

TOSHIMA LIFE LONG SPORTS 2018

Junior Sports

Senior Sports

としま 生涯スポーツ

いちらん

スポーツしよう！
仲間をつくらう！

豊島区

豊島区では‘スポーツしよう！’‘仲間づくり！’を合言葉に豊島区体育協会の加盟団体、各体育施設が開催する教室やクラブなど、地域のさまざまなスポーツ活動を応援しています。

子どもたちの大切な成長過程に、スポーツは体力低下の防止や向上といった体力的な面ばかりでなく、同じ目的を持つ仲間とのふれ合いを通じ、コミュニケーション能力の醸成、向上といった人間形成に必要な役割を大きく担っています。

また、スポーツを通じた交流による地域のコミュニケーションづくりや高齢者の介護予防等、生涯にわたりスポーツを通じた生きがいのある豊かな生活づくりを目指しています。

好きなスポーツを楽しみたい、仲間と一緒に楽しみたいなど、スポーツとの出会いにこの一覧を活用ください。

豊島区生涯スポーツ推進事業実行委員会

※各種目に表記の **J** **S** マークはそれぞれジュニア対象、シニア対象のスポーツです。

競技別一覧



少年サッカー [豊島区サッカー協会ジュニア委員会]

団体名及び代表者	主な活動場所	活動日	対象	備考
NPO 法人豊島サッカークラブ 代表：田島 英佳	旧第十中学校 明豊中学校 椎名町小学校	毎週土、日曜日 及び祝日	幼児年中～6年生	問合せ：田島 090-7800-3748 月会費：園児 1,000円 1/2年生 2,000円 3～6年生 3,000円（スポーツ保険代別途）
富士見台フェニックス 代表：浜崎 由紀子	富士見台小学校 西池袋中学校 西部地域グラウンド	毎週土、日曜日 及び祝日	幼児年中～6年生	問合せ：浜崎 yhama@win.email.ne.jp 年会費：幼児 6,000円、1/2年 10,000円 3年以上 15,000円（スポーツ保険代含む）
大成フットボールクラブ 代表：峯岸 雄一郎	旧第十中学校 明豊中学校 さくら小学校	毎週土、日曜日 及び祝日	幼児年少～6年生	問合せ：峯岸 090-6170-1070 月会費：園児 1,000円 小学生 2,000円（スポーツ保険代別途）
目白ジュニアサッカークラブ 代表：吉田 和生	目白小学校 千登世橋中学校 及び区内の中、高校	毎週日曜日	幼児年長～6年生	問合せ：吉田 090-9820-0394 月会費：2,500円（スポーツ保険代別途）
大塚少年サッカークラブ 代表：佐藤 秀明	巣鴨北中学校 西巣鴨小学校 大塚ろう学校	毎週土、日曜日 及び祝日	4歳児～6年生	問合せ：山本 090-9960-2997 月会費：2,000円（スポーツ保険代含む）
上池袋少年サッカークラブ 代表：渡部 正昭	池袋第一小学校	毎週日曜日	幼児年中～6年生	問合せ：渡部 03-3940-8675 月会費：幼児 1,000円 小学生 2,000円（スポーツ保険代含む）
南池袋フットボールクラブ 代表：春原 正己	南池袋小学校 千登世橋中学校	毎週土、日曜日 及び祝日	4歳児～6年生	問合せ：春原 090-4710-5373 月会費：2,000円、園児 1,000円 （スポーツ保険代含む）
池袋小スポーツクラブ・サッカー部 代表：阿部 靖	池袋小学校 みらい館大明 千川中学校	毎週土曜 or 日曜日 （池袋小児童は 火・木朝練習あり）	幼児年中～6年生 ※池袋小児童に 限りません	問合せ：阿部 090-6562-8802 年会費：12,000円（スポーツ保険代含む） 別途入会時ユニフォーム使用料 10,000円 ※幼児は練習生として保険代のみ
池袋 FC 代表：飯塚 秀人	池袋第三小学校 西池袋中学校	毎週土、日曜日	幼児年中～6年生	問合せ：飯塚 03-5964-1170 入会金（初年度保険料）：800円 月会費：幼児 無料、1～2年 1,500円 3～6年 2,000円（スポーツ保険代含む）
第一サッカースポーツクラブ 代表：礪田 由和	朝日小学校 西巣鴨中学校 大塚ろう学校	毎週月、水、土、 日曜日	幼児年中～6年生	問合せ：礪田 070-6554-1431 月会費：2～3,000円（スポーツ保険代含む） ※会場使用料により会費の変動有り
桜職ジュニアフットボールクラブ 代表：鈴木 勇作	区内中学・高校	毎週日曜日	小学1年生～6年生	問合せ：田中 090-7815-1062 年会費：20,000円（スポーツ保険代含む）

ボウリング [豊島区ボウリング連盟]

教室等 / 会場	日時	事業名	対象年齢	備考
池袋ロサボウル	冬季1回 開催日：広報に掲載	ジュニア ボウリング教室	小学1年生～6年生	問合せ：石川 03-3988-8456（池袋ロサボウル） 受講料：1,000円（スポーツ保険代含む） 機械見学、ゲーム投球、表彰式あり



■ミニバスケットボール [特定非営利活動法人 豊島区バスケットボール協会]



団体名及び代表者	主な活動場所	活動日	対象	備考
大塚台バスケットボール少年団 団長：成木 秀隆	朋有小学校	毎週火曜日 16:00～19:30 木曜日 16:30～19:30	小学3年生以上	問合せ：岩田 090-2441-0492 月会費：小学2年生以下 500円（スポーツ保険代別途） 3年生以上 2,000円（スポーツ保険代別途） ※小学2年生以下は金曜日のみ
		金曜日 16:00～19:00	小学3年生以下	
高南バスケットボール スポーツ少年団 団長：原田 志誉子	高南小学校	毎週月曜日 木曜日 金曜日	小学1年生～6年生	問合せ：原田 090-4637-9776 kohnan.mbbc@gmail.com 月会費：2,000円（スポーツ保険代含む）
巣鴨バスケットボールクラブ スポーツ少年団 団長：鈴木 達也	巣鴨小学校	火曜日・木曜日 16:30～19:00 日曜日 13:00～17:00	小学1年生～6年生 男女	問合せ：鈴木 090-8809-6150 sugamo.b.c1996@gmail.com 月会費：1,500円 保険代 年 800円
豊島クラブバスケットボール少年団 団長：藤野 裕久	長崎小学校 豊島体育館	毎週水曜日 土曜日 日曜日	小学1年生～6年生	問合せ：小川 080-3577-0205 年会費：15,000円 別途入館料：200円
高松ミニバスケットボール少年団 団長：美根 廣幸	高松小学校	男子 水曜日 18:00～19:30 土・日・祝 (偶数月 9:00～12:00) (奇数月 13:00～16:00) 女子 木曜日 16:30～19:00 土・日・祝 (偶数月 13:00～16:00) (奇数月 9:00～12:00)	小学1年生～6年生の 男女	問合せ：刈谷 090-6041-8875 入会費：1,000円 保険代 800円 月会費：1,000円（3年以下） 2,000円（4年以上）

■バレーボール [豊島区バレーボール連盟]



教室等 / 会場	日時	事業名	対象年齢	備考
豊島体育館	平成30年 7月14日(土) 9:00～12:00	ジュニア バレーボール大会	小学1年生～6年生	問合せ：秋山 03-3953-1892 個人申込み歓迎 参加費：無料（スポーツ保険代・入館料含む）
	平成30年 7/25(水)・8/1(水)・8/8(水)・ 8/15(水)・8/22(水) 15:30～17:45	バレーボール教室		問合せ：秋山 03-3953-1892 参加費：無料 ※個人申込歓迎 (スポーツ保険代・入館料含む)
	平成30年 8月25日(土) 9:00～12:00	ジュニア バレーボール 交流大会(前期)		問合せ：秋山 03-3953-1892 個人申込み歓迎 参加費：無料（スポーツ保険代・入館料含む）
	平成31年 2月16日(土)	ジュニア バレーボール 交流大会(後期)		問合せ：秋山 03-3953-1892 個人申込み歓迎 参加費：無料（スポーツ保険代・入館料含む）

■バドミントン [豊島区バドミントン協会]



教室等 / 会場	日時	事業名	対象年齢	備考
豊島体育館	夏休み中 5回の教室を予定	子どものための バドミントン教室	小学1年生～6年生 中学1年生 (初心者)	問合せ：有賀 080-3589-6851 参加費：1,000円（5回分）（スポーツ保険含む）
豊島体育館	10月～11月(予定)	小学生のための 親子で楽しむ バドミントン教室	小学1年生～6年生	問合せ：有賀(上記)

■キンボールスポーツ [豊島区キンボールスポーツ連盟]



事業名	主な活動場所	活動日	対象	備考
キンボールスポーツ教室	池袋第一小学校	毎月第1・第3火曜日 18:30～21:00 ※変更の時あり	小学校3年以上 (小学生は保護者同伴)	問合せ：菊池 03-3917-8431 年会費：800円（スポーツ保険は連盟で加入） 初回体験は無料 ※見学・体験随時

■ソフトテニス [豊島区ソフトテニス連盟]



団体名及び代表者	主な活動場所	活動日	対象	備考
豊島区ソフトテニス連盟 代表：三好 英生	総合体育場 テニスコート	毎月第2・第4日曜 第3土曜日	小学1年生～ 中学3年生	問合せ：三好 03-3941-4739 年会費：5,800円（スポーツ保険代含む） ※小学生入会者は中学3年まで受講可



■ゴルフ [豊島区ゴルフ協会]



教室等 / 会場	日時	事業名	対象	備考
スポーツワークショップ ビーウォッシュ	平成30年7月22日	第6回 ジュニアゴルフ教室	小学生～高校生	問合せ：松澤 03-3957-6543 (ビーウォッシュ内) 参加費：1,000円
赤羽ゴルフ倶楽部	平成31年3月17日	第7回 ジュニアゴルフ教室	小学生～高校生	問合せ：松澤 03-3957-6543 (ビーウォッシュ内) 参加費：3,000円

■アーチェリー [豊島区アーチェリー協会]



団体名及び代表者	主な活動場所	活動日	対象	備考
豊島区アーチェリー協会 代表：富田 康紀	西巣鴨体育場弓射場	毎月第2・第4日曜 10:00～12:00 (変更の場合あり)	小学3年生～ 一般	問合せ：富田 03-3269-2930 (ライオン堂洋品店) 参加費：小・中学生350円 高校生以上550円 (貸し弓代150円含む)

■少年野球 [豊島区少年野球連盟]



☆ オール豊島【男子小学生選抜チーム】 ・各チームより選手を選抜

☆ 豊島ファイヤーズ【女子小学生チーム】 ・問合せ：山崎 光男 080-3097-3617
(豊島区在住で、チームに所属していなくても入団ができます)



雑中支部 <高田・目白・雑司が谷・南池袋>			問合せ：後藤 朝子 03-3932-3836 090-2405-7335	
団体名及び代表者	主な活動場所	活動日	対象	備考
高南ホークス 代表：佐藤 清	千登世橋中学校ほか (支部で練習会場調整)	毎週土曜日 日曜日 祝日の活動有	小学1年生～ 6年生	対象学区 南池袋小学校 高南小学校 目白小学校
目白スターズ 代表：佐藤 和男			小学1年生～ 中学3年生	
雑司が谷ヤング 代表：大林 利雄			小学1年生～ 6年生	

西中支部 <南大塚・北大塚・東池袋>			問合せ：田村 聖 03-5974-5250 090-8800-3777	
団体名及び代表者	主な活動場所	活動日	対象	備考
仲町会ブルーストロングス 代表：高橋 弘明	西巣鴨中学校ほか (支部で練習会場調整)	毎週土曜日 日曜日 祝日の活動有	小学1年生～ 中学3年生	対象学区 巢鴨小学校 豊成小学校 朋有小学校
東京セブン 代表：斉藤 慎二			小学1年生～ 中学3年生	
大塚ファイターズ 代表：猪股 忠男			小学1年生～ 6年生	
南大塚ジュニアーズ 代表：石川 徹			小学1年生～ 6年生	

池中支部 <上池袋・池袋本町>			問合せ：中田 千秋 03-3916-8308 090-1999-4620	
団体名及び代表者	主な活動場所	活動日	対象	備考
ストロングチャイルド 代表：雨海 一夫	池袋中学校ほか (支部で練習会場調整)	毎週土曜日 日曜日 祝日の活動有	小学1年生～6年生	対象学区 池袋第一小学校 池袋本町小学校
キングスワローズ 代表：船橋 進			小学1年生～6年生	
池袋 (現在 大塚ドリームスと合同) 代表：古賀 陽一郎			中学1年生～3年生	

道和支部 <池袋西口・椎名町>			問合せ：江尻 佑樹 090-5816-0291	
団体名及び代表者	主な活動場所	活動日	対象	備考
イーグルトシマ 代表：本山 雅一	西池袋中学校 千川中学校ほか (支部で練習会場調整)	毎週土曜日 日曜日 祝日の活動有	小学1年生～ 中学3年生	対象学区 長崎小学校 富士見台小学校 千早小学校 池袋小学校 池袋第三小学校
千早タイガース 代表：山縣 てる子			小学1年生～ 中学3年生	
親和会ヤングスターズ 代表：山本 洋治			小学1年生～ 中学3年生	
西池袋キング 代表：厚海 陽一			小学1年生～ 中学3年生	

大中支部 <巣鴨・西巣鴨・駒込・北大塚>			問合せ：増山 健二 03-3915-2840 090-3406-1621	
団体名及び代表者	主な活動場所	活動日	対象	備考
西巣鴨イーグルス 代表：長橋 弘	巣鴨北中学校 駒込中学校ほか (支部で練習会場調整)	毎週土曜日 日曜日 祝日の活動有	小学1年生～6年生	対象学区 仰高小学校 駒込小学校 清和小学校 西巣鴨小学校 朝日小学校
大塚スネイクス 代表：高野 久米治			小学1年生～6年生	
ジュニアボニーズ 代表：増山 健二			小学1年生～6年生	
駒込ベアーズ 代表：小川 俊夫			小学1年生～6年生	
大塚ドリームス 代表：六平 秀幸			中学1年生～3年生	

十中支部 <要町・千早・長崎・高松・南長崎・千川>			問合せ：木村 龍志郎 03-3957-2016 080-3240-0458	
団体名及び代表者	主な活動場所	活動日	対象	備考
高松 代表：関 敏夫	明豊中学校 旧第十中学校ほか (支部で練習会場調整)	毎週土曜日 日曜日 祝日の活動有	小学1年生～6年生	対象学区 要小学校 椎名町小学校 高松小学校 さくら小学校
要ホープス 代表：森田 進			小学1年生～6年生	
大成オールスターズ 代表：村上 令司			小学1年生～6年生	
ホワイトユニオン 代表：山口 菊子			小学1年生～6年生	
長崎聖翔クラブ 代表：西村 貴			中学1年生～3年生	
豊島ガッツ 代表：清宮 光城			中学1年生～3年生	

※少年野球連盟では、小・中学校学区を中心に活動しています。参加の問合せは各支部の責任者をお願いいたします。
 ※会費及びユニフォーム代、用具代等は各チームにより異なります。問合せ時にご確認ください。

■空手道 [豊島区空手道連盟]



団体名及び代表者	主な活動場所	活動日	対象	備考
空手道 友心会 代表：矢口 友一	友心館 豊島区巢鴨 2-15-6	毎週月曜日	小学1年生～ 中学3年生	問合せ：矢口 03-3893-2010 年会費：1,000円 月会費：4,000円 (スポーツ保険代別途)
沖縄剛柔流空手道 修孝会 代表：岩河 孝一	巢鴨小学校	毎週月曜日 金曜日	5歳児～高校3年生	問合せ：岩河 03-3941-8188 月会費：3,000円 (スポーツ保険代含む)
仰高小空手道 修孝会 担当：高橋 由美子	仰高小学校	毎週火曜日	5歳児～高校3年生	問合せ：高橋 03-3944-1626 月会費：1,000円 (スポーツ保険代含む)
千早小空手道修学会 担当：柿木 隆二	千早小学校	毎週木曜日 隔週火曜日	5歳児～高校3年生	問合せ：柿木 03-3554-3496 月会費：1,500円 (スポーツ保険代含む)
日本拓道会 空手連盟 代表：築館 孝昭	築館道場 南池袋 2-14-1 マンション池袋 101	毎週火曜日 日曜日	4歳児～高校3年生	問合せ：築館 03-6912-7265, 090-8305-3128 年会費：5,000円, 月会費：7,500円/週2回 (スポーツ保険代別途) 6,500円/週1回
要拓道会 代表：立野 仁美	要小学校	毎週月曜日	4歳児～高校3年生	問合せ：立野 03-5966-4350 月運営費：200円 (別途：指導者への支払い及びスポーツ保険代 有り)
目白拓道会 代表：阿久津 寿江	目白小学校	毎週金曜日	4歳児～高校3年生	問合せ：阿久津 090-3233-4750 月運営費：100円 (別途：指導者への支払い及びスポーツ保険代 有り)
南池袋拓道会 代表：鶴岡 康展	南池袋小学校	毎週土曜日	4歳児～高校3年生	問合せ：鶴岡 090-4679-4539 月運営費：100円 (別途：指導者への支払い及びスポーツ保険代 有り)
豊成小空手道教室 代表：高木 政江	豊成小学校	毎週火曜日	小学1年生～ 中学3年生	問合せ：高木 03-3949-3491 入会金：3,500円 月会費：2,500円 (スポーツ保険代含む)
西巣鴨空手道教室 代表：中野 明美	西巣鴨小学校	毎週金曜日	小学1年生～ 中学3年生	問合せ：中野 03-3917-3674 入会金：3,500円 月会費：2,500円 (スポーツ保険代含む)
清和小空手道教室 代表：加藤 美穂	清和小学校	毎週日曜日	小学1年生～ 中学3年生	問合せ：加藤 070-5024-6997 入会金：3,500円 月会費：2,500円 (スポーツ保険代含む)
(公益) 日本空手協会 卓空会 代表：谷山 卓也	朝日小学校	毎週火曜日	5歳児～高校3年生	問合せ：谷山 090-8817-0887 月会費：4,000円 (スポーツ保険代含む)
	池袋スポーツセンター 武道場	毎週金曜日		
要町空手道会 代表：遠藤 陽久	長崎小学校	毎週木曜日	小学1年生～ 中学3年生	問合せ：千葉 090-8492-8633 入会費：3,000円 月会費：2,000円 (スポーツ保険代別途)
日本空手道 拳志会 代表：黒澤 しづ江	駒込福祉作業所	毎週火・金曜日	4歳児～高校3年生	問合せ：黒澤 03-3913-5166 入会費：3,000円 月会費：4,000円 (スポーツ保険代別途)
紀桜会 代表：南出 典男	池袋第一小学校	毎週水・日曜日	5歳児～一般	問合せ：南出 090-4836-0748 月会費：3,000円 (スポーツ保険代別途)

■柔道 [豊島区柔道会]



団体名及び代表者	主な活動場所	活動日	対象	備考
豊道館 西村道場 代表：西村 晴美	西村道場 豊島区上池袋 2-40-2	毎週月、水、 金曜日	小学1年生～ 高校3年生	問合せ：西村 03-3917-7580 入会金：10,000円 月会費：5,000円 (スポーツ保険代別途)
修心塾 岩崎道場 代表：岩崎 茂治	岩崎道場 豊島区南長崎 4-12-22	毎週月、水、 金、土曜日	5歳児～高校3年生	問合せ：岩崎 03-3952-3208 入門料：5,000円 月会費：3,000円 (スポーツ保険代別途)
教室等 / 会場	日時	事業名	対象年齢	備考
雑司が谷体育館 体育室	毎週水曜日 17:30～19:00	柔道教室	小学1年生～ 中学3年生	問合せ：井橋 090-3206-9911 参加費：無料 入館料：別途 (スポーツ保険代別途)
池袋スポーツセンター 武道場	平成30年5月予定 平成31年2月予定 9:00～15:00	Jr.強化練習会	小学1年生～ 高校3年生	問合せ：井橋 090-3206-9911 参加費：無料 入館料：別途 (スポーツ保険代は柔道会で負担)

■剣道 [豊島区剣道連盟]



団体名及び代表者	主な活動場所	活動日	対象	備考
仰高剣友会 代表：池田 曜	仰高小学校	毎週水曜日 17:30～19:30	5歳児～高校3年生 (4歳児は、応相談) 一般	問合せ：池田 090-5202-6451 入会金：1,000円 月会費：1,000円 (スポーツ保険代別途)
池袋剣志会 代表：石川 俊行	池袋中学校	毎週日曜日 12:00～15:00 (第2日曜日のみ15:00～18:00)	小学1年生～ 高校3年生・一般	問合せ：石川 03-3971-8095 会費：無料(スポーツ保険代、希望者のみ別途)
清和剣友会 代表：井戸 和彦	清和小学校	毎週土曜日 18:00～20:00	小学1年生～ 中学3年生・一般	問合せ：井戸 03-3918-8757 年会費：3,000円(スポーツ保険代別途)
要剣修会 代表：小林 一吉	要小学校	毎週水・土曜日 17:00～19:00	小学1年生～ 中学3年生・一般	問合せ：小林 03-3957-9107 月会費：1,000円(スポーツ保険代別途)
巢鴨剣友会 代表：岡崎 勇	滝野川第2小学校	毎週火曜日(祝日は休み) 18:00～21:00	小学1年生～ 高校3年生・一般	問合せ：岡崎 03-5392-0641 月会費：1,000円
	西巢鴨小学校	毎週水曜日(祝日は休み) 18:00～21:00		
教室等 / 会場	日時	事業名	対象年齢	備考
雑司が谷体育館 競技場	毎週木曜日(祝日は休み) 18:20～19:30 19:30～20:30	個人公開	小学1年生～ 中学3年生・一般	問合せ：小野塚 03-3942-2865 参加費：無料 入館料：別途 (スポーツ保険代別途)
池袋スポーツセンター 武道場	毎週火曜日(祝日は休み) 18:30～19:30 18:30～20:30	剣道連盟稽古会	小学1年生～ 中学3年生・一般	問合せ：小野塚 03-3942-2865 参加費：無料 (スポーツ保険代別途)

■合気道 [豊島区合気道連盟]



団体名及び代表者	主な活動場所	活動日	対象	備考
豊島区合気道連盟 代表：猪谷 一郎	池袋スポーツセンター 武道場 ----- 雑司が谷体育館体育室	毎週水曜日 中学以下 18:30～19:30 高校以上 18:30～20:45 毎週土曜日 中学以下 9:00～10:30 高校以上 9:00～11:45	小学1年生～ 中学3年生・一般	問合せ：猪谷ひろ子 080-3102-1185 月会費：中学生以下3,000円 高校生以上4,000円 (スポーツ保険代別途)

■弓道 [豊島区弓道連盟]



団体名及び代表者	主な活動場所	活動日	対象	備考
豊島区弓道連盟 代表：古矢 明雄	総合体育場弓射場	毎週水曜日	小学5年生～ 高校3年生	問合せ：稲田 03-5951-1245 年会費：6,000円(スポーツ保険代別途)
教室等 / 会場	日時	事業名	対象年齢	備考
総合体育場 弓射場	平成30年8/4(土)・ 8/11(土)・8/18(土) 全3回 17:00～18:30	夏休み親子弓道 体験教室 (全世代向け)	小学生以上 全世代向け 募集人数20名	問合せ：稲田 03-5951-1245 参加費：無料(スポーツ保険代別途)

■なぎなた [豊島区なぎなた連盟]



事業名・団体名	日時	主な活動場所	対象	会費・利用料等	連絡先
雑司が谷体育館 個人公開	木 18:00～19:30 ----- 木 19:30～20:30	雑司が谷体育館 3階競技場	小中学生・一般初心者 ----- 一般	●雑司が谷個人公開利用料 小中学生：200円 一般：400円 ●連盟入会金：1000円 小中学月謝：1500円 一般：2000円 スポーツ保険別途・4回 まで無料体験	豊島区なぎなた連盟 木 隠岐 080-1282-1054 水 海野 03-3915-0027 土 高井 090-2433-2863
豊島区なぎなた連盟 水曜教室	水 9:30～12:00	池袋スポーツ センター 8階武道場床	一般		
豊島区なぎなた連盟 土曜教室	土 9:30～12:00 不定期で午後あり		小中学生 一般		

■水泳 [豊島区水泳連盟]



事業名・団体名	日時	主な活動場所	対象	会費・利用料等	連絡先
年間水泳教室	毎週月曜日 10:00～12:00	巣鴨体育館	区内在住・在勤・在学の 18歳以上	月額 4,000円	豊島区水泳連盟 佐藤 彰 03-3943-6397
	毎週水曜日 10:00～12:00				
	毎週水曜日 19:00～20:30				
	毎週金曜日 10:00～12:00	雑司が谷体育館			
	毎週火曜日 10:00～12:00				
	毎週火曜日 12:00～14:00				
	毎週木曜日 18:30～20:30	南長崎 スポーツセンター			
毎週水曜日 9:15～11:00					
超初心者教室 4月、9月	毎週水曜日 10:00～12:00	雑司が谷体育館	区内在住・在勤・在学の 18歳以上	4,000円(全4回)	
楽々初心者教室 5月、10月					
男だけの教室 6月、11月					

※スポーツ保険別途

■ダンススポーツ [豊島区ダンススポーツ連盟]



事業名・団体名	日時	主な活動場所	対象	会費・利用料等	連絡先
ダンスサークル未来	毎週土曜日 初級：12:40～14:20 中級：14:30～16:20	みらい館大明 (池袋3-30-8)	一般	入会費：1,000円 月会費：3,500円	豊島区 ダンススポーツ連盟 事務局 西倉 正治 03-3988-4082
エーゲ会	毎週水曜日 初級：18:30～20:30	主に西池袋第二 集会室 (福祉ホームさくらんぼ) 1F会議室 池袋本町第二集会室、 他	一般	入会費：1,000円 月会費：3,500円	
社交ダンス初心者講習会 (入門編) 種目：ブルースマンボ・ジルバ	6月5日(火)～6月26日(火) 毎週火曜日 4回 18:30～20:30	雑司が谷 体育室	一般	会費：3,000円	
社交ダンス初心者講習会 種目：ワルツ・ルンバ	10月2日(火)～11月20日(火) 毎週火曜日 8回 18:30～20:30	雑司が谷 体育室	一般	会費：5,000円	
第4回豊島区民ダンスの集い	2019年2月17日(日) ドアオープン 13:00 閉会 16:30	雑司が谷 体育館	どなたでも	会費：500円	

■バウンドテニス [豊島区バウンドテニス協会]



事業名・団体名	日時	主な活動場所	対象	会費・利用料等	連絡先
バウンドテニス練習会	毎週月曜日 19:00～21:00	長崎小学校	小学4年生～一般 (小学生は保護者同伴)	年会費：3,500円 全会場利用可 参加費：年会費に含む (スポーツ保険別途)	豊島区 バウンドテニス協会 木津 誠 03-3983-4075
	毎週火曜日 19:00～21:00	富士見台小学校			
	毎週金曜日 19:00～21:00	南池袋小学校			
	毎週日曜日 17:00～19:00	千早小学校			
	毎月第2日曜日 12:00～15:00	池袋中学校			

※学校行事により中止の場合があります

■ゲートボール [豊島区ゲートボール協会]



事業名・団体名	日時	主な活動場所	対象	会費・利用料等	連絡先
南長崎あじさい	毎週月曜～金曜日 9:30～11:00	南長崎3丁目 花咲公園	一般	年会費 2,000円	大野 03-3952-4185
西池太陽会	毎週火曜・木曜・金曜日 9:00～12:00	西池公園	一般	年会費 2,000円	杉山 03-3981-7404
仲むつみ	毎週水曜・土曜日 9:00～12:00	西池公園	一般	年会費 2,000円	井田 03-3986-4120
いこいクラブ	毎週火曜・木曜日 13:00～	上池さくら公園	一般	年会費 2,000円	石井 03-3972-9138
ほがらか	毎週火曜・木曜日 13:00～	上池さくら公園	一般	年会費 2,000円	林 03-5951-1454
朝日クラブ	毎週火曜・木曜日 9:00～12:00	西巣鴨体育場	一般	年会費 2,000円	角田 03-3917-4717
七福	毎週日曜日 9:00～	西巣鴨体育場	一般	年会費 2,000円	保瀬 03-3917-2484
高一さくら	毎週土曜・日曜日 6:00～8:00	千川中学校	一般	年会費 2,000円	高橋 03-3957-0980
長生会	毎週月曜・木曜日 10:00～12:00	南長崎5丁目 原っぱ公園	一般	年会費 2,000円	福井 03-5966-2403

※スポーツ保険別途

■グラウンド・ゴルフ [豊島区グラウンド・ゴルフ協会]



事業名・団体名	日時	主な活動場所	対象	会費・利用料等	連絡先
グラウンド・ゴルフ練習会	第1日曜 14:00～16:00	千登世橋中学校	小学4年生～一般 (小学生は保護者同伴)	年会費:3,000円 全会場利用可 参加費:年会費に含む (スポーツ保険別途)	豊島区 グラウンド・ゴルフ協会 野口 保子 03-3918-4968
	第2土曜 9:00～12:00	旧区立第十中学校			
	第3日曜 14:00～16:00	千登世橋中学校			

※学校行事により中止の場合があります

各体育施設の IS 教室等

■豊島体育館 (03-3973-1701) [指定管理者: 特定非営利活動法人 豊島区体育協会]

種目	形態	場所	日時	対象年齢	備考(利用料など)	
卓球	個人公開	アリーナ A・B2面	毎週火曜日 13:00～17:30 18:00～21:00	4歳児以上 高校生以上一般	高校生以上一般:400円 小・中学生:200円 親子:400円 ※保護者1名につき 未就学児2名まで可 65歳以上:200円 ※豊島区在住の65歳以上 要事前申請 ※トレーニング以外の 種目は祝日は休み	
バレーボール			家庭婦人(9人制) ※女性のみ	毎週水曜日 13:00～15:15		40歳以上 毎週B面 60歳以上 第1、3、5週A面 50歳以上 第2、4週A面
			親子バレーボール	15:30～16:30		親子(4歳児～6歳児)
			小学生バレーボール	15:30～18:00		小学1年生～6年生
器械体操			一般利用	18:30～21:00		高校生以上一般
			親子体操	毎週木曜日 15:00～16:00		3歳児～6歳児
			小中学生体操	16:00～17:30		小学1年生～中学3年生
バドミントン			一般利用	18:30～21:00		高校生以上一般
			毎週金曜日	13:00～17:30		中学生以上
				15:00～17:30		小学1年生～6年生 ※小学1年生は保護者同伴
バスケットボール			親子バスケットボール	毎週土曜日 13:00～15:15		4歳児～小学2年生
			小学生バスケットボール	13:00～15:15		小学3年生～6年生
			中学生バスケットボール	15:30～18:00		中学生 毎週A面
			シニアバスケットボール	15:30～18:00		45歳以上 第1、3、5週B面
			車椅子ツインバスケット	15:30～18:00		小学生以上 第2、4週B面
一般利用	18:30～21:00	高校生以上一般				
ソフトエアロビクス	毎週火曜日 9:30～10:30	高校生以上一般				
健康エアロビクス	9:30～10:30					
ウォークエアロエクササイズ	毎週木曜日 11:00～12:00					
トレーニング		トレーニングルーム (2F)	毎日 9:00～21:00	高校生以上一般 ※初心者是要事前講習		

■巣鴨体育館 (03-3918-7101) [指定管理者：株式会社 東京ドームスポーツ]

種目	形態	場所	日時	対象年齢	備考(利用料など)
バドミントン	個人公開	2F 競技場	毎週火曜日 9:00～12:00	高校生以上一般	高校生以上一般：400円 小・中学生：200円 65歳以上：200円 (要事前申請)
	個人公開		13:00～15:00 毎週土曜日 15:30～17:30 18:00～20:45	小学生以上 中学生以上 高校生以上一般	
バレーボール	個人公開		毎週火曜日 14:00～16:00 18:00～20:45	女性 高校生以上一般	
卓球	個人公開		毎週水曜日 14:00～17:00 18:00～20:45	小学生以上 中学生以上	
体操	個人公開		毎週金曜日 18:00～20:45	高校生以上一般	
トレーニング	個人公開	1F トレーニングルーム	毎日 9:30～20:45	高校生以上一般	※プール利用の時 上記料金は2時間まで
水泳	個人公開	地下温水プール	毎日 10:00～20:45	3歳以上～小学生は保護者同伴	

※ジュニアの水泳・チャリディング・フットサル・体操などの教室は別途お問い合わせください。

■総合体育場 (03-3971-0094) [指定管理者：株式会社 東京ドームスポーツ]

種目	形態	場所	日時	対象年齢	備考(利用料など)
アーチェリー	個人公開	弓射場(祝日は休み)	毎週火・木曜日 13:30～17:00 17:30～20:30	小学3年～ 高校生以上一般	入場料：小・中学生：200円 高校生以上一般：400円
弓道	個人公開	弓射場(祝日は休み)	毎週水曜日 13:30～17:00 17:30～20:30	小学5年～ 高校生以上一般	貸出し弓代：150円 指導員有
硬式テニス ソフトテニス	個人公開	テニスコート(祝日は除く)	毎週火曜日・第1土曜日 毎週水曜日・第3土曜日	小・中学生～一般	小・中学生：200円 高校生以上一般：400円 指導員有
卓球	個人公開	体育室	毎週金曜日 17:30～20:30	小・中学生～一般	小・中学生：200円 高校生以上一般：400円 (土)のみ指導員有
			毎週土曜日 9:30～13:00		
			毎週日曜日 13:30～17:00		
フィットネス教室	個人公開	体育室	曜日・時間は不定期。要問い合わせ	高校生以上一般	一回 400円

※会員制の硬式テニス・野球・サッカーについては別途お問い合わせください。

■雑司が谷体育館 (03-3590-1252) [指定管理者：株式会社 コナミスポーツ・近鉄ビルサービス]

種目	形態	場所	日時	対象年齢	備考(利用料など)
バドミントン	個人公開	3F 競技場	毎週火曜日 14:00～17:00	小学生～一般	高校生以上一般：400円 小・中学生：200円 65歳以上：200円 (要事前申請)
剣道	個人公開		毎週木曜日 18:20～19:30 19:30～20:30	小・中学生 高校生以上一般	
なぎなた	個人公開		毎週木曜日 18:00～19:30 19:30～20:30	初心者・小中学生 高校生以上一般	
卓球	個人公開		毎週木曜日 14:00～17:00	小学生以上一般	
体操	個人公開		毎週水曜日 13:30～15:00		
柔道	個人公開	2F 体育室	毎週水曜日 17:30～18:30	小・中学生	
			18:30～19:30	高校生以上一般	
水泳	個人公開	4F 温水プール	月水金土日曜 10:00～20:30	3歳以上～小学生は保護者同伴	※プール利用の時 上記料金は2時間まで
			木曜日 13:00～18:00		

※体操教室・水泳教室・キッズバレー・キッズダンスなどの教室は別途お問い合わせください。

■三芳グランド (049-259-9397) [指定管理者：日本テニス事業協会共同企業体]

入間郡三芳町大字上富 382-1

種目	形態	場所	日時	対象年齢	備考
三芳テニス アカデミー	通年事業	テニスコート	火曜～金曜日 詳細な時間は施設へお問合せ下さい	小学生～一般	各種目、別途にお問い合わせください
三芳サッカー アカデミー	通年事業	運動場	火曜～金曜日 15:30～20:45	幼児～小学生	
三芳ベースボール アカデミー	通年事業	野球場	木曜日 16:00～18:30	幼児～小学生	

■池袋スポーツセンター（03-5974-7262）[指定管理者：株式会社 ピーウォッシュ]

種目	形態	場所	日時	対象年齢	備考(利用料など)
トレーニング	個人公開	10F トレーニングルーム	月～土曜日 8:30～21:45 日曜日 8:30～20:45	高校生以上一般 3歳以上～小学生は保護者同伴	他の施設同様2時間単位 受付は全て9階です
水泳	個人公開	11F 温水プール			

※水泳教室及び体操教室・キッズダンスなどスタジオでの教室は別途お問い合わせください。

■南長崎スポーツセンター（03-5988-9270）[指定管理者：(代表企業) アシックスジャパン株式会社]

種目	形態	場所	日時	対象年齢	備考(利用料など)
バスケットボール	個人公開	2F 競技場	毎週水曜日 18:00～21:00	高校生以上一般	高校生以上一般：400円 小・中学生：200円 65歳以上：200円 (要事前申請) ※プール・トレーニングルーム 利用の時は2時間まで
バドミントン	個人公開		毎週木曜日 18:00～21:00	小学生以上	
卓球	個人公開		毎週金曜日 13:00～17:00	小学生以上	
バレーボール	個人公開		毎週金曜日 18:00～21:00	中学生以上	
トレーニング	個人公開	4F トレーニングルーム	平日 7:00～21:15 土・日・祝日 9:00～21:15	高校生以上一般	
水泳	個人公開	1F 温水プール	平日 7:00～21:15 土・日・祝日 9:00～21:15	3歳以上～小学生は保護者同伴	

※多目的グラウンド及び体育施設内での教室は別途お問い合わせください。

スポーツクラブ・イベント

■西巣鴨中学校地域スポーツクラブ（豊島区立西巣鴨中学校）



種目	日時	場所	対象年齢	問合せ	年会費
野球	毎月2回 学校休日の土曜日 8:20～12:30	校庭	小学生 中学生 高校生 (幼児・一般は要相談)	浅田 3983-7591	～中学生 3,000円 高校生 4,000円 一般 5,000円 親子 7,000円 (スポーツ保険代含む)
フットサル (小学生・親子)	13:00～14:30			岸 3941-3170	
フットサル (中学生以上)	14:30～17:50				
ヨガ	13:30～15:00	体育館	中学生以上は女子のみ		
バレーボール	15:00～17:50				

■椎の美スポーツクラブ（特定非営利活動法人 地域総合型椎の美スポーツクラブ）



種目	日時	場所	対象年齢	問合せ	年会費
体操	金 9:20～12:30	豊島体育館	10ヶ月～4歳	有里 080-2597-4650	500円(1回)
お正月広場&交通教室	成人の日前日	豊島体育館	小学生・未就学児	山縣 080-6649-4858	詳細は、お問合せください。
スポーツにチャレンジ	体育の日	豊島体育館& 明豊中学校	小学生・未就学児		
親子ソフトボール	10月中	都立高校	小学生と保護者	泉谷 090-2336-3043	
事業名	日時	主な活動場所	対象	会費・利用料等	連絡先
地域総合型 椎の美スポーツクラブ (ソフトバレー)	第2・4火曜日 13:00～16:00	IKE・Biz としま産業振興 プラザ地下2階 (旧勤労福祉会館)	60歳以上	入会金：なし 1回の参加につき：200円	代表者 山縣てる子 問合せ 田島昭子 080-3421-1930

■豊島区スポーツ推進委員協議会



事業名	日時	会場	対象	備考
としまスポーツまつり	体育の日 10:00～15:00	総合体育場	どなたでも	無料：各種スポーツ体験等 問合せ：寺門 090-3337-4914
ハイキング	春または秋	未定	一般	詳細は「広報としま」に掲載予定

※掲載の団体は、豊島区生涯スポーツ推進事業の加盟団体です。

※記載内容が変わっている場合があります。

各団体、各施設の最新情報は HP, 電話でご確認ください。

<http://www.toshima-city-sports.or.jp>

★注1：表記の**スポーツ保険**とはスポーツ安全保険を指し、主に以下の事故を保障します。

- 1) 活動中(行き帰りも含む)の事故により被った障害による死亡、後遺障害、入院、手術、通院等の補償(傷害保険)
- 2) 活動中に他人をケガさせたり、他人の物を壊したなど賠償責任を負うことによって被った損害の補償(賠償責任保険)
- 3) 保険期間は加入手続き日の翌日午前0時より平成31年3月31日午後12時までとなります。

主催：特定非営利活動法人 豊島区体育協会、豊島区

主管：豊島区生涯スポーツ推進事業実行委員会

所管：豊島区文化商工部 学習・スポーツ課(4566-2764直通)