

Sep.2023
Vol.1

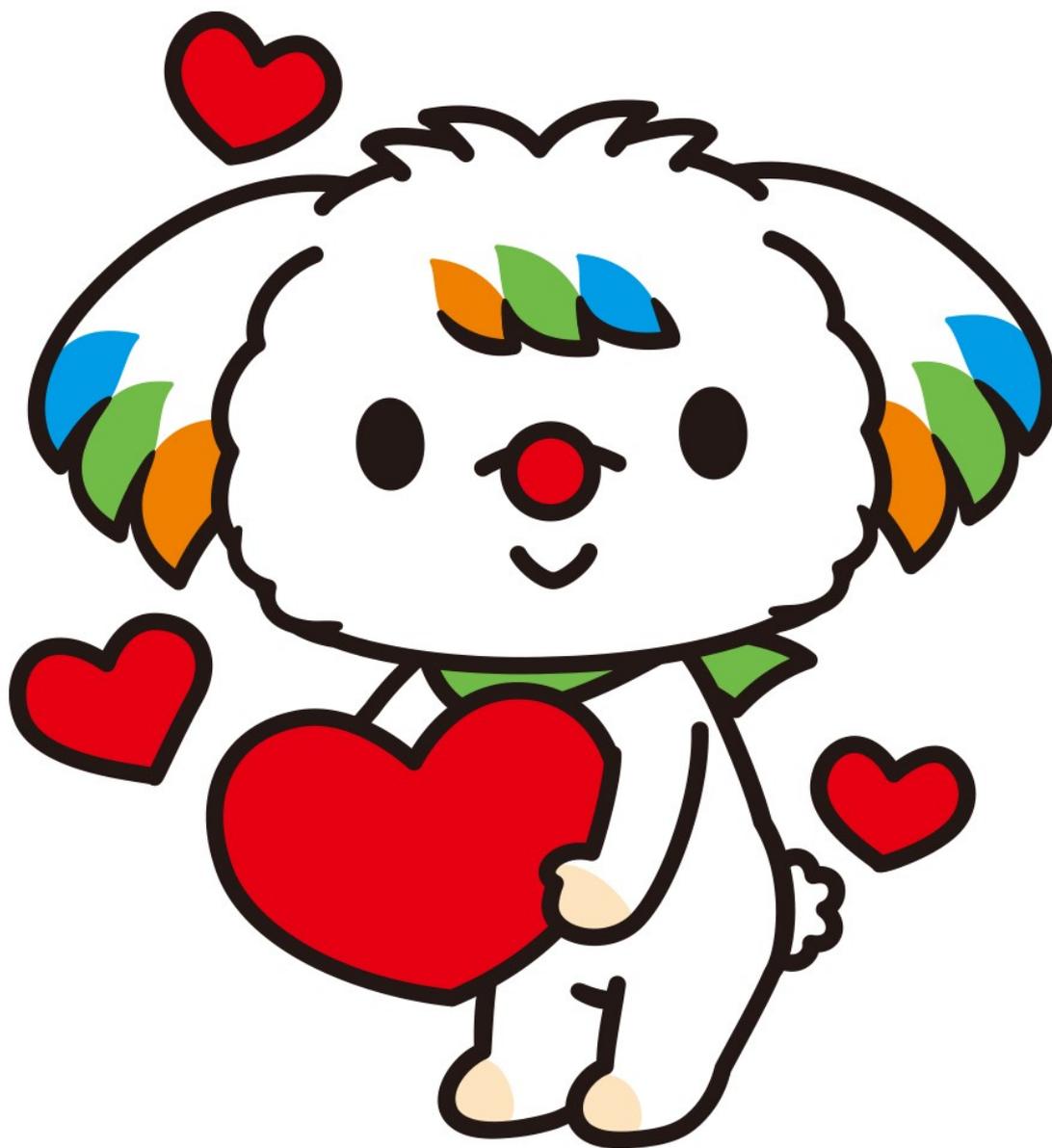
10-12月開催 スポーツ教室・イベントの情報が満載！

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

スーシーズポーツ

SPORTS



デジタル版



「SUSIE SPORTS」創刊のごあいさつ

この度、(公財)東京都スポーツ文化事業団では、当事業団が実施している様々な事業や最新の取組などをより多くの方々に知っていただくため、広報誌「SUSIE SPORTS」を創刊いたしました。

現在、当事業団は、東京体育館、駒沢オリンピック公園総合運動場、東京武道館及び東京アクアティクスセンターの4スポーツ施設の指定管理者として、施設の管理運営を担っております。その他、東京都と連携した様々な事業も積極的に展開しており、都民の皆様のスポーツを通じた豊かな生活の実現のため活動を進めております。

広報誌「SUSIE SPORTS」では、これまで「スマイルスポーツマガジン」でご案内しておりました、各施設で実施するスポーツ教室等の情報を引き続き掲載していきます。

さらに、今後は施設周辺の地域情報など、より読者の方に身近に感じていただけるような記事も順次掲載していく予定ですので、そちらも乞うご期待ください。

「SUSIE SPORTS」につきましては、当事業団の公式HPに掲載するWEB広報誌として展開していく予定ですので、この機会にぜひ当事業団の公式HPやSNSをチェック及びフォローいただけますと幸いです。

発行は、年4回(3月・6月・9月・12月)を予定しています。

今後とも当事業団の活動が都民の皆様のスポーツの普及・振興に少しでもお役に立つよう誌面の充実に努めてまいりますので、ご愛顧のほど宜しくお願い申し上げます。



<事業団公式マスコットキャラクター>
SUSIE (スージー)

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



「SUSIE SPORTS Vol.1」目次

- | | |
|--|---|
| 2 創刊のごあいさつ | 13 TOKYOウォーク2023
「みるスポ」トップスポーツ観戦事業 |
| 3 事業団のご紹介 | 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 |
| 4 施設特集
東京アクアティクスセンター | 22 U-18将棋スタジアム
東京体育館レストランオープン
SPOPITAスタンプラリー2023 |
| 5 事業紹介
国際交流事業
TOKYOスポーツ施設コンシェルジュ
都立特別支援学校活用促進事業 | 24 スポーツ教室・イベントの申込方法
その他お知らせ |
| 8 イベント告知「10/9スポーツの日記念イベント」
スポーツフェスタ2023 in 東京体育館
KOMAすぼ2023 in 駒沢オリンピック公園総合運動場
武道・スポーツフェスティバル2023 in 東京武道館
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 | |

事業団のご紹介

東京都スポーツ文化事業団は、4つの都立スポーツ施設の運営を担っており、各施設において様々なスポーツイベントを展開しています。

また、東京のスポーツ情報ポータルサイト「SPOPITA」で都内のスポーツ情報を発信するとともに、スポーツ国際交流事業、都立スポーツ施設連携促進事業など、東京都と連携した事業も実施しております。

さらに、東京で2025年に開催予定のデフリンピック大会について、令和5年4月より当事業団としても準備業務を担うことになりました。

東京都のスポーツ施策推進事業

スポーツ施設の管理・運営



東京体育館



東京国際ユース(U-14サッカー大会) WEBサイト『SPOPITA』(スポーツ東京案内事業)



駒沢オリンピック公園総合運動場

都立スポーツ施設4館の管理・運営の他、子供から高齢者まで、さらに指導者を対象としたものなど、多様な事業を展開しています。

例えば、「パラスポーツ体験講座」や「ジュニアサッカースクール」「東京武道館杯」などを実施しています。

東京都と連携し、「スポーツ国際交流事業」や「都立スポーツ施設連携促進事業」を実施するとともに、スポーツムーブメントの醸成のために「スポーツ東京案内事業」や「スポーツ気運継承事業」、「TOKYOウォーク」、「スポーツ推進企業 Enjoy Sports 促進事業」などを推進しています。さらに、都立特別支援学校をパラスポーツの拠点の一つとして活用する「都立特別支援学校活用促進事業」も行っています。



TOKYOウォーク



スポーツ推進企業へのインストラクター派遣 (スポーツ推進企業 Enjoy Sports 促進事業)



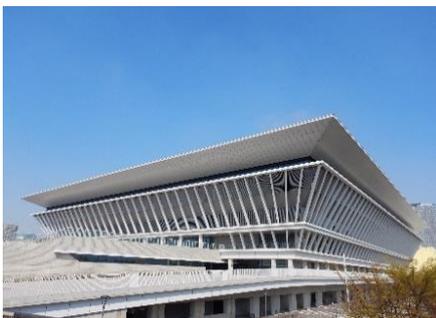
東京武道館

自主事業



陸上記録会

自主事業として、マラソン愛好者を対象とした「陸上記録会」や軟式野球チームの東京一を決定する「ジュニアベースボール大会」などを実施しています。



東京アクアティクスセンター

東京2025デフリンピックの準備・運営



2025年に国内で初めてデフリンピックが東京で開催されます。「第25回夏季デフリンピック競技大会 東京2025」の準備・運営の一部を担い、デフスポーツの普及啓発に寄与していきます。



施設特集



東京アクアティクスセンター

今号では、当事業団が運営する4施設のうち、東京アクアティクスセンターを特集します！
東京2020大会に向けて新設された、最新設備を備えた施設の裏側を職員がご案内します！

最新設備

①プールの床と壁が可動式で距離と深さを調節できる
★プールの可動壁は25m(短水路)、30m(AS)へ移動可。可動床により、水深を8パターンに変更可能です。

動く様子を動画でチェック！

<https://twitter.com/tokyoaquatics/status/1673239676239458305?s=20>

②水質は世界最高水準
★高性能の砂ろ過方式を採用。
オーバーフローした水を、常時ろ過設備で循環させながら殺菌・水温調節、50m先でも見通せる高い透明度を実現！
水温維持には地中熱も活用しています。



透明度を360度画像でチェック！
(メインプールをクリック)

[360度画像紹介 | 東京アクアティクスセンター | 公益財団法人 東京都スポーツ文化事業団 \(tef.or.jp\)](#)



③競技用照明設備はすべてLED照明
★プールの真上には照明がない等、背泳選手にも優しい設計になっています。また、天井は折り紙をモチーフとした日本の和を感じさせるデザインです！



④バリアフリー設備
★車いす利用の皆様も様々な場所から観戦できるよう、プールに対し席を水平・垂直方向に分散配置。
また、車椅子対応、男女共用、オストメイト対応等、様々なトイレを設置、入口には音声案内があります。

[バリアフリー情報 | 東京アクアティクスセンター | 公益財団法人 東京都スポーツ文化事業団 \(tef.or.jp\)](#)



プールサイド用車いす



オリジナルグッズ

2Fエントランス自動販売機で販売中！
★タオル・バッグ・Tシャツ等



東京2020大会メモリアルギャラリー

- ①聖火トーチや選手の着用品を展示しています。
★金メダリスト大橋選手にもご協力いただきました！
- ②実際に使用された表彰台で写真撮影が可能です。
- ③映像を通じて水泳競技を体感できるエリアもあります。

[東京2020大会メモリアルギャラリー | 東京アクアティクスセンター | 公益財団法人 東京都スポーツ文化事業団 \(tef.or.jp\)](#)

大会の感動
を再び！



ミラソメちゃんも和服姿で皆様のお越しをお待ちしております！



～皆さん、東京アクアティクスセンターに是非お越しください～

国際交流事業

スポーツを通じて世界各都市の選手（ジュニア世代）との交流を進め、競技力の向上を目指すとともに、国を超えた相互理解を深めることを目的とした事業です！

また、当事業で開催される大会には、海外都市に加え、被災地との交流促進のため、東北等4県からも選手を招待しています。加えて、東京の優秀な柔道指導者やオリンピックを海外都市に派遣する「柔道指導者派遣事業」も実施しています。



準決勝 FC東京（東京）vsパルメイラス（サンパウロ）



2023
5/3-5/5
東京国際ユース
(U-14)
サッカー大会
Jヴィレッジ(福島)



2023
8/26-8/28
ジュニアスポーツ
アジア交流大会
バドミントン(駒沢・屋内球技場)
卓球(東京武道館)



バドミントン・卓球 合同開会式
(駒沢オリンピック公園総合運動場/屋内球技場)



宿泊施設では日本の遊びで文化交流



TOKYO スポーツ施設 コンシェルジュ

TOKYO スポーツ施設コンシェルジュは、
都立18スポーツ施設の施設利用に関する総合的な
相談窓口です。

スポーツ利用についての問い合わせはもちろん、
スポーツにとどまらない様々な活用について、
施設やイベントをご案内させていただきます。
お問い合わせをお待ちしております。



© 東京都

▲東京アクアティクス
センター

◀海の森水上競技場

© 東京都

こんな方に！

- スポーツイベントを開催したいので場所を探している
- 複数施設を使用した大規模大会を開催したい
- 展示会やコンサートなどを開催したい
- 撮影で施設や広場などを使用したい



対象施設

- 東京体育館(渋谷区)
- 駒沢オリンピック公園総合運動場(世田谷区)
- 東京武道館(足立区)
- 有明テニスの森公園テニス施設(江東区)
- 若洲海滨公園ヨット訓練所(江東区)
- 武蔵野の森総合スポーツプラザ(調布市)
- 海の森水上競技場(江東区)
- 夢の島公園アーチェリー場(江東区)
- カヌー・スラロームセンター(江戸川区)
- 大井ふ頭中央海滨公園ホッケー競技場(品川区・大田区)
- 東京アクアティクスセンター(江東区)
- 東京都パラスポーツトレーニングセンター(調布市)
- 東京都障害者総合スポーツセンター(北区)
- 東京都多摩障害者スポーツセンター(国立市)
- 味の素スタジアム(調布市)
- 有明アリーナ(江東区)
- 有明アーバンスポーツパーク ※未開業
- 東京辰巳アイスアリーナ(仮称) ※未開業

詳細はQRコードよりHPをご覧ください

TOKYO スポーツ施設コンシェルジュ



18network@tef.or.jp



03-6380-4224

平日土日祝 9:00 ~ 21:00 ※年末年始を除く

※こちらの窓口では施設やイベントのご予約はできません。
ご予約の際は各施設にお問い合わせください。



HP



公益財団法人

東京都スポーツ文化事業団

管理運営：(公財)東京都スポーツ文化事業団 施設連携担当

都立特別支援学校活用促進事業

体育施設の貸出

当事業では、都民の皆様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館やグラウンドを、平日の夜間や土日・祝日に開放しています。活動場所を探しているスポーツ団体の皆様、ぜひご利用ください！

事業実施校31校及び貸出施設

学校名	貸出施設
城東特別支援学校	体育館・グラウンド
墨東特別支援学校	体育館
臨海青海特別支援学校	体育館・グラウンド
品川特別支援学校	体育館
永福学園	体育館・グラウンド
大塚ろう学校	体育館・グラウンド
北特別支援学校	体育館
高島特別支援学校	体育館・グラウンド
大泉特別支援学校	体育館
足立特別支援学校	体育館・グラウンド
花畑学園	体育館
水元小合学園	第一体育館・第二体育館
水元特別支援学校	体育館・グラウンド
鹿本学園	第一体育館・第二体育館
八王子西特別支援学校	体育館
八王子東特別支援学校	体育館
八王子盲学校	体育館・グラウンド
南大沢学園	体育館・グラウンド
青峰学園	体育館・テニスコート
府中けやきの森学園	体育館・グラウンド
武蔵台学園	体育館・グラウンド
調布特別支援学校	体育館
小金井特別支援学校	体育館・ミニトラック
小平特別支援学校	体育館
東久留米特別支援学校	体育館
村山特別支援学校	体育館・テニスコート
多摩桜の丘学園	体育館・グラウンド
羽村特別支援学校	体育館・グラウンド
あきる野学園	体育館・グラウンド
王子特別支援学校	体育館
白鷺特別支援学校	体育館・グラウンド

体験教室の開催

都立特別支援学校を会場に、パラスポーツやスポーツ・レクリエーション等の体験教室を開催しています。障害の有無に関わらず、小学生以上の方なら、どなたでもご参加いただけます。詳細はホームページでご確認ください。

スポーツ体験教室

都立特別支援学校を会場に障害者スポーツやスポーツ・レクリエーション等の体験教室を開催しています。障害の有無にかかわらず、小学生以上の方ならどなたでもご参加できます。詳細はホームページでご確認ください。

体験教室紹介

スポーツチャンバラ、障害者フライングディスク、ふうせんバレーボール等の体験教室を開催します！詳細は随時ホームページにてお知らせします。



スポーツ
チャンバラ



障害者
フライングディスク



ふうせん
バレーボール

体験教室の紹介

シットイングバレーボール教室 @青峰学園 体育館

10月22日(日)・12月17日(日)
13:30~15:30
(受付13:00~)

シットイングバレーボールとは
参加者全員が座った姿勢で行うバレーボールで、走る・跳ぶといった動作がないので、<障害・性別・年齢>を問わず、バレーボール初心者でも楽しめます。1つのボールに心を合わせて挑むスポーツです。



ハンドサッカー教室 @小平特別支援学校 体育館

10月15日(日)・11月12日(日)
10:30~12:30
(受付10:00~)

ハンドサッカーとは
1チーム7人でゴールを競うチーム対抗のスポーツです。自助具スイッチ入力機器の使用も可能など、ルールは障害に合わせて工夫していますので、障害の重い方も、どなたでも楽しむことができます。当日はみんなで試合をして楽しみましょう。



YouTubeチャンネル配信中!

本事業ではYouTubeチャンネル「都立特別支援学校活用促進事業チャンネル(トリカツチャンネル)」にて、スポーツ体験教室で体験できる障害者スポーツやレクリエーションスポーツ等を紹介しています。ぜひご覧ください!



受付窓口・お問い合わせ先

(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
HP <https://www.tef.or.jp/business/school/index.html>





スポーツフェスタ 2023

in 東京体育館



参加^{*}
無料

10.9月祝
10:00~17:00

会場 東京体育館



有料プログラム

第二回東京体育館杯 卓球大会



参加者
募集中!

大会参加者特典

元卓球女子日本代表監督
近藤欽司先生の
卓球教室



卓球大会申込ページ

申込方法等詳細は申込ページをご覧ください。

**SUSIE
スタンプラリー**

SUSIEのスタンプを集めて
SUSIEグッズをもらおう!

**来場記念品
SUSIEグッズが
もらえる**

先着順

SUSIE
スージー

**地元商店街
セレクトショップ**

無料開放

トレーニングルーム	プール
トレーニングルーム 及び50mプール	25mプール
9:00~20:45(予定)	16:00~20:45(予定)

SPOPITA

※一部有料のプログラムがございます。





スポーツフェスタ 2023

in 国営昭和記念公園



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

参加
無料

10.21^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



ウルトラマンブレーザーショー



©円谷プロ ©ウルトラマンブレーザー製作委員会・テレビ東京

立川エリアのプロスポーツチームプログラム

TOKYOVERDY
BEACH SOCCER



SUSIE
スタンプラリー
SUSIEのスタンプを
集めてSUSIEグッズを
もらおう!



来場記念品
SUSIEグッズが
もらえる

先着順



SUSIE
スージー

多摩地域の
グルメコーナー



こまざわスポーツの日

10.9 月・祝
10:00-16:00
※一部プログラムを除く
KOMAZAWA 2023

入場無料



楽しいイベントが盛りだくさん!

●SNSプレゼントキャンペーン ●緑化フェア ●世田谷マルシェ ●ステージパフォーマンス

※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。*画像はイメージです。

くわしくは
ホームページを
ご覧ください

<http://www.komazawa-sportsday.com>

駒沢 スポーツの日

検索



お問合せ

サービス
担当

駒沢オリンピック公園総合運動場

☎03-3421-6299

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

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

特定非営利活動法人 MIPスポーツ・プロジェクト

武道で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
楽しく体験しよう!

様々なスポーツに
チャレンジしよう!

- ラグビー・ブラインドラグビー体験
- ボッチャ
- スポーツウエルネス吹矢
- カーレット



東京武道館
スポーツの日記念イベント

武道スポーツ フェスティバル 2023

Budo & Sports Festival

入場
無料

地元グルメを
楽しもう!

楽しいBudo
に挑戦!

- デジタルチャンバラ
SASSEN(サッセン)



2023.10.9 MON

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。

ワークショップに
参加しよう!

- スポーツ応援
グッズキーホルダー
制作体験
- 折り紙体験



大人気キャラクターの
巨大マリオが登場!
©Nintendo



柔道
特別稽古

ゲストと一緒に楽しもう!

杉本美香 (柔道家)

足立区
出身

みやぞん (ANZEN漫才)

スペシャル
ステージ



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

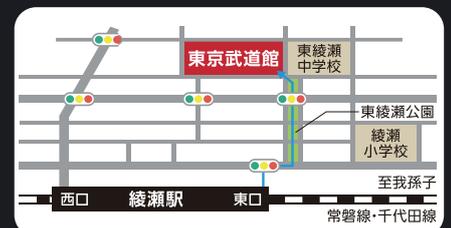
<https://www.tef.or.jp/tb/>

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▼



スペシャルゲスト
萩野公介
競泳 金メダリスト

スタンプラリー
参加で
**オリジナル
グッズ
プレゼント!**

萩野さんから教わる!!
競泳スペシャルレッスン
萩野さんに挑戦! リレー対決

上記コンテンツは無料でご覧いただけます

プール
アミューズメント
パーク



プール
トレーニングルーム
無料開放



アクア スポーツ フェスティバル

【イベント開催時間】
10:00~17:00

**参加
無料**

10/9

月
祝

水着にならなくても楽しめます!!

スタンプラリー

健康チェック

キッチンカー



館内ツアー など

同時開催!
辰巳健康スポーツ
フェスティバル
辰巳の森海浜公園



【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

イベント
お問合せ

TEL.03-5534-6410

【受付時間】10:00~17:00(休館日を除く)

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/tac/>

※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。

イベントの詳しい内容や
アクセス情報は
こちらから
ご確認ください





TOKYO ウォーク2023



SUSIE

(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

申込はコチラ



- 歩いて楽しむ東京のまち -



わくわくウォーク

※スタート・ゴール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。

TOKYOの変化を楽しむコース

第2回

開催日

12月2日

スタート・ゴール会場

都立木場公園 多目的広場

同時開催

ガイドウォーク

参加費
1人

1,000円

ガイドと一緒に歩きながら街の魅力ある歴史や文化を解説
付きで巡ります。(3km程度) ※当日受付不可

参加費

事前
申込

大人
1,000円

中・高校生、75歳以上
500円

当日
申込

大人
1,500円

中・高校生、75歳以上
1,000円

どちらも小学生以下
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みのみです。

定員

4,000名

募集締切

第2回 11月22日

※定員に達した際は参加をお断りさせていただく場合があります。

わくわくウォークを2コース完歩した方には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。
※ラリーウォーク、ガイドウォークもメダル贈呈の対象となります。



ウォーク後も楽しめる
飲食や物販の
出店を予定!

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ォーキング協会

みるスポ

トップレベルのスポーツ大会へご招待!

「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!

ペアで
ご招待

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。
- 柔道グランドスラムと全日本バレーボール選手権大会の両大会に申し込むことが
できます。
ただし、ご応募は、お1人様1大会につき、1回のみ有効です。

柔道グランドスラム東京2023



今年も日本のお家芸・柔道の国際大会「柔道グランドスラム東京2023」
が開催されます。パリ2024に向けて、熾烈な国内代表争いが行われます。
本大会の観戦にみなさまをご招待します。

※申込期間・方法、定員等詳細につきましては、後日スマイルスポーツ
ホームページに掲載します。

日時 12月2日(土)、3日(日)

定員 未定 参加料 無料

協力:公益財団法人全日本柔道連盟

令和5年度 天皇杯・皇后杯 全日本バレーボール選手権大会

令和5年度天皇杯・皇后杯全日本選手権大会
の観戦に150組300名様をご招待します。

※申込期間・方法等詳細につきましては、
後日スマイルスポーツホームページに掲載します。

日時 12月16日(土)、17日(日)

定員 150組 300名

参加料 無料

協力:公益財団法人日本バレーボール協会



150組
ご招待

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

**9/11(月)、10/24(火)・25(水)、
11/14(火)~16(木)、
12/13(水)・30(土)~31(日)** [注]

[注] 11/15・11/16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
「千駄ヶ谷」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日に利用料金を改定しました

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・身体障害者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

各事業の間合せは

【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、
お申込みください

スマイルスポーツ 検索



初心者OK
経験のない初心者でも参加できる教室です



資格習得
何らかの資格が習得できる教室です



参加料無料
参加料無料の教室です
※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

受付中 卓球が上手になりたいジュニア世代あつまれ!



アスリートによるジュニアスポーツ未来塾

ジュニア世代ではじめて卓球のラケットを持つ君から、試合経験のある君(小学生・中学生・高校生)までを対象とした卓球教室です。講師は全日本卓球選手権女子ダブルスで4連覇(2009年~2012年)した藤井寛子氏。卓球の魅力・卓球を続ける中で学んだ事のお話と実技指導をしていただきます。



※「スポーツフェスタ2023 in 東京体育館」同時開催!

日時 10/9(月・祝) 10:30~12:30

対象 ジュニア世代(小学生・中学生・高校生)どなたでも参加できます

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、室内用シューズ(裏面が紺色か白色)、ラケット、タオル、飲料、筆記用具、※ラケットは貸出し可(申込時要申請)

申込 電話・インターネット ⇒裏表紙参照

講師:藤井寛子氏



受付中 初めてでも大丈夫!カッコよく踊っちゃおう!

キッズダンスK-POP体験

講師にプロダンサーの「しづにゃん」をお迎えし、話題のK-POPダンスをカッコよく踊っちゃおう!ダンスをしたことがある人もない人も、皆で楽しくレッツダンシング!



※「スポーツフェスタ2023 in 東京体育館」同時開催!

日時 10/9(月・祝) 10:30~11:45

対象 4歳~小学生

定員 80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、室内用シューズ(裏面が紺色か白色)、飲料、タオル

申込 インターネット ⇒裏表紙参照

講師:しづにゃん(プロダンサー)

協力:一般社団法人ストリートダンス協会



受付中 講師おすすめダンスを楽しく踊っちゃおう!

親子でレッツダンス

講師にプロダンサーの「しづにゃん」をお迎えし、某テーマパークで話題の音楽に合わせて親子で楽しく踊っちゃおう!



※「スポーツフェスタ2023 in 東京体育館」同時開催!

日時 10/9(月・祝) 12:30~13:45

対象 4歳~小学生と保護者の方(高校生可)

定員 80名(40組) ※定員になり次第締切 参加料 4歳~小学生500円、保護者/1,000円

持ち物 動きやすい服装、室内用シューズ(裏面が紺色か白色)、飲料、タオル

申込 インターネット ⇒裏表紙参照

講師:しづにゃん(プロダンサー)

協力:一般社団法人ストリートダンス協会



受付中 リズムトレーニングでキレイに楽しくK-POPカバーダンス

ダンスで美を手に入れろ!

講師にプロダンサーの「しづにゃん」をお迎えし、女性に人気のK-POPカバーダンスを年齢や経験の有無に関わらず、初心者にもわかりやすく指導いただけます。皆さんで楽しく踊って身体を美しく整えるポイントをダンスで学びましょう。



※「スポーツフェスタ2023 in 東京体育館」同時開催!

日時 10/9(月・祝) 15:00~16:30

対象 15歳以上の女性(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、室内用シューズ(裏面が紺色か白色)、飲料、タオル

申込 インターネット ⇒裏表紙参照

講師:しづにゃん(プロダンサー)

協力:一般社団法人ストリートダンス協会

受付中 ポッチャの魅力体験しよう！



パラスポーツ体験講座

東京2020大会の卓球会場として感動を呼んだ東京体育館メインアリーナで、ポッチャを体験してみませんか。ポッチャを知らない人、ポッチャをより詳しく知りたい人向けに、日本ポッチャ協会の専門員に魅力やルールについてお話と実技指導をしていただきます。



※「スポーツフェスタ2023 in 東京体育館」同時開催！
※体験講座につきましては事前受付制とさせていただきます

日時 10/9(月・祝) 10:30~12:00
対象 小学生以上 参加料 無料
定員 80名 ※定員になり次第締切
持ち物 動きやすい服装、室内用シューズ(裏面が鉛色か白色)、飲料、タオル
申込 インターネット⇒裏表紙参照
運営:一般社団法人日本ポッチャ協会

受付中 健康寿命の新常識！〜とっさの一步の力で転倒を予防〜



シニアのための毎日エクササイズ教室

全国的にもまだ少ない、シニア向けのアジリティ(敏しょう性)に着目したエクササイズを紹介。理学療法士の視点から医学的根拠に基づいた解説と実演を行います。



日時 10/19(木) 13:30~15:30
対象 概ね50歳以上の方
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、動きやすい服装、タオル、飲料、マスク、室内シューズ(裏面が鉛色か白色)
申込 電話・インターネット⇒裏表紙参照
講師:尾崎 智之氏(医療法人山斗会 山中整形外科内科 クリニックリハビリテーション科統括マネージャー)
協力:東京都理学療法士協会 福祉保健局 高齢福祉部

受付中 ボクシングエクササイズを体験してみよう！



初心者ボクシングエクササイズ体験教室

観戦スポーツとしても人気の高い「ボクシング」を体験してみませんか？プロボクサーが初歩的な内容からミット打ち、ボクシングエクササイズ等丁寧に指導いたします。女性の方もお気軽にご参加ください！



日時 10/19(木) 19:00~20:30
対象 15歳以上(中学生を除く)
定員 100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、軍手、室内用シューズ(裏面が鉛色か白色)
申込 電話・インターネット⇒裏表紙参照
講師:茂呂 一雄氏
(一般社団法人パーチャルボクシング協会代表理事・元日本ライト級プロボクサー)

受付中 座学、実技2種類のセミナーを実施します



シニアのための健康体づくり①②

健康体づくりや疾病予防に関する①講義を行います。
講義を受講したうえで②実技を開催。自身の体力をチェックしこれからの健康づくりに励みましょう。



日時 10/23(月) 13:00~16:30 (予定)
対象 概ね50歳以上
定員 ①②ともに各60名 ※定員になり次第締切
参加料 各回1,000円
持ち物 動きやすい服装、室内用シューズ(裏面が鉛色か白色)、タオル、飲料、筆記用具
申込 電話・インターネット⇒裏表紙参照
協力:公益財団法人健康・体づくり事業財団

受付中 ジュニアアスリートの育成に！



ジュニアスポーツ指導者育成セミナー

スポーツにおけるジュニア指導を行う上で知っておきたい、ジュニアアスリートの育成システムやパフォーマンス向上とケガの予防について、ジュニアアスリートの育成に精通している豊田太郎氏をお呼びして講演を行っていただきます。



日時 10/29(日) 9:30~11:30
対象 ジュニア選手の指導者、保護者、ジュニアスポーツ指導に興味のある方
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
申込 電話・インターネット⇒裏表紙参照
講師:豊田 太郎氏(体育学修士(筑波大学大学院野球コーチング論研究室))

受付中 スポーツボランティアをより楽しむヒントを伝えます



スポーツボランティア実践講座(スキルアップ編)

☆ボランティア経験者対象☆講座開講！
いまやスポーツイベントに欠かすことのできない存在となった「スポーツボランティア」。東京マラソンをはじめとする大規模イベントでのボランティア経験やその魅力を、実際に活動している講師の方に存分に語っていただきます。



©一般財団法人東京マラソン財団

日時 10/29(日) 14:00~16:00
対象 ボランティア経験者
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:東京マラソン財団ボランティア事業部職員、VOLONTAINERリーダーサポート
協力:一般財団法人東京マラソン財団

申込開始日10/2(月)~ 初心者も経験者も大歓迎！



シニアのための卓球クリニック

競技志向のシニア世代を対象に、マスターズ大会でも行われている卓球を、初心者でも経験者でも参加できる実技講習会を実施します。初心者の方はラケットの持ち方から、経験者の方はスキルアップのためのご参加をお待ちしております。



日時 12/6(水) 11:00~13:00
対象 概ね50歳以上の方
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、室内用シューズ(裏面が鉛色か白色)、タオル、飲料、卓球ラケット
申込 電話・インターネット⇒裏表紙参照
講師:近藤欽司氏(株式会社サンリツ卓球部監督、元卓球女子日本代表監督)
協力:一般社団法人東京都卓球連盟

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で、一緒に楽しく走りましょう！



日時 令和5年4月から1年間(毎週水曜日・途中入会可)
① 16:00~17:00 ② 17:00~18:30 ③ 19:00~21:00
対象 ①小学1~3年生 ②小学4~6年生 ③一般(20歳以上)
定員 ①②各30名 ③40名 ※定員になり次第締切
参加料 月会費 ①8,000円 ②10,000円 ③12,000円(いずれも税込)
持ち物 運動できる服装、ランニングシューズ、タオル、飲料
申込

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)
江本 亘氏(日本陸連公認ジュニアコーチ、陸上競技部コーチ)

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

9/19(火)、10/2(月)、
11/20(月)、12/18(月)、31(日)

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

▶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

令和5年8月1日に利用料金を改定しました

【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(11月~3月頃まで休館)

バリアフリー情報

HPはこちら



当館は、高齢者・身体障害者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

各事業のお問合せは

【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、
お申込みください

スマイルスポーツ 検索



初心者OK
経験のない初心者でも参加できる教室です



資格習得
何らかの資格が習得できる教室です



参加料無料
参加料無料の教室です
※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



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始めます。



日時 10/3・10・17・24・31、11/7・14・21・28 (全て火曜日)

① 14:20~15:20 ② 15:25~16:25

※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 ① 年中・年長児(4歳~6歳) ② 小学校低学年

定員 ①② 各20名 ※定員になり次第締切

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

参加料 18,000円/第2期(全10回・税込)

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 <http://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 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、サッカーコート半面、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し込みください。



日時 10/6・27、11/17・24、12/8・22 (全て金曜日)

① 学生の部17:00~19:00

② 一般の部19:00~21:00

対象 ① 15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

② 18歳以上8名以上で構成されるチーム

定員 ①② 各8チーム ※定員になり次第締切

参加料 ① 各回19,800円/1チーム ② 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

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 人気のヒップホップを学べるアカデミーが初登場！

ヒップホップダンスアカデミー[第1期]

ヒップホップは曲をよく聞きながら、それに合わせて体で表現するので自然とリズム感がつき、踊るのは個人ですが、友達と息を合わせて踊る事によって周りをよく見る力、協調性が養われ、基本的にずっと動いているので体力が付きます。中学生の必修科目のダンスは、創作ダンスや現代的なリズムダンス等色々な種類がありますが、ヒップホップを習っておけば基礎やリズム感があらゆるダンスに有利に働いてくれます。



日時 10/3・10・17・24・31、11/7・14 (全て火曜日) 17:00~18:00

対象 小学生 定員 20名 ※定員になり次第締切

参加料 8,000円/第1期(全10回)、1,000円/各1回分

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(UDAC認定ダンス指導員)

受付中 障害者・高齢者を対象に指導する方向けの指導者講習会

障害者・高齢者指導のための指導者講習会

障害者・高齢者指導を行う指導者を対象に、障害者・高齢者の運動指導に必要な体力づくりやスポーツ活動の知識と指導技術を学ぶ機会を提供いたします。本講習会を受講いただくと「健康運動指導士」「健康運動実践指導者」の更新単位の登録が認められます。



日時 10/17(火) 10:00~17:00

対象 障害者・高齢者向けスポーツや健康体力づくりの指導者

定員 50名 ※定員になり次第締切

参加料 3,500円 ※事前オンライン決済又は当日支払い

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:増田 徹氏(公益社団法人東京都障害者スポーツ協会 スポーツ振興部事業推進課 課長)

9月下旬申込受付予定 親子で一緒に様々なスポーツにチャレンジ!



親子で楽しむスポーツカーニバル2023

幼児・小学生と保護者を対象に、様々な種目を体験する機会を提供します。スポーツに触れ、楽しさの体験を通じて、子供と保護者のそれぞれがスポーツへの興味・関心を高め、継続的なスポーツ実践のきっかけを作ります。



日時 10/28(土)
 ①10:00~12:00 ②13:00~15:00 ③15:30~17:30
 対象 ①年少児 ②年中・年長児 ③小学1年生~小学3年生
 ※保護者1名につきお子様1名まで
 定員 ①②③各48組 ※定員になり次第締切
 参加料 2,200円
 持ち物 動きやすい服装、運動靴、飲料、タオル
 申込 HP <https://x.gd/f240e>
 運営: 株式会社ファンルーツ
 協力: ミズノ株式会社、一般社団法人日本モルック協会、
 一般社団法人日本スラックライン連盟、NPO法人日本ブラインドサッカー協会



詳細はこちら

10月中旬申込受付予定 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!



日時 11/26(日)
 ①10000mを45分以内で走りきる方
 10:00~11:20 (1組目) ※50分で打ちきりとなります
 ②10000mを45分~1時間10分で走りきる方
 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を自力で走れる方
 定員 ①②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

10月下旬申込受付予定 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]

実践的なランニング技術やトレーニング方法を陸上競技専門のコーチや選手が指導します。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 12/2(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

9月25日~申込受付予定 みんなで大会を楽しもう!



3x3 KOMAZAWA CUP

小学4年生から小学6年生までを対象にした3x3(バスケットボール)の大会を初開催。経験者はもちろん、未経験者でも参加できます。東京オリンピックから正式種目になった競技を、みんなで楽しもう!



日時 12/24(日) ※詳細決定後、HPにて公開します
 対象 小学4年生から小学6年生
 定員 48チーム ※定員になり次第締切
 参加料 3,000円
 持ち物 動きやすい服装、飲料、屋内用シューズ、タオル
 申込 電話・インターネット ⇒裏表紙参照
 共催: NPO法人MIPスポーツ・プロジェクト
 共催: 公益財団法人日本バスケットボール協会

★ 役立つ知識をたのしく学ぼう ★

防災フェスタ

参加無料

2023 12/9 (予定)
 10:00~15:00

会場 駒沢オリンピック公園総合運動場
 陸上競技場プロムナード・中央広場

※詳細は 11 月頃にホームページにて掲載予定

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)

**9/19(火)、10/16(月)
11/20(月)、12/18(月)**

**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日に利用料金を改定しました

専用(団体)で使用できる施設(事前申込)

- ▶大武道場
- ▶第一武道場 ▶第二武道場 ▶弓道場
- ▶大研修室 ▶和研修室 ▶茶室

バリアフリー情報



当館は、高齢者・身体障害者等にも安心して
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

初心者OK
経験のない初心者でも
参加できる教室です。

資格習得
何らかの資格が
習得できる教室です。

参加料無料
参加料無料の教室です。
※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。

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ませんか！
剣道を通じて、心と体を鍛えよう！



日時 9/1・8・22・29、10/6・13・27、
11/17・24、12/1・15

(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 飲み物、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
く稽古をはじめませんか！柔道を通
じて心と体を鍛えよう！



日時 9/6・13・20・27、10/4・18・25、
11/1・8・22・29、12/6、13

(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

初心者も有段者も誰でも参加できる

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 9/6・13・20・27、10/4・18・25、
11/1・8・22・29、12/6、13

(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

※令和5年4月に一般参加料金を改定しました

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

初心者から弓道を学べる

弓道 (広域合同稽古)

初心者から有段者まで、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 9/5・12・26、10/3・17・24
11/7・14・21、12/5・12・19

(全て火曜日) 18:15~20:15

※遅れて参加も可能ですが、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45名

参加料 各回800円 ※令和5年4月に参加料金を改定しました

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 電話・窓口・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

※現在、弓道未経験者の新規申し込みは、受け付けておりません

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 ① 9/12・26、10/3・24、11/14、21、12/5・19
② 9/5、10/17、11/7、12/12 (①②ともに全て火曜日)
① 14:00~16:00
② 18:15~20:15
※遅れて参加も可能ですが、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 各館一般600円、中学生250円 ※令和5年4月に一般参加料金を改定しました
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 9/21、10/19、11/9、12/14
(全て木曜日) 18:30~20:30
※遅れて参加も可能ですが、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
※令和5年4月に一般参加料金を改定しました
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

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 ① 9/14
② 11/2
(全て木曜日) 18:30~20:30
※遅れて参加も可能ですが、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
※令和5年4月に一般参加料金を改定しました
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(①は8/10~、②は10/10~予約可能です)。3日前までにご予約ください

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 9/28、11/30
(全て木曜日) 18:30~20:30
※遅れて参加も可能ですが、最終受付は稽古終了の1時間前です

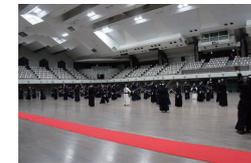
対象・定員 15歳以上(中学生を除く)・各回40名
参加料 各回600円 ※令和5年4月に参加料金を改定しました
持ち物 飲料、タオル、稽古着または運動着、杖、外靴入れ
※杖のない方には貸出しをしております
申込 当日来館

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 9/4(月)、10/1(日)、11/27(月)、12/4(月)
(月曜日) 18:00~20:00
(日曜日) 17:30~19:30
※12月11日(月)の稽古は、12月4日(月)に変更になりました
※遅れて参加も可能ですが、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 ※令和5年4月に参加料金を改定しました
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 9/1・15・29、10/13・27、11/10・24、12/1・15
(全て金曜日) 19:00~20:30
※遅れて参加も可能ですが、最終受付は稽古終了の1時間前です

対象・定員 15歳以上の方(中学生を除く)・各回10名
参加料 各回600円 ※令和5年4月に参加料金を改定しました
持ち物 飲料、タオル、稽古着または運動着、外靴入れ
申込 当日来館

みるスポ

[申込期間] 令和5年10月23日(月)~11月13日(月)

内閣総理大臣杯 第51回全日本空手道選手権大会

東京武道館で開催される第51回全日本空手道選手権大会を観戦いただけます。

日時 令和5年12月9日(土) 対象 どなたでも 定員 30名ご招待 参加料 無料
申込 インターネット →裏表紙参照

※多数応募の場合は抽選となります ※当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます
※本大会が中止、または無観客での開催になった場合には中止となる可能性がございます
※ご応募の際には必ず事前にスマイルスポーツHPをご覧ください、最新情報をご確認ください

協力 公益財団法人全日本空手道連盟



30名ご招待

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

9~12月

の休館日

全館 9/19(火)、10/16(月)
11/13(月)~19(日)、
12/18(月)、12/29(金)~31(日)
メイン・ダイビングプール 11/6(月)~12(日)
サブプール 11/20(月)~26(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

- ▶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・身体障害者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



資格習得
何らかの資格が習得できる教室です



参加料無料
参加料無料の教室です
※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



受付中 礼節を重んじ、豊かな心を育む

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)

①15:30~16:30 ②16:30~17:30 ③17:30~18:30

対象 ①3歳~未就学児 ②小学1年生~3年生 ③小学4年生~中学生

定員 ①20名 ②③30名 ※定員になり次第締切

参加料 5,300円

持ち物 運動できる服装

申込 インターネット⇒P20左下部参照



受付中 美しい心と姿勢を目指そう!

バレエスクール

バレエを通じて得られる良い姿勢が美しい体のラインを整え、柔軟性やバランス感覚を育みます。また、発育発達に必要な全身のコーディネーション能力が身につきます。



日時 火曜日(月3回) ①15:30~16:30 ②16:30~17:30

対象 ①3歳~未就学児 ②小学生

定員 ①20名 ②30名 ※定員になり次第締切

参加料 5,300円

持ち物 運動できる服装

申込 インターネット⇒P20左下部参照



受付中 ダンスを通じて集団行動を学ぼう!

チアダンススクール

ボンボンを使用し、笑顔で元気いっぱいにダンスを踊ります。明るい雰囲気の中で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) ①15:30~16:30 ②16:30~17:30 ③17:30~18:30

対象 ①3歳~未就学児 ②小学1年生~3年生 ③小学4年生~中学生

定員 ①20名 ②③30名 ※定員になり次第締切

参加料 5,300円 持ち物 運動できる服装

申込 インターネット⇒P20左下部参照

東京アクアティクスセンター
公式X(旧Twitter)をチェック!
@tokyoaquatics



スポーツ教室情報やキッチンカーの出店などの情報もお知らせしております。

受付中 踊る楽しさの中に社会のマナーを習得!



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) ①15:30~16:30 ②16:30~17:30 ③17:30~18:30

対象 ①3歳~未就学児 ②小学1年生~3年生 ③小学4年生~中学生

定員 ①20名 ②③30名 ※定員になり次第締切

参加料 5,300円

持ち物 運動できる服装

申込 インターネット⇒P20左下部参照

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。ランキング上位者は表彰もあります!



日時 9/27、10/18、12/6
(全て水曜日) 17:00~19:00

対象 小学生 ※当水泳場が定める泳力認定が必要です。詳しくはホームページをご確認ください

定員 各50名 ※定員になり次第締切

持ち物 水着、タオル、スイムキャップ、ゴーグル、飲料

参加料 各回500円

申込 インターネット⇒P20左下部参照

受付中 自分の泳ぎ方を確認しよう!



スイマーフォームクリニック

各回にテーマを設けたクリニックです。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DVDにて参加者へお渡しします!



日時 ①10/1(日) ②10/8(日) ③11/21(火) ④12/10(日) ⑤12/14(木)
①②10:00~11:30 ③⑤19:00~20:30 ④9:30~11:00

対象 18歳以上

定員 各20名

持ち物 水着、タオル、スイムキャップ、ゴーグル、飲料

参加料 各回1,000円

申込 インターネット⇒P20左下部参照

運営:公益財団法人東京都水泳協会

受付中 自然環境での泳ぎ方を学ぼう!



オープンウォータースイミング体験会

オープンウォータースイミングの基本動作を学び、プールでの泳ぎとの違いを発見しよう!



日時 10/1(日) 11:00~12:00

対象 小学生以上

定員 50名 ※定員になり次第締切

参加料 小・中学生500円 一般1,000円

持ち物 水着、タオル、スイムキャップ、ゴーグル、飲料等

申込 インターネット⇒P20左下部参照

運営:公益財団法人東京都水泳協会

受付中 運動不足解消のきっかけに!



運動不足解消のための水中運動講座

健康増進やアンチエイジングを目的とした講座を実施します。日頃の運動不足を解消しましょう!



日時 ①10/8(日) 11:30~12:30 ②12/10(日) 9:30~10:30

対象 15歳以上(中学生除く)の運動不足を感じている方

定員 各40名 ※定員になり次第締切

参加料 各回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⇒P20左下部参照

受付中 親子で楽しいを体感!



親子で楽しむチャレンジポーツ

スポーツを通じて楽しい親子で「楽しい」を体感。普段あまりする機会のないスポーツに親子でチャレンジしてみよう!

日時 11/11(土) 10:00~12:00

対象 小学生とその保護者

定員 50組 ※定員になり次第締切

参加料 1,500円/組

持ち物 水着、スイムキャップ、タオル、飲料等

申込 インターネット⇒P20左下部参照

みるスポ

[申込開始] 令和5年9月15日(金)~
観戦招待事業 (水球競技)

「第99回日本選手権水球競技」を観戦しよう! “水中の格闘技”を生で体感できる絶好の機会!

日時 令和5年10月28日(土) 対象 どなたでも 定員 100名ご招待 参加料 無料

申込 インターネット⇒P20左下部参照

※本大会が中止、または無観客での開催になった場合には中止となる可能性がございます
※ご応募の際には必ず事前にスマイルスポーツHPをご覧ください、最新情報をご確認ください

協力 公益財団法人日本水泳連盟



100名
ご招待





第19回

U-18 将棋スタジアム

※U-18:18歳以下



プログラム

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)

※1,2は
事前申込

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16日(土)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)

◎主催/(公財)東京都スポーツ文化事業団 東京武道館

◎後援/(公社)日本将棋連盟

◎申込方法/11月中申込み開始(予定)です。(先着順)

詳細は10月中旬に事務局またはホームページにてお確かめください。
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。

アラビアンレストラン&カフェバー

Arabian Restaurant & Cafe Bar

オアシス

Oasis

～アラビア料理とは?～

中東や地中海地域など幅広いイスラム文化圏の食文化が含まれた料理で、エジプト料理やトルコ料理、サウジアラビア料理、イスラム料理なども含まれています。中東の暑い気候でも健康的に生活できるよう、様々なスパイスやハーブ、柑橘類、オリーブ油などをふんだんに使って味付けされているのが特徴の一つです。

東京体育館に併設されたレストランとして、美容・健康を意識したメニューなど、スポーツ施設ならではのサービスを提供していきます。千駄ヶ谷周辺に暮らす方や働く方、またイベント等で来られた方々にとって憩いの場“オアシス”になること、そして、皆さまに愛される地域のフラッグレストランになることを目指します!

東京体育館にOPEN!!

今年10月頃、東京体育館のプール棟2階にアラビアンレストランがオープンします!コンセプトは「食の観点から身体之美と健康にこだわり、誰もが安心して利用できるレストラン」。栄養豊富なスーパーフードをはじめ、新鮮な野菜やフルーツ等の食材を利用した中近東地域の料理を提供するオールデーディングです。

Menu (例)



女性に人気なアフタヌーン
ティーも☺

店舗情報

名称 アラビアンレストラン&カフェバー オアシス
所在地 東京都渋谷区千駄ヶ谷1-17-1 東京体育館プール棟2F
営業時間 日・火～木:11:00～22:00(フードL021:00、ドリンクL021:30)
金・土・祝前日:11:00～23:00(フードL022:00、ドリンクL022:30)
※定休日:月曜日・東京体育館の休館日(休館日との兼ね合いにより月曜営業の可能性もあり)
※オープン直後は営業時間を短縮する可能性があります。※営業日の詳細は公式HP参照。

公式HP <https://www.arabian-oasis.com/>
公式X https://twitter.com/Oasis_TokyoJP
公式Instagram https://www.instagram.com/oasis_tokyojp/



(写真左上から右回りに)
アボカドサワークリームコチャリ(米やパスタ、豆などを混ぜ合わせたエジプトの国民食)、彩り野菜のハリッササタジン(スパイスを使ったモロッコの煮込み料理)、ソビア(ココナッツミルクとデーツのドリンク)、バクラヴァ(薄いパイ生地にナッツを挟んで焼いたトルコの伝統菓子)、ラムバーガーディッシュ

やってワクワク! 集めてドキドキ!

SPOPITA スタンプラリー STAMP RALLY 2023

キャンペーン期間

9月15日(金)
12月17日(日)

キャンペーン参加方法

STEP
01

SPOPITA公式LINEを
お友だち登録して
アンケートに回答

STEP
02

対象のイベントに
参加

STEP
03

イベント会場の
QRコードを読み取って
スタンプをGET

スタンプの数に応じて抽選で賞品をGET!!
たくさんあつめて豪華賞品をもらおう

スタンプが規定数に達すると応募できます!
LINEから、いつでも獲得スタンプの数を確認できます。
ご自分にあったイベントに参加して、スタンプを集めよう!

賞品

2 スタンプ2個の賞品
SPOPITAグッズ
(ブランケット)
抽選で30名様



3 スタンプ3個の賞品
SPOPITAグッズ
(ステンレスボトル)
抽選で30名様



4 スタンプ4個の賞品
モバイルランニング
バック
抽選で12名様



5 スタンプ5個の賞品
スマート
ウォッチ
抽選で10名様



6 スタンプ6個の賞品
ストレッチ
ポール®
抽選で10名様



7 スタンプ7個の賞品
フット
マッサージャー
抽選で5名様



8 スタンプ8個の賞品
Nintendo Switch
Nintendo Switch
Sports(ソフト)
抽選で3名様



スタンプがもらえるイベント例

掲載イベントは順次追加します。
なお、もらえるスタンプは1つのイベントにつき1つです。
詳しくは公式HPをご覧ください。

- ・スポーツフェスタ2023 in 東京体育館 (10/9)
- ・スポーツフェスタ2023 in 国営昭和記念公園 (10/21)
- ・スポーツの日記念事業「KOMAすば」(10/9)
- ・スポーツの日記念事業(仮称/東京アクアティクスセンター)(10/9)
- ・武道・スポーツフェスティバル2023(東京武道館)(10/9)
- ・TOKYOウォーク2023(9/16、12/2)

SPOPITA

『スポピタ』とは、東京都民の誰もがスポーツ楽しめるように、
さまざまなコンテンツを発信するスポーツ案内サイトです。

最新のスポーツイベント情報や施設検索をはじめ、
楽しい企画コンテンツも続々登場します!
さあ、いますぐ、SPOPITAにアクセス!

公式HP



X(旧Twitter)



Youtube



Instagram



SPOPITAは、公益財団法人東京都スポーツ文化事業団が企画運営しております。
主催：公益財団法人東京都スポーツ文化事業団

[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://smileports.jp>

もしくは 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、指定期日までに近隣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
お申込み時にご提供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、サービス提供及び教室の実施・運営に必要な範囲内で利用いたします。利用目的にご同意の上お申込みください。個人情報に関する各種問い合わせは、当事業団ホームページ「個人情報の取り扱いについて」をご参照ください。

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ください。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

10月9日(月・祝)「スポーツの日」は、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、各施設の特徴に合わせた様々なスポーツイベントが開催されます！

誌面上でも告知しているとおり、それぞれの会場では有名なゲストの方が登場したり、大人から子どもまで楽しめる色々なスポーツ体験等のコーナーも予定していますので、当日はご家族や周りの方々もお誘いの上、ぜひ会場までお越しください！

また、施設特集のページでは、今回東京アクアティクスセンターを取り上げました。今年4月に再開したばかりの同施設は、水泳の新たな聖地として今後多くの国際・国内大会の舞台となることが期待されていますが、一般利用向けにも広く開放されていますので、東京2020大会のあの感動を生んだプール等を皆さまもぜひ体験いただければと思います！

「SUSIE SPORTS」では、当事業団が実施する事業や各種スポーツ教室・イベント等をメインに紹介しつつ、各施設の周辺地域・エリアの魅力なども幅広く紹介していければと考えています。

次号、VOL.2の発行は12月を予定しています。
今後とも当事業団及び「SUSIE SPORTS」をどうぞよろしくお願いたします！

