

令和8年度 一般使用 体育館

利用
料金

1回
(2時間)

大人 200円、障害者(区内) 100円
小・中学生 100円 ※右枠(赤字) 参照

利用
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

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、登録手続きやさざんか納付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。

表中の 色の時間帯は、スポーツアドバイザーの配置日です。

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	
荻窪	第1日曜	午後①・②
	第2土曜	
	第4土曜	
大宮前	第1日曜	午後①・②
	第2土曜	
	第3日曜	夜間①・②
	第3水曜	
上井草	第2土曜	夜間①・②
	第3日曜	
	第4土曜	
妙正寺	第2土曜	午前①・②
	第1日曜	
	第1水曜	夜間①・②
	第3水曜	
永福	第1日曜	午前①・②
	第2土曜	
	第3日曜	夜間①・②
	第3水曜	

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	
	第2水曜	
大宮前	第3日曜	午前①・②
	第2土曜	
	第3水曜	
上井草	第1日曜	午後①・②
	第3日曜	
	第4土曜	
妙正寺	第1日曜	午後①・②
	第3日曜	
	第4土曜	

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	
	第4土曜	
妙正寺	第1水曜	午前①・②
	第3水曜	
	第4土曜	

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
	第4土曜	
大宮前	第4土曜	午後①・②
	第3日曜	
上井草	第3日曜	午前①・②
	第2土曜	
妙正寺	第2土曜	午後①・②
	第1日曜	

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	
	第1日曜	
上井草	第4土曜	夜間①・②
	第1水曜	
	第2土曜	
妙正寺	第2土曜	午前①・②
	第3日曜	
	第2土曜	
永福	第2土曜	夜間①・②
	第3日曜	
	第3日曜	午後①・②
	第4土曜	
永福	第4土曜	夜間①・②
	第1水曜	

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	

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)		

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

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

柔道

会場	曜日	時間区分
荻窪 (武道場)	第2土曜	夜間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

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
	第3日曜	
	第1日曜	午後①・②
	第3日曜	
荻窪	第2土曜	午後①・②
	第3日曜	
	第2土曜	午前①・②
	第4土曜	
大宮前	第2水曜	午後①・②
	第4水曜	
	第1日曜	夜間①・②
	第3日曜	
上井草	第1日曜	午前①・②
	第1水曜	
	第2土曜	午後①・②
	第3日曜	
妙正寺	第2土曜	午前①・②
	第4土曜	
	第1水曜	夜間①・②
	第3日曜	
永福	第1日曜	午後①・②
	第2土曜	
	第2土曜	夜間①・②
	第3日曜	
永福	第1日曜	午後①・②
	第2土曜	
	第3日曜	夜間①・②
	第4土曜	

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

ソーシャルダンス

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

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
第2土曜		

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	
荻窪	第4水曜	午後①・②
	第4土曜	
上井草	第2土曜	午前①・②
	第3水曜	
	第1水曜	
妙正寺	第2土曜	午後①・②
	第1水曜	
永福	第2土曜	午後①・②
	第4土曜	

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	
	第4土曜	
荻窪	第1日曜	夜間①・②
	第3日曜	
大宮前	第1日曜	夜間①・②
妙正寺	第3日曜	夜間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	
	第3日曜	
荻窪	第3日曜	午後①・②
	第1水曜	
大宮前	第1水曜	午後①・②
	第4土曜	
上井草	第1水曜	午前①・②
	第4土曜	
妙正寺	第3水曜	午後①・②
	第1日曜	
永福	第1日曜	午後①・②
	第4土曜	

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
	第4土曜	
ビーチサッカー	第2土曜	午前①・②
	第4金曜	
ビーチバレー	第2土曜	夜間①・②
	第4土曜	
ビーチバレー	第4土曜	午前①・②
	第2火曜	

剣道

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

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	
上井草 (小体育室)	第4土曜	午後①

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
	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	午後①・②
	4～6月、10～12月	
永福 (小体育室)	第3木曜日	午後①・②
	7～9月、1～3月	



- 区内在住・在勤・在学の子ども(高校生相当まで)は、登録手続きを行うと無料(免除)です。詳細は、杉並区ホームページ(右2次元コード)をご覧ください。
- 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。あらかじめご了承ください。