

Junior Sports **S**enior Sports

としま 生涯スポーツ いちらん2025



スポーツしよう！

仲間をつくろう！

事業が延期または中止の場合があります。
事前に各団体・施設の最新情報をHP・
電話でご確認ください。

豊島区

豊島区では‘スポーツしよう！’‘仲間づくり！’を合言葉に豊島区スポーツ協会の加盟団体、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
目白ジュニアサッカークラブ 代表：金森 三浩	目白小学校 千登世橋中学校 及び区内の中、高校	毎週土、日曜日 及び祝日	幼児年中～6年生	問合せ：金森 090-8810-9850 月会費：小学生 2,500円、園児 1,500円 (スポーツ保険代別途)
大塚少年サッカークラブ 代表：山本 慎司	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	幼児年中～6年生	問合せ：山本 090-9960-2997 月会費：2,000円 (スポーツ保険代別途) 未就学児は保険代(800円/年)のみ
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 090-8035-3585 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	幼児年長～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)
池袋小サッカークラブ 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 入会金(初年度)：1,000円 年会費(スポーツ保険代別途) コース別：14,000円～27,000円 ユニフォーム使用料：1,000円/年
池袋 FC 代表：長家 佳成	池袋第三小学校 西池袋中学校	毎週土、日曜日 及び祝日	幼児年中～6年生	問合せ：長家 090-8342-3663 入会金(初年度保険料)：800円 月会費：幼児 1,000円、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：礒田 由和	豊成小学校(幼児・低学年) 朝日小学校(中・高学年) 西巣鴨中学校(全学年)	毎週月、水、土、 日曜日	幼児年中～6年生	問合せ：礒田 090-6030-4386 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)
NPO 法人豊島サッカークラブ 代表：田島 英佳	明豊中学校 椎名町小学校 みらい館大明	毎週土、日曜日 及び祝日	幼児年中～6年生	問合せ：河原 kawahara@toshima-sc.com 月会費：園児 無料 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：佐野 継右	富士見台小学校 西池袋中学校	毎週土、日曜日 及び祝日	幼児年中～6年生	問合せ：fujimidaiphoenix@gmail.com 年会費：幼児 8,000円、1/2年 15,000円 3年以上 24,000円 (スポーツ保険代含む)
大成フットボールクラブ 代表：山本 和彦	明豊中学校 さくら小学校 みらい館大明	毎週土、日曜日 及び祝日	幼児年中～6年生	問合せ：山本 090-3497-6044 月会費：園児 1,000円 小学生 2,000円 (スポーツ保険代別途)

■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
豊島クラブバスケットスポーツ少年団 団長：横田 喜廣	長崎小学校 豊島体育館	毎週水曜日 (長小 17:00～19:30) 土曜日 (豊体 13:00～15:00) 日曜日 (長小 9:00～13:00)	小学 1 年生～6 年生	問合せ：小川 080-3577-0205 年会費：15,000 円 (土曜別途入館料：100 円)
高松ミニバスケットスポーツ少年団 団長：美根 廣幸	高松小学校	男子 水曜日 18:00～19:30 木曜日 19:30～21:00 土・日・祝 (偶数月 9:00～12:00) (奇数月 13:00～16:00) 女子 木曜日 18:00～19:30 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)
大塚台バスケットスポーツ少年団 団長：成木 秀隆	朋有小学校	小学3年以上 火・木曜日 17:00～19:30 小学3年以下 金曜日 17:00～19:30	小学 1 年生～6 年生の 男女	問合せ：岩田 090-2441-0492 入会金：2,000 円 (保険代他) 月会費：金曜日のみの3年生以下は 500 円 3 年生以上 2,000 円 ※小学 2 年生以下は金曜日のみ
高南バスケットボールスポーツ少年団 団長：青木 章紘	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：青木 090-9804-6963 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：小柴 憲和	巣鴨小学校	火曜日・木曜日 16:30～19:00 日曜日 9:00～12:00 13:00～17:00	小学 1 年生～6 年生の 男女	問合せ：sugamo.mini.sk@gmail.com 月会費：1,500 円 保険代 年 800 円 ※活動日程等、変更となる可能性があります。
駒込ミニバスケットボールスポーツ少年団 団長：石井 和則	駒込小学校	火曜日(隔週)18:00～20:30 水曜日 17:45～19:00 土曜日(隔週)9:00～10:30	B (主に低学年)	問合せ：石井 和則 090-3500-7534 担当総務 kombainfo@gmail.com 入会費：1,500 円 保険代 800 円 (年間) 月会費：1,500 円
	駒込中学校	月曜日(隔週)18:00～20:30 水曜日 19:00～20:30 金曜日 19:00～21:00 土曜日(隔週)10:30～12:30	A (主に高学年)	



■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	2025 年 9 月 17 日(水) 15:30～17:30 2026 年 2 月 18 日(水) 15:30～17:30	ジュニア バレーボール教室	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)



■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	2025 年 8 月 20・22・27・29 日 全 4 回	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)	豊島区バドミントン協会 問合せ：mail@toshima-badminton.jp 参加費：1,000 円 (スポーツ保険代含む)
南長崎スポーツセンター	2025 年 9 月 28 日	グランドシニア大会	55 才以上 東京都在住または 豊島区バドミントン 協会登録者	豊島区バドミントン協会 問合せ：mail@toshima-badminton.jp 申込み：moushikomi@toshima-badminton.jp 参加費：500 円



■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	場 所	対 象	備 考
キンボールスポーツ教室	池袋第一小学校 (旧文成小学校)	毎月第1・第3火曜日 19:00～21:00 ※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: 寺門 090-3337-4964 年会費・参加費有り 初回の方は連絡を下さい 初回体験は無料 ※見学・体験随時
大会名	日 時	場 所	対 象	備 考
キンボールスポーツ 豊島区第20回 春季種目別大会	2025年 5月25日(日)	豊島区立雑司が谷 体育館	中学生以上	問合せ: 寺門 090-3337-4964 申込時期は5月予定 詳細はお問い合わせください リーダー講習会: 1,000円 C級レフリー・レベルアップ講習会: 2,000円 大会参加費1チーム: 6,000円 (スポーツ保険含む)
キンボールスポーツ 豊島区第21回 秋季大会及び豊島区民大会	2025年 10月26日(日)	豊島区立南長崎 スポーツセンター	中学生以上	問合せ: 寺門 090-3337-4964 申込時期は10月予定 詳細はお問い合わせください リーダー講習会: 1,000円 C級レフリー・レベルアップ講習会: 2,000円 大会参加費1チーム: 6,000円 (スポーツ保険含む)

■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 03-5972-1776 年会費: 6,000円 (スポーツ保険は各自で加入をお願いします) ※小学生入会者は中学3年まで受講可

■アーチェリー [豊島区アーチェリー協会]



事業名	主な活動場所	日 時	対 象	備 考
ジュニア育成教室	西巣鴨体育場弓射場	未定	小学3年生～高校生	問合せ: 富田 03-3269-2930 (ライオン堂洋品店) 参加費・詳細日程等: 未定
初心者教室		未定	小学3年生～一般	

■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		問合せ: 大林 和雄 090-8454-1436		
団体名及び代表者	主な活動場所	活動日	対 象	備 考
目白高南ホークス 代表: 徳永 章	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	
雑司が谷ヤング 代表: 大林 和雄			小学1年生～ 6年生	

西中支部			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：浅田 憲典	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	
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			問合せ：鈴木 政義 090-3236-2521	
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	
キングスワローズ 代表：船橋 進			小学1年生～6年生	

道和支部			問合せ：水谷 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：佐藤 尚秀	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	
豊島ブレイズ 代表：水谷 佑樹			小学1年生～ 小学6年生	
千 早 代表：水谷 佑樹			中学1年生～ 中学3年生	

大中支部			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：服部 純男	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	
大塚スネイクス 代表：高野 秀子			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：小平 世紀			中学1年生～3年生	

十中支部			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：小山 憲司	明豊中学校ほか (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	
要ホープス 代表：田中 健太郎			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	
十中クラブ 代表：早川 誠二			中学1年生～3年生	

※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 豊島区巣鴨 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	巣鴨小学校	毎週月曜日 金曜日	5歳児～一般	問合せ：岩河 03-3941-8188 月会費：3,000 円 (スポーツ保険代別途)
仰高小空手道 修孝会 担当：浅野 豪文	仰高小学校	毎週火曜日	5歳児～一般	問合せ：浅野 090-8439-8929 月会費：1,000 円 (スポーツ保険代別途)
千早小空手道 修孝会 担当：柿木 隆二	千早小学校	毎週火曜日 木曜日	5歳児～一般	問合せ：柿木 090-6101-7103 月会費：1,500 円 (一般のみ別途スポーツ保険代あり)
要拓道会 代表：立野 仁美	要小学校	毎週月曜日	4歳児～一般	問合せ：立野 hitomis390619@gmail.com 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：田山 由紀子	南池袋小学校	毎週土曜日	4歳児～一般	問合せ：田山 080-6808-4485 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 秀應	豊成小学校	毎週火曜日	小学 1 年生～ 一般	問合せ：高木 090-9003-0799 入会金：3,500 円 月会費：2,500 円 (スポーツ保険代別途)
西巣鴨空手道教室 代表：田川 明美	豊成小学校	毎週金曜日	小学 1 年生～ 一般	問合せ：高木 090-9003-0799 入会金：3,500 円 月会費：2,500 円 (スポーツ保険代別途)
清和小空手道教室 代表：戸谷 和弘	清和小学校	毎週日曜日	小学 1 年生～ 一般	問合せ：高木 090-9003-0799 入会金：3,500 円 月会費：2,500 円 (スポーツ保険代別途)
(公益) 日本空手協会 卓空会 代表：谷山 卓也	池袋スポーツセンター 武道場	毎週金曜日	5歳児～一般	問合せ：谷山 090-8817-0887 月会費：6,000 円 (スポーツ保険代別途)
	朝日小学校	毎週火曜日		
日本空手道 拳志会 代表：岡林 俊雄	北区王子第二小学校 体育館	毎週月・木曜日	4 歳児～一般	問合せ：岡林 090-4676-0159 入会費：3,000 円 月会費：5,000 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 池袋中学校	毎週水曜日 毎週日曜日	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
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 (要問合せ)	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	要問合せ	瀬理柔道教室	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 (スポーツ保険代別途)

■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：宮本 豊	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：宮本 kendo.gyoko@gmail.com 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：玉井 勝	池袋中学校 武道場	毎週日曜日原則 12:00～15:00 (変更になることもあります)	小学1年生～ 中学3年生	問合せ：玉井 03-3983-4944 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：李 允洙	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：李 03-3959-5787 月会費：1,000円 (スポーツ保険代別途)
巢鴨剣友会 代表：三浦 康弘	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：三浦 app1996526@icloud.com 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		
剣道教授 宥辰館 代表：高橋 洋子	宥辰館道場 豊島区上池袋 2-44-23	年長～小学6年生： 毎週火・木・金・土曜日 火・金：17:00～18:30 木・土：17:40～19:00 一般：毎週金・土曜日 19:00～20:30	年長～ 小学6年生・一般	問合せ：高橋 03-3915-6778 月会費：6,000円 (スポーツ保険代含む)
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	毎週水曜日(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 (豊島区剣道連盟会員外：500円) (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	毎週水曜日 中学以下 18:30～19:30 高校以上 18:30～20:45	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)
	雑司が谷体育館体育室	毎週土曜日 中学以下 9:00～10:30 高校以上 9:00～11:45		

■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・金曜日	中学生(身長150cm以上) ～ 高校生以上一般	問合せ：稲田 03-5951-1245 年会費：9,000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	2025年8月2,9,16日 土曜夕方(全3回)	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10名	問合せ：稲田 03-5951-1245 参加費：無料 (スポーツ保険代別途)
	2025年6月7日～7月26日 土曜夕方(全8回)	社会人向け弓道 体験教室	社会人向け	問合せ：稲田 03-5951-1245

■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：140円 一般：280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	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	8階武道場床	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				
	毎週火曜日 10：00～12：00	雑司が谷体育館			
	毎週火曜日 12：00～14：00				
	毎週木曜日 18：30～20：30				
	毎週水曜日 9：00～11：00				
初心者教室 4月、6月、8月、10月、 12月、2月	毎週火曜日 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）	
初級者教室 5月、7月、9月、11月、 1月、3月					
豊島区生涯水泳大会	5月18日（日） 10：00～	南長崎 スポーツセンター	区内在住、在勤、在学、 区内スイミングクラブ 所属の小学1年以上の者	1 種目 600 円	

※スポーツ保険別途

■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			
	第3・4金曜日 19:00～21:00	南池袋小学校			
	毎月第2日曜日 15:00～18:00	池袋中学校			

※学校行事により中止場合があります

■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	基本第1,第3日曜午後	千登世橋中学校	一 般	年会費：3,000 円	豊島区 グラウンド・ゴルフ協会 寺田 晃弘 080-3235-7511

※学校行事などにより時間変更や中止場合があります

■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：12：40～13：30 中級：13：30～16：00	みらい館大明 (池袋 3-30-8) 池袋本町小学校	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 西倉 03-3988-4082
エーゲ会	毎週水曜日 初中級：18：30～20：30	帝京平成大学池袋 キャンパス内集会室 池袋第三小学校	一 般	入会費：1,000 円 月会費：3,500 円	
ホワイトローズ	毎週水曜日 初級：14：00～16：00	巣鴨地域文化創造館	一 般	月会費：4,000 円	
春季社交ダンス初心者講習会 種目：ワルツ・ルンバ	日程：6月3日(火) ～7月22日(火) 時間：18：30～20：30	雑司が谷体育館 体育室	一 般	会費：6,000 円 (全 8 回) (保険含む)	
秋季社交ダンス初心者講習会 種目：タンゴ・チャチャチャ	日程：10月7日(火) ～11月25日(火) 時間：18：30～20：30	雑司が谷体育館 体育室	一 般	会費：6,000 円 (全 8 回) (保険含む)	
第 10 回豊島区民ダンスの集い	日程：2026年 2月23日(月・祝) 時間：13：30～16：30	雑司が谷体育館 アリーナ	どなたでも	会費：500 円 (保険含む)	

■豊島体育館 (03-3973-1701) [指定管理者：シンコースポーツ株式会社]

種 目		場 所	曜 日
卓球		アリーナ A・B 2 面	毎週火曜日
バレーボール	家庭婦人（9人制） ※女性のみ		毎週水曜日
	小・中学生バレーボール		
	一般利用		
器械体操	親子体操		毎週木曜日
	小中学生体操		
	一般利用		
バドミントン			毎週金曜日
バスケットボール	親子バスケットボール		毎週土曜日
	小学生バスケットボール		
	中学生バスケットボール		
	シニアバスケットボール		
	車椅子ツインバスケット 一般利用		
トレーニング		トレーニングルーム （2F）	毎日

開催日時・対象年齢・利用料金など
詳細につきましては、豊島体育館まで
お問い合わせください。

電話番号：03-3973-1701

豊島体育館
ホームページはこちら



■巣鴨体育館 (03-3918-7101) [指定管理者：東京ドームグループ]

種 目	形 態	場 所	曜 日	詳細なスケジュール・対象年齢・利用料などにつきましては、巣鴨体育館までお問い合わせください。 電話番号：03-3918-7101 巣鴨体育館 ホームページはこちら 
バドミントン	個人公開	2F 競技場	毎週火曜日	
			毎週土曜日	
バレーボール	個人公開		毎週火曜日	
卓球	個人公開		毎週水曜日	
体操	個人公開		毎週金曜日	
トレーニング	個人公開	1F トレーニングルーム	毎日	
水泳	個人公開	地下温水プール	毎日	

■南長崎スポーツセンター (03-5988-9270) [指定管理者：豊島区スポーツパートナーズ]

種 目	形 態	場 所	曜 日	詳細なスケジュール・対象年齢・利用料などにつきましては、南長崎スポーツセンターまでお問い合わせください。 電話番号：03-5988-9270 南長崎スポーツセンター ホームページはこちら 
バスケットボール	個人公開	3F 競技場	毎週水曜日	
バドミントン	個人公開		毎週木曜日	
卓球	個人公開		毎週金曜日	
バレーボール	個人公開		毎週金曜日	
トレーニング	個人公開	4F トレーニングルーム	毎日	
水泳	個人公開	1F 温水プール	毎日	

■総合体育場(03-3971-0094) [指定管理者：ピーウォッシュ・豊島区スポーツ協会共同事業体]

種 目	形 態	場 所	曜 日	詳細なスケジュール・対象年齢・利用料などにつきましては、総合体育場までお問い合わせください。 電話番号： 03-3971-0094 総合体育場ホームページはこちら 
アーチェリー	個人公開	弓射場（祝日は休み）	毎週火・木曜日	
弓道	個人公開	弓射場（祝日は休み）	毎週水・金曜日	
硬式テニス	個人公開	テニスコート（祝日は除く）	毎週火曜日	
ソフトテニス			毎週水曜日	
卓球	個人公開	体育室	毎週水・金曜日	
			毎週土曜日	
			毎週日曜日	
フィットネス教室	個人公開	体育室	不定期	

■雑司が谷体育館（03-3590-1252） [指定管理者：コナミスポーツ株式会社]

種 目	形 態	場 所	曜 日	詳細なスケジュール・対象年齢・利用料などにつきましては、雑司が谷体育館までお問い合わせください。 電話番号： 03-3950-1252 雑司が谷体育館 ホームページはこちら 
バドミントン	個人公開	3F 競技場	毎週火曜日	
剣道	個人公開		毎週木曜日	
なぎなた	個人公開		毎週木曜日	
卓球	個人公開		毎週木曜日	
柔道	個人公開	3F 体育室	毎週水曜日	
水泳	個人公開	4F 温水プール	毎日	

■池袋スポーツセンター(03-5974-7262) [指定管理者：としま未来創造パートナーズ]

種 目	形 態	場 所	曜 日	詳細なスケジュール・対象年齢・利用料などにつきましては、池袋スポーツセンターまでお問い合わせください。 電話番号：03-5974-7262 池袋スポーツセンター ホームページはこちら 
トレーニング	個人公開	10F トレーニングルーム	毎日	
水泳	個人公開	11F 温水プール		

スポーツクラブ・イベント

■西巢鴨中学校地域スポーツクラブ（豊島区立西巢鴨中学校）



種 目	日 時	場 所	対象年齢	問合せ	年会費
野球	8：30～13：00	校庭	小・中学生	浅田 3983-7591	小/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)
サッカー	13：30～14：30		年長～小学1年	岸 090-8519-6999	
	15：00～16：00		小学2～3年		
ヨ ガ	13：30～14：30	パソコン室	女性	鎌田 090-1851-4857	
バレーボール	15：00～16：30	体育館	原則小学生 中学生以上は女子のみ		

■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
親子ふれあい体操	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	関根 080-1143-0803	コロナ対応により 中止の可能性有 詳細は、お問合せください。
スポーツにチャレンジ	10月12日	豊島体育館	小学生・未就学児		
親子ソフトボール大会	10月	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	ふるさと千川	60歳以上	入会金：なし 1回の参加につき：200円	問合せ 山本広子 090-9809-7654

■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	スポーツの日	総合体育場	どなたでも	無 料：各種スポーツ体験等 問合せ：加来 090-9812-5268 ※広報参照
ハイキング/ウォーキング	決まり次第広報にて	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時より翌年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 豊島区スポーツ協会、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：豊島区文化スポーツ部 生涯学習・スポーツ課（4566-2764直通）