



6/7(日)

着衣泳体験会

[月島スポーツプラザ]



随時開催

スポーツお届け便

[区内小学校]



5/3(日)
＜体力測定＞



7/4(土)・12/5(土)



10/12(月・祝)
＜体力測定＞



10/18(日)
＜迷路＞

ファミリースポーツデー

[総合スポーツセンター]

障害者スポーツ体験会

[総合スポーツセンター]

区民スポーツの日

[月島運動場 他]

子どもフェスティバル

[総合スポーツセンター]



2027-2/13(土)



2027-2/13(土)

随時開催



スポーツ教室

[区内施設]

随時開催



スポーツひろば

[区内施設]

スポーツひろば(個人開放)・自由に参加できるスポーツ事業のご案内

種 目	曜 日	時 間	場 所	備 考
硬式テニス	木	18:30～21:00	京橋築地小学校	ラケット持参
キンボールスポーツ	水	18:30～20:30	常盤小学校	
	土	17:00～19:00	月島第二小学校	ファミリー(小学生と保護者)
	土	19:00～20:30	月島第二小学校	一般(中学生以上)
ソフトバレーボール・ラケットテニス	火	18:30～21:00	日本橋小学校	中央区ローカルルール
	金		月島第三小学校	ソフトバレーボールに限り公式ルール
健康トレーニング	水	18:30～21:00	有馬小学校	
卓 球	土	16:00～18:00	佃島小学校	会場:クラブハウス/ラケット持参
	木	18:30～21:00	京華スクエア	
バレーボール	木	18:30～21:00	月島第二小学校	
バスケットボール	木	18:30～21:00	銀座中学校	黄色ビブス持参(ゲーム参加者のみ)
バドミントン	水	18:30～21:00	日本橋中学校(休止中)	ラケット持参
	木		晴海中学校	

◇費用 無料
◇対象 区内在住・在勤・在学で15歳以上(中学生を除く)の方(キンボールスポーツのみ小学生以上)
◇持ち物 運動できる服装、運動靴(体育館やクラブハウスの場合は室内履き)

◇中止日 学校行事や工事の関係で中止となる場合があります
年末・年始、祝休日は利用できませんのでご注意ください
当日の実施状況は、雨天等により中止の恐れがある場合のみ、情報が更新されます

スポーツお届け便

学校・町会・会社などからの要請を受け現場へ赴き、無償で「キンボールスポーツ」の実技指導を行っています。

詳しくは中央区スポーツ推進委員協議会までお問い合わせください。

「スポーツひろば」の情報は右の
二次元コードからご覧いただけます。



中央区ホームページ <https://www.city.chuo.lg.jp/>



中央区でスポーツを楽しみたい方のための情報誌

スポーツ推進委員だより

No.89
2026.7



バックナンバーは
こちらから

中央区スポーツ推進委員



スポーツ推進委員は区民の健康増進、
体力向上、スポーツの実技指導及び助言
などを行なっています。

また、行政とのパイプ役としてさまざま
なスポーツイベント等で活躍している32
名が中央区から委嘱されています。

活動案内

地域での スポーツ指導や案内など

中央区でのスポーツひろばにおいて指導をしたり、各団体からの求めに応じ、
スポーツ教室・スポーツ大会などの運営に協力しスポーツについての理解を
深めるとともに普及を図ります。

区民の健康増進 体力向上、体験会

ファミリースポーツデーや区民スポーツの日に体力測定を行ったり、着衣泳
体験会、障がい者スポーツ体験会や
ボッチャ体験会など行なっています。

研修 勉強会 の実施

他区のスポーツ推進委員と研修や、スポーツ指導に関する知識・技能の習得、
資質の向上を図るため各種研修を行なっています。



区民部スポーツ課長
平岡 宏行

はじめまして。この4月から新任のスポーツ課長となりました。

スポーツ推進委員の皆さまには、献身的な指導によりスポーツ教室や大会などを支えていただきまして、ありがとうございます。

近年の健康志向もあり、区民のスポーツへの関心や参加意欲は高まっています。スポーツ推進委員の皆さまと区が連携し、生涯スポーツの推進に向けて、様々な事業に取り組んでいきます。

スポーツの素晴らしさや楽しさを一人でも多くの方にお伝えし、スポーツの輪がさらに広がっていくよう、皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。