

【令和7年度 体育館等の一般使用】

ひとりでも気軽にスポーツできる『一般使用』を活用しよう！

「一般使用」とは、個人で気軽にスポーツに親しむことができるよう、登録手続きや皆さんかねつとでの事前予約なしでスポーツ施設を使用することです。体育館ごとに実施している種目や利用できる曜日が決まっています。

- ・用具の貸出を行います。室内用のシューズは各自ご用意ください。
- ・利用料金は、2時間ごと**1日6枠(午前①・②、午後①・②、夜間①・②)**に分かれています。4時間同じ種目を行う場合でも、**1枠2時間ごとの完全入替制**となります。
- ・荻窪体育館・高円寺体育館は、選挙執行時には使用できません。あらかじめご了承ください。

卓球&ラージボール卓球		
会場	曜日	時間区分
高円寺	第1日曜	午前①・②
		午後①・②
	第3日曜	午後①・②
		午後①・②
荻窪	第2土曜	午後①・②
	第3日曜	午前①・②
	第4土曜	午後①・②
	第2水曜	夜間①・②
	第4水曜	夜間①・②
大宮前	第1日曜	午前①・②
	第1水曜	
	第3水曜	午前①・②
上井草	第1日曜	午後①・②
	第2土曜	
	第3日曜	
	第4土曜	
妙正寺	第2土曜	午前①・②
	第4土曜	夜間①・②
	第1水曜	午後①・②
永福	第1日曜	午前①・②
	第2土曜	午後①・②
	第3日曜	夜間①・②
	第4土曜	午前①・②
	第3水曜	夜間①・②

バドミントン		
会場	曜日	時間区分
高円寺	第2土曜	午前①・②
	第3日曜	
	第4土曜	
	第4土曜	
荻窪	第1日曜	午後①・②
	第2土曜	夜間①・②
	第4土曜	夜間①・②
大宮前	第1日曜	午後①・②
	第2土曜	夜間①・②
	第3日曜	午後①・②
	第3水曜	午後①・②
上井草	第2土曜	夜間①・②
	第3日曜	午前①・②
	第4土曜	
妙正寺	第2土曜	
	第1水曜	夜間①・②
	第3水曜	
永福	第1日曜	
	第2土曜	午前①・②
	第3日曜	午前①・②
	第3水曜	夜間①・②

バスケットボール		
会場	曜日	時間区分
高円寺	第1日曜	夜間①・②
	第2土曜	
	第1水曜	
	第3水曜	
大宮前	第4土曜	午前①・②
	第1水曜	
上井草	第1日曜	午前①・②
	第4土曜	夜間①・②
	第1水曜	
妙正寺	第2土曜	
	第3日曜	午前①・②
	第2土曜	夜間①・②
永福	第3日曜	午後①・②
	第4土曜	夜間①・②
	第1水曜	夜間①・②
	第1水曜	夜間①・②

フェンシング		
会場	曜日	時間区分
大宮前	第2土曜	夜間①・②
	第3水曜	夜間①・②

表中の色が付いている時間帯は、スポーツアドバイザーの配置日

バウンドテニス		
会場	曜日	時間区分
高円寺	第1日曜	午後①・②
	第3日曜	午後①・②
荻窪	第4水曜	
大宮前	第4土曜	午前①・②
	第2土曜	
	第3水曜	
上井草	第2土曜	
	第1水曜	午後①・②
妙正寺	第4土曜	

ミニテニス		
会場	曜日	時間区分
高円寺	第4土曜	午後①・②
	第1水曜	
荻窪	第2水曜	午前①・②
大宮前	第3日曜	
	第2土曜	
	第3水曜	
上井草	第1日曜	
	第3日曜	午後①・②
妙正寺	第4土曜	午前①・②

パドルテニス		
会場	曜日	時間区分
高円寺	第2土曜	午前①・②
	第3水曜	午後①・②
荻窪	第3日曜	午後①・②
大宮前	第1水曜	午後①・②
	第4土曜	午前①・②
上井草	第1水曜	
妙正寺	第3水曜	午後①・②
	第1日曜	午後①・②
永福	第4土曜	午後①・②

バレーボール		
会場	曜日	時間区分
大宮前	第2土曜	午後①・②
	第1日曜	
妙正寺	第4土曜	午前①・②
永福	第1水曜	
	第3水曜	

ソフトバレーボール		
会場	曜日	時間区分
荻窪	第1日曜	午前①・②
大宮前	第4土曜	午後①・②
上井草	第3日曜	午前①・②
妙正寺	第2土曜	午後①・②

インディアカ		
会場	曜日	時間区分
高円寺	第4土曜	午後①・②
	第1水曜	午前①・②
大宮前	第3日曜	
上井草	第1日曜	午後①・②
	第3水曜	
永福	第2土曜	午後①・②

フットサル		
会場	曜日	時間区分
高円寺	第2土曜	午後①・②
	第3日曜	夜間①・②
	第4土曜	
	第1日曜	
荻窪	第3日曜	
	第1日曜	
大宮前	第3日曜	
妙正寺	第3日曜	

ビーチコート種目【永福のみ】		
種目	曜日	時間区分
ビーチテニス	第1日曜	午後①・②
ビーチサッカー	第2土曜	午前①・②
ビーチバレー		夜間①・②
ビーチバレー	第4土曜	午前①・②
ビーチテニス		午後①・②
ビーチバレー	第2火曜	夜間②
ビーチサッカー	第4金曜	夜間①・②

利用料金	大人	1回(2時間) 200円
	小・中学生	1回(2時間) 100円
利用時間	区分	時間
	午前①	9:00～11:00
	午前②	11:00～13:00
	午後①	13:00～15:00
	午後②	15:00～17:00
	夜間①	17:00～19:00
	夜間②	19:00～21:00

ユニカール		
会場	曜日	時間区分
荻窪(小体育室)	第1日曜	午後①・②
	第2土曜	午前①・②

ダンス		
会場	曜日	時間区分
大宮前(小体育室)	第2土曜	午後①・②
		夜間①・②
	第3日曜	午後①・②

ソシアルダンス		
会場	曜日	時間区分
荻窪(小体育室)	第1日曜	午前①・②
	第2土曜	午後②
大宮前(小体育室)	第3日曜	午前①・②

子ども運動広場 & 子ども一般使用		
会場	曜日	時間区分
荻窪(体育室)※	第2水曜	午後①・②
	第4水曜	
上井草(体育室)※	第1水曜	午前②
上井草(小体育室)	第4土曜	
妙正寺(小体育室)	第2水曜	午後①・②
妙正寺(小体育室)※	第4水曜	
妙正寺(体育室)※	第1日曜	午前①・②
永福(ビーチコート)	第3木曜日 4～6月、10～12月	午後①・②
永福(小体育室)	第3木曜日 7～9月、1～3月	

気功		
会場	曜日	時間区分
上井草(小体育室)	第2土曜	午後①・②

太極拳		
会場	曜日	時間区分
荻窪(武道場)	第1日曜	午前①・②
	第3日曜	午後①・②
	第4土曜	夜間①・②
上井草(小体育室)	第2土曜	午後①・②

空手		
会場	曜日	時間区分
荻窪(武道場)	第1日曜	午前①・②
	第4土曜	
上井草(小体育室)	第2土曜	夜間①・②

剣道		
会場	曜日	時間区分
荻窪(武道場)	第2土曜	夜間①・②
	第4土曜	
上井草(小体育室)	第4土曜	夜間①・②

なぎなた		
会場	曜日	時間区分
荻窪(武道場)	第2土曜	午前①・②
	第3日曜	午前①・②
上井草(小体育室)	第4土曜	午後①

合気道		
会場	曜日	時間区分
荻窪(武道場)	第1日曜	午後①・②
	第2土曜	午前①・②
	第3日曜	午後①・②
	第4土曜	夜間①・②
上井草(小体育室)	第2土曜	

柔道		
会場	曜日	時間区分
荻窪(武道場)	第2土曜	夜間①・②

居合道		
会場	曜日	時間区分
荻窪(武道場)	第4土曜	午前①・②
		午後①
上井草(小体育室)	第4土曜	午後①

武道タイム		
会場	曜日	時間区分
大宮前(武道場)	第1日曜	午後①・②
		夜間①・②