11月 白石区体育館

白石区南郷通6丁目北1
電話：861-4014 FAX：861-4042

更新日：2026/11/3

		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	小体育室	格技室	デッキ	競技室		体育室	小体育室	格技室	デッキ	競技室		体育室	小体育室	格技室	デッキ
		A	B					A	B					A	B				
1	日	大会				専用		大会						専用	専用	専用			
2	月	教室	教室	専用		教室		教室	抽 卓球	抽 卓球マシン ～16:00	教室	～15：00まで		指 ソフトテニス	指 硬式テニス	卓球 18：00～	教室	18:00～	
3	火	大会						大会						専用	専用	専用			
4	水	教室	教室	教室		教室		教室	教室	専用	教室	15：00から～		教室	卓球 18:30～	教室	教室	指 柔道	
5	木	教室	抽 卓球	ミニバレー		教室		教室	テニポン ～16：00	抽 卓球 ～16:00	教室	～14：30まで		教室	指 卓球 18:00～	指 剣道 18:00～	教室	指 少林寺 18：00～	
6	金	教室	抽 卓球	教室	教室	教室		指 ミニテニス ～16:00	抽 卓球 ～16:00	抽 卓球 ～15:30	教室	～15：00まで		教室	指 バドミントン 18:15～	指 ミニバレー 18:15～	教室	18:00～	
7	土	大会		専用	教室	教室		大会		抽 卓球				バスケ（シュートのみ）	ミニバス 卓球(10台)	卓球	教室		
8	日	バスケ（シュートのみ）	ミニバス 卓球(10台)	卓球				バスケ（シュートのみ）	ミニバス 抽 卓球(10台)	卓球 抽				バドミントン		バドミントン			
9	月	教室	教室	専用		教室		教室	抽 卓球	抽 卓球マシン ～16:00	教室	～15：00まで		指 ソフトテニス	指 硬式テニス	卓球 18:00～	教室	18:00～	
10	火	専用	抽 卓球	教室	教室	教室		教室	抽 卓球	抽 卓球	教室	～15：00まで		専用	指 卓球	指 卓球 18:15～	教室	指 空手 18：00～	
11	水	教室	教室	教室		教室		教室	教室	専用	教室	15：00から～		教室	指 バスケ 18:15～	教室	教室	指 柔道	
12	木	教室	ミニバレー	専用		教室		教室	硬式テニス ～16：00	抽 卓球 ～16:00	教室	～14：30まで		教室	指 卓球 18:00～	指 剣道 18:00～	教室	指 少林寺 18：00～	
13	金	教室	バドミントン	教室	教室	教室		指 ミニテニス ～16:00	バドミントン ～16:00	バドミントン ～15:30	教室	～15：00まで		教室	指 バドミントン 18:15～	指 バドミントン 18:15～	教室	18:00～	
14	土	大会			専用	教室	大会	大会			専用		大会	専用	専用	専用	教室		
15	日	大会		専用		専用	大会	大会		専用			大会	専用	専用	専用			
16	月	施設整備日休館																	
17	火	バドミントン		教室	教室	教室		教室	バドミントン	バドミントン	教室	～15：00まで		指 バレーボール 18:15～		抽 卓球 18:15～	教室	指 空手 18：00～	
18	水	教室	教室	教室		教室		教室	教室	専用	教室	15：00から～		教室	卓球 18:30～	教室	教室	指 柔道	
19	木	教室	抽 卓球	ミニバレー		教室		教室	テニポン ～16：00	抽 卓球 ～16:00	教室	～14：30まで		教室	指 卓球 18:00～	指 剣道 18:00～	教室	指 少林寺 18：00～	
20	金	教室	抽 卓球	専用	教室	教室		指 ミニテニス ～16:00	抽 卓球 ～16:00	抽 卓球 ～15:30	教室	～15：00まで		教室	指 バドミントン 18:15～	指 ミニバレー 18:15～	教室	18:00～	
21	土	大会			教室	教室	大会	大会			専用		大会	指 ソフトテニス	指 硬式テニス	専用	教室		
22	日	大会			専用	専用	大会	大会			専用	専用	大会	専用	専用	専用			
23	月	大会						大会						専用	専用	卓球			
24	火	専用	抽 卓球	教室	教室	教室		教室	抽 卓球	抽 卓球	教室	～15：00まで		専用	指 卓球	指 卓球 18:15～		指 空手 18：00～	
25	水	教室	教室	教室		教室		教室	教室	専用	教室	15：00から～		教室	指 バスケ 18:15～	教室	教室	指 柔道	
26	木	教室	ミニバレー	専用		教室		教室	硬式テニス ～16：00	抽 卓球 ～16:00	教室	～14：30まで		教室	指 卓球 18:00～	指 剣道 18:00～	教室	指 少林寺 18：00～	
27	金	教室	バドミントン	教室	教室	教室		指 ミニテニス ～16:00	バドミントン ～16:00	バドミントン ～15:30	教室	～15：00まで		教室	指 バドミントン 18:15～	指 バドミントン 18:15～	教室	18:00～	
28	土	大会			教室	教室	大会	大会					大会	大会			教室		大会
29	日	大会		専用	専用	専用		大会		専用	専用	専用		大会		専用	専用	専用	
30	月	教室	教室	専用		教室		教室	抽 卓球	抽 卓球マシン	教室	～15：00まで		指 ソフトテニス	指 硬式テニス	卓球	教室	18:00～	

・ 抽 のマークがある開放は、入場順を抽選で決定します。（受付窓口にて番号札をお受け取りください）
・ 指 のマークがある開放は、安全管理、交代整理のため指導員がつきます。
・格技室の空欄は格技系の種目で個人利用できます。時間のみが書かれている場合は格技系開放の開始時間となります。詳細はお問い合わせください。
・火曜日夜間の部の空手一般開放は松濤館流になります。
・小体育室の空欄はダンス系種目、トレーニングデッキの空欄はランニングで個人利用できます。詳細はお問い合わせください。
・ 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)を貸出しいたします。
※但し、貸出し数量に限りがございます。
・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、ご了承下さい。

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

白石区体育館からのお願い

当館は駐車場が狭いため、混雑する場合がございます。
公共交通機関でのご来館や、近隣のコインパーキングのご利用をお願いいたします。
また、ご利用後のすみやかな退館にご協力いただきますようお願いいたします。



白石区体育館

白石区南郷通6丁目北1
電話：861-4014　FAX：861-4042

更新日：2026/11/3

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

利用料金（個人利用）※2025年4月1日以降				
区　分	当日券	回数券（6枚綴）	1ヵ月券	共通1ヵ月券
一　　般	430円	2,150円	6,300円	9,500円
高 校 生	250円	1,250円	3,700円	5,100円
高 齢 者（65歳以上）	140円	700円	1,800円	2,500円
中学生以下	無　料	※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。		

上靴と靴袋の持参について

●館内は土足禁止です。必ず上靴と外靴を入れる靴袋をご持参ください。貸出しは行っておりません。

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、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、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。

●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。

●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、それ以外の種目の一般開放も利用する場合は、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窓口にご提示ください。
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。

多目的室

●利用料金（1時間）
平日1,000円　土日祝日　1,200円
●冬期間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、ダンス・フィットネスなどの利用が可能です。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ます。
スミスマシン・パワーラックは受付窓口にて予約が必要です。
（1回×30分、計2回までご利用いただけます。）
●人数制限はございませんが、混雑状況によりお待ちいただく場合がございますので予めご了承ください。
また、より多くの方にご利用いただくため、概ね2時間以内でのご利用をお願いいたします。
●中学生以下は、保護者が同伴でも入室できません。
●主な設置器具：トレッドミル、アップライトバイク、リカンベントバイク、ダンベル等
●以下の曜日、時間帯にトレーニング指導員を配置しています。（※祝日を除く）
月：9時～10時／火：9時～12時、13～17時／金：9～13時
※指導員の都合により、配置できない場合がございます。

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。

卓球一般開放

●入場順を決める抽選を行っております。午前の部は8時45分から8時50分、午後の部は12時から12時45分の間に、受付窓口にて番号札をお受け取りください。
●午前の部は8時55分、午後の部は12時50分に抽選入場を行います。
●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。

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利用はできません。必ず保護者または指導員が同伴してください。
●ホワイトボードに利用する区画、人数・利用時間をご記入ください。

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周144mです。
●未就学児ご利用の際は必ず保護者の方が付き添ってご利用ください。

用具の貸し出しについて

●〔11月は8日が貸出し日です〕
一般開放指定日（月に1日程度）のみ
以下のスポーツ用具の貸し出しを行います。
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予めご了承ください。
●その他開放日は各自で用具をご準備ください。

卓球マシン

●指導員がつき、簡単な技術指導を行います。
●曜日・時間　月曜日　13時～16時
（※祝日を除く）
●場所　体育室

ダンス系開放

●個人や少人数でダンスの練習ができます。
●鏡を設置しております。
●音楽を使う場合、機器は持参してください。

バレーボール

●19：45より試合形式での開放しています。
●混雑状況により試合形式は中止となり、自由練習になることもあります。

バスケットボール

●安全確保のため、シュート練習程度の開放形式としています。
●水曜日の夜間の部では、19：30よりゲーム形式を行っています。指導員にご相談ください。

一般財団法人 札幌市スポーツ協会