11月 西区体育館・温水プール

西区発寒5条8丁目9-1
電話：662-2149 FAX：662-2177

更新日：2026/11/2

		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	重量挙室	競技室		体育室		格技室	弓道室	デッキ	重量挙室	競技室		体育室	格技室	弓道室	デッキ	重量挙室
		A	B							A	B							A	B					
1	日	大会		卓球					大会	大会		卓球					大会	バスケミニバス 18:00～※7	バドミントン 18：00～	卓球				大会
2	月	バドミントン	専用	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			
③	火	大会		卓球						大会		卓球						バドミントン 18：00～		卓球				
4	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 (和道流)	柔 ※3			
5	木	バドミントン	教室	バドミントン ～12:00						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			
6	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			
7	土	大会					整備	大会		大会						大会		大会		卓球 18：00～			大会	
8	日	大会		卓球				大会		大会		卓球				大会		バスケミニバス 18:00～※7	バドミントン 18：00～	卓球				
9	月	バドミントン	専用	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			
10	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 テニボン ※6	抽 卓球						バドミントン 18：15～	ソフトテニス 18：15～	剣道 18：00～				
11	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 (和道流)	柔 ※3			
12	木	バドミントン	教室	教室						教室	教室	教室						フットサル 18：00～	バドミントン 18：00～	ミニバレー 18：00～	合 ※4			
13	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			
14	土	バスケ ミニバス	バドミントン	卓球					専	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					
15	日	大会						大会		大会						大会		バドミントン 18：00～		卓球 18：00～				
16	月	施設整備日																						
17	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 テニボン ※6	抽 卓球						バドミントン 18：15～	ソフトテニス 18：15～	剣道 18：00～				
18	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 (和道流)	柔 ※3			
19	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			
20	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			
21	土	大会						大会		大会						大会		バドミントン 18：00～		卓球 18：00～				
22	日	大会		卓球		専		大会		大会		卓球		専		大会		バスケミニバス 18:00～※7	バドミントン 18：00～	卓球				
㉓	月	大会		専用				大会		大会		専用				大会		バドミントン 18：00～		卓球				
24	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 テニボン ※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～				
25	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 (和道流)	柔 ※3			
26	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			
27	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			
28	土	専用							専	SAPPOROスポーツバリアフリー（12:00～16:00）								バドミントン 18：00～		卓球 18：00～				
29	日	大会								大会								バスケミニバス 18:00～※7	バドミントン 18：00～	卓球 18：00～				
30	月	バドミントン	専用	教	卓球 ※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			

・印の開放は、ご家族・友人などと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)をお貸出し致します。 ※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の間でご利用になれます。
・ 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。 **<u>※11月30日(月)はマシンの開放はございません。</u>**
※3 月曜日・水曜日の夜間の格技室は、**18:00から柔道**をご利用になれます。
※4 木曜日の夜間の格技室は、**18:00から合気武道**をご利用になれます。
※5 金曜日の夜間の格技室は、**18:20から少林寺拳法**をご利用になれます。
※6 火曜日の午後の競技室Bのミニテニス・テニボンは、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え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

西区体育館・温水プール

西区発寒5条8丁目9-1
電話：662-2149　FAX：662-2177

更新日：2026/11/2

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

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。

用具の貸出について

- 毎月1回〔 11月は14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。

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。



卓球マシン

- 11月マシン開放日程
  (月)2日、9日
  (金)6日、13日、20日、27日
  月曜日(体育室) 10:15～11:45
  金曜日(競技室B)13:00～15:30

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。

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。

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。

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。

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お控えください。
- 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。

格技系開放

- 格技室で種目設定を行っていない時間枠は、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。

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。

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。

※ **11月7日(土)午前の部は弓道場整備のためご利用いただけません。**

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。

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。
  11月7日、14日、21日、28日 → 14:00～17:00
  11月1日、15日、22日、29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。

重量挙室（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。