

10月 西区体育館・温水プール

西区発寒5条8丁目9-1

更新日：2026/9/20

電話：662-2149 FAX：662-2177

		午前の部 (9:00～12:30)							午後の部 (13:00～17:00)							夜間の部 (17:30～21:00)							
		競技室		体育室	格技室	弓道室	デ ッ キ	重量 学室	競技室		体育室	格技室	弓道室	デ ッ キ	重量 学室	競技室		体育室	格技室	弓道室	デ ッ キ	重量 学室	
		A	B						A	B						A	B						
1	木	大会		バドミントン					大会		バドミントン					フットサル 18:00～	バドミントン 18:00～	ミニバレー 18:00～	合 ※4				
2	金	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	専用					バドミントン	抽卓球 ※2	バド ※8	教				テニス 18:00～	バレーボール 18:00～	剣道 18:00～	少 ※5				
3	土	専用		専用			専	専	専用	卓球	専用					バドミントン 卓球 18:00～							
4	日	大会		卓球			大会		大会		卓球			大会		バスケットバス 18:00～※7	バドミントン 18:00～	卓球					
5	月	バドミントン		教	卓マ ※2	教			教室	教室	抽卓球 ※2	教	教			教室	バドミントン 18:30～	卓球	柔 ※3				
6	火	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	教室	教				教室	ミニテニス テニポン ※6	抽卓球	教				バドミントン 18:15～	ソフトテニス 18:15～	剣道 18:00～					
7	水	教室	教室	教室	教				教室	抽卓球	バドミントン	教				バスケ 18:15～	卓球	空手	柔 ※3				
8	木	バドミントン	教室	教室					教室	教室	教室					フットサル 18:30～	バドミントン 18:00～	ミニバレー 18:00～	合 ※4				
9	金	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	専用	教				教室	抽卓マ ※2	教	バドミントン	教			テニス 18:20～	バレーボール 18:00～	剣道 18:00～	少 ※5				
10	土	大会		卓球					大会		卓球					バドミントン 18:00～	卓球						
11	日	大会					大会		大会				大会			バスケットバス 18:00～※7	バドミントン 18:00～	卓球 18:00～					
12	月	バスケ ミニバス	バドミントン	卓球					バスケ ミニバス	バドミントン						バスケ ミニバス	バドミントン						
13	火	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	教室	教				教室	ミニテニス テニポン ※6	抽卓球	教				バドミントン 18:15～	ソフトテニス 18:15～	剣道 18:00～					
14	水	教室	卓球	教室	教				教室	抽卓球	バドミントン	教				バスケ 18:15～	卓球	空手	柔 ※3				
15	木	バドミントン	教室	教室					教室	教室	教室					フットサル 18:30～	バドミントン 18:00～	ミニバレー 18:00～	合 ※4				
16	金	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	専用	教				教室	抽卓マ ※2	教	バド ※8	教	教		テニス 18:20～	バレーボール 18:00～	剣道 18:00～	少 ※5				
17	土	バスケ ミニバス	バドミントン	卓球					バスケ ミニバス	バドミントン			専			バスケ ミニバス	バドミントン						
18	日	大会					大会		大会				大会			バドミントン 18:00～	卓球 18:00～						
19	月	施 設 整 備 日																					
20	火	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	教室	教				教室	ミニテニス テニポン ※6	抽卓球	教				バドミントン 18:15～	ソフトテニス 18:15～	剣道 18:00～					
21	水	教室	教室	教室	教	教			教室	抽卓球	バドミントン	教				バスケ 18:15～	卓球	空手	柔 ※3				
22	木	バドミントン	教室	教室					教室	教室	教室					フットサル 18:30～	バドミントン 18:00～	ミニバレー 18:00～	合 ※4				
23	金	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	専用	教				教室	抽卓マ ※2	教	バド ※8	教	教		テニス 18:20～	バレーボール 18:00～	剣道 18:00～	少 ※5				
24	土	大会		大会	大会			大会	大会		大会	大会		大会		バドミントン 18:00～	卓球 18:00～				大会		
25	日	大会		卓球					大会		卓球					バスケットバス 18:00～※7	バドミントン 18:00～	卓球					
26	月	バドミントン		教	卓マ ※2	教			教室	教室	抽卓球 ※2	教	教			教室	バドミントン 18:30～	卓球	柔 ※3				
27	火	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	教室	教				教室	ミニテニス テニポン ※6	抽卓球	教				バドミントン 18:15～	ソフトテニス 18:15～	剣道 18:00～					
28	水	教室	教室	教室	教	教			教室	抽卓球	バドミントン	教				バスケ 18:15～	卓球	空手	柔 ※3				
29	木	バドミントン	教室	教室					教室	教室	教室					フットサル 18:30～	バドミントン 18:00～	ミニバレー 18:00～	合 ※4				
30	金	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	専用	教				教室	抽卓マ ※2	教	バドミントン	教			テニス 18:20～	バレーボール 18:00～	剣道 18:00～	少 ※5				
31	土	大会		専用			大会	専	大会		専用			大会		バドミントン 18:00～	専用						

- 印の開放は、ご家族・友人などスポーツを楽しんでいただくことを目的に、月1回、用具(バドミントン・卓球・バスケットボール)をお貸し致します。 ※但し、貸出し数量に限りあり
用具貸出日のバスケットゴールは2台設置 (奥側→一般、手前側→ミニバス)、シュート程度の開放となります。
- ・トレーニング室は9:00～21:00の間でご利用になります。
- ・抽のマークがある開放は、入場順を抽選で決定します。
- ・格技室の「柔」は柔道、「合」は合気武道、「少」は少林寺拳法、空欄は格技系の種目で開放いたします。詳細はお問い合わせください。
- ※2 卓球の一般開放 … 月曜日の午前の部 体育室10:15～12:30 月曜日の午後の部 体育室 13:00～15:30 金曜日の午後の部 競技室B 13:00～16:00までの開放
卓球マシン利用 … 月曜日の午前の部 体育室10:15～11:45 金曜日の午後の部 競技室B 13:00～15:30まで開放しておりますのでご利用ください。 ※10月2日(金)はマシンの開放はございません。
- ※3 月曜日・水曜日の夜間の格技室は、18:00から柔道をご利用になります。
- ※4 木曜日の夜間の格技室は、18:00から合気武道をご利用になります。
- ※5 金曜日の夜間の格技室は、18:20から少林寺拳法をご利用になります。
- ※6 火曜日の午後の競技室Bのミニテニス・テニポンは、12:40～16:10までご利用いただけます。
- ※7 バスケットゴールは2台設置 (奥側→一般、手前側→ミニバス)、シュート程度の開放となります。
- ※8 金曜日の午後の体育室は、16:00でバドミントン開放を終了致しますので、それまでに片付けを終わっていただきますようお願い致します。

札幌市体育館グループ指定管理者



一般財団法人 札幌市スポーツ協会

体育館利用時間帯（個人利用）	
午前の部	9:00～12:30
午後の部	13:00～17:00
夜間の部	17:30～21:00

プール	10:00～20:50
-----	-------------

用具の貸出について

- 毎月1回（10月は17日（土））、スポーツ用具の貸し出しを行います。
- 用具
卓球ラケット、卓球ボール、
バドミントンラケット、シャトル（ナイロン製）、
バスケットボール
- 各用具とも数量に限りがありますので
あらかじめご了承ください。
- その他の開放日は各自で用具を
ご準備ください。

小中学生の利用について

- 小学生は17時までの利用となります。
ただし、18歳以上の保護者同伴の場合
に限り、21時までご利用いただけます。
- 中学生は19時までの利用となります。
ただし、18歳以上の保護者同伴の場合
または保護者の送迎がある場合は
21時までご利用いただけます。

卓球マシン

- 10月マシン開放日程
（月）5日、26日
（金）9日、16日、23日、30日
月曜日（体育室） 10:15～11:45
金曜日（競技室B）13:00～15:30

フットサル一般開放

- 利用人数により、試合形式で行います。
混雑状況により開放形態を変更することが
ありますので、あらかじめご了承ください。

格技系開放

- 格技室で種目設定を行っていない
時間帯は、格技系の種目での
個人利用ができます。
- 中学生以下の方のみでのご利用は
できません。必ず18歳以上の保護者
または指導員が同伴してください。

弓道場

- 単独利用の場合は初段以上の
証明書が必要です。
- 中高生の利用は、全日本弓道連盟の
有段者で高校・高等専門学校生を除く
18歳以上の大人（責任者）の同伴が
必要です。
- 指導員は4月～11月は月～土、
12月～3月は月、火、木の
夜間の部に配置されています。

利用料金（個人利用）									
区分	体育館			プール			共通		
	当日券	回数券 （6枚綴）	1ヵ月券	当日券	回数券 （6枚綴）	1ヵ月券	当日券	回数券 （6枚綴）	1ヵ月券
一 般	430円	2,150円	6,300円	640円	3,200円	6,400円	860円	4,300円	9,500円
高 校 生	250円	1,250円	3,700円	310円	1,550円	3,100円	450円	2,250円	5,100円
高 齢 者 （65歳以上）	140円	700円	1,800円	150円	750円	1,500円	240円	1,200円	2,500円
中 学 生 以 下	無料								

- 体育館の個人利用料金は午前、午後、夜間の各時間帯ごとに必要となります。
- 施設での料金のお支払いは現金のみの取り扱いとなります。
- トレーニング室、ランニングコースに限っての利用は、入館から退館まで利用（1人1回）できます。
なお、それ以外の一般開放種目も利用する場合は、各時間帯で利用料が必要となります。
- 中学生・高校生の方は生徒手帳を受付にご提示ください。
- 高齢者（65歳以上）、19歳未満の勤労青少年の方は、年齢を証明できるものを受付にご提示ください。
- 障がい者手帳、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受付にご提示ください。
上記手帳をお持ちの方の介助者についても免除になります。

上靴と靴袋の持参について

- 館内は土足厳禁です。必ず上靴を持参してください。貸出しは行っておりません。
- 外靴を入れる袋を持参してください。

☆10月12日(月)はスポーツの日！無料開放のお知らせ☆

終日 体育館（用具の貸し出し有）及び温水プールを無料開放いたします。

皆さまのお越しをお待ちしております。

卓球一般開放

- 混雑が予想される日は、入場順を決める抽選を行って
おります。各利用時間の1時間前から10分前まで、
受付窓口にて抽選にご参加ください。抽
- 10分前から番号順にご案内いたします。
- 抽選に参加していない場合は、最後尾からの入場と
なりますのでご了承ください。

トレーニングデッキ

- ランニング・ウォーキングでご利用できます。
- 1週140mです。
- 反時計回りでの周回となっております。
- 通路が狭いため、無理な追い越しや逆走は
利用者同士の接触につながってしまい、
とても危険ですのでご注意ください。
- 走路に問題がある場合なども考えられますので、
いつでも止まれる速度での走行を心がけてください。
- その他、利用者同士のトラブル防止のため、
節度を守ってのご利用をお願いいたします。

多目的室（1F/2F）

- 利用料金（1時間）
平日 1,000円 土日祝 1,200円
- 冬期間（11月～3月）は別途暖房料金がかかります。
- 机、いす、ホワイトボードを用意しております。
- 会議以外でも、軽スポーツなどでの利用が可能です。
詳細につきましてはお気軽にお問い合わせください。

重量挙げ室（登録制）

- 一般・大学の未経験者及び高校生は登録が必要です。なお、一般・大学の経験者の方は登録せずにご利用いただけます。

バドミントン一般開放

- 受付窓口にて番号札をお渡しいたします。室内に設置して
あるホワイトボードに番号札を貼り、その時間になりましたら
予約したコートでご利用ください。
- 混雑時には15分交代でご利用ください。

バレーボール一般開放

- 19:00までトス練習、19:00から19:30までスパイク練習、
19:30からは試合形式で行います。混雑状況により開放形態
を変更することがありますので、あらかじめご了承ください。

バスケットボール一般開放

- 水曜日夜間は19:00までシュート練習、19:00から試合形式
で行います。混雑状況により開放形態を変更することがあります
ので、あらかじめご了承ください。

トレーニング室

- 各種トレーニング器具を設置しており、事前予約なしで
ご利用いただけます。
- 中学生以下のお子様は、保護者が同伴しても
入室できません。
- トレーニング指導員を配置してる時間帯は下記の通りです。
10月3日、10日、17日、24日、31日 → 14:00～17:00
10月4日、11日、18日、25日 → 18:00～21:00
指導員配置に変更があった場合は、随時更新いたします
のでご確認ください。