12月 豊平区体育館

豊平区月寒東2条20丁目4-15
電話：855－0791　FAX：855-0792

更新日：2026/11/21

		午前の部（9:00～12:30）						午後の部（13:00～17:00）						夜間の部（17:30～21:00）						トレーニング室利用時間
		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	火	教室	教室	教室	教室	教室		ゴルフ・パーク	教室	抽 卓球マ ～16:00	教室			テニス 19:00～	バドミントン	剣道		合気道		9:00～21:00
2	水	バドミントン	バドミントン ミニバレー	教室	教室	教室		バドミントン ミニテニス	教室	抽 卓球マ ～16:00	教室	教室		バレーボール	バスケットボール 18:30～	卓球	教室	柔道 18:00～		9:00～21:00
3	木	教室	教室	抽 卓球	教室			ソフトテニス ～16:00	教室	教室		★		ハンドボール 17:45～	ハンドボール 18:15～	教室		教室		9:00～21:00
4	金	教室	バドミントン	ミニバレー	教室			教室	教室	抽 卓球	★			バドミントン 18:15～	バドミントン 18:30～	教室	教室	柔道		9:00～21:00
5	土	大会（全館貸切）						大会（全館貸切）						大会			教室	大会		利用不可
6	日	大会（全館貸切）						大会（全館貸切）						大会（全館貸切）						利用不可
7	月	抽 卓球		教室	教室	教室		ミニテニス ～16:15	テニス	抽 卓球・卓マ ～16:00				フットサル 18:15～	教室	教室		少林寺		9:00～21:00
8	火	教室	教室	教室	教室	教室		ゴルフ・パーク	教室	抽 卓球マ ～16:00	教室			テニス 19:00～	バドミントン	剣道		合気道		9:00～21:00
9	水	バドミントン	バドミントン ミニバレー	教室	教室	教室		バドミントン ミニテニス	教室	抽 卓球マ ～16:00	教室	教室		バレーボール	バスケットボール 18:30～	卓球	教室	柔道 18:00～		9:00～21:00
10	木	教室	教室	抽 卓球	教室			テニス ～16:00	教室	教室		★		ハンドボール 17:45～	ハンドボール 18:15～	教室		教室		9:00～21:00
11	金	教室	バドミントン	ミニバレー	教室			教室	教室	抽 卓球	★			バドミントン 18:15～	バドミントン 18:30～	教室	教室	柔道		9:00～21:00
12	土	大会		抽 卓球			大会	大会		抽 卓球			大会	専用	専用	教室	教室	教室		9:00～21:00
13	日	大会					大会	大会					大会	専用	専用	卓球		専用		9:00～21:00
14	月	抽 卓球		教室	教室	教室		ミニテニス ～16:15	テニス	抽 卓球・卓マ ～16:00				ソフトテニス 18:15～	教室	教室		少林寺		9:00～21:00
15	火	教室	教室	教室	教室	教室		ゴルフ・パーク	教室	抽 卓球マ ～16:00	教室			テニス 19:00～	バドミントン	剣道		合気道		9:00～21:00
16	水	バドミントン	バドミントン ミニバレー	教室	教室	教室		バドミントン ミニテニス	教室	抽 卓球マ ～16:00	教室	教室		バレーボール	バスケットボール 18:30～	卓球	教室	柔道 18:00～		9:00～21:00
17	木	教室	教室	抽 卓球	教室			ソフトテニス ～16:00	教室	教室		★		ハンドボール 17:45～	ハンドボール 18:15～	教室		教室		9:00～21:00
18	金	教室	バドミントン	ミニバレー	教室			教室	教室	抽 卓球	★			バドミントン 18:15～	バドミントン 18:30～	教室	教室	柔道		9:00～21:00
19	土	大会		専用			大会	大会		専用			大会	専用	専用	教室	教室	空手		9:00～21:00
20	日	バドミントン		抽 卓球				バスケ・ミニバス（シュート程度）		抽 卓球				バドミントン		卓球				9:00～21:00
21	月	抽 卓球		教室	教室	教室		ミニテニス ～16:15	テニス	抽 卓球・卓マ ～16:00				フットサル 18:15～	教室	教室		少林寺		9:00～21:00
22	火	教室	教室	教室	教室	教室		ゴルフ・パーク	教室	抽 卓球マ ～16:00	教室			テニス 19:00～	バドミントン	剣道		合気道		9:00～21:00
23	水	バドミントン	バドミントン ミニバレー	教室	教室	教室		バドミントン ミニテニス	教室	抽 卓球マ ～16:00	教室	教室		バレーボール	バスケットボール 18:30～	卓球	教室	柔道 18:00～		9:00～21:00
24	木	教室	教室	抽 卓球	教室			テニス ～16:00	教室	教室		★		ハンドボール 17:45～	ハンドボール 18:15～	教室		教室		9:00～21:00
25	金	教室	バドミントン	ミニバレー	教室			教室	教室	抽 卓球	★			バドミントン 18:15～	バドミントン 18:30～	教室	教室	柔道		9:00～21:00
26	土	大会		抽 卓球			大会	大会		抽 卓球			大会	専用	専用	教室	教室			9:00～21:00
27	日	大会		専用			大会	大会		専用			大会	専用	専用	卓球		専用		9:00～21:00
28	月	施設整備日																		
29	火	**年末年始休館(12/29～1/3)**																		
30	水																			
31	木																			

・💕印の開放は、ご家族・ご友人などとスポーツを楽しんでいただくことを目的として、月１回、用具を貸出をいたします。（バドミントン・卓球・バスケットボール、数量に限りあり）
・トレーニング室は9時～21時までご利用いただけます。
・トレーニングデッキの空欄はランニングなどで個人利用できます。
・一般開放種目のうち　★印のあるものは **16:00まで**の開放となります。
・抽　のマークがある開放は、入場順を抽選で決定します。
・卓球マシンもご利用いただける日は「　卓球マ　」と記載しています。
・開放の詳しい内容は裏面をご覧ください。
・12/29～1/3は年末年始休館となります。

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

豊平区体育館

豊平区月寒東2条20丁目4-15
電話:855-0791　FAX:855-0792

更新日：*2026/11/21*

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

区　分	当日券	回数券	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	140円	700円	1,800円	2,500円
中学生以下	無　料	**※施設料金の支払いは現金のみの取り扱いになります。**		

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。
●外靴を入れる靴袋をご持参してください。

小中学生の利用について

●小学生は17時までご利用できます。ただし、保護者同伴の場合に限り、21時までご利用できます。
●中学生は19時までご利用できます。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時までご利用できます。送迎の際、保護者の方は受付窓口までお越しください。

用具の貸出について

●毎月1回【12月20日(日)】スポーツ用具の貸出を行います。
●貸出用具　卓球ラケット・ボール・バスケットボール・バドミントンラケット・シャトル(ナイロン製)
●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。
●その他の開放日は各自で用具をご準備ください。

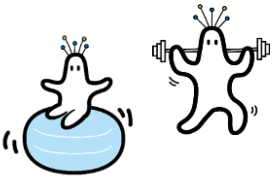
●個人利用料金は午前、午後、夜間の各時間帯ごとに必要となります。



●トレーニング室、トレーニングデッキのみ利用される場合は、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も利用する場合は、各時間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)
●令和8年4月1日より臨時駐車場が使用不可となり、野球場内に駐車場を新設しております。 構造上、出入口の幅が狭い為、出入りの際はお気をつけて走行いただきますよう、お願い致します。
【B駐車場】大会以外の日→**教室・一般開放利用者駐車可能**です。※大会実施日は大会専用スペースとなります。
【C駐車場】大会専用の臨時開放スペースとなります。

多目的室

●専用利用料金(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、ホワイトボードをご利用できます。
●会議以外でも、ヨガやダンスなどでご利用できます。お気軽にお問い合わせください。



一般開放〔個人利用〕の開放形態は下記のとおりです。ご確認の上、ご利用ください。

※指導員が配置されている種目につきましては、利用人数によっては開放形態を変更する場合がありますので、指導員に従ってください。また、開放時間が異なる場合がございますので、ご了承ください。

種目	開放内容
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。 ●中学生以下の方は、保護者が同伴でも入室できません。 ●**12/11、12/24**は初心者講習を行っています。(先着3名) 初心者講習:第2金曜日 9:30~10:30　第4木曜日 13:00~14:00 ●月・木・金の曜日、時間帯にトレーニング指導員を配置しております。**月曜日** 10:30~12:30 **木曜日** 10:00~14:30 **金曜日** 9:00~11:00 ※上記の曜日であっても、祝日の場合や大会と重なる場合は、指導員を配置しないことがあります。
トレーニングデッキ (1周160m)	●ランニング、ウォーキングでご利用できます。簡易のストレッチスペースを設置しております。
卓球	●抽 マークがついている時間の開放は、入場順を決める抽選を行っております。受付窓口にて抽選用のマグネットをお引きください。 ●時間になりましたら職員が番号順にお呼びします。●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。 ●抽選用マグネットは入場時に返却してください。 ●混雑時は15分交代でご利用ください。 ●交代の際は館内放送でお知らせします。 抽選受付時間　午前の部　8:45~8:50　午後の部　12:00~12:45　入場開始時間　午前の部　8:55~　午後の部　12:55~
卓球マシン	●指導員がつき、簡単な技術指導を行います。 ●場所　2階体育室　●曜日・時間　月・火・水　13:00~16:00　(※大会時、祝日を除く)
バドミントン	●受付窓口で番号札をお渡しします。各コート後方に設置している交代表に番号札を貼り、順番が来るまでお待ちください。 ●混雑時は15分交代になります。 ●交代の際は館内放送でお知らせします。 ●お帰りの際、番号札は受付窓口にご返却ください。
バスケットボール	●水曜日夜間の部の開放は、19:00頃~指導員が人数等で状況判断し、試合を行います。●時間割に「シュート程度」と記載されている場合は、シュート練習のみの開放となります。●バスケ・ミニバス(シュート程度)の日は、バスケ2台、ミニバス2台で開放を行っております。👧の日は、19時頃からゴールの高さをバスケ3台、ミニバス1台に変更します。※利用人数によっては高さを変更しない場合がございます。
バレーボール	●19:00頃~指導員が人数等で状況判断し、試合を行います。
ハンドボール	【小学生】18:30頃~試合を行います。 【中・高・大・一般】19:00頃~試合を行います。 ●練習は18:30頃まで行います。指導員が人数等で状況判断し、試合を行います。
ミニバレー	**水曜日**【場所】競技室B 【面数】2コート　**金曜日**【場所】2階体育室 【面数】3コート ※審判台、ラインテープは貸出しています。
フットサル	18:30頃~指導員が人数等で状況判断し、試合を行います。
テニス	●混雑時は交代表を受付窓口でお渡しいたします。混雑時は譲り合ってご利用ください。
ソフトテニス	●混雑時は交代表を受付窓口でお渡しいたします。●夜間の部の開放は、指導員が人数等で状況判断し、ラリーを行います。
格技室	**●中学生以下の方のみでご利用はできません。必ず保護者または指導員が同伴してください。** ●格技室では種目を設定していない時間帯に、格技系の一般開放を行っております。利用スペース(7分割)を分けていますので、ご利用時は受付窓口にて利用状況をご確認ください。(1スペース約7名) ●利用後は次亜塩素酸水とモップで利用したエリアの清掃をしてください。 ●指導員付開放 【少林寺】**小・中学生** 18:00~19:00頃　**一般** 19:30頃~基本、技、護身術の練習 【剣道】18:50頃~体操 19:00頃~基本稽古 19:50頃~指導稽古 【合気道】18:20~19:00頃 準備、基礎練習 19:10~20:35頃 技術練習 【柔道】17:30~18:45頃 個人練習 18:45頃~準備運動、体操、柔道の動き 19:30頃~打ち込み 20:00頃~寝技、立ち技の乱取り 【空手】18:30頃~基本練習、型、組手
ダンス系	●個人や少人数でダンスの練習ができます。 ●音楽を使用する場合は周りへの配慮をお願いします。(機器の貸出はありません) ●床にキズや汚れをつけない靴でご利用ください。(ピンヒール、タップシューズ、すべり止め等は原則ご使用できません) ●固いもの、投げるもの(バトン、リボン、フラフープ等)などの道具はご使用できません。窓口でご確認ください。●鏡にご注意してご利用ください。
ゴルフ・パークゴルフ (冬季)	【ゴルフ】10打席 【パークゴルフ】3打席 ●スポンジ製ボール及びカラーボールを使用し打ち放題