



ワクチン接種会場終了の施設を開放しています（個人・団体）

本年4月より、区内屋内スポーツ施設の一部室場にワクチン接種会場が設置されておりましたが、10月末をもって一部施設でのワクチン接種会場は終了となりました。

ワクチン接種会場が終了となった施設については、現在、個人および団体へ開放しています。

※今後の感染症拡大状況等を見ながら、当面の間は令和4年1月23日までに限った開放とします（以降は未定）。

なお、感染拡大防止のため、個人利用は江東区在住・在勤・在学を確認できる方のみとなります。プール・トレーニング室以外は、先着順の事前予約制です。ウェブ予約サイトで予約できますのでご利用ください（電話でも申込み可能ですが、混雑状況により繋がりにくい場合があります）。

団体利用については、夜間区分も通常の営業時間に戻っていますが、感染症対策は継続してお願いしています。ご予約は江東区スポーツネットをご利用ください。

■ ワクチン接種会場終了に伴う、室場の利用について 令和3年11月9日～令和4年1月23日まで（予定）

施設	対象となる室場 (記載されていない室場は開放しています)	利用可否
スポーツ会館	大体育室 小体育室(日曜)	[×] 利用不可
深川ISC	大体育室 多目的ホール	[○] 利用可能
亀戸SC	大体育室	[×] 利用不可
有明SC	大体育室	[○] 利用可能
東砂SC	大体育室 会議室	[○] 利用可能
深川北SC	大体育室	[×] 利用不可

個人利用・教室・イベント予約サイト

個人利用の事前予約ができます。
メールアドレスがあれば登録可能です。
カレンダー表示で開催施設、開催種目、申込状況がわかります。
予約は3日前より先着順で受け付けています（一部抽選実施）。



江東区スポーツネット(団体利用)

事前に団体登録（テニスは個人登録）が必要です。屋内スポーツ施設、健康センター、夢の島競技場にて登録用紙を配布しています。WEBで予約やキャンセルができ、施設利用料は口座振替でお支払いいただけます。



深川SC、亀戸SCでは、卓球台の時間貸しをしています！

空き施設の
有効活用事業

競技としても、レクリエーションとしても人気の卓球。個人利用の混み合う時間帯は、時間で交代してのご利用をお願いしています。

仲間と思う存分やりたい！という方には卓球台時間貸しが便利です。研修室や会議室等比較的利用の少ない室場を、時間区分で貸し出すサービスです。1週間前から予約可能です。詳しくは以下の施設へ。

<お問合せは>
深川スポーツセンター
〒135-0044 越中島1-2-18
☎03-3820-5881 FAX03-3820-5884



<お問合せは>
亀戸スポーツセンター
〒136-0071 亀戸8-22-1
☎03-5609-9571 FAX03-5609-9574



■ 卓球台時間貸しの料金体系(室場利用料+利用人数分の個人利用料)

貸出時間区分	深川SC研修室 利用料金	亀戸SC会議室 利用料金	個人利用料
午前① 9:00～10:30	470円/区分	470円/区分	大人 400円/人
午前② 10:30～12:00			
午後① 13:00～15:00	750円/区分	750円/区分	シニア・小人 100円/人
午後② 15:00～17:00			
夜間① 18:00～19:30	810円/区分	790円/区分	最大4名まで 利用可能
夜間② 19:30～21:00			

※令和4年4月1日以降利用分は料金改定が予定されています。詳細は各施設へお問い合わせください。

変更間近！現ルートの攻略はできましたか！？深川SC



<お問合せは>
深川スポーツセンター
〒135-0044 越中島1-2-18
☎03-3820-5881 FAX03-3820-5884



深川スポーツセンターのクライミングウォールでは、一般および親子（小学生以上と保護者）を対象に、個人利用を実施しています。

クライミングウォールは壁面に設置されたホールド（石を模した突起物）を掴んだり足をかけたりして登頂を目指すスポーツで、東京2020大会では日本人選手がメダルを獲得しました。

登頂ルートにはグレードと呼ばれる難易度が設定されており、初めは自由に挑んで

いただきますが、慣れてきたら使用できるホールドを限定した高難度ルートの攻略を目指します。ルートをよく観察して身体の使い方を自身で考えるという奥深さを楽しんでください。

また、ルートは年に3回変更され、何度も新鮮な体験ができるのも魅力です。次のルート変更は12月を予定しています。

■クライミングウォールの個人利用については、深川SCのホームページでご確認ください。
(https://www.koto-hsc.or.jp/sports_center2/news/2021/detail_1259.html)



小学生対象！おうちで“オンライン”ダンスレッスン♪

<ご注意> 本レッスンは、無料オンライン会議アプリ「Zoom」を用いたオンラインレッスンです。事前に、ご家庭にて接続環境をご確認ください。



チアダンス

チームワークのイメージが強いチアダンスですが、個々の表現力も大切な要素です。

このレッスンでは、チアの基本姿勢から、リズムに合わせて踊る楽しみを身につけられるよう指導をします。

11月30日～12月28日(火曜・5回)受講料1,750円(定員46名)

<お問合せは>
深川北スポーツセンター
〒135-0023 平野3-2-20
☎03-3820-8730 FAX03-3820-8731



講師紹介



マミ先生(マミ体操クラブ)

小学生のおうちで
ダンスレッスン
K-POP&チアダンス

チアダンス	踊ってみよう K-POP
11/30～12/28 (火)	11/25～12/23 (木)
16:00～16:40	17:00～17:40
受講料：1,750円(全5回)	受講料：1,750円(全5回)
※アットホームな雰囲気の中で、楽しく学べるレッスンです。	※初心者から上級者まで、レベルに合わせて指導します。
対象：小学生1年生～6年生	対象：小学1年生～6年生

令和3年11月15日(月)申込スタート(先着順)
先着順の申込は、申し込み窓口(後述)の
こちらからお願いいたします。(申し込み受付は定員満員までとなります)

申し込み方法
①WEB予約サイトよりお申込みください。(先着順)
②お電話にてお申込みください。
③お申し込み後、Zoomのインストールとテストを行います。

WEB予約サイトよりお申込みできます。(先着順)

踊ってみよう K-POP

講師紹介



あつみ先生(マミ体操クラブ)

クールでキュートな振り付けが特徴で、ショートムービーアプリでも人気のK-POPダンスのレッスンです。

このレッスンでは、本格的なダンス経験のない方にも、ダンスの楽しみを知ってもらえるよう指導します。

11月25日～12月23日(木曜・5回)受講料1,750円(定員46名)

<お問合せは>
江東区スポーツ会館
〒136-0073 北砂1-2-9
☎03-3649-1701 FAX03-3649-3123



高齢者疑似体験・視覚障害者サポート体験 有明SCで開催！（参加費無料、要予約）

街で出会った高齢の方や視覚障害のある方が困っているのに、何もしてあげられなかった経験はありませんか。

高齢の方の身体の動かし方、視覚に障害のある方の周囲の感じ方の疑似体験と、介助の方法を学ぶことで、いつでもお手伝いできる準備をしてみませんか。

日時： 12月5日(日)10:00～12:00

場所： 有明スポーツセンター レクリエーションホール

対象： 小学生以上 ※小学生は保護者同伴

定員： 30名(先着順)

備考： 2人1組で実施する内容です。
1人で申し込みの場合、他の参加者と組んでいただく予定です。

協力： 江東区社会福祉協議会

<お問合せは>

有明スポーツセンター
〒135-0063 有明2-3-5
☎03-3528-0191 FAX03-3528-0192



高齢者疑似体験・
視覚障害者サポート体験
2021年12月5日(日)
有明スポーツセンターレクリエーションホール

今はできていないことや見えていないもの、どんな風にできなくなっていくのか。また、視覚障害者やどうサポートすればいいのかわからないことはありますか？お年寄りや障害者の方への理解、生活の場面でいかに支えるかを学びます。

開催日時：令和3年12月5日(日) 10:00～12:00
場 所：有明スポーツセンター
定 員：30名(先着順) 小学生以上(小学生は保護者同伴)
※(小学生以上で参加の場合は、保護者の同伴が必要です)
定 費：無料(体験費) 申し込み費はかかりません
申込 締 切：11月25日(木) 17:00
申込方法：お電話またはWEB予約
申込先：有明スポーツセンター
〒135-0063 有明2-3-5 ☎03-3528-0191
FAX03-3528-0192
Eメール：<info@ariake-sc.jp> <info@ariake-sc.jp>

感染症対策にご協力をお願いします。



家を出る前、施設利用直前に、熱を測り、平熱より高いと感じられる場合には、ご利用をお控えください。



館内ではマスクを着用ください。施設利用時の着脱については、各施設のルール、職員の指示に従ってください。



利用者間の密集を避け、不要不急な会話は控えください。



利用前後の手指等の洗浄・消毒、および使用された器具の消毒をお願いします。



施設利用時は、体調チェックリストを記入提出いただきますようお願いいたします。



毎月第2・4月曜日は休館日です。その日が祝日にあたる場合、翌火曜日が休館日です。緊急事態宣言等で、利用休止になる場合がありますので、ホームページも併せてご確認ください。
<https://www.koto-hsc.or.jp> (左の二次元コードからもアクセスできます)
※各施設の混雑状況等を発信するTwitterアカウントもありますので、ぜひフォローしてください。

