

令和6年度
事業計画

公益財団法人 江東区健康スポーツ公社

事業計画

(自主事業)

区分	事業名	事業内容・事業数等	目標延人数
公益目的事業1			
1 健康増進のための意識づくり及び組織づくりに関する事業(定款第4条第1項第1号事業)			
(1) 健康講演会	主に中高年齢者の健康づくりに対する意識啓発を図るため、講師を招き講演及び運動実技指導を行う。	4講座	245人
(2) セルフヘルスチェック	① 健康チェック測定器設置 身長計付体組成計、血圧計、血管年齢計	毎日	
	② バランスウォーク機器設置 歩く速さや姿勢をチェックする機器	毎日	
	③ フードモデル 生活習慣病や骨粗鬆症などの指導用フードモデル	毎日	
公益目的事業1			
2 健康増進のための健康測定及び健康の保持増進に関する事業(定款第4条第1項第2号事業)			
(1) 健康度測定	① メディカルチェック 安全で効果的な健康づくりをするため、事前に下記の医学的検査を行う。 問診、身体計測、血圧測定、血液検査、安静時心電図検査、運動負荷心電図検査、骨密度測定	62日	595人
	② 運動カウンセリング・処方指導 メディカルチェックの結果と運動カウンセリング等をもとに運動処方指導を行う。	62日	595人
	③ 運動相談・栄養相談 専門の指導員が効果的な運動方法や栄養面から個別にアドバイスを行う。	48日	230人
(2) 運動実技指導	健康度測定の結果に基づき、各人の体力や目的に合わせた運動実技指導を行う。	335日	16,750人

区分	事業名	事業内容・事業数等	目標延人数
(3) 健康教室等		<p>① 健康づくり講座 14教室 経験者はもとより、初心者でも無理なく健康づくりができるよう指導する。</p> <p>② ウォーキング講座 2講座 正しい歩き方の指導や歩くことの習慣を促す。</p> <p>③ 健康センター周知イベント 25回 主に健康センターを利用したことがない区民に向けて、気軽に参加できるセンター事業の周知イベントを行う。</p>	<p>2,660人</p> <p>8,390人</p> <p>370人</p>
(4) リハビリ事業		<p>脳血管障害等により身体機能が低下している 週2回程度 区民を対象に、通所による機能回復訓練を行う。</p>	<p>1,220人</p>

区分	事業名	事業内容・事業数等	目標延人数
公益目的事業2			
3 スポーツ振興のための意識づくり及び組織づくりに関する事業(定款第4条第1項第3号事業)			
(1) 組織づくり事業	<p>指導者・自主団体の育成、講習会等を通してスポーツレクリエーションの意識向上を図る。</p> <p>①スポーツ会館</p> <p>指導員養成講習会 2講座 50人</p> <p>ルール講習会 1講座 50人</p> <p>スポーツ・レクリエーション事業 2講座 105人</p> <p>スポーツクラブ育成 1講座 50人</p> <p>パラスポーツ推進 2講座 1,010人</p> <p>②深川スポーツセンター</p> <p>スポーツ・レクリエーション事業 10講座 1,440人</p> <p>スポーツクラブ育成 6講座 320人</p> <p>子育てひろば 1講座 240人</p> <p>パラスポーツ推進 2講座 150人</p> <p>③亀戸スポーツセンター</p> <p>指導者養成講習会 1講座 80人</p> <p>スポーツ・レクリエーション事業 4講座 10,360人</p> <p>子育てひろば 1講座 350人</p> <p>パラスポーツ推進 2講座 20人</p> <p>④有明スポーツセンター</p> <p>指導者養成講習会 1講座 20人</p> <p>スポーツ・レクリエーション事業 3講座 410人</p> <p>子育てひろば 1講座 350人</p> <p>パラスポーツ推進 2講座 70人</p> <p>⑤東砂スポーツセンター</p> <p>スポーツ・レクリエーション事業 5講座 100人</p> <p>スポーツクラブ育成 1講座 200人</p> <p>パラスポーツ推進 1講座 30人</p>		

区分	事業名	事業内容・事業数等	目標延人数
	⑥深川北スポーツセンター 指導者養成講習会 スポーツ・レクリエーション事業 子育てひろば パラスポーツ推進	1講座 1講座 1講座 2講座	10人 60人 300人 40人
(2) 情報提供事業	施設利用案内、事業案内、ホームページ等によるスポーツ・健康づくりに関する情報提供を実施する。 ① 健康スポーツ公社だより 健康スポーツ公社情報紙「フィットこうとう」を 発行する。 ② 情報提供事業 施設の紹介、各種教室の内容や募集要項をチラシ・ポスター又はホームページ・SNSにより情報提供する。	年4回 随時	1回135,000部

区分	事業名	事業内容・事業数等	目標延人数
公益目的事業2			
4 スポーツ振興のためのスポーツ教室等に関する事業(定款第4条第1項第4号事業)			
(1) スポーツ教室事業	<p>誰もが気軽に参加できる教室を実施し、楽しみながら健康・体力づくりができるよう指導する。</p> <p>①スポーツ会館</p> <p>健康体操教室 17教室 6,420人</p> <p>水泳教室 5教室 1,260人</p> <p>一般スポーツ教室 2教室 440人</p> <p>②深川スポーツセンター</p> <p>健康体操教室 65教室 15,920人</p> <p>一般スポーツ教室 32教室 13,220人</p> <p>③亀戸スポーツセンター</p> <p>健康体操教室 40教室 12,280人</p> <p>水泳教室 15教室 4,870人</p> <p>一般スポーツ教室 13教室 4,570人</p> <p>④有明スポーツセンター</p> <p>健康体操教室 47教室 14,140人</p> <p>水泳教室 27教室 8,970人</p> <p>一般スポーツ教室 3教室 1,260人</p> <p>⑤東砂スポーツセンター</p> <p>健康体操教室 27教室 10,300人</p> <p>水泳教室 24教室 7,860人</p> <p>一般スポーツ教室 18教室 6,310人</p> <p>⑥深川北スポーツセンター</p> <p>健康体操教室 42教室 11,990人</p> <p>水泳教室 21教室 6,260人</p> <p>一般スポーツ教室 9教室 3,450人</p>		

区分	事業名	事業内容・事業数等	目標延人数
公益目的事業2			
5 スポーツ振興のための体力づくりに関する事業(定款第4条第1項第5号事業)			
(1) 体力づくり事業	<p>スポーツやレクリエーション活動を通じて、区民の健康増進と体力向上を図る。また、随時体力づくりやスポーツ活動等の相談に応じる。</p>	①スポーツ会館	
		トレーニング指導	毎日
		体力づくり(スポーツ・レクリエーション各種講習会等)	33事業
		区民スポーツ大会	36事業
		墨東五区大会	3事業
		少年少女スポーツ教室	11事業
		②深川スポーツセンター	
		トレーニング指導	毎日
		体力づくり(スポーツ・レクリエーション各種講習会等)	80事業
		③亀戸スポーツセンター	
		トレーニング指導	毎日
		体力づくり(スポーツ・レクリエーション各種講習会等)	34事業
		④有明スポーツセンター	
		トレーニング指導	毎日
体力づくり(スポーツ・レクリエーション各種講習会等)	45事業		
⑤東砂スポーツセンター			
トレーニング指導	毎日		
体力づくり(スポーツ・レクリエーション各種講習会等)	45事業		
⑥深川北スポーツセンター			
トレーニング指導	毎日		
体力づくり(スポーツ・レクリエーション各種講習会等)	45事業		

区分	事業名	事業内容・事業数等	目標延人数	
(2) スポーツ指導事業		区民が体力づくりやレクリエーションの場として気軽に利用でき、スポーツを生活の一部として楽しめるよう指導を行う。		
		①スポーツ会館		
		個人利用日		
		体育室等	61日	4,880人
		プール	199日	28,850人
		江東スポーツデー（無料公開日）	7日	3,740人
		こどもスポーツデー（無料公開日）	11日	130人
		みんなでスポーツデー	7日	1,400人
		②深川スポーツセンター		
		個人利用日		
		体育室等	245日	22,050人
		江東スポーツデー（無料公開日）	12日	6,480人
		こどもスポーツデー（無料公開日）	19日	190人
		みんなでスポーツデー	12日	3,240人
		③亀戸スポーツセンター		
		個人利用日		
		体育室等	174日	7,960人
		プール	336日	43,150人
		江東スポーツデー（無料公開日）	12日	2,430人
		こどもスポーツデー（無料公開日）	19日	180人
		みんなでスポーツデー	12日	1,420人
		④有明スポーツセンター		
		個人利用日		
		体育室等	248日	4,960人
プール	315日	63,000人		
江東スポーツデー（無料公開日）	12日	1,800人		
こどもスポーツデー（無料公開日）	19日	380人		
みんなでスポーツデー	12日	2,400人		

(受託事業)

区分	事業名	事業内容	数量
公益目的事業1、公益目的事業2、その他事業1			
6 江東区から受託する施設の管理運営に関する事業(定款第4条第1項第6号事業)			
(1) 施設管理事業	<p>指定管理者として江東区から受託する施設の管理運営及びスポーツネット管理</p> <p>(公益目的事業1)</p> <p>健康センター 東陽2-1-1</p> <p>(公益目的事業2)</p> <p>スポーツ会館 北砂1-2-9</p> <p>深川スポーツセンター 越中島1-2-18</p> <p>亀戸スポーツセンター 亀戸8-22-1</p> <p>有明スポーツセンター 有明2-3-5</p> <p>東砂スポーツセンター 東砂4-24-1</p> <p>深川北スポーツセンター 平野3-2-20</p> <p>(その他事業1)</p> <p>健康センター(保健所)</p> <p>亀戸スポーツセンター(防災倉庫)</p> <p>有明スポーツセンター(防災倉庫)</p>		

(収 益 事 業)

区 分	事 業 名	事 業 内 容	数 量
収益事業 1			
7 江東区から受託する施設の管理運営に関する事業(定款第4条第1項第6号事業)			
(1) 施設利用者に対する 付帯サービス事業	<p>各施設に設置する自動販売機の手数料収入</p> <p>健康センターほか</p> <p>施設利用者の利便性及びサービス向上を 目的としたスポーツ用品等の販売</p> <p>健康センターほか</p>	計 42台	

令和 6 年 度

事 業 計 画 附 属 明 細 書

【健康センター】

(新規事業については下線にて明記)

公益目的事業1-1 健康増進のための意識づくり及び組織づくりに関する事業				
(1) 健康講演会		講座数		目標 延人数
① 健康講演会		4講座		245人
(2) セルフヘルスチェック		実施 日数		目標 延人数
① 健康チェック測定器設置		毎日		
② バランスウォーク機器設置		毎日		
③ フードモデル		毎日		
公益目的事業1-2 健康増進のための健康測定及び健康の保持増進に関する事業				
(1) 健康度測定		実施 日数		目標 延人数
① メディカルチェック		62日		595人
② 運動カウンセリング・処方指導		62日		595人
③ 運動相談・栄養相談				
	運動相談	24日		100人
	栄養相談	24日		130人
(2) 運動実技指導		実施 日数		目標 延人数
① 運動実技指導 (トレーニングジム)		335日		16,750人
(3) 健康教室等		教室数		目標 延人数
① 健康づくり講座				
	出張教室	12教室		2,310人
	オンライン講座	2教室		350人
② ウォーキング講座		講座数		目標 延人数
	健歩の達人	1講座		390人
	<u>こうとう健康チャレンジ</u>	1講座		8,000人
③ 健康センター周知イベント		実施 回数		目標 延人数
	健康センター骨密度測定会	5回		120人
	健スポまつり	1回		60人
	出張運動相談・栄養相談	12回		60人
	親子ウォーキング	1回		20人
	ノルディックウォーキング	1回		30人
	区民体カテスト出張測定会	1回		40人
	乳幼児栄養相談	2回		20人

【スポーツ会館】

(新規事業については下線にて明記)

公益目的事業2-3 スポーツ振興のための意識づくり及び組織づくりに関する事業			
(1) 組織づくり事業		講座数	目標 延人数
① 指導員養成講習会			
	スポーツボランティア研修	2講座	50人
② ルール講習会			
	バスケットボール審判講習会	1講座	50人
③ スポーツ・レクリエーション事業			
	都立高校ボランティア事業	1講座	45人
	<u>eスポーツ体験会</u>	1講座	60人
④ スポーツクラブ育成			
	バウンドテニス講習会 (ななすぼ)	1講座	50人
⑤ パラスポーツ推進			
	みんなでスポーツフェスタこうとう	1講座	1,000人
	ボッチャ体験会	1講座	10人
公益目的事業2-4 スポーツ振興のためのスポーツ教室等に関する事業			
(1) スポーツ教室事業		教室数	目標 延人数
① 健康体操教室			
	レディースヨガ教室 (火)	1教室	400人
	レディースヨガ教室 (金)	1教室	500人
	気楽にヨガ教室	1教室	500人
	ボディメイクヨガ教室	1教室	430人
	脂肪燃焼エクササイズ教室	1教室	500人
	骨盤調整ストレッチ教室	1教室	500人
	マンデーフラ教室	1教室	280人
	ハワイアンフラ教室	1教室	500人
	美調整ストレッチ教室	1教室	240人
	身体を整えるコアトレ教室	1教室	280人
	発声エクササイズ教室	1教室	280人
	吹矢&呼吸体操教室	1教室	200人
	<u>チャレンジ体操教室</u>	1教室	210人
	ボクササイズ教室	1教室	430人

【スポーツ会館】

	踊ってみよう！K-POP教室	1教室	240人
	太極拳教室	1教室	500人
	筋膜リリース教室	1教室	430人
② 水泳教室			
	ナイトスイミング教室	1教室	310人
	アクアベーシック教室	1教室	310人
	こども水泳教室（4～6年生）	1教室	210人
	水中ウォーキング教室	1教室	120人
	アクアビクス教室	1教室	310人
③ 一般スポーツ教室			
	キッズ空手教室	1教室	190人
	民踊教室	1教室	250人
公益目的事業2-5 スポーツ振興のための体力づくりに関する事業			
(1) 体力づくり事業		事業数	目標 延人数
① トレーニング指導		毎日	
② 体力づくり（スポーツ・レクリエーション各種講習会等）			
	トレーニング教室 マットルームプログラム（午前）	1事業	2,000人
	トレーニング教室 マットルームプログラム（午後）①	1事業	2,000人
	トレーニング教室 マットルームプログラム（午後）②	1事業	1,400人
	トレーニング教室 マットルームプログラム（夜間）	1事業	1,200人
	小学生スポーツ塾	1事業	300人
	転ばぬ先のトレーニング（火）	1事業	350人
	転ばぬ先のトレーニング（金）	1事業	370人
	65歳からのチェアビクス	1事業	440人
	シニア体操教室A	1事業	630人
	シニア体操教室B	1事業	630人
	ロコモ予防	1事業	370人
	小学生かけっこ講習会	1事業	40人
	朝活（出勤前）ヨガ事業	1事業	240人
	GW事業（朝活ヨガ）	1事業	30人
	GW事業（マインドフルネス）	1事業	30人

【スポーツ会館】

GW事業（シニアダンスエクササイズ）	1事業	30人
GW事業（子ども対象事業）	1事業	30人
着衣で背浮き講習会	1事業	30人
スーパードッジボール大会	1事業	620人
スーパードッジボール決勝大会	1事業	720人
スポ館杯バドミントン大会	1事業	200人
障害者水泳教室	3事業	70人
ミドルシニア健康サポート事業	1事業	60人
ロコモチェック事業	1事業	30人
ママエクササイズ&キッズ体操	1事業	40人
ウォーキングマップ活用事業	1事業	10人
出張シニア体操A	1事業	210人
出張シニア体操B	1事業	210人
区民障害者体カテスト	1事業	10人
区民体カテスト	1事業	100人
スポーツの日イベント	1事業	1,200人
③ 区民スポーツ大会		
総合開会式	1事業	
陸上競技大会	1事業	
駅伝競走大会	1事業	
水泳大会	1事業	
野球大会（一般）	1事業	
軟式野球大会（学童・小学生）	1事業	
軟式野球大会（学童・中学生）	1事業	
ソフトテニス大会	1事業	
卓球大会	1事業	
バレーボール大会（一般）	1事業	
バレーボール大会（小学生）	1事業	
バレーボール大会（家庭婦人）	1事業	
剣道大会	1事業	
柔道大会	1事業	

【スポーツ会館】

	弓道大会	1事業	
	バドミントン大会	1事業	
	クレール射撃連盟	1事業	
	民踊大会	1事業	
	バスケットボール大会（一般）	1事業	
	バスケットボール大会（少年）	1事業	
	サッカー大会（一般）	1事業	
	サッカー大会（少年）	1事業	
	サッカー大会（壮年）	1事業	
	ライフル射撃大会	1事業	
	空手道大会	1事業	
	テニス大会	1事業	
	ラジオ体操	1事業	
	なぎなた大会	1事業	
	ハンドボール大会	1事業	
	ソフトボール大会	1事業	
	ゲートボール大会	1事業	
	ダンススポーツ大会	1事業	
	ビーチボール大会	1事業	
	武術太極拳大会	1事業	
	エアロビック大会	1事業	
	ゴルフ大会	1事業	
④	墨東五区大会		
	軟式野球大会	1事業	
	サッカー大会	1事業	
	水泳大会	1事業	
⑤	少年少女スポーツ教室		
	陸上競技教室	1事業	
	水泳教室	1事業	
	軟式野球教室	1事業	
	ソフトテニス教室	1事業	

【深川スポーツセンター】

(新規事業については下線にて明記)

公益目的事業2-3 スポーツ振興のための意識づくり及び組織づくりに関する事業				
(1) 組織づくり事業		講座数	目標 延人数	
① スポーツ・レクリエーション事業				
	福祉作業所障害者スポーツ指導員派遣事業	1講座	20人	
	デフバスケットボール体験会	1講座	500人	
	フロアホッケー体験会	1講座	500人	
	産後ママEX体験会	3講座	60人	
	防災キャンペーン	3講座	300人	
	eスポーツ体験会	1講座	60人	
② スポーツクラブ育成				
	はじめてのスポーツ教室 (なぎなた)	1講座	200人	
	弓道体験会	1講座	80人	
	フェイクスイーツ教室	4講座	40人	
③ 子育てひろば				
	子育てひろば	1講座	240人	
④ パラスポーツ推進				
	障害者スポーツ普及啓発事業 (車いすバド)	1講座	120人	
	パラクライミング体験会	1講座	30人	
公益目的事業2-4 スポーツ振興のためのスポーツ教室等に関する事業				
(1) スポーツ教室事業		教室数	目標 延人数	
① 健康体操教室				
	シェイプアップ体操教室①	4教室	990人	
	シェイプアップ体操教室②	4教室	990人	
	リフレッシュ体操教室	4教室	1,110人	
	リラックスヨガ教室	4教室	1,390人	
	パワフルヨガ教室	4教室	1,390人	
	ソフトヨガ教室	4教室	1,390人	
	ハワイアンフラ教室	4教室	1,620人	
	ピラティス教室	4教室	1,220人	
	吹矢&呼吸体操教室	3教室	560人	
	発声エクササイズ教室	3教室	700人	

【深川スポーツセンター】

	身体を整えるコアトレ教室	3教室	700人
	体力&免疫力アップ体操教室	3教室	960人
	朝活ヨガ	1教室	100人
	ベビー体操教室（土曜日）	4教室	620人
	ひよこ体操教室（土曜日）	4教室	620人
	キッズ体操チャレンジ教室	2教室	170人
	苦手克服教室	4教室	340人
	DANCE!DANCE!DANCE!教室	3教室	840人
	キッズスポーツチャレンジ教室（バク転）	3教室	210人
	③ 一般スポーツ教室		
	バドミントン教室	3教室	2,020人
	中級者バドミントン教室	3教室	1,010人
	レディースバドミントン教室	3教室	2,310人
	エンジョイバドミントン教室	3教室	1,160人
	モーニングバドミントン教室	3教室	1,160人
	卓球教室	3教室	580人
	ソフトテニス教室	2教室	480人
	柔道教室	3教室	640人
	弓道教室	1教室	160人
	ミニバスケットボール教室A（1～3年生）	4教室	1,850人
	ミニバスケットボール教室B（3～6年生）	4教室	1,850人
公益目的事業2-5 スポーツ振興のための体力づくりに関する事業			
(1) 体力づくり事業		事業数	目標 延人数
①	トレーニング指導	毎日	
②	体力づくり（スポーツ・レクリエーション各種講習会等）		
	小学生スポーツ塾	1事業	1,050人
	カローリング大会	1事業	100人
	深川転ばぬ先のトレーニング	4事業	1,100人
	シニア健康体操脳トレプラス教室	4事業	1,130人
	シニア健脚力アップ体操教室	4事業	1,130人
	シニア体力アップ体操教室（火）	4事業	1,010人

【深川スポーツセンター】

	シニア体力アップ体操教室（金）	4事業	1,130人
	シニア筋力アップ体操教室	4事業	1,130人
	ロープクライミング安全講習会	6事業	36人
	スポーツクライミングチャレンジ大会	1事業	40人
	深川スポーツセンター杯バドミントン大会	1事業	92人
	スーパードッジボール大会	1事業	700人
	ウォーキング事業	1事業	50人
	親子かけっこ塾	1事業	30人
	こころの健康事業	1事業	30人
	ママエクササイズ&キッズ体操	1事業	20人
	モーニングクライミング	3事業	230人
	ナイトクライミング	3事業	220人
	ジュニアクライミングスクール	3事業	140人
	親子クライミングスクール	3事業	70人
	シニア骨カルシウム&骨密度	1事業	30人
	多目的広場活用事業	8事業	160人
	フレイル予防事業	2事業	740人
	シーカヤック事業	4事業	160人
	私の健康プロジェクト事業	2事業	80人
	ロコモチェック事業	6事業	60人
	ミニバスケットボールフェスタ	1事業	1,000人
	ニューイヤーカップ大会	1事業	800人
	ウォーキングマップ活用事業	1事業	12人
	深川っ子運動会	1事業	6,500人
	フリークライミング	1事業	2,400人
	スポーツの日イベント	1事業	1,000人
	(2) スポーツ指導事業	実施 日数	目標 延人数
	① 個人利用日		
	体育館等	245日	22,050人
	② 江東スポーツデー（無料公開日）	12日	6,480人
	③ こどもスポーツデー（無料公開日）	19日	190人

【亀戸スポーツセンター】

(新規事業については下線にて明記)

公益目的事業2-3 スポーツ振興のための意識づくり及び組織づくりに関する事業			
(1) 組織づくり事業		講座数	目標 延人数
① 指導者養成講習会			
	初級パラスポーツ指導員養成講習会	1講座	80人
② スポーツ・レクリエーション事業			
	亀戸地区夏まつり大会	1講座	10,000人
	新春亀戸子ども会まつり	1講座	200人
	はじめての民踊	1講座	100人
	eスポーツ体験会	1講座	60人
③ 子育てひろば			
	子育てひろば	1講座	350人
④ パラスポーツ推進			
	Do The Sports	1講座	20人
	ミニボッチャ体験 (常設)	1講座	
公益目的事業2-4 スポーツ振興のためのスポーツ教室等に関する事業			
(1) スポーツ教室事業		教室数	目標 延人数
① 健康体操教室			
	美調整ストレッチ教室	3教室	1,220人
	太極拳教室	3教室	1,090人
	体幹アップトレーニング教室	3教室	1,280人
	体幹アップトレーニングプラス教室	3教室	1,140人
	ハワイアンフラ (朝) 教室	3教室	1,090人
	ハワイアンフラ (夜) 教室	3教室	1,220人
	リラックスヨガ教室	3教室	1,220人
	ヨガ教室	3教室	1,220人
	発声エクササイズ教室	1教室	160人
	呼吸コアトレ教室	1教室	160人
	パンチDEリズム教室	1教室	140人
	パワーヨガ教室	1教室	160人
	ボディメイク教室	1教室	160人
	よくばりポールエクササイズ教室	1教室	160人

【亀戸スポーツセンター】

	親子体操教室	2教室	210人
	キッズチア教室	3教室	930人
	キッズ体操教室	3教室	500人
	短期集中夏季キッズ体操教室①	1教室	110人
	短期集中夏季キッズ体操教室②	1教室	110人
② 水泳教室			
	金曜朝のスイミング教室	3教室	1,090人
	アクアビクス教室	3教室	1,090人
	水中ウォーキング&エクササイズ教室	3教室	1,090人
	キッズスイム教室	3教室	800人
	こどもスイム教室	3教室	800人
③ 一般スポーツ教室			
	ソフトテニス教室	2教室	380人
	卓球教室	2教室	380人
	バドミントン教室	3教室	1,150人
	ミニバスケットボール教室（1～2年生コース）	3教室	1,330人
	ミニバスケットボール教室（3～6年生コース）	3教室	1,330人
公益目的事業2-5 スポーツ振興のための体力づくりに関する事業			
(1) 体力づくり事業		事業数	目標 延人数
① トレーニング指導		毎日	
② 体力づくり（スポーツ・レクリエーション各種講習会等）			
	小学生スポーツ塾	1事業	780人
	転ばぬ先のトレーニング	3事業	1,520人
	免疫力アップ体操	3事業	1,900人
	シニアレクリエーション	3事業	1,020人
	日常生活の健康づくり	2事業	50人
	季節を感じるウォーキング	2事業	40人
	ハーフマラソン対策講座	1事業	200人
	かけっこ塾（1～3年生）	1事業	60人
	かけっこ塾（4～6年生）	1事業	60人
	亀リンピック	1事業	1,300人

【有明スポーツセンター】

(新規事業については下線にて明記)

公益目的事業2-3 スポーツ振興のための意識づくり及び組織づくりに関する事業			
(1) 組織づくり事業		講座数	目標 延人数
① 指導者養成講習会			
	指導者安全講習会	1講座	20人
② スポーツ・レクリエーション事業			
	有明街づくり参画事業（有明まつり）	1講座	250人
	クリーンセンターまつり	1講座	100人
	<u>eスポーツ体験会</u>	1講座	60人
③ 子育てひろば			
	子育てひろば	1講座	350人
④ パラスポーツ推進			
	障害者理解促進事業	1講座	20人
	<u>ボッチャチームづくりフォロー</u>	1講座	50人
公益目的事業2-4 スポーツ振興のためのスポーツ教室等に関する事業			
(1) スポーツ教室事業		教室数	目標 延人数
① 健康体操教室			
	BODY ART～呼吸・筋トレ・美姿勢～	4教室	1,280人
	ヨガ	4教室	1,620人
	ナイトリフレッシュヨガ	4教室	1,480人
	ナイトフラ	3教室	990人
	ハワイアンフラ	4教室	1,080人
	親子フィットリトミックくま	3教室	1,560人
	親子フィットリトミックひよこ	3教室	1,370人
	キッズチャレンジ体操	3教室	740人
	こどもダンス教室	3教室	820人
	田中芳美先生の親子体操体操タイムA	3教室	670人
	田中芳美先生の親子体操体操タイムB	3教室	670人
	発声エクササイズ	3教室	840人
	<u>身体を整えるコアトレ</u>	3教室	460人
	コンディショニング系教室	3教室	440人
	短期ダンス教室	1教室	120人

【有明スポーツセンター】

②	水泳教室		
	レディーススイミング	3教室	890人
	アクアビクス	3教室	770人
	親子水泳（土）A	3教室	1,430人
	親子水泳（土）B	3教室	1,430人
	親子水泳（日）A	3教室	1,390人
	親子水泳（日）B	3教室	1,390人
	幼児水泳（水）	3教室	630人
	アクアボディワークアウト	3教室	410人
	こども水泳（水）	3教室	630人
③	一般スポーツ教室		
	バドミントン教室	3教室	1,260人
公益目的事業2-5 スポーツ振興のための体力づくりに関する事業			
(1)	体力づくり事業	事業数	目標 延人数
①	トレーニング指導	毎日	
②	体力づくり（スポーツ・レクリエーション各種講習会等）		
	小学生スポーツ塾	1事業	560人
	ASC杯バドミントン大会	1事業	160人
	スーパードッジボール大会	1事業	500人
	有明ハロウィンマーチ	2事業	200人
	着衣で背浮き講習会	1事業	30人
	シニア水泳初心者スイミング体験会	1事業	60人
	水泳検定事業	2事業	40人
	親子でオリパラ種目体験	1事業	60人
	中高生バドミントンクリニック	1事業	60人
	転ばぬ先のトレーニング	3事業	1,320人
	朝活ヨガ事業	1事業	280人
	朝活マインドフルネス	1事業	140人
	初めての親子分離体験教室	1事業	240人
	こども体操塾スペシャル	1事業	100人
	GW健康づくり事業	1事業	20人

【東砂スポーツセンター】

(新規事業については下線にて明記)

公益目的事業2-3 スポーツ振興のための意識づくり及び組織づくりに関する事業			講座数	目標 延人数
(1) 組織づくり事業				
① スポーツ・レクリエーション事業				
	福祉作業所障害者スポーツ指導員派遣事業		3講座	20人
	<u>トレイルランニング体験会</u>		1講座	20人
	<u>eスポーツ体験会</u>		1講座	60人
② スポーツクラブ育成				
	東砂ランニングクラブ		1講座	200人
③ パラスポーツ推進				
	ボッチャ講習会		1講座	30人
公益目的事業2-4 スポーツ振興のためのスポーツ教室等に関する事業			教室数	目標 延人数
(1) スポーツ教室事業				
① 健康体操教室				
	幼児体操		3教室	1,080人
	キッズチア		4教室	1,330人
	筋膜リリース		3教室	1,120人
	ヨガ(木)		4教室	1,760人
	ヨガ(金)		4教室	1,680人
	きがるにエアロビクス		3教室	1,020人
	ハワイアンフラ		3教室	1,210人
	オンラインヨガ		3教室	1,100人
② 水泳教室				
	こども水泳①		3教室	630人
	こども水泳②		3教室	630人
	初級スイミング		3教室	920人
	中級スイミング		3教室	810人
	アクアビクス		3教室	1,080人
	水中らくらく運動		3教室	1,310人
	水中ウォーキング		3教室	1,240人
	ナイトアクアビクス		3教室	1,240人
③ 一般スポーツ教室				

【東砂スポーツセンター】

	モーニングバドミントン	3教室	1,480人
	イブニングバドミントン	3教室	1,630人
	ミニバスケットボール①	3教室	780人
	ミニバスケットボール②	3教室	780人
	ミニバスケットボール③	3教室	780人
	kids空手	3教室	860人
公益目的事業2-5 スポーツ振興のための体力づくりに関する事業			
(1) 体力づくり事業		事業数	目標 延人数
①	トレーニング指導	毎日	
②	体力づくり (スポーツ・レクリエーション各種講習会等)		
	小学生スポーツ塾	1事業	780人
	ジャガイモウォーキング	1事業	160人
	スーパードッジボール大会	1事業	440人
	転ばぬ先のトレーニング	3事業	980人
	シニア体操 (火)	3事業	1,800人
	シニア体操 (水)	3事業	1,710人
	らくらくトレーニング	3事業	840人
	GW事業 (ヨガ)	3事業	150人
	着衣で背浮き講習会	1事業	20人
	夏休みかけっこ塾	2事業	200人
	健康づくりイベント	1事業	30人
	みんなで気軽にスポーツ体験	1事業	30人
	私の健康プロジェクト	2事業	240人
	ロコモチェック事業	6事業	90人
	こどもの靴の選び方と走り方講座	1事業	50人
	足型測定会 (ランナー向け)	1事業	14人
	ノルディックウォーキング講習会	2事業	50人
	ウォーキングマップ活用事業	1事業	20人
	障害者エアロビクス	8事業	120人
	スポーツの日イベント	1事業	600人
(2) スポーツ指導事業		実施 日数	目標 延人数

【深川北スポーツセンター】

(新規事業については下線にて明記)

公益目的事業2-3 スポーツ振興のための意識づくり及び組織づくりに関する事業			講座数	目標 延人数
(1) 組織づくり事業				
① 指導者養成講習会				
	ボッチャ指導員（審判）養成講習会		1講座	10人
② スポーツ・レクリエーション事業				
	<u>eスポーツ体験会</u>		1講座	60人
③ 子育てひろば				
	子育てひろば		1講座	300人
④ パラスポーツ推進				
	パラスポーツの日記念イベント		1講座	30人
	ボッチャ体験会		1講座	10人
公益目的事業2-4 スポーツ振興のためのスポーツ教室等に関する事業			教室数	目標 延人数
(1) スポーツ教室事業				
① 健康体操教室				
	ストレッチ&脳トレ		3教室	960人
	発声エクササイズ		3教室	960人
	身体を整えるコアトレ		3教室	720人
	太極拳		3教室	1,290人
	ヨガ 水曜コース		3教室	720人
	ヨガ 木曜コース		3教室	1,150人
	ソフトエアロビクス		3教室	1,150人
	ピラティス 木曜コース		3教室	720人
	ピラティス 金曜コース		3教室	1,150人
	目覚めのヨガ		3教室	720人
	楽しくヨガ		3教室	720人
	ハワイアン・フラ		3教室	720人
	コアラ体操		3教室	420人
	げんキッズ体操		3教室	590人
② 水泳教室				
	基礎から学べる4泳法		3教室	1,040人
	ビギナーズ水泳		3教室	1,040人

【深川北スポーツセンター】

	女性水泳	3教室	1,210人
	アクアビクスinナイト	3教室	950人
	フライデーアクア	3教室	1,040人
	こども水泳 火曜コース	3教室	480人
	こども水泳 金曜コース	3教室	500人
③	一般スポーツ教室		
	バドミントン	3教室	1,630人
	ミニバスケットボール	3教室	1,190人
	卓球	3教室	630人
公益目的事業2-5 スポーツ振興のための体力づくりに関する事業			
(1)	体力づくり事業	事業数	目標 延人数
①	トレーニング指導	毎日	
②	体力づくり (スポーツ・レクリエーション各種講習会等)		
	転ばぬ先のトレーニング	3事業	630人
	シニア体操	3事業	730人
	はつらつ体操	3事業	520人
	小学生スポーツ塾	1事業	330人
	スーパードッジボール大会	1事業	350人
	GW事業 (小学生かけっこ塾)	1事業	40人
	GW事業 (親子かけっこ塾)	1事業	20人
	GW事業 (親子卓球教室)	1事業	20人
	センター杯ミックスバドミントン大会	1事業	140人
	センター杯ビーチボール大会	1事業	90人
	ダンスフェスタ	1事業	120人
	着衣で背浮き講習会	1事業	20人
	障害者対象レクリエーション	1事業	30人
	なかよし学級向けスポーツ指導	8事業	140人
	レベルアップ卓球	1事業	240人
	ジョギング講習会	1事業	160人
	美姿勢ボディーアート&キッズ体操	1事業	190人
	中高年スポーツチャレンジ	1事業	160人

