP　http://www.mip-sports.com/
問合せ 電話 03-5809-5735　メール mip@mip-sports.com
運営：NPO法人MIPスポーツ・プロジェクト

受付中 10000mの自己ベスト更新を目指そう！

陸上記録会【第2回】

陸上長距離の10000m記録会を開催します。駒沢陸上競技場トラックで自己ベスト更新を目指そう！ペースメーカーあり！

日時 11/2(土)
❶10000mを45分以内で走りきれる方　10：00～11：20(1組目)
※50分で打ちきりとなります
❷10000mを45分～1時間10分で走りきれる方　11：00～12：40(2組目)
※1時間10分で打ちきりとなります
対象 15歳以上(中学生を除く)の10000mを自力で走りきれる方
定員 ❶❷各20名程度　※定員になり次第締切
参加料 1,200円
持ち物 動きやすい服装、飲料、ランニングシューズ、タオル
申込 電話・インターネット ⇒裏表紙参照

受付中 人気のヒップホップを学べるアカデミーです！

ヒップホップダンスアカデミー【第2期】

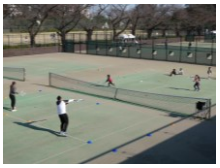
曲に合わせながら体で感情を表現する事で、想像力(創造力)や感性が養われる効果が期待できます。全10回を通して参加者でひとつの作品を作りましょう！
※１回のみの体験も可能です。

日時 9/3・10・24、10/1・8・15・22・29、11/5・12
(全て火曜日)　17：00～18：00
対象 小学生
定員 25名　※定員になり次第締切
参加料 8,000円（全10回）、1,000円／1回
持ち物 動きやすい服装、室内用シューズ、飲料、タオル
申込 駒沢オリンピック公園総合運動場トレーニングルーム
電話　03-3421-8105
講師：KYOKO(JDAC認定ダンス指導員)

受付中 テニスの基礎を楽しもう！

ジュニアテニスアカデミー【第2期】

心身の発達が最も著しいジュニア世代を対象に、プロのテニスコーチが基本技術を指導し、選手を育成します。テニス初心者でも大丈夫！まずはテニスの基礎を楽しむことからはじめます。



日時 9/24、10/1・8・15・22・29、11/12・19・26、12/3
❶14：20～15：20　❷15：25～16：25（全10回・全て火曜日）
※天候等により実施回数が10回に満たない場合があります。
対象 ❶年中・年長児　❷小学校低学年
定員 ❶❷各クラス20名
参加料 18,000円(全10回・税込)
持ち物 動きやすい服装、飲料、タオル、テニスラケット、スポーツシューズ
※ラケットは貸出用があります
申込 株式会社エッグボール・駒沢ジュニアテニスアカデミー事務局
HP https://tennis.eggball.jp/
問合せ 電話 050-3701-3799　メール komazawa@eggball.jp
運営：株式会社エッグボール

受付中 スケボーの基礎を楽しく学ぼう!!

アーバンスポーツ初心者講習会

小中学生を対象に、スケートボードの講習会を実施します。メイン講師は、2019年世界大会Jackalope女子３位の記録を持つ齋藤波音さん！礼儀正しく、かっこよく乗りこなそう！

日時 10/14(月・祝)
❶小学生の部　10：00～11：00
❷中学生の部　11：30～12：30
対象 小学生から中学生のスケートボード初心者及び経験者
定員 各回30名　※定員になり次第締切
参加料 500円
持ち物 動きやすい服装、スケートボード、プロテクター一式、シューズ、飲料、タオル
申込 電話・インターネット ⇒裏表紙参照
講師：齋藤 波音 氏 他4名

3x3 KOMAZAWA CUP

2024.12.21. Sat.

心・技・体を鍛えて健やかな毎日へ！

東京武道館

TOKYO BUDO-KAN

HPはこちら ▼▼▼

▶開館時間 9：00～21：00

※トレーニングルームは22:00まで（日曜・祝日を除く）

9/17（火）、10/15（火）、11/20（水）、12/16（月）、12/31（火）

9～12月の休館日

※開館時間・休館日は変更となる場合があるため、予めHP等でご確認ください

▶アクセス

▶JR常磐線、東京メトロ千代田線「綾瀬」※駅東口より徒歩５分

※東口にエレベーターあり

〒120-0005
足立区綾瀬3-20-1
TEL:03-5697-2111

▶施設案内

個人で使用できる施設

▶弓道場：一般500円/2.5h
中学生以下190円/2.5h
※弓道場の個人利用には当館発行の認定証が必要です

▶第一・第二武道場：一般500円/2.5h
中学生以下190円/2.5h

▶トレーニングルーム：一般500円/2.5h

令和5年8月1日に利用料金を改訂しました

専用（団体）で使用できる施設（事前申込）

▶大武道場　▶弓道場
▶第一武道場　▶第二武道場
▶大研修室　▶茶室

初心者OK
経験のない初心者でも参加できる教室です

資格取得
何らかの資格が習得できる教室です

参加費無料
参加費無料の教室です
※別途教材費が必要な場合があります

子供向け
子供が参加できる教室です

土日祝開催
土・日・祝日も開催している教室です

夜間開催
夜間に開催している教室です

オンライン開催
オンライン参加できる教室です

バリアフリー情報 ▼▼▼

当館は、高齢者・身体障害等にも安心してご利用いただける設計となっております。詳しくはHP内「バリアフリー情報」をご覧ください

各事業のお申込みは

［インターネット］
裏表紙をご確認の上、お申込みください

スマイルスポーツ 検索

掲載事業を変更または中止する場合がございます。最新情報はホームページにて随時更新してまいりますのでご確認ください

剣道で心と体を鍛えよう！

剣道（青少年広域武道稽古）

剣道をしてみたい！もっと上達したい小・中学生の皆さん、東京武道館で楽しく稽古をはじめてみませんか！剣道を通じて、心と体を鍛えよう！

日時 9/6・13・20・27、10/4・11・25、11/1・8・22・29、12/6・13・20
（全て金曜日）　17：00～18：30
※年度を通じての開催ですが、途中からの参加もできます

対象・定員 小・中学生・各回20名

参加料 各回250円

持ち物 飲物、タオル、竹刀、剣道具、剣道着または運動着、シールド、外靴入れ
※初心者の方は、運動のできる服装でおいでください
竹刀のない方には貸出しをしております

申込 当日来館

初心者でも安心の柔道教室！

柔道（青少年広域武道稽古）

柔道をしてみたい！もっと上達したい小・中学生の皆さん、東京武道館で楽しく稽古をはじめてみませんか！柔道を通して、心と体を鍛えよう！

日時 9/4・11・18・25、10/9・16・23・30、11/6・13・27、12/4・11・18
（全て水曜日）　17：00～18：30
※年度を通じての開催ですが、途中からの参加もできます

対象・定員 小・中学生・各回20名

参加料 各回250円

持ち物 飲物、タオル、柔道衣、外靴入れ
※柔道をはじめて間もない方で、柔道衣をお持ちでない方には貸出しをしております

申込 当日来館

初心者でも有段者でも参加できる

柔道（広域合同稽古）

初心者から有段者まで、どなたでも参加できます。それぞれの目的に応じて柔道の稽古をしてみませんか。

日時 9/4・11・18・25、10/9・16・23・30、11/6・13・27、12/4・11・18
（全て水曜日）　18：30～20：30
※年度を通じての開催ですが、途中からの参加もできます
※遅れての参加も可能ですが、最終受付は稽古終了の1時間前です

対象・定員 中学生以上の方・各回30名

参加料 各回一般600円、中学生250円

持ち物 飲料、タオル、柔道衣、外靴入れ
※柔道をはじめて間もない方で、柔道衣をお持ちでない方には貸出しをしております

申込 当日来館

レベルに応じた指導

弓道（広域合同稽古）

初心者から有段者、久しぶりに行射する方まで、どなたでも参加できます。一人一人の目的に応じて、弓道に親しんでみませんか。

日時 9/3・10・24、10/8・22・29、11/12・19・26、12/3・10・17
（全て火曜日）　18：15～20：15
※遅れての参加も可能ですが、最終受付は稽古終了の1時間前です

対象・定員 15歳以上（中学生を除く）・各回60名

参加料 各回800円

持ち物 飲料、タオル、弓道衣または運動着、白足袋または靴下、外靴入れ

申込 インターネット
※申込方法につきましては、スマイルスポーツホームページをご確認いただくか、東京武道館にお問い合わせください

目的に応じた稽古を！

なぎなた（広域合同稽古）

初心者から有段者まで、どなたでも参加できます。それぞれの目的に応じてなぎなたの稽古をしてみませんか。

日　時　【昼の部】
9/3・10・24、10/8、
11/5・19、12/3・17
（全て火曜日）　14：00～16：00

【夜の部】
10/22、11/26、12/10
（全て火曜日）　18：15～20：15
※遅れての参加も可能ですが、最終受付は稽古終了の1時間前です。

対象・定員　中学生以上の方・各回30名

参加料　各回一般600円、中学生250円

持ち物　飲料、タオル、稽古着または運動着、なぎなた、外靴入れ
※なぎなたのない方には貸出しをしております

申　込　当日来館

居合道を学びたい方はどなたでもOK

居合道（広域合同稽古）

初心者から有段者まで、どなたでも参加できます。それぞれの目的に応じて居合道の稽古をしてみませんか。

日　時　9/5、10/3、11/7、12/5
（全て木曜日）　18：30～20：30
※遅れての参加も可能ですが、最終受付は稽古終了の1時間前です

対象・定員　中学生以上の方・各回60名

参加料　各回一般600円、中学生250円

持ち物　飲料、タオル、稽古着または運動着、模擬刀、帯、外靴入れ
※模擬刀のない方には貸出しをしております

申　込　当日来館

みんなで杖道の稽古をしよう！

杖道（広域合同稽古）

初心者から有段者まで、どなたでも参加できます。それぞれの目的に応じて杖道の稽古をしてみませんか。

日　時　9/12、11/21
（全て木曜日）　18：30～20：30
※遅れての参加も可能ですが、最終受付は稽古終了の1時間前です

対象・定員　15歳以上（中学生を除く）・各回40名

参加料　各回600円

持ち物　飲料、タオル、稽古着または運動着、杖、外靴入れ
※杖のない方には貸出しをしております

申　込　当日来館

誰でも合気道を体験できる

合気道（広域合同稽古）

初心者から有段者まで、どなたでも参加できます。それぞれの目的に応じて合気道の稽古をしてみませんか。

日　時　❶9/19、❷11/14
（全て木曜日）　18：30～20：30
※遅れての参加も可能ですが、最終受付は稽古終了の1時間前です

対象・定員　中学生以上の方・各回50名

参加料　各回一般600円、中学生250円

持ち物　飲料、タオル、稽古着または運動着、外靴入れ

申　込　インターネット ⇒裏表紙参照
※事前予約制（❶は8/10～、❷10/10～予約可能です）
3日前までにご予約ください

高段者による指導で技術向上

剣道（広域合同稽古）

剣道有段者を対象に、高段者が指導を行い、剣道技術の向上を図ります。

日　時　9/15（日）、10/21（月）、
11/25（月）、12/23（月）
（月曜日）18：00～20：00
（日曜日）17：30～19：30
※遅れての参加も可能ですが、最終受付は稽古終了の1時間前です

対象・定員　15歳以上（中学生を除く）の剣道有段者・各回100名

参加料　各回800円

持ち物　飲料、タオル、竹刀、剣道具、剣道着、シールド、外靴入れ

申　込　当日来館

剣道のルーツを学べるチャンス

古流剣道形研修会

剣道のルーツ、日本古来の直心影流之形法定と五行之形を学んでみませんか。初心者の方も是非ご参加ください。

日　時　9/6・20・27、10/4・25、
11/1・8・22、12/6・20
（全て金曜日）　19：00～20：30

対象・定員　15歳以上（中学生を除く）・各回10名

参加料　各回600円

持ち物　飲料、タオル、稽古着または運動着、面マスク、外靴入れ

申　込　当日来館

東京武道館
公式X（旧Twitter）をチェック！
@tokyo_budokan

施設のイベントや催し等の情報をお知らせしております。

東京武道館トレーニングルーム
公式X（旧Twitter）をチェック！
@tbudoukanb1

トレーニングルームの情報等をお知らせしております。

スポーツ教室情報

国内最大級の水泳場でスポーツの楽しさを発見！

東京アクアティクスセンター

TOKYO AQUATICS CENTRE

HPはこちら ▼▼▼

▶開館時間 9：00～21：00

全館　9/9(月)、10/21(月)、11/12(火)～18(月)、12/16(月)、29(日)～31(火)

9～12月の休館日

メイン・ダイビングプール　11/5(火)～11(月)

サブプール　11/19(火)～25(月)

※開館時間・休館日は変更となる場合があるため、予めHP等でご確認ください

▶アクセス

▶東京メトロ有楽町線「辰巳」駅※（出口2）より徒歩10分

▶JR京葉線「潮見」駅※より徒歩15分

▶JR京葉線・りんかい線「新木場」駅※より徒歩20分

※エレベーターあり

〒135-0053
東京都江東区辰巳2-2-1
TEL:03-5534-6410

▶施設案内

個人で使用できる施設

▶メインプール、サブプール、ダイビングプール
高校生以上700円/2.5h 他　中学生以下300円/1回

▶トレーニングルーム
※詳しい利用条件は、当館HPよりご確認ください
高校生以上450円/2.5h　中学生以下300円/1回

▶東京2020大会メモリアルギャラリー
9:00～17:00　入場無料

専用（団体）で使用できる施設（事前申込）

▶メインプール：1レーン（50m設定）5,000円/2h
▶サブプール：1レーン（25m設定）2,000円/2h
▶ダイビングプール：全面　25,000円/2h
▶第一会議室：1室　1,000円/2h　他

バリアフリー情報 ▼▼▼

当館は、高齢者・身体障害等にも安心してご利用いただける設計となっております。詳しくはHP内「バリアフリー情報」をご覧ください

初心者OK　経験のない初心者でも参加できる教室です

資格取得　何らかの資格が習得できる教室です

参加費無料　参加費無料の教室です ※別途教材費が必要な場合があります

子供向け　子供が参加できる教室です

土日祝開催　土・日・祝日も開催している教室です

夜間開催　夜間に開催している教室です

オンライン開催　オンライン参加できる教室です

インターネット申込は

［URL］https://www.tef.or.jp/tac/　東京アクアティクスセンター 検索

掲載事業を変更または中止する場合がございます。最新情報はホームページにて随時更新してまいりますのでご確認ください

受付中　楽しく体を動かしましょう　OK

スタジオレッスン

多様なプログラムで、運動が初めての方でも楽しめるレッスン満載！
様々なレッスンからお好みのレッスンを選んで月3回楽しめます！

日時　各曜日、時間帯を選べます。（詳しくはホームページをご確認ください）
対象　18歳以上の方
定員　各レッスン20名　※定員になり次第締切
参加料　3,600円/月
持ち物　運動できる服装、タオル
申込　電話・インターネット ⇒裏表紙参照

受付中　スキンシップに最適！　OK　子供

ベビースイミングスクール

親子でスキンシップを図りながら行います。水の特性が赤ちゃんの脳の様々な感覚を刺激し、心身の発育・発達を促します。

日時　火・木曜日（各月3回）
Aコース　10:00～11:00
Bコース　11:15～12:15
対象　生後6か月～3歳未満のお子様と保護者
定員　各140組（280名）　※定員になり次第締切
参加料　5,920円/月
持ち物　水着、スイムキャップ（親子分）、水遊び用おむつ、タオル
申込　インターネット ⇒裏表紙参照

受付中　礼節を重んじ、豊かな心を育む　OK　子供

空手スクール

空手を通じて「基礎体力」「空手技術」の向上を目指します。成長が著しいこの時期に、「相手を思いやる心」、「礼節や自信」を促進し、健やかな体と精神を育むことを目的としています。

日時　月曜日（月3回）
対象　❶3歳～未就学児　15：30～16：30
❷小学1年生～3年生　16：30～17：30
❸小学4年生～中学生　17：30～18：30
定員　❶20名　❷❸30名　※定員になり次第締切
参加料　5,300円/月
持ち物　運動できる服装
申込　インターネット ⇒裏表紙参照

受付中　ダンスを通じて集団行動を学ぼう！　OK　子供

チアダンススクール

ポンポンを使用し、笑顔で元気いっぱいにダンスを踊ります。明るい雰囲気の中アップテンポな曲で踊るので、はじめての方でも楽しめるスクールです。

日時　水曜日（月3回）
対象　❶3歳～未就学児　15：30～16：30
❷小学1年生～3年生　16：30～17：30
❸小学4年生～中学生　17：30～18：30
定員　❶20名　❷❸30名　※定員になり次第締切
参加料　5, 300円/月
持ち物　運動できる服装
申込　インターネット ⇒裏表紙参照

受付中　踊る楽しさの中に社会のマナーを習得！　OK　子供

ジュニアダンススクール

「想像力」「好奇心」「豊かに感じる心」を楽しく育てます。集団行動の中でのルールやマナー、友達作りや協調性を養うことができる、独自のプログラムで心身の健やかな成長をサポートします。

日時　金曜日（月3回）
対象　❶3歳～未就学児　15：30～16：30
❷小学1年生～3年生　16：30～17：30
❸小学4年生～中学生　17：30～18：30
定員　❶20名　❷❸30名　※定員になり次第締切
参加料　5, 300円/月
持ち物　動きやすい服装
申込　インターネット ⇒裏表紙参照

当日参加　辰巳の森海浜公園で開催！

ふらっとスッキリヨガ

ヨガはポーズが難しくて体も硬いからできない、そんなふうに思う方でも心身気持ちよくスッキリ出来るように行っていくヨガです。親子参加も歓迎です！

日時　10/14（月・祝）　10：30～11：00
11：30～12：00
13：30～14：00
14：30～15：00

対象　どなたでも

参加料　無料

持ち物　動きやすい服装、タオル、飲料　等

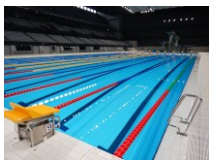
申込　当日参加

講師：MIHO BROWN 氏

受付中　東京2020大会の会場で自己ベストを更新！

アクアスイミングランキング

メインプールでタイムを計測しよう！競泳の学年別・泳法別の記録会です。年間計６回開催、ランキング上位者は表彰もあります。



日時　9/11（水）　17：00～19：00
10/16（水）　17：00～19：00

対象　小学生・中学生　※小学生は泳力認定の取得が必要です

定員　50名　※定員になり次第締切

参加料　500円　※別途入場料

持ち物　水着、スイムキャップ、ゴーグル、タオル、飲料　等

申込　電話・インターネット ⇒裏表紙参照

受付中　水中を妖精のように泳いでみよう！

アーティスティックスイミング体験会

ASの基本動作が学べます。初心者の方も安心してご参加ください。最終日には発表会も開催します！

日時　9/21・28、10/5・12・26
※全5日間　全て土曜日　10：00～11：30

対象　小学生以上の初心者

定員　80名　※定員になり次第締切

参加料　小・中学生2,500円、一般5,000円

持ち物　水着、スイムキャップ、ゴーグル、タオル、飲料　等

申込　電話・インターネット ⇒裏表紙参照

運営：公益財団法人東京都水泳協会

受付中　日本代表選手から学ぶ貴重な機会！

特別水泳レッスン

競泳日本代表の青木玲緒樹さんによる特別レッスンを開催！専門種目の平泳ぎを中心に、泳ぎ方のコツをレクチャーします。この貴重な機会に、ぜひ皆様ご参加ください！

日時　9/28（土）　14：00～15：30

対象　小学生・中学生　※100m個人メドレーで完泳できる方

定員　100名　※定員になり次第締切

参加料　500円

持ち物　水着、スイムキャップ、ゴーグル、タオル、飲料　等

申込　電話・インターネット ⇒裏表紙参照

講師：青木 玲緒樹 氏（東京2020オリンピック、パリ2024オリンピック 競泳日本代表）

受付中　運動不足解消プログラム開催！

アクアトレーニング～Aqua Gymstick～

今回は、アクアフィットネスセラピー国際総会 日本代表講師を務めた経験もある大貫那知子さんをお呼びして、アクアトレーニングを開催します。水中専用のAqua Gymstickという道具を使い、筋力、持久力、バランスなどの能力向上を目指します。

日時　9/28（土）　18：00～19：00

対象　15歳以上（中学生を除く）

定員　40名　※定員になり次第締切

参加料　1,000円

持ち物　水着、スイムキャップ、タオル、飲料　等

申込　電話・インターネット ⇒裏表紙参照

講師：大貫 那知子 氏

受付中　自分の泳ぎ方を確認！

スイマーフォームクリニック

各回にテーマを設けた水泳のクリニックです。フォームを撮影し、その解説と今後のトレーニング方法を指導。撮影した映像は、参加者へお渡しします！

日時　❶ 10/13（日）　❷ 10/26（土）
❸❹ 11/10（日）　❺ 12/14（土）　❻ 12/28（土）
❶❸ 9：30～11：00　❷❺ 19：15～20：45
❹ 11：00～12：30　❻ 17：30～19：00

対象　18歳以上

定員　20名　※定員になり次第締切

参加料　1,000円

持ち物　水着、スイムキャップ、ゴーグル、タオル、飲料　等

申込　電話・インターネット ⇒裏表紙参照

運営：公益財団法人東京都水泳協会

受付中　障害者の水泳経験を支える

はじめての障害者スイミング・ボランティアセミナー

障害のある水泳初心者・初級者の方が水に親しみ、レベルに応じて水泳を楽しむための教室を開催します。同時に、障害者支援に興味のある方を対象にボランティアセミナーを実施します。

日時　10/13、11/10　※全2日間　全て日曜日
❶障害者スイミング　10：30～11：30
❷ボランティアセミナー　10：00～11：30

対象　❶6歳以上の身体障害、または知的障害のある方
（安全確保のため必ず介助者と一緒に参加してください）
❷ボランティア希望者又は興味のある方

定員　❶30名　❷10名　※定員になり次第締切

参加料　無料

持ち物　水着、スイムキャップ、ゴーグル、タオル、飲料　等

申込　電話・インターネット ⇒裏表紙参照

運営：NPO法人ゆめけん

受付中　通常の1.5倍速を体感

フィンスイミング体験会

運動不足の方でも楽しみながら、普段なかなか履くことのできない「ビーフィン」や「モノフィン」の体験ができるイベントを開催します。世界でも人気なスポーツを体験してみませんか？

日時　10/26　13：15～14：45
12/14　9：15～10：45　全て土曜日

対象　15歳以上（中学生を除く）

定員　40名　※定員になり次第締切

参加料　1,000円

持ち物　水着、スイムキャップ、タオル、飲料　等

申込　電話・インターネット ⇒裏表紙参照

運営：一般社団法人日本水中スポーツ連盟

受付中　楽しく体験！

水球体験会

初心者を対象に、水球の基本動作を学び、水球の魅力を発見しよう！

日時　10/1・8・15・22・29
※全5日間　全て火曜日　19：20～20：50

対象　小学生以上の初心者の方　※クロールで25m完泳できる方

定員　50名　※定員になり次第締切

参加料　小・中学生2,500円、一般5,000円

持ち物　水着、スイムキャップ、タオル、飲料　等

申込　電話・インターネット ⇒裏表紙参照

運営：公益財団法人東京都水泳協会

スポーツ推進企業募集

募集期間 9.2(月)–10.31(木)

東京都

東京都では、従業員のスポーツ活動の促進に向けた取組や、
スポーツ分野における支援を実施している企業等を「東京都スポーツ推進企業」として認定しています。
今年度も９月２日より募集を行いますので、 ぜひご申請ください ！

スポーツ推進企業に認定されるとこんな メリット があります！

① 社内外のPRにご活用いただけます！

従業員の健康や、運動促進に配慮していること、またスポーツを通じた社会貢献を行っていることなどを、広くPRしていただき、貴社のさらなるイメージアップにお役立ていただけます！

② 取組を続ける、モチベーションにつながります！

推進企業であることを、社員の皆様に御共有いただくことで、取組を続けるモチベーションにつなげていただけます！

③ 推進企業だけが利用できるプログラムがあります！

手軽なストレッチから有名アスリートの直接指導まで、推進企業だけが利用できる従業員等向けプログラムを、豊富なメニューでご用意しています！
（スポーツインストラクター等派遣カタログ事業）

推進企業　取組事例

スポーツの実践

- ☐ オフィスでの階段利用の促進
- ☐ 徒歩通勤・自転車通勤の奨励
- ☐ ラジオ体操の実施
- ☐ 社内イントラやアプリを用いた運動コンテンツの提供
- ☐ 社内部活動や運動への支援　　など

スポーツの支援

- ☐ 社有スポーツ施設の貸出し・地域での活用
- ☐ アスリートの雇用
- ☐ スポーツイベントの協賛・支援
- ☐ パラスポーツ選手への用具提供　　など

「Enjoy Sportsカタログ」は、
推進企業だけが利用できます♪

メニュー数は50以上！
推進企業は**無料で**
ご利用いただけます。
（毎年度、初回利用が無料）

推進企業には、
PRにお使いいただける
認定ステッカーを
お渡ししています！

推進企業のなかで、特に先進的な取組や波及効果のある取組をしている企業等を「**東京都スポーツ推進モデル企業**」として選定、表彰しています。
累計５回モデル企業に選ばれた企業は、「**殿堂入り企業**」として表彰しています。

モデル企業への選定を希望される場合は、申請フォームに☑のうえ、取組内容を詳しくお知らせください。

令和５年度モデル企業表彰式

～スポーツに取り組む企業の皆様のご申請を、お待ちしております！～

主　催　東京都生活文化スポーツ局 スポーツ総合推進部 スポーツ課

問合せ先　令和６年度　東京都スポーツ推進企業認定制度事務局
（株式会社 コスモピア　内）
E-mail：sports_tokyo@cosmopia.jp
TEL：03-5213-4194（平日9：00～17：00）

詳細・申請は
こちらから
https://www.sports-tokyo-info.metro.tokyo.lg.jp/company/

U18女子ソフトボール国際交流試合を同時開催！
（東京都選抜 vs 南カリフォルニア選抜）

【女子ソフトボールリーグ「JD.リーグ」】

計200名無料招待！

申込開始日：９月10日（火）10時～

10月５日土・６日日 @多摩市一本杉公園野球場

10/５（土）	10/６（日）
10:30 日立 - NEC 13:30 太陽誘電 - ビックカメラ高崎	10:30 ビックカメラ高崎 - 日立 13:30 太陽誘電 - NEC

会場：多摩市一本杉公園野球場
定員：各日100名（先着順）**計200名**
対象：都内在住・在勤・在学の方
申込方法：詳細は右記二次元バーコードをご確認ください

JD.リーグHP

注目選手！
☆上野　由岐子（ビックカメラ高崎）　※東京2020オリンピック代表
☆清原　奈侑（NEC）　※東京2020オリンピック代表
☆唐牛　彩名（日立）　※2024ワールドカップ代表
☆橋本　芽衣（太陽誘電）

U-18国際交流試合（東京都選抜vs南カリフォルニア選抜）
@多摩市一本杉公園野球場
WBSC女子ソフトボールランキング1位、ロサンゼルス2028オリンピックの開催地であるアメリカ・南カリフォルニアからU-18選抜チームが来日し東京都U-18選抜チームと交流試合を行います。
10月5日(土)16時～予定（観戦無料・申込不要）

都民参加イベント同時開催
10月5日（土）12：30～予定※第１試合終了後

誰でも気軽に体験！
①ASOBALL
ゴムボールと簡単な道具を使って、野球・ソフトボールの基本の動きを体験します。**山田恵里さん**、**長崎望未さん**が講師としてイベントをサポートします。

東京2020オリンピック代表
山田恵里さん

元日本代表
長崎望未さん

親子で楽しめる！
②BASEBALL５体験
BASEBALL5のルールは簡単！「ゴムボールを手で打つ」だけ！男女混成チームが前提のため親子でも楽しめます。

© Baseball5 JAPAN

対象：①都内在住・在学の幼児（3歳以上）～小学校3年生
　　②都内在住・在学の幼児（3歳以上）～小学生と保護者
定員：①40名　②30組60名
会場：多摩市一本杉公園野球場
参加料：無料（事前申込制・先着順）
申込方法：詳細は右記二次元バーコードをご確認ください

JD.リーグHP

NISSHO

生涯スポーツの創造

ISO 9001
認証取得

ニッ　ショウ
日勝スポーツ工業株式会社

営業内容
●学校体育衣料販売
●学校部活用品販売
●学校体育教材販売
●スポーツ用品全般販売
●運動場施設・設計施工修繕
●防球ネット・プール保守サービス

本社　〒154-0005 東京都世田谷区三宿二丁目36番9号
TEL 03-6805-2106　FAX 03-3410-7314
URL　http://www.nissho-sports.com/
支店　世田谷支店・多摩支店・板橋支店・足立支店・町田支店

スマホde集めて

SPOPITA スタンプラリー

都内各地で開催される
スポーツイベントに参加して、
スタンプをGETしよう！

スタンプを集めて応募すると
豪華賞品が当たるチャンスも。

さぁ、今こそ、スポーツを楽しもう！

キャンペーン期間
9月7日（土）～12月27日（金）

スタンプの数に応じて
抽選で賞品をGET！

Nintendo Switch

© Nintendo
Nintendo Switchのロゴ・
Nintendo Switchは任天堂の商標です。

マッサージガン

パワーウェーブ

スマートウォッチ

フォームローラー

公式HP　https://spopita.jp/stamprally/

SPOPITAスタンプラリー

お問い合わせ：SPOPITAスタンプラリー開催事務局
info@spopita-stamp.com/03-6272-8048
（9月7日～12月27日 10～17時 ※土日祝含む）

チッキー

あなたの街の地域スポーツクラブ紹介

NPO法人 ド素人スポーツ

クラちゃん

バスケットボール大会参加者の皆さん。働く世代が多く、そんな方々が気軽に日常にスポーツを取り入れることができるよう、さまざまな工夫をしながら活動しています。

撮影/ShotaTakehara

その名の通り「ド素人でも気軽に参加出来る」をコンセプトに、前身の任意団体「ド素人バスケ練習会」を母体に発足しました。当初、思いつきでつけた“ド素人”ですが、わかりやすい、覚えやすい、参加しやすい、安心感がある･･･などの声が届いています。時々、「ガチの人が来たらどうするの？」と聞かれますが、「もちろん誰でもウェルカム」です。ただ、未経験者でも参加しやすいようにルールなどを調整して活動しているのでガチの方にも合わせてプレーしていただいています。

活動はバスケットボール、バレーボールを中心に、不定期でフットサル、バドミントンなども実施しており、今年度は延べ2,300人ほどの方が参加しています。また、大田区のプロチームと協働して“見る”スポーツの場をつくったり、公共施設である常設ビーチコートを利用したビーチバレーが体験できるなど、地域の特色を生かし、住民がより愛着を持ち生活を楽しめるような活動を企画しています。

参加者は、仕事や家庭で環境が変わりやすく、大変忙しい20～50代の働く世代が対象です。この世代はインターネットに慣れているので、HPとSNSを利用し、毎日活動の様子や役員の日常などを公開することで、初めての方でも安心して参加できるように心がけています。また、運動したい方にすぐ情報が届くよう、サークル情報サイトなどにも登録しています。

設立から2年でようやく利用者も増加してきた中で、場所の確保が追いつかずキャンセル待ちが出てしまうという課題もありますが、利用者が気軽に参加することができ、心身ともに健康的な影響を与えられるようなスポーツの場所を提供できるように取り組んでいます。

スポーツを通じて地域コミュニティが生まれ、ド素人さんでも安心・安全にスポーツを楽しめる魅力あるクラブにしていくのが目標です。

■クラブプロフィール
〔設立〕2022年4月23日
〔事務局〕東京都大田区
〔活動場所〕東京都大田区
品川区
〔活動種目〕バスケットボール／バレーボール／フットサル／ビーチバレー
〔特徴〕「ちょっとやってみたい」方へ、競技ではなく遊びに特化したスポーツの場所を提供
〔連絡先〕info@dospo.jp
〔HP〕https://dospo.jp/

1

2

3

①バスケットボールの活動に参加している方々　②ド素人からはじめる！春のスポーツフェスタ（運動会）では綱引きも　③バレーボール大会の模様　④渡辺代表理事（左）、児玉代表副理事（右）　①③④撮影/ShotaTakehara

特色ある活動

▶（左）スポーツの観戦会も実施。
▶（右）公共施設としては23区で初のビーチコートでのビーチバレーも。

4

施設周辺地域紹介 ～駒澤大学～

駒沢オリンピック公園から
徒歩約1分

駒澤大學

駒澤大学は「仏教」の教えと「禅」の精神を建学の理念としています。
前身である「学林」(旃檀林)に遡れば430年以上、1882(明治15)年に、麻布北日ケ窪(いまの六本木ヒルズ辺り)に開校されてから140年以上に及ぶ長い歴史と豊かな伝統を持つ私立大学です。
[学部]
仏教学部／文学部／経済学部／法学部／経営学部／医療健康科学部／グローバル・メディア・スタディーズ学部
[大学院]
仏教学研究科／人文科学研究科／経済学研究科／商学研究科／法学研究科／経営学研究科／医療健康科学研究科／グローバル・メディア研究科／法曹養成研究科

駒沢キャンパス

大学院・大学のすべての学生が学ぶキャンパスです。緑豊かな環境と、最新の教育設備を整えています。

深沢キャンパス

大学院の講義室や各研究室のほか、洋館や和室など公開講座にも利用されています。

玉川キャンパス

陸上競技場、球技場、テニスコートなど・・・
箱根駅伝や全国大会に出場する選手はここで練習しています！

駒澤大学で学んでみよう！

禅文化歴史博物館

東京都の歴史的建造物に選定されている建物の中には、本学の特色を活かした禅(仏教・宗教)の文化、歴史を学べる様々な展示が行われています。

公開講座

公開講座では、本学の教員を中心とした多彩な講師陣により、仏教と禅、文化や歴史、社会、自然科学など、多岐にわたるテーマで開講しています！

日曜講座・はじめての坐禅

本講座は、年間30回ほど開催されており、坐禅だけ、講義だけの出席も可能です。坐禅は、駒沢キャンパス内の本格的な坐禅堂において行います。初めての方でもわかりやすく指導いたします！

イベント情報

11/2 (sat.)
・3(sun.)

◆オータムフェスティバル

駒大の学園祭です！100団体以上のブースが揃い踏み！
ぜひ遊びにきてください！！

11/24
(sun.)

◆スポーツフェスティバル

学生アスリート指導によるスポーツ教室・体験会などを行います。
空手、ボクシング、競技ダンス…あのスポーツが体験できるチャンス！

駒澤大学MAP(駒沢キャンパスは駒沢オリンピック公園のとなりです！)
■駒沢キャンパス　〒154－8525　東京都世田谷区駒沢1－23－1
■深沢キャンパス　〒158－0081　東京都世田谷区深沢6－8－18
■玉川キャンパス　〒157－0068　東京都世田谷区宇奈根1－1－1
https://www.komazawa-u.ac.jp/

駒大　検索

日時
12/26 木
10:00〜16:00

第20回 U-18 将棋スタジアム

※U-18：18歳以下

プログラム

※1 2は事前申込

1 将棋大会
□中・高校生の部　□小学生の部
□ガールズの部（小・中・高校生）

2 プロ棋士指導対局（午前の部）

3 テーマ別コーナー
□詰将棋・次の一手　□グッズ販売　等
※状況により、プログラム内容が変更になる場合がございます。

◎日　　時／12月26日（木）10:00〜16:00（予定）
◎会　　場／東京武道館　大武道場
東京都足立区綾瀬3-20-1
JR常磐線・東京メトロ千代田線「綾瀬」※駅下車徒歩5分
※東口にエレベーターあり
◎対　　象／小学生、中学生、高校生
◎参 加 料／1,000円（事前支払）
◎共　　催／（公財）東京都スポーツ文化事業団 東京武道館（公社）日本将棋連盟
◎問合せ／U-18将棋スタジアム事務局 03-3408-6165
（公社）日本将棋連盟　https://www.shogi.or.jp/
東京武道館　https://www.tef.or.jp/tb/
◎持　　物／室内履き、外靴入れ
◎注意事項／□体調がすぐれない場合は、参加をお控えください。
□事業内容が変更となる場合がございます。あらかじめご了承ください。

&

第22回 ジュニア囲碁パーク

日程 令和6年12月27日（金）

時間
午前の部 9:30〜11:45（予定）
午後の部 13:30〜15:45（予定）
※チャンピオンクラスは9：30〜16：05

会場 東京武道館（足立区綾瀬3-20-1）
［アクセス］JR常磐線・東京メトロ千代田線「綾瀬」駅東口より、徒歩5分
※車イスの方は東口にエレベーターがあります

対象 未就学児から高校生
（入門クラスのみ、未就学児の保護者も同席可）

費用 1人1,000円
（事前のネット決済。原則としてご返金いたしません）

持ち物 ①対局カード（お申込み完了の方に日本棋院からご郵送します）
②上履き③下足入れ④お弁当（チャンピオンクラス参加者の方）

注意事項
●体調がすぐれない場合は、参加をお控えください。
●状況により、プログラム内容が変更となる場合がございます。
あらかじめご了承ください。

対局クラスの紹介

1：入門クラス
囲碁を知らない人でも大丈夫！1から囲碁のやり方が覚えられるよ！（未就学児のみ保護者同伴可）。午前と午後の2回開催。（入れ替え制）

2：認定クラス
「もっと強くなりたい！」「私って、今何級？」そんなあなたのためのクラスへようこそ！29級〜四段を目指す人集まれ！お友だちとたくさん打ってどんどん強くなろう！9路、13路、19路クラスを実施。希望者はプロとの指導碁も打てるよ！午前と午後の2回開催。（入れ替え制）

3：チャンピオンクラス
四段以上の人、優勝を目指せ！
豪華賞品もご用意！
チャンピオンクラスは1日通しで1回のみ開催。

問い合わせ先 公益財団法人日本棋院「ジュニア囲碁パーク」電話／03-3288-8729
公益財団日本棋院　https://www.nihonkiin.or.jp/
東京武道館　https://www.tef.or.jp/tb/

共催：公益財団法人東京都スポーツ文化事業団 東京武道館　公益財団法人日本棋院

［スポーツ教室・イベントの申込方法］

事前申込

教室・イベントによって、インターネット・電話での申込方法があります。

インターネットからの申込み

下記のURLからインターネットでの予約が可能です。

https://smilesports.jp

もしくは スマイルスポーツ 検索

電話での申込み

フリーダイヤル **0120-612-001**　携帯電話からは **03-6380-4243**（受付時間／平日10:00～17:00）

※スポーツ教室の内容に関するお問い合わせは下記宛先までご連絡ください。

東京体育館	03-6380-4348	東京武道館	03-5697-2111
駒沢オリンピック公園総合運動場	03-3421-6299	東京アクアティクスセンター	03-5534-6410

申込確定後、教室のご案内（参加通知）をお届けします。

↓

指定の方法で参加料をお支払いください。

↓

スポーツ教室への参加

申込みにあたっての留意点

●参加料

参加料は教室・イベント案内ごとに記載されています。障害者手帳をお持ちの方は参加料が免除となる場合がありますので、申込み時にお申し出ください。なお、「テキスト代」「教材費」等が記載されている場合は、参加料のほかに別途費用が必要となります。

●参加通知について

「教室のご案内」を郵送またはメールにてお知らせいたしますので、ご確認ください。

●参加料の納入方法

教室により、「当日現金支払い」「オンライン決済」「郵便振込」と支払方法が異なります。
郵便振込が必要な教室の場合は、スマイルスポーツ事業センターから送付される払込取扱票で、指定期日までにお近くの郵便局で払い込みください（払込手数料は参加者のご負担です）。振替払込請求書兼受領証は大切に保管してください。参加料の納入で、「受講手続き完了」です。

●教室の変更または中止

都合により、やむを得ず内容（開講日、講師等）を変更させていただく場合があります。参加者が一定数に達しない場合は教室を中止することがありますのであらかじめご了承ください。

●キャンセルについて

キャンセルされる場合は、必ずお電話でご連絡ください。郵便振込の教室の場合、開始日の１週間前までにご連絡があった場合は、事務手数料 1,000 円と返金に必要な費用（振込手数料）を除いた額をお返しします。１週間前を過ぎてからのご返金はできません。オンライン決済の場合は、事業の前日までにキャンセルをお申し出いただきましたら返金対応いたします。

個人情報の取り扱いについて

下記にご同意の上、お申込みください。

1.ご利用いただいた個人情報は、スマイルスポーツ教室案内、各種アンケート、サービスの提供および教室の実施・運営に必要な範囲内で利用いたします。
2.ご提供いただいた個人情報は、本事業を共同して行う東京都及び団体・企業等と共同利用することがございます。東京都及び団体・企業等との間で協定を結び、情報管理についての取り交わしを行っております。
3.当事業団は、1.の利用目的の達成の範囲内で、お預かりした個人情報を業務委託先に委託することがございます。
4.個人情報をご提供いただくことは任意ですが、ご提供いただけない場合は1.の目的が遂行できない場合があります。
5.当事業団が保有している個人情報の開示・訂正又は削除、及び利用停止の要求があった場合には、対応いたします。開示・訂正等の手続き方法及び受付窓口等については当事業団ホームページをご覧いただくか、文末にあるお客様相談窓口までお電話、電子メールまたは郵送のいずれかの方法にてお問い合わせください。

●公益財団法人東京都スポーツ文化事業団　お客さま相談窓口
TEL　03－6380－4955
受付時間：月曜～金曜日までの午前９時～午後５時まで
（ただし、祝祭日・年末年始の休業日を除く）
公益財団法人東京都スポーツ文化事業団　事務局長

プライバシーマーク 10910028

公式HP　公式X（旧Twitter）　公式Instagram　スマイルスポーツ 教室・イベント検索

編集後記

「SUSIE SPORTS」Vol.5をご覧いただきまして、誠にありがとうございます。

誌面でも告知をしておりますが、10月14日（月・祝）「スポーツの日」に当事業団が管理・運営する4つの都立スポーツ施設（東京体育館・駒沢オリンピック公園総合運動場・東京武道館・東京アクアティクスセンター）で、各施設の特徴を生かした魅力あふれるスポーツイベントが開催されます。

また、9月28日（土）開催の「TOKYOウォーク2024～TOKYOの今と歴史を感じるコース～」や10月5日（土）開催の「スポーツフェスタ in 国営昭和記念公園」等、当事業団では「スポーツの日」以外にも、様々なスポーツイベントを開催いたします。

これを機会にお気に入りのスポーツを探してみてはいかがでしょうか。皆様のご参加をお待ちしております！

次号、Vol.6は12月上旬に発行いたします。
当事業団及び「SUSIE SPORTS」を引き続きどうぞよろしくお願いいたします。

SUSIE SPORTS　Vol.5　Sep. 2024

発行日：2024年9月10日　編集・発行：（公財）東京都スポーツ文化事業団 事務局広報企画担当
〒151－0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷1-29-9 日本パーティービル
TEL：03-6380-4106　URL：https://www.tef.or.jp/

広告掲載等のお問合せは広報企画担当まで　TEL：03-6380-4106　Email：kouhou@tef.or.jp

公益財団法人 東京都スポーツ文化事業団