2020 4月 東区体育館 利用時間割

東区北27条東14丁目3-1
TEL：751-5250　FAX：751-5222

東区体育館 保全改修工事に伴う休館のお知らせ

施設休館期間

令和２年(2020年)５月１日(金)～12月28日(月)

◆令和２年12月29日(火)～ 令和３年１月２日(土)　年末年始休館
令和３年 １月３日(日)　年始特別営業
１月４日(月)　施設整備日
１月５日(火)　通常営業

※上記の日程は予定です。変更となることがありますのでご了承ください。

小・中学生の夜間の部のご利用について

小・中学生は学校からの指導により、外出時間(帰宅時間)が決められております。

- **小学生は午後5時まで**
- **中学生は午後7時まで**

夜間の部を利用する際は、小学生は保護者同伴、中学生は保護者同伴又は送迎が必要です。
なお、送迎の保護者の方は玄関までお越しください。

第43回 北海道を歩こう 参加者募集！

支笏湖までの完歩にチャレンジ！

◆開催日時：令和2年5月24日 (日) ８：００開会式
◆スタート：札幌市立真駒内中学校 (地下鉄南北線真駒内駅から徒歩3分)
◆種目・参加料 (消費税込み)

種　目	参　加　料
33ｋｍコース ゴール：支笏湖ポロピナイ	一　　般：2,310円 中学生以下：1,670円
10ｋｍコース ゴール：真駒内カントリークラブ	一　　般：1,890円 中学生以下：1,260円

◆申込方法及び申込期間
郵便振替：令和2年3月23日 (月) ～4月2日 (木)　当日消印有効
インターネット・直接：令和2年3月23日 (月) ～4月8日 (水)
※新型コロナウイルス感染症の拡大状況によっては、大会を中止させていただく場合があります。
開催状況につきましては大会ホームページ、または朝日新聞音声案内 (0180-991121) にてご確認ください。

◆大会に関する問い合わせ先
一般財団法人さっぽろ健康スポーツ財団　事業課内「北海道を歩こう」事務局
〒064-0931　札幌市中央区中島公園1番5号　札幌市中島体育センター内
TEL：(011) 530－5562 (9：00～17：00、　土・日・祝日は休み)
ホームページはコチラ ☞ https://www.shsf.jp/walk

利用上のお願い

■外靴を入れる袋を持参してください！！

・東区体育館には外靴置き場がないので、靴袋（ビニール袋等）に入れて館内にご持参をお願いしております。靴袋がないまま入館すると、ホコリや汚れの原因となりますので、ご持参をお願いいたします。

■路上駐車禁止！！

・近隣の方のご迷惑となっております。また、事故の原因にもなりますので、送迎などで来る際も、駐車場内に車を停めていただくようご協力お願いいたします。

【受付窓口では】

・券売機でお買い求めの利用券をお出しください。
・中学生･高校生の方は学生証(身分証明書)をお見せください。
・勤労青少年の方は身分証明書をお見せください（利用料は高校生の料金となります）。
・65歳以上の方は年齢を証明できるものをお見せください。
・障がいをお持ちの方は障がい者手帳等をお見せください（利用料は免除になります）。
・午前の部から午後の部、午後の部から夜間の部と引き続きご利用する際は、再度受付が必要となります。

【館内では】

・着替え･貴重品等の保管は、無料の貴重品ロッカーを使用するか、更衣室内の有料ロッカー（50円）をご利用願います。なお、盗難には十分ご注意ください。
・各部屋での飲み物はキャップのついた容器（ペットボトルや水筒等）をご用意ください。
・各部屋での食事は禁止です。食事はロビーやラウンジをご利用ください。

【スポーツするときは】

・運動靴･靴袋･運動用具･運動着（ジャージ等）をご持参ください。
・卓球は混み合う時は15分交替といたします。バドミントンは常時、15分交替となります。交替放送が流れたら、待機している方とすみやかに交替してください。
・土･日･祝日のバスケットボールの開放はシュート練習のみのご利用となっております。1on1や3on3のようなゲーム形式でのご利用はできません。
・バドミントンご利用の際は、コート間･コートの後ろでの打ち合い、壁打ちは危険ですのでご遠慮ください。また、バレーボールを使用した壁打ちもご遠慮ください。
・運動用具の取付けと後片付けは利用される方々で行うようお願いいたします（利用時間には用具の取付け･後片付け時間も含まれます）
・中学生以下の格技室のご利用は保護者同伴となっております。
・ランニングマシーン等をご利用する際は、開始時間と終了時間を交替表に必ず記入してから、ご利用ください。

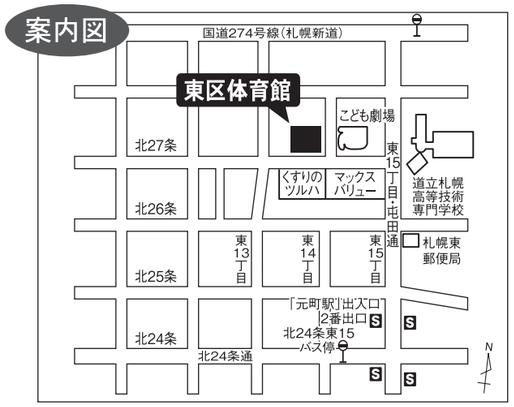
さっぽろ健康スポーツ財団は、令和2年4月1日に一般財団法人札幌市体育協会と合併し、
名称を**「一般財団法人札幌市スポーツ協会」**に変更します。
合併後もこれまでどおり、皆様が安全、安心、快適に施設をご利用いただけるよう
努力をしてまいりますので、引き続きよろしくお願いいたします。

4月6日(月)は、施設整備日のためご利用できません。

札幌市体育館グループ指定管理者
一般財団法人 さっぽろ健康スポーツ財団
私たちは、笑顔あふれる未来に貢献します　http://www.shsf.jp

※一般財団法人さっぽろ健康スポーツ財団は、指定管理者として「札幌市東区体育館」の管理運営を行っております。

案内図



交通機関

	路線(番号)･行先	下車停留所	体育館までの時間
中央バス	地下鉄北24条駅 → 元町線 (東70) 東営業所前	元町駅前 (北24条東15丁目)	8分(徒歩)
	地下鉄北34条駅 → 丘珠北34条線 (東76) 中沼小学校通	新道東駅前 (北34条東16丁目)	10分(徒歩)
地下鉄	東豊線	元町駅	出口2番より 5分(徒歩)

2020年4月

東区体育館

利用時間帯及び利用料

●午前の部　9:00～12:30
●午後の部　13:00～17:00
●夜間の部　17:30～21:00

※利用料は各時間帯（午前・午後・夜間）ごとに必要となります。
※トレーニング室に限っての利用は入館から退館まで利用（１人１回）できます。

区分	当日券	回数券(6枚綴り)	1カ月券	共通1カ月券
一般	390円	1,950円	5,670円	8,600円
高校生	230円	1,150円	3,350円	4,610円
小・中学生以下	無料（中学生は受付で生徒手帳を提示願います）			
高齢者（65歳以上）	130円	650円	1,670円	2,300円

※共通1カ月券は、各体育館、各スケート場、各プール及び宮の沢屋内競技場で利用できます。
※障害者手帳及び療育手帳等をお持ちの方は利用料が免除となりますので手帳を提示してください。また、上記手帳をお持ちの方を介助するために入館する方も利用料が免除となりますので、お申し出ください。
※中学生及び高校生は入館の際に生徒手帳を窓口で提示してください。

施設整備日	毎月第１月曜日（祝日等の場合は第２月曜日）は、施設整備日のためご利用はできません。
専用	団体貸し切りのため、個人利用はできません。
（　）	スポーツ講習会のため、個人利用はできません。
格技室	格技系開放は、格技系種目の個人利用ができます。中学生以下の方が利用する場合、必ず保護者もしくは指導者同伴での利用とさせていただきます。

大会等専用利用がない土・日・祝日の一般開放は、用具の貸し出しがあります。
【種　目】　卓球・バドミントン・バスケットボール（シュートのみ）
※マーク🏸が記載されている時間帯は用具の貸し出しを行いますが、数に限りがありますので、できるだけ各自でご持参ください。

多目的室ご利用案内

◎利用料金〔1時間単位〕
平　日 910円　土・日・祝日 1,090円
収容人数は20～30名です。机・イス・ホワイトボードを用意しております。スポーツ会議以外にもご利用いただけます。詳細につきましては、お気軽にお問い合わせください。
※11月～３月は暖房料が別途必要です。
（１時間あたり、１F 70円、２F90円）

スポーツチャンバラ 一般開放

月曜日（格技室）
17:30～18:30まで

◎ 4月の開放予定
●13日 ●20日 ●27日
※４歳から参加できます。

午前の部

9:00～12:30（専用9:00～12:00）

区分		競技室A	競技室B	体育室	格技室	トレーニングデッキ	多目的室
1	水	専用	専用	バドミントン	格技系開放	弓道	
2	木	卓球	専用	バドミントン	格技系開放	アーチェリー	
3	金	専用	バドミントン	ソフトバレー	格技系開放	弓道	
4	土	🏸バドミントン（6面）バスケットボール（1台）	🏸卓球（14台）		格技系開放	アーチェリー	
5	日	🏸バドミントン（6面）バスケットボール（1台）	🏸卓球（14台）		格技系開放	アーチェリー	
6	月	施設整備日					
7	火	専用	バドミントン	卓球	格技系開放	アーチェリー	
8	水	専用	専用	バドミントン	格技系開放	弓道	
9	木	卓球	専用	バドミントン	格技系開放	アーチェリー	
10	金	専用	バドミントン	ソフトバレー	格技系開放	弓道	
11	土	🏸バドミントン（6面）バスケットボール（1台）	🏸卓球（14台）		格技系開放	アーチェリー	
12	日	春季加盟団リーグ戦　卓球		専用		アーチェリー	
13	月	専用	専用	卓球	格技系開放	弓道	
14	火	専用	バドミントン	卓球	格技系開放	アーチェリー	
15	水	専用	専用	バドミントン	格技系開放	弓道	
16	木	卓球	専用	バドミントン	格技系開放	アーチェリー	
17	金	卓球	バドミントン	ソフトバレー	格技系開放	弓道	
18	土	🏸バドミントン（6面）バスケットボール（1台）	🏸卓球（14台）		格技系開放	アーチェリー	
19	日	かけっこ塾					
20	月	専用	専用	卓球	格技系開放	弓道	
21	火	専用	バドミントン	卓球	格技系開放	アーチェリー	
22	水	専用	専用	バドミントン	格技系開放	弓道	
23	木	卓球	専用	バドミントン	格技系開放	アーチェリー	
24	金	専用	バドミントン	ソフトバレー	格技系開放	弓道	
25	土	専用		専用	格技系開放	アーチェリー	
26	日	北区ミニバレー大会			専用	専用	
27	月	専用	専用	卓球	格技系開放	弓道	
28	火	専用	バドミントン	卓球	格技系開放	アーチェリー	
29	水	🏸バドミントン（6面）バスケットボール（1台）		専用	格技系開放	弓道	
30	木	卓球	専用	バドミントン	格技系開放	アーチェリー	

午後の部

13:00～17:00

区分		競技室A	競技室B	体育室	格技室	トレーニングデッキ	多目的室
1	水	ゴルフ	専用	ソフトバレー	格技系開放	弓道	
2	木	卓球(マシン)	テニス	バドミントン	運動あそびいろは	アーチェリー	
3	金	卓球	ワンタイムテニス	バドミントン	格技系開放	弓道	
4	土	🏸バドミントン（6面）バスケットボール（1台）	🏸卓球（14台）		格技系開放	アーチェリー	
5	日	🏸バドミントン（6面）バスケットボール（1台）	🏸卓球（14台）		格技系開放	アーチェリー	
6	月	施設整備日					
7	火	専用	バドミントン	卓球	格技系開放	アーチェリー	
8	水	ゴルフ	専用	ソフトバレー	格技系開放	弓道	
9	木	卓球(マシン)	ソフトテニス	バドミントン	運動あそびいろは	アーチェリー	
10	金	卓球	ワンタイムテニス	バドミントン	格技系開放	弓道	
11	土	🏸バドミントン（6面）バスケットボール（1台）	🏸卓球（14台）		格技系開放	アーチェリー	
12	日	春季加盟団リーグ戦　卓球		専用		アーチェリー	
13	月	バウンドテニス	専用	卓球	格技系開放	弓道	
14	火	専用	バドミントン	卓球	格技系開放	アーチェリー	
15	水	ゴルフ	専用	ソフトバレー	格技系開放	弓道	
16	木	卓球(マシン)	テニス	バドミントン	運動あそびいろは	アーチェリー	
17	金	卓球	ワンタイムテニス	バドミントン	格技系開放	弓道	
18	土	🏸バドミントン（6面）バスケットボール（1台）	🏸卓球（14台）		格技系開放	アーチェリー	
19	日	かけっこ塾					
20	月	バウンドテニス	専用	卓球	格技系開放	弓道	
21	火	専用	バドミントン	卓球	格技系開放	アーチェリー	
22	水	ゴルフ	専用	ソフトバレー	格技系開放	弓道	
23	木	卓球(マシン)	ソフトテニス	バドミントン	運動あそびいろは	アーチェリー	
24	金	卓球	ワンタイムテニス	バドミントン	格技系開放	弓道	
25	土	🏸バドミントン（6面）バスケットボール（1台）	🏸卓球（14台）		格技系開放	アーチェリー	
26	日	北区ミニバレー大会			専用	専用	
27	月	バウンドテニス	専用	卓球	格技系開放	弓道	
28	火	専用	バドミントン	卓球	格技系開放	アーチェリー	
29	水	🏸バドミントン（6面）バスケットボール（1台）		専用	格技系開放	弓道	
30	木	卓球(マシン)	テニス	バドミントン	運動あそびいろは	アーチェリー	

少年・少女スポーツ教室

競技室A	競技室B	体育室	格技室
			運動あそびいろは
施設整備日			
			運動あそびいろは
			運動あそびいろは
			運動あそびいろは
			運動あそびいろは
			運動あそびいろは

夜間の部

17:30～21:00（専用18:00～21:00）

区分		競技室A	競技室B	体育室	格技室	トレーニングデッキ	多目的室
1	水	バスケットボール	バレーボール	剣道	少林寺拳法	弓道	
2	木	卓球 バドミントン	バドミントン	空手	柔道 17:45～21:00	アーチェリー	
3	金	フットサル	ソフトテニス	剣道	合気道	弓道	
4	土	🏸バドミントン（6面）バスケットボール（1台）	🏸卓球（14台）		格技系開放	アーチェリー	
5	日	🏸バドミントン（6面）バスケットボール（1台）	🏸卓球（14台）		格技系開放	アーチェリー	
6	月	施設整備日					
7	火	テニス	バドミントン	卓球	柔道	アーチェリー	
8	水	バスケットボール	バレーボール	剣道	少林寺拳法	弓道	
9	木	卓球 バドミントン	バドミントン	空手	柔道 17:45～21:00	アーチェリー	
10	金	フットサル	ソフトテニス	剣道	合気道	弓道	
11	土	🏸バドミントン（6面）バスケットボール（1台）	🏸卓球（14台）		格技系開放	アーチェリー	
12	日	🏸バドミントン（6面）バスケットボール（1台）	🏸卓球（14台）		格技系開放	アーチェリー	
13	月	専用	専用	ソフトバレー	格技系開放 18:30～21:00	弓道	
14	火	テニス	バドミントン	卓球	柔道	アーチェリー	
15	水	バスケットボール	バレーボール	剣道	少林寺拳法	弓道	
16	木	卓球 バドミントン	バドミントン	空手	柔道 17:45～21:00	アーチェリー	
17	金	フットサル	ソフトテニス	剣道	合気道	弓道	
18	土	🏸バドミントン（6面）バスケットボール（1台）	🏸卓球（14台）		格技系開放	アーチェリー	
19	日	🏸バドミントン（6面）バスケットボール（1台）	🏸卓球（14台）		格技系開放	アーチェリー	
20	月	専用	専用	ソフトバレー	格技系開放 18:30～21:00	弓道	
21	火	テニス	バドミントン	卓球	柔道	アーチェリー	
22	水	バスケットボール	バレーボール	剣道	少林寺拳法	弓道	
23	木	卓球 バドミントン	バドミントン	空手	柔道 17:45～21:00	アーチェリー	
24	金	フットサル	ソフトテニス	剣道	合気道	弓道	
25	土	🏸バドミントン（6面）バスケットボール（1台）	🏸卓球（14台）		格技系開放	アーチェリー	
26	日	🏸バドミントン（6面）バスケットボール（1台）	🏸卓球（14台）		専用	アーチェリー	
27	月	専用	専用	ソフトバレー	格技系開放 18:30～21:00	弓道	
28	火	テニス	バドミントン	卓球	柔道	アーチェリー	
29	水	🏸バドミントン（6面）バスケットボール（1台）		🏸卓球（14台）	格技系開放	弓道	
30	木	卓球 バドミントン	バドミントン	空手	柔道 17:45～21:00	アーチェリー	

夜間の部のご利用について

バスケットボール（水）
- 19:00までは、自由練習
- 19:00～10分毎のゲーム形式
  ※個人、少数でのゲーム参加や自由練習も可能。指導員または職員にご相談下さい。

フットサル（金）
- 18:30頃よりゲーム形式（2点先取または5分交代）での利用形態。
  ※個人、少数でのゲーム参加も可能。指導員または職員にご相談下さい。

バレーボール（水）
- 人数により、指導員が状況を判断し、15分毎のゲーム形式になる場合あり。
  ※個人、少数でのゲーム参加も可能。指導員または職員にご相談下さい。

弓道

毎週月・水・金の各時間帯（奇数月の日曜日も含む）

アーチェリー

毎週火・木・土の各時間帯（偶数月の日曜日も含む）

※小学・中学・高校生、未経験者の単独利用は出来ません。

※夜間の部では指導員がつきます。（日曜日は不在）初めての方は、事務室にお問い合わせください。
※単独利用は以下の証明書の掲示が必要です。
●弓道の方は初段以上の証明書
●札幌アーチェリー協会から発行された技量判定証等
※施設にお問い合わせください。

卓球マシン

●曜日…木曜日（大会、祝日等を除く）
●場所…競技室Ａ
●時間…午後1時～午後4時まで

【トレーニング室】

9:00～21:00の間利用できます。
～主なトレーニング器具～
◆ランニングマシーン
◆エアロバイク
◆エアロクライム
◆コンビネーションマシーン
◆ダンベル　等
※幼児、小・中学生は入室・ご利用できません。
※月・火・土・日の夜間の部には、指導員がついております。

※この時間割についてはやむをえず変更する場合がありますのでご了承ください。　※必ず上靴・運動着（ジャージ等）・外靴を入れる靴袋をお持ちください。