

(10) 総合スポーツセンター管理運営

生涯学習部スポーツ振興課

平成23年度 事務事業評価（外部評価）事業説明シート （平成22年度実施事業）

基本データ	事務事業名				担当部署						
	総合スポーツセンター管理運営				部	生涯学習部		課長	石川 千尋		
					課	スポーツ振興課		担当	青木 昇一		
					係	スポーツ振興係		電話	544 - 4152		
	第4次総合基本計画における位置付け								実施根拠<法令、要綱等>		
	政策項目	03	環境を守る（循環型社会の形成）				昭島市総合スポーツセンター条例				
大項目	03	心を豊かにする（市民文化・学習の推進）				事業期間<開始・終了予定>					
中項目	04	スポーツ・レクリエーション				H 16 年度 ~ 年度					
予算科目（コード）	款	10	項	05	目	02	細目	001	細々目	01	
事務事業概要	目的										
	<対象は誰、何か>						<対象をどのような状態にすることを意図しているか>				
	市民・団体等						市内の公共スポーツ施設の拠点において充実したサービスを受けられる。				
	事業実施方法										
	直接実施 業務委託（委託先：昭島ビルメンテナンス事業協同組合、シンコースポーツ株式会社）										
	補助金（補助先： ） その他（ ）										
	内容										
	総合スポーツセンターの管理・運営等を民間に委託し、官民一体となって充実したサービスを提供していく。また、各種スポーツ教室についても民間に委託し、効果的な運営を行う。 総合スポーツセンター：体育室、軽体操室、柔道場、剣道場、弓道場、温水プール、トレーニングルーム、研修室、クラブ室 スポーツ教室：「健康さわやか教室」、「親子体操教室」等27事業										
	細事業（主な事業内訳）				平成22年度決算額				備考（細事業内容についての補足）		
	需用費：消耗品費				973 千円						
	需用費：燃料費				177 千円				車両のガソリン代		
	需用費：印刷製本費				60 千円						
	需用費：光熱水費（電気料）				7,865 千円						
	需用費：光熱水費（水道料）				9,049 千円						
	需用費：光熱水費（ガス料）				22,032 千円						
需用費：光熱水費（下水道料）				7,601 千円							
需用費：施設修繕料				1,458 千円				B棟通路漏水のため改修、トレーニングルームガラス修繕			
需用費：機械器具等修繕料				959 千円				トレーニング機器修繕			
役務費：通信運搬費（電話料）				663 千円							
委託料：管理運営委託				106,696 千円				主な内訳は下記のとおり			
管理運営業務				56,412 千円				受付・案内、管理サービス業務、駐車場、トレーニングルーム、室内温水プール管理運営業務			
設備運転保守管理				28,468 千円				運転保守管理、ボイラー性能検査等業務、各種保守点検業務			
清掃業務等				15,620 千円				日常・定期、ランニング走路清掃、安土清掃・的張り業務等			
保険料等				660 千円				賠償責任保険等			
委託料：スポーツ教室運営委託				15,498 千円				各種スポーツ教室			
委託料：警備委託				328 千円				夜間の機械警備（午後10時～午前8時30分）			
委託料：電気工作物保安委託				255 千円				設備運転の安全性の維持管理			
委託料：樹木せん定委託				1,260 千円				高木、中木、低木、垣根、芝等の良好な維持管理			
使用料及び賃借料：複写機借上料				281 千円				コピー機リース代			
使用料及び賃借料：受信料				22 千円				NHK受信料			
使用料及び賃借料：簡易印刷機借上料				16 千円				印刷機リース代			
使用料及び賃借料：トレーニング機器借上料				3,130 千円				トレーニングマシーン等借上げ			
事業の必要性											
廉価で通年利用できる温水プールやトレーニングジム、屋内競技用の体育施設は、市民の健康づくりのために必要。											
関連事業											

平成23年度 事務事業評価（外部評価）事業説明シート （平成22年度実施事業）

コストと財源内訳	コスト						
		平成21年度決算		平成22年度決算		平成23年度予算	
	直接事業費	184,969 千円		178,321 千円		187,857 千円	
	報酬	千円		千円		千円	
	賃金	千円		千円		千円	
	報償費	千円		千円		千円	
	需用費	52,667 千円		50,173 千円		54,365 千円	
	役務費	797 千円		663 千円		651 千円	
	委託料	125,231 千円		124,036 千円		128,754 千円	
	使用料及び賃借料	3,700 千円		3,449 千円		4,017 千円	
負担金、補助及び交付金	千円		千円		千円		
扶助費	千円		千円		千円		
その他	2,574 千円		0 千円		70 千円		
人件費	4,980 千円		4,980 千円		4,980 千円		
一般職員	0.2 人	1,700 千円	0.2 人	1,700 千円	0.2 人	1,700 千円	
再任用職員	0.8 人	3,280 千円	0.8 人	3,280 千円	0.8 人	3,280 千円	
総事業費	189,949 千円		183,301 千円		192,837 千円		
	平成21年度決算		平成22年度決算		平成23年度予算		
財源内訳	0 千円		0 千円		0 千円		
(内容)							
都支出金	0 千円		0 千円		4,090 千円		
(内容)					緊急雇用創出事業臨時特例補助金		
その他特定財源	64,933 千円		58,954 千円		67,360 千円		
(内容)	総合スポーツセンター使用料、庁舎等光熱水費、複写機利用料、各種講習会受講料ほか						
一般財源	125,016 千円		124,347 千円		121,387 千円		
財源合計	189,949 千円		183,301 千円		192,837 千円		
事業の実績と成果	事業実績						
	活動指標	平成21年度（実績）		平成22年度（実績）		平成23年度（予定）	
	利用人数（団体、個人、教室参加者）	299,988 人		302,200 人		301,401 人	
	単位当たりコスト						
利用人数当たりの単価	655 円		607 円		640 円		
成果	総合スポーツセンターの管理・運営及び各種スポーツ教室の開催は、民間に委託している。各種スポーツ教室については、参加人数等を検証し、見直しを行っている。						
課題	使用料について、東京都が運営していたのと同様に市内、市外の区別をしない料金体系を取っていること。施設については、建設から36年が経過しているため、修繕箇所が増えている。						
自己評価	市内の公共スポーツ施設の拠点として、多くの団体、個人のかたが利用をしている。官民一体となって、充実したサービスを提供している。						
比較参考値	他市の状況については別添参照						
備考							

平成23年度 事務事業評価（内部評価）シート （平成22年度実施事業）

基本データ	事務事業名		担当部署				
	総合スポーツセンター管理運営		部	生涯学習部	課長	石川千尋	
			課	スポーツ振興課	担当	青木昇一	
			係	スポーツ振興係	電話	544-4152	
	第4次総合基本計画における位置付け					実施根拠<法令、要綱等>	
政策項目 03 人を育む（生涯学習の充実）		昭島市総合スポーツセンター条例					
大項目 03 心を豊かにする（市民文化・学習の推進）							
中項目 04 スポーツ・レクリエーション		事業期間<開始・終了予定>					
予算科目（コード）		款 10	項 05	目 02	細目 001	細々目 01	H 16 年度 ~ 年度
事務事業概要	目的						
	<対象は誰、何か>		<対象をどのような状態にすることを意図しているか>				
	市民・団体等		市内の公共スポーツ施設の拠点において充実したサービスを受けられる。				
	内容		実績・成果				
	総合スポーツセンターの管理・運営等を民間に委託し、官民一体となって充実したサービスを提供していく。また、各種スポーツ教室についても民間に委託し、効果的な運営を行う。		団体利用 ・体育室（2ヶ所）：2,314件 ・軽体操室（2ヶ所）：3,213件 ・柔剣道場：1,315件 ・弓道場：638件 ・温水プール：1,129				
	総合スポーツセンター：体育室、軽体操室、柔道場、剣道場、弓道場、温水プール、トレーニングルーム、研修室 スポーツ教室：「健康さわやか教室」「親子体操教室」等27事業		個人利用 ・軽体操室（2ヶ所）：894人 ・柔剣道場：2,039人 ・弓道場：662人 ・温水プール：46,792人 ・トレーニングルーム：66,03				
	コスト		(単位)	平成21年度決算	平成22年度決算	平成23年度予算	備考<特財名称等>
	直接事業費		千円	184,969	178,321	187,857	総合スポーツセンター使用料 庁舎等光熱水費 複写機利用料 電話料 各種講習会受講料 保険返戻金等 建物損害共済災害共済金 緊急雇用創出事業臨時特別補助金
	財源内訳	国庫支出金	千円				
		都支出金	千円			4,090	
地方債		千円					
その他特定財源		千円	64,933	58,954	67,360		
一般財源		千円	120,036	119,367	116,407		
一般職員人件費		千円	1,700	1,700	1,700		
人工数		人	0.20	0.20	0.20		
再任用職員人件費		千円	3,280	3,280	3,280		
人工数		人	0.80	0.80	0.80		
総事業費		千円	189,949	183,301	192,837		
事務事業評価	個別評価（大いにある 5、概ねある 4、どちらかというところ 3、あまりない 2、ない 1）						
	必要性	5	↙ <判断理由>	妥当性	4	↙ <判断理由>	
	廉価で通年利用できる温水プールやトレーニングジム、屋内競技用の体育施設は、市民の健康づくりのために必要。		総合スポーツセンターの管理・運営及び各種スポーツ教室の開催は民間に委託し、官民一体となって充実したサービスを提供している。 施設（駐車場含む）使用料は市民、他市民とも同額。				
	有効性	5	↙ <判断理由>	効率性	5	↙ <判断理由>	
	市内には同規模以上の体育施設は無く、市内の公共スポーツ施設の拠点となって多くの市民に利用されている。		総合スポーツセンターの管理・運営及び各種スポーツ教室の開催は民間に委託している。また、各種スポーツ教室については毎年参加人数等を検証し、見直しを行っている。				
合計点数 （20点満点）	19点		評価全般・今後の方向性に関するコメント<理由、改善内容等>				
今後の方向性 （拡充、現状維持など）	一部改善		「都立施設を移管」という経過もあるが、市内料金、市外料金等の設定について検討できる。また、施設が老朽化してきている部分も見受けられるので、利用者の安全・安心という面からも計画的な修繕等を検討する必要がある。				



# 昭島市 総合スポーツセンター

所在地：〒196-0033 昭島市東町5-13-1

電話番号：042-544-4151 FAX：042-544-4159

開設日：平成16年7月1日

開館時間：午前9時～午後10時

休館日：第1月曜日(施設点検日) } 祝日の場合  
第3月曜日(定期休館日) } はその翌日  
12月28日～1月3日、その他 臨時休館日

駐車場：51台(他 障害のある方用2台)「有料」

交通：JR青梅線東中神駅(南口)下車徒歩5分  
(昭島市立昭和公園内)

A 棟 屋内温水プール  
トレーニングルーム  
柔道場・剣道場  
第一軽体操室・研修室

B 棟 第一体育室・第二体育室  
第二軽体操室

C 棟 弓道場

# 昭島市総合スポーツセンター トレーニングルームのご利用案内

当館のトレーニングルームは、個人でご利用になれます。(貸切りでの利用はできません。)  
トレーナーが、利用する方の体力に合わせた運動のしかたについて、アドバイスをしています。

## ご利用時間

9:00 ~ 22:00 【トレーニングご利用時間 21:45まで】

『最終入場時刻は、21:00となっておりますのでご注意ください。』



## 使用料

一般《高校生以上》 2時間 290円  
(2時間を超えた場合は、1時間につき140円の超過料金がかかります。)

利用券は、一回券と回数利用券(5枚綴り 1,300円)があります。

一回券は、1階総合受付横券売機で、回数利用券は総合受付お求めください。

## 休館日

第一月曜日 臨時休館日(祝日にあたる時はその翌日)  
第三月曜日 定期休館日(祝日にあたる時はその翌日)  
年末年始 その他臨時に休館することがあります。



## ご利用上の注意

中学生以下の方は、入場できません。

初めてご利用する方は、問診をしますのでトレーナーにお申し出てください。

2回目以降の方は、券をトレーナーに提示して時間を打刻後利用できます。

トレーニング終了後トレーニング受付に券をお渡しください。

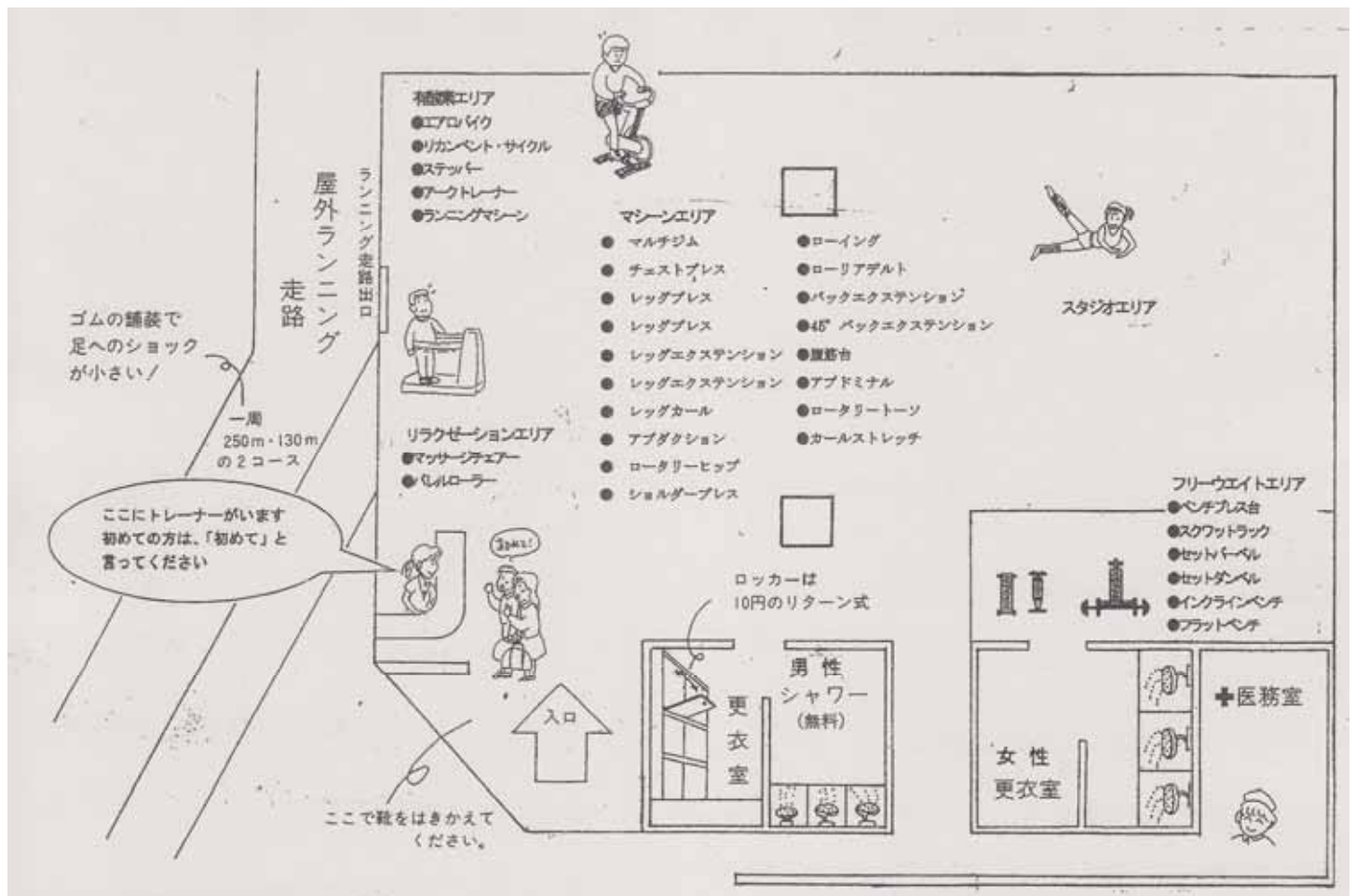
ご利用の際は、運動のできる服装と室内用運動靴を、必ずお持ちください。

運動のできる服装と室内用運動靴をお持ちでない場合は、入場をお断りします。

屋外を走る方は、屋外用運動靴もご用意ください。

フリーウエイトをご利用の際、大声を発したり、ダンベル等を床に放り投げる等、  
他の方に迷惑となる行為をされた場合は、途中退出していただく場合があります。

(裏面もご覧ください)



**フィットネス体操**

トレーナーが体操の指導を行います。自由にご参加ください。

10:30 ~ 11:15  
 (各45分)  
 19:30 ~ 20:15

詳しくは、別紙フィットネス体操のご案内をご覧ください。

**体力スポーツ相談**

「久しぶりに運動をしたいが、体力に自信がない」「腰痛・肩こりに効く運動は？」など「どんな運動を、どれくらいやればよいのか」とお困りの方に、「体力スポーツ相談」を開設しています。詳しくは、別紙体力スポーツ相談のご案内をご覧ください。

J R 青梅線東中神駅下車徒歩5分

**昭島市総合スポーツセンター**  
 〒196 - 0033  
 東京都昭島市東町 5 - 13 - 1  
 TEL 042 - 544 - 4151  
 FAX 042 - 544 - 4159

# 昭島市総合スポーツセンター トレーニングルーム

## 平成23年度 フィットネス体操のご案内



トレーナーによるフィットネス体操を下記のとおり実施します。

ぜひこの機会をご利用ください。皆様のご参加をお待ちしております。

曜日 時間帯	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT	日 SUN
午前	フィットネス 体操 10:30～ 11:15 尾崎	フィットネス 体操 10:30～ 11:15 宇田川	ベーシック ステップ 10:30～ 11:15 末木	フィットネス JOG 10:30～ 11:15 末木	フィットネス 体操 10:30～ 11:15 宇田川	フィットネス JOG 10:30～ 11:15 末木	フィットネス 体操 10:30～ 11:15 石田
午後	フィットネス 体操 14:30～ 15:15 小口	マーシャル アーツ 14:30～ 15:15 居倉	ボディ チェンジ 14:30～ 15:15 居倉	健美ヨーガ 14:30～ 15:15 小口	フィットネス 体操 14:30～ 15:15 戸井	健美ヨーガ 14:30～ 15:15 小口	マーシャル アーツ 14:30～ 15:15 居倉
夜間	健美ヨーガ 19:30～ 20:15 小口	フィットネス 体操 19:30～ 20:15 尾崎	フィットネス JOG 19:30～ 20:15 末木	ヒップホップ 19:30～ 20:15 田代	健美ヨーガ 19:30～ 20:15 石田	ベーシック ステップ 19:30～ 20:15 尾崎	フィットネス 体操 18:00～ 18:45 井野

参加費は、トレーニングルーム利用料に含みます。

運動のできる服装と室内用運動靴を必ずお持ちください。

ベーシックステップ(ステップ台を使用してのレッスンです)は、定員制です。(40名)整理券をカウンターにてお受取りください。

トレーニングルーム内のフリースペースで行いますが、状況に応じて人数制限をする場合があります。

〈午前の部については、整理券が必要です。(定員50名)カウンターにてお受取りください。〉

フィットネス体操開始15分経過してのご入場は、ケガ等の防止のため入場をお断りする場合がございますのでご了承ください。

運動中は汗が多くでますので、ペットボトル等をご用意いただく事をお勧めいたします。

運動内容については、裏面をご参照ください。



昭島市総合スポーツセンター

TEL 042 544 4151





## フィットネス体操プログラム 内容

フィットネス体操	音楽に合わせて、ウォーキングを中心に様々なステップを組合わせた脂肪燃焼、持久力向上効果のあるプログラムです。 (レベル 初心者～中級)
フィットネスJOG	テンポある音楽に合わせて、走る・跳ねる・回る動きが入る心拍機能向上、脂肪燃焼効果の高いプログラムです。 (レベル 中級～上級)
ベーシックステップ	ステップ台を使い、リズムにのっての昇降運動、大肢部強化も兼ねそなえたプログラムです。 (レベル 中級～上級)
マーシャルアーツ	パンチやキックなど格闘技の動きを取入れ、大きな筋肉を使い代謝を高めると共に、体幹刺激してバランスアップ！ まずは何も考えずにストレス解消から！(レベル 初心者～中級)
ヒップホップ	ヒップホップの音楽に合わせて、ダンスのリズムを楽しみながら体全体を動かしていくダンスプログラムです。 (レベル 初級～上級)
健美ヨーガ	呼吸に合わせて、体を動かし柔軟性、バランス感覚、筋力向上、基礎代謝アップ体の中心(コア)を鍛えるプログラムです。 (レベル 初心者～中級)
ボディチェンジ	自重体重、チューブ、ステップ台等を使って音楽に合わせてながら筋力アップと有酸素運動を同時に行う画期的なプログラムです。 (レベル 初心者～上級)

インストラクターにより若干のレベル差はありますので詳しくはトレーナーにお聞きください。  
都合によりインストラクターの変更、レッスンの変更等がございます。その際は、掲示板にてお知らせいたしますのでご確認ください。

平成23年度

# 昭島市総合スポーツセンター 体力・スポーツ相談のご案内

トレーニングルームをご利用になられている方を対象に、目的に応じた安全で効果的なトレーニングが行えるように、スポーツ科学の専門的な見地からアドバイスをいたします。また、トレーニングメニューも提供します。

競技力向上を目指す方、お医者さまから運動を勧められた方、運動不足と感じている方、健康体力づくりを目指す方、やせたい方、筋肉をつけたい方等、ぜひご利用ください。

実施場所 昭島市総合スポーツセンター トレーニングルーム  
実施日

榎本先生	鈴木先生	榎本先生	鈴木先生
4月24日(日) / 17日(日)		5月8日(日) / 15日(日)	
6月5日(日) / 19日(日)		7月3日(日) / 17日(日)	
8月28日(日) / 21日(日)		9月25日(日) / 18日(日)	
10月23日(日) / 16日(日)		11月6日(日) / 20日(日)	
12月4日(日) / 18日(日)		1月8日(日) / 15日(日)	
2月5日(日) / 19日(日)		3月4日(日) / 18日(日)	

講師の都合により実施日が変更になる場合があります。

## 実施時間

日曜日 10:00～16:00 実施日の一週間前より定員7名の予約制です  
電話での予約は行っておりません。当センターでのお申し込みになります。

## 講師

東洋大学 ライフデザイン学部 健康スポーツ学科 教授  
鎌倉女子大学 教育学部 教育学科 講師

鈴木 哲郎先生  
榎本 至 先生

## 対象

原則として、昭島市総合スポーツセンタートレーニングルーム利用者

## 費用

トレーニングルーム利用料に含みます。

## 持ち物

トレーニングウェア、室内用スポーツシューズ、タオル等

詳細はトレーニングルームスタッフまで気軽にお問い合わせください。



昭島市総合スポーツセンター

TEL 042-544-4151

# 2011年10月

昭島市総合スポーツセンター

## 屋内温水プール 一般公開

(11月分は裏面です)

数字は、一般開放するコースの予定数です。直前の予約等が入り、コース数が増える場合があります。(H22.5.23現在)

10月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
9:00				3	3	3	4				3	3	3	4				3	3	3	4			3	3	3	4				3	4
11:00		休		3	4	4	3	—	休		3	4	4	3	—	休		3	4	4	3	—		4	3	4	4	3	—		4	3
13:00	一般	—	3	3	5	3	4	一般	—	3	3	5	3	4	一般	—	3	3	5	3	4	一般	—	4	3	5	3	4	一般	—	4	4
15:00	開放	一般	6	6	4	6	4	開放	一般	6	6	4	6	6	開放	一般	6	6	4	6	6	開放	一般	5	4	6	6	6	開放	一般	5	6
17:00	開放	日	6	6	6	6	6	開放	館	6	6	6	6	6	開放	館	6	6	6	6	6	開放	館	6	6	6	6	6	開放	館	6	6
19:00	開放	日	6	6	6	6	6	開放	館	6	6	6	6	6	開放	館	6	6	6	6	6	開放	館	6	6	6	6	6	開放	館	6	6
21:00				6	6	6	6				6	6	6	6				6	6	6	6			6	6	6	6	6			6	6
21:45				6	6	6	6				6	6	6	6				6	6	6	6			6	6	6	6	6			6	6

ご利用いただく水着、帽子等については、レジャー要素の高いものは、ご遠慮ください

### 【教室 等】

「中・高生のためのアクアエクササイズ」 10月 4.11.18.25 11月 1.8	「水中ウォーキングプログラム」 10月 24.31 11月 14.28	「初心者水泳プログラム」 10月 6.13.20.24.27日 11月 10.14.17.24.28
「水泳ウォーキングプログラム」 10月 24.31 11月 14.28	「初級水泳プログラム」 10月 6.13.20.24.27日 11月 10.14.17.24.28	「お知らせ」
「水泳ウォーキングプログラム」 10月 24.31 11月 14.28	「初級水泳プログラム」 10月 6.13.20.24.27日 11月 10.14.17.24.28	往復コースで連続して泳がれる場合には、ターンの際に後方確認を忘れずをお願い致します。
「水泳ウォーキングプログラム」 10月 24.31 11月 14.28	「初級水泳プログラム」 10月 6.13.20.24.27日 11月 10.14.17.24.28	この表は予定表です。急な変更もございますので、ご了承ください。

【3コースが一般公開の場合】

— 自由水泳コース —
ウォーキングコース

ウォーキングコースでは「アクアシューズ」の利用を認めています。シューズの利用は、プール場内で行います。

【4コースが一般公開の場合】

片側一方通行コース
— 自由水泳コース —
ウォーキングコース

【5コースが一般公開の場合】

— 往復水泳コース —
— 自由水泳コース —
ウォーキングコース

【6コースが一般公開の場合】

自由水泳コース
— 往復水泳コース —
— 自由水泳コース —
ウォーキングコース

水底確認時間

10:55 ~
12:55 ~
14:55 ~
16:55 ~
18:55 ~

約10分間です

#### 【基本型】

数字は、一般開放するコースの予定数です。直前の予約等が入り、コース数が変更になる場合があります。(H23.9.30現在)

11月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1
9:00	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
9:00	3	3	4	4				3	3	3	4			4	3	3	4				3		3	4			4	3	3	3	
11:00	3	4	—	3	—		休	3	4	4	3	—		3	3	4	4	3	—		3	—	4	3	—		4	3	4	4	
13:00	3	5	般	4	般	—		3	5	3	4	—		4	6	5	3	4	—		6	般	3	4	—		4	6	5	3	
15:00	6	4	開	6	開	—	館	6	4	6	6	—		6	6	4	6	6	—		6	開	6	6	—		6	6	4	6	
17:00	6	6	放	6	放	—		6	6	6	6	—		6	6	6	6	6	—		6	放	6	6	—		6	6	6	6	
19:00	6	6	—	6	—			6	6	6	6	—		6	6	6	6	6	—		6	—	6	6	—		6	6	6	6	
21:00	6	6	—	6	—			6	6	6	6	—		6	6	6	6	6	—		6	—	6	6	—		6	6	6	6	
21:45	6	6	—	6	—			6	6	6	6	—		6	6	6	6	6	—		6	—	6	6	—		6	6	6	6	



利用時間は、9時00分～21時45分です。お時間までに、**チケット**を受付にお戻しください。(最終入場時間は21時00分)  
 入場料は、1回2時間以内(入場から退場まで) **大人(高校生以上) 290円**、**小人(小学生・中学生) 140円**、**未就学児 無料**  
 2時間を超えてのご利用は、一時間毎 **大人140円 小人70円**の超過料金がかかります。**半額の方は、大人70円 小人30円**です。  
 お得な**5枚綴り回数券**を総合受付にて販売しております。**大人 1,300円 小人 630円**  
**3歳以上**でおむつのとれたお子様から利用できます。**小学3年以下の子供2名につき、1名の付き添い(高校生相当以上)が必要**です。  
**小学4年生以上**のお子様だけでのご利用は可能ですが、18時以降は小学6年生以下のお子様2名につき、1名の付き添い



(高校生相当以上)が必要です。**中学生**だけでのご利用は、19時までです。19時以降は、同様に付き添いが必要です。  
**身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方は、介護者1名を含め、入場料が半額**になります。  
 ⇨ 介護者とは、第1種身体障害者・療育手帳の交付を受けている方・精神障害者保健福祉手帳等級1～2級の方、  
 及び12歳未満で身体障害者手帳の交付を受けている方の付き添いで、施設利用時同行し介護する方です。  
 身体に障害のある方の専用更衣室・シャワーを設置しています。利用時は、総合受付に申し出てください。  
**障害のある方もお得な5枚綴り回数券**を総合受付で販売しております。 **大人 650円 小人 310円**  
**お子様連れの方は、お子様から目を離さないようにしてください。**  
**水泳帽子がないと入場できません。** **貴重品類は外してください。**  
 当施設は体育施設であることから**ピニ等のリシャ-的要素の高い水着の着用はご遠慮**ください。また浮き輪等の遊びを  
 目的とした用具を持ち込むことは出来ませぬ。  
 お化粧は、必ず落としてください。クレンジングをお忘れの方は、プール受付にて貸し出ししています。  
 シヤワーを十分に浴び、整髪料等をよく落としてください。**シヤンナー・石鹸等の使用は出来ませぬ。**  
 バンソウコウ類をつけたままでの入水は、認めておりませぬ。医療加工(キネシオ等)されたものは、使用を認めていますので、  
 プール受付にお申し出ください。

## 注意事項



**ルールとマナーを守り、安全な施設づくり**に、ご協力をお願い申し上げます。  
 プール水の水質検査のデータは、1階ロビーとプール場内掲示板にお知らせして  
 水質を良好に保つために、皆様の協力をお願い申し上げます。

# 昭島市総合スポーツセンター

〒196-0033 東京都昭島市東町5-13-1  
 JR青梅線[東中神駅]南口下車 徒歩5分  
 (昭島市立昭和公園内)  
 電話 042-544-4151 (総合受付)

主催事業実施状況(平成22年度実施)

課長	係長	主事	教室担当

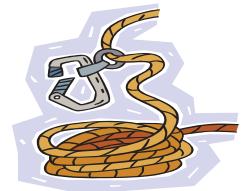
シンコースポーツ(株)

NO.	事業名	対象	参加料	回数	定員	応募者数	参加決定者数	実施日数	延べ参加人数	参加率(22年度)	参加率(21年度)
1	個人開放デー(球技)	小学生以上	大人 ¥300 子ども¥150	22回	上限なし	大人/子どもとする		22	894/691		888/529
	クライミング開放デー	小学生以上	大人 ¥500 子ども¥350	22回	先着20名	大人/子どもとする		22	282/104		311/100
2	中高年のためのアクアエクササイズ(前期)	40歳以上	1回¥500	7回	30名	54	45	7	220	104.8%	114.3%
	中高年のためのアクアエクササイズ(中期)	40歳以上	1回¥500	7回	30名	58	45	7	255	121.4%	102.9%
	中高年のためのアクアエクササイズ(後期)	40歳以上	1回¥500	7回	30名	45	45	7	213	101.4%	101.0%
3	弓道教室	15歳以上	1回¥1,000	10回	30名	20	20	10	185	61.7%	44.7%
4	アクアエクササイズ(前期)	18歳以上	1回¥500	8回	30名	当日にて受付		8	108	45.0%	42.4%
	アクアエクササイズ(後期)	18歳以上	1回¥500	8回	30名	当日にて受付		8	103	42.9%	37.6%
5	健康さわやか教室(総合スポーツセンター)	50歳以上	1回¥250	25回	80名	79	79	25	1235	61.8%	61.1%
	健康さわやか教室(みほり体育館)	50歳以上	1回¥250	25回	80名	64	64	25	937	46.9%	42.3%
	健康さわやか教室(商工市民センター)1班	50歳以上	1回¥250	25回	80名	81	81	25	1308	65.4%	62.4%
	健康さわやか教室(商工市民センター)2班	50歳以上	1回¥250	25回	80名	81	81	25	1135	56.8%	50.4%
6	子どもクライミング教室(前期)	小・中学生	¥2,000	4回	20名	41	22	4	78	97.5%	85.0%
	子どもクライミング教室(中期)	小・中学生	¥2,000	4回	20名	21	21	4	79	98.8%	73.8%
	子どもクライミング教室(後期)	小・中学生	¥2,000	4回	20名	26	24	4	84	105.0%	86.3%
7	はじめてのクライミング教室(前期)	15歳以上	¥4,000	4回	20名	18	18	4	56	70.0%	78.8%
	はじめてのクライミング教室(中期)	15歳以上	¥4,000	4回	20名	21	20	4	70	87.5%	81.3%
	はじめてのクライミング教室(後期)	15歳以上	¥4,000	4回	20名	16	16	4	50	62.5%	82.5%
8	ナイターテニス初心者教室(夜間)	18歳以上	1回¥500	6回	50名	33	33	6	113	37.7%	50.3%
	テニス初心者教室(昼間)	18歳以上	1回¥500	6回	20名	17	17	6	86	71.7%	78.3%
9	女性のためのエアロビクス教室(前期)	18歳以上	¥3,000	6回	40名	40	40	6	194	80.8%	66.3%
	女性のためのエアロビクス教室(後期)	18歳以上	¥3,000	6回	40名	72	50	6	219	91.3%	67.1%
10	少年少女サッカー教室(高学年)	小学校 4~6年生	¥100	1回	80名	55	55	1	51	63.8%	78.8%
	少年少女サッカー教室(低学年)	小学校 1~3年生	¥100	1回	80名	62	62	1	55	68.8%	98.8%
11	救急救命(上級救命講習会)	15歳以上	テキスト代 ¥2,600	1回	30名	19	19	1	19	63.3%	96.7%
12	子どもヒップホップダンス教室	小・中学生	¥1,500	6回	30名	10	10	6	50	27.8%	77.2%
13	親子体操教室	3歳以上と 保護者	1組¥3,000	6回	30組	3	3	6	30	16.7%	26.7%
14	体育の日記念行事	一般市民	無料開放	1回	上限なし	当日にて受付		1	1599		1737
15	少年少女卓球教室	小学生のみ	¥2,000	8回	30名	23	23	8	150	62.5%	92.1%
16	バドミントン初心者教室(小)	小学4~6年	¥2,000	8回	30名	12	12	8	101	42.1%	63.3%
	バドミントン初心者教室(大)	18歳以上	¥4,000	8回	30名	12	12	8	83	34.6%	13.3%
17	空手道教室	小学生のみ	¥1,500	6回	20名	25	25	6	111	92.5%	
18	指導者講習会(日赤救急法)	18歳以上	テキスト代 ¥3,000	1回	30名	14	14	1	14	46.7%	
19	はじめてのフラダンス	18歳以上	¥3,000	6回	20名	30	20	6	98	81.7%	
20	やさしいピラティス	18歳以上	¥3,000	6回	20名	20	20	6	96	80.0%	
				合計				298	10,592	68.5%	67.4%

平成23年3月31日



# クライミング開放デー



第1・3土曜日午後3時～午後6時のみの実施。(受付は午後2時30分～)

※認定証所有者及びクライミング教室に参加されていない方は午後3時から受付。



- 対象：小学生以上
- 料金：高校生以上 300円 小学生以上 150円  
※保険料200円が別途で掛かります。
- 定員：20人(当日、現地にて申込順)

・検定は毎月クライミング開放日に実施しています。(希望される方は、事前に教室担当までご連絡ください)

【問合せ】総合スポーツセンター教室担当まで(042-544-4151)



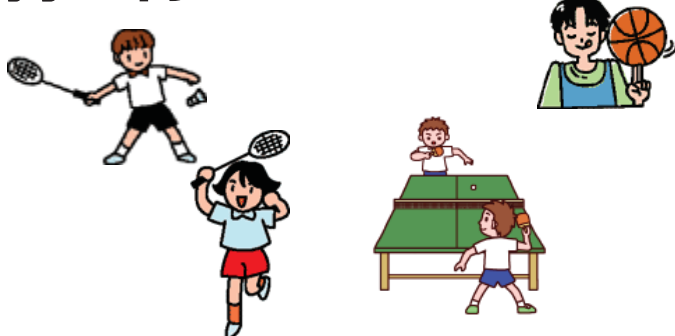
# 個人開放デー

毎月、第1・3土曜日のみ実施中

**料金** 小・中学生 ¥150  
高校生以上 ¥300

※各公開、開始30分前より受付開始。

**持ち物** 室内履き



利用時間	種 目	会 場
9時～正午	卓球(2台) ミニテニス(1面)	第二体育室
	バスケットボール(ハーフコート) バドミントン(3面)	第一体育室
正午～15時 15時～18時 18時～21時	卓球(4台) バドミントン(5面)	第一体育室

【問合せ】総合スポーツセンター教室担当まで(042-544-4151)

26市におけるスポーツ施設の運営方法

	直営	委託	指定管理
八王子市			
立川市			
武蔵野市			
三鷹市			
青梅市			
府中市			
昭島市			
調布市			
町田市			
小金井市			
小平市			
日野市			
東村山市			
国分寺市			
国立市			
福生市			
狛江市			
東大和市			
清瀬市			
東久留米市			
武蔵村山市			
多摩市			
稲城市			
羽村市			
あきる野市			
西東京市			

の数は施設数とは対応しない(施設が複数ある場合は、まとめたの記載としている)

## 近隣市体育施設の使用料状況

八王子	団体	9時から11時50分、12時から14時50分、15時から17時50分各6,000円 18時から21時7,000円
	個人	月曜日から金曜日時間を決めて開放。月曜日ミニテニス13時から17時30分、 火曜日バレーボール18時から21時30分---etc 1回300円
立川	団体	9時から12時30分12,000円、13時30分から17時13,400円、18時から21時30分 16,000円
	個人	月曜日水曜日他半日単位で開放。半日200円(トレーニング室も同額。市外は 2倍) プールは400円/2時間
福生	団体	主競技施設市内1,600円/1時間市外4,800円/1時間
	個人	150円/90分 市内、市外の区分はなし。
あきる野	団体	市内900円/2時間、市外2,700円/2時間 市外は2倍
	個人	100円/1時間、プールは200円/1時間 市内、市外の区分はなし。
昭島	団体	9時から12時6,000円、12時から15時6,500円、15時から18時7,700円 18時から22時9,700円
	個人	290円/2時間