別紙1-①　　11月26日から12月2日の施設利用可能一覧

2026年11月15日現在　　東京都障害者総合スポーツセンター

| 表記の見かた | | |
|---|---|---|
| | ○ | 個人利用可 |
| | ▲ | 団体利用可（事前予約制） |
| | × | 団体利用につき個人利用不可 |
| | 教室<br>当日参加可 | 申込不要で参加可能な教室です。個人利用及び団体利用はできません。　※教室の詳細はスタッフまでご確認ください。 |
| | 教室 | 事前申込制の教室を開催するため、個人利用及び団体利用はできません。 |
| | 教室<br>活動支援 | 事前申込制（団体対象）の教室を開催するため、個人利用はできません。 |
| | ※ | センター関連事業開催のため使用することができません。 |

▲ 団体利用可（事前予約制）の時間帯については、予約状況により個人利用ができる場合があります。

| | 11/26（木） | | | 11/27（金） | | | 11/28（土） | | | 11/29（日） | | | 11/30（月） | | | 12/1（火） | | | 12/2（水） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 午前 | 午後 | 夜間 | 午前 | 午後 | 夜間 | 午前 | 午後 | 夜間 | 午前 | 午後 | 夜間 | 午前 | 午後 | 夜間 | 午前 | 午後 | 夜間 | |
| 体育館 半面 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | 13-15<br>教室<br>当日参加可<br>15-17▲ | ▲ | 教室<br>活動支援 | 教室<br>活動支援 | ▲ | 教室<br>活動支援 | 13-16<br>教室<br>当日参加可<br>16-17▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | 休館日 |
| 体育館 半面 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | 13-15<br>教室<br>当日参加可<br>15-17▲ | ▲ | 教室<br>活動支援 | 教室<br>活動支援 | ▲ | 教室<br>活動支援 | 13-16<br>教室<br>当日参加可<br>16-17▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | |
| プール | ○ | ○ | ○<br>教室<br>活動支援 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 17-19<br>教室<br>活動支援<br>19-20:20○ | ○<br>10-11教室<br>当日参加可 | ○ | ○<br>教室<br>活動支援 | ○ | ○ | ○<br>教室<br>活動支援 | |
| 卓球室 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| ＳＴＴ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| 運動場 ﾄﾗｯｸ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | 9-10○<br>10-12<br>教室準備 | 13-17<br>教室<br>当日参加可 | 教室<br>活動支援 | 教室<br>活動支援 | ▲ | ▲ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | |
| 運動場 ﾌｨｰﾙﾄﾞ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | 9-10○<br>10-12<br>教室準備 | 13-17<br>教室<br>当日参加可 | 教室<br>活動支援 | 教室<br>活動支援 | ▲ | ▲ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | |
| 運動場　芝 | ▲ | 13-15▲<br>15-17○ | ▲ | ▲ | 13-15▲<br>15-17○ | ▲ | 9-10○<br>10-12<br>教室準備 | 13-17<br>教室<br>当日参加可 | 教室<br>活動支援 | 教室<br>活動支援 | 13-15▲<br>15-17○ | ▲ | ▲ | 13-15▲<br>15-17○ | ▲ | ▲ | 13-15▲<br>15-17○ | ▲ | |
| 庭球場 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | 教室<br>活動支援 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | |
| トレーニング室 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| 多目的室 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 教室<br>活動支援 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 13-15<br>教室<br>当日参加可<br>15-17○ | ○ | |
| 洋弓場 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | |

別紙1-②　　12月3日から12月9日の施設利用可能一覧

2026年11月15日現在　　東京都障害者総合スポーツセンター

| 表記の見かた | | |
|---|---|---|
| | ○ | 個人利用可 |
| | ▲ | 団体利用可（事前予約制） |
| | × | 団体利用につき個人利用不可 |
| | 教室<br>当日参加可 | 申込不要で参加可能な教室です。個人利用及び団体利用はできません。　※教室の詳細はスタッフまでご確認ください。 |
| | 教室 | 事前申込制の教室を開催するため、個人利用及び団体利用はできません。 |
| | 教室<br>活動支援 | 事前申込制（団体対象）の教室を開催するため、個人利用はできません。 |
| | ※ | センター関連事業開催のため使用することができません。 |

▲ 団体利用可（事前予約制）の時間帯については、予約状況により個人利用ができる場合があります。

| | 12/3（木） | | | 12/4（金） | | | 12/5（土） | | | 12/6（日） | | | 12/7（月） | | | 12/8（火） | | | 12/9（水） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 午前 | 午後 | 夜間 | 午前 | 午後 | 夜間 | 午前 | 午後 | 夜間 | 午前 | 午後 | 夜間 | 午前 | 午後 | 夜間 | 午前 | 午後 | 夜間 | |
| 体育館 半面 | ▲ | 13-15▲<br>15-17○ | ○ | ▲ | 13-15▲<br>15-17○ | ○ | 教室<br>活動支援 | ※ | ▲ | 教室<br>活動支援 | 13-16<br>教室<br>当日参加可<br>16-17▲ | ▲ | ▲ | 教室<br>活動支援 | ○ | ▲ | 13-15▲<br>15-17○ | ○ | 休館日 |
| 体育館 半面 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | 教室<br>活動支援 | ※ | ▲ | 教室<br>活動支援 | 13-16<br>教室<br>当日参加可<br>16-17○ | ▲ | ▲ | 教室<br>活動支援 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | |
| プール | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 17-19<br>教室<br>活動支援<br>19-20:20○ | ○<br>10-11教室<br>当日参加可 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| 卓球室 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○<br>13:00-15:00<br>スタッフ対応不可<br>13:00-15:00<br>教室<br>当日参加可 | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| ＳＴＴ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○<br>13:00-15:00<br>スタッフ対応不可 | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| 運動場 ﾄﾗｯｸ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | 教室<br>活動支援 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | |
| 運動場 ﾌｨｰﾙﾄﾞ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | 教室<br>活動支援 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | |
| 運動場　芝 | ▲ | 13-15▲<br>15-17○ | ▲ | ▲ | 13-15▲<br>15-17○ | ▲ | 教室<br>活動支援 | 13-15▲<br>15-17○ | ▲ | ▲ | 13-15▲<br>15-17○ | ▲ | ▲ | 13-15▲<br>15-17○ | ▲ | ▲ | 13-15▲<br>15-17○ | ▲ | |
| 庭球場 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | 教室<br>活動支援 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | |
| トレーニング室 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| 多目的室 | ▲ | ▲ | ▲ | 9-9:30○<br>9:30-12<br>教室<br>活動支援 | ▲ | ▲ | ▲ | 教室<br>活動支援 | ▲ | ▲ | 教室<br>活動支援 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | |
| 洋弓場 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | 13-16<br>教室<br>16-17○ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | 13-16<br>教室<br>16-17○ | ▲ | |

別紙1-③　　12月10日から12月16日の施設利用可能一覧

2026年11月15日現在　　東京都障害者総合スポーツセンター

| 表記の見かた | | |
|---|---|---|
| ○ | 個人利用可 | |
| ▲ | 団体利用可（事前予約制） | |
| × | 団体利用につき個人利用不可 | |
| 教室<br>当日参加可 | 申込不要で参加可能な教室です。個人利用及び団体利用はできません。　※教室の詳細はスタッフまでご確認ください。 | |
| 教室 | 事前申込制の教室を開催するため、個人利用及び団体利用はできません。 | |
| 教室<br>活動支援 | 事前申込制（団体対象）の教室を開催するため、個人利用はできません。 | |
| ※ | センター関連事業開催のため使用することができません。 | |

▲ 団体利用可（事前予約制）の時間帯については、予約状況により個人利用ができる場合があります。

| | 12/10（木） | | | 12/11（金） | | | 12/12（土） | | | 12/13（日） | | | 12/14（月） | | | 12/15（火） | | | 12/16（水） |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 午前 | 午後 | 夜間 | 午前 | 午後 | 夜間 | 午前 | 午後 | 夜間 | 午前 | 午後 | 夜間 | 午前 | 午後 | 夜間 | 午前 | 午後 | 夜間 | |
| 体育館 半面 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | 13-15<br>教室<br>活動支援<br>15-17○ | ▲ | 教室<br>活動支援 | 教室<br>活動支援 | ▲ | 教室<br>活動支援 | 13-16<br>教室<br>16-17○ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | 休館日 |
| 体育館 半面 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | 13-15<br>教室<br>活動支援<br>15-17○ | ▲ | 教室<br>活動支援 | 教室<br>活動支援 | ▲ | 教室<br>活動支援 | 13-16<br>教室<br>16-17○ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | |
| プール | ○ | ○ | 17-19:30<br>教室<br>活動支援<br>19:30-20:20○ | ○ | 13-16<br>教室<br>活動支援<br>16-17○ | ○ | ○<br>教室<br>活動支援 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○<br>10-11教室<br>当日参加可 | ○ | ○<br>教室<br>活動支援 | ○ | ○ | ○ | |
| 卓球室 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| ＳＴＴ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| 運動場 ﾄﾗｯｸ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | ▲ | 13-16<br>教室<br>活動支援<br>16-17○ | ▲ | 教室<br>活動支援 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | |
| 運動場 ﾌｨｰﾙﾄﾞ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | ▲ | 13-16<br>教室<br>活動支援<br>16-17○ | ▲ | 教室<br>活動支援 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | |
| 運動場　芝 | ▲ | 13-15▲<br>15-17○ | ▲ | ▲ | 13-16<br>教室<br>活動支援<br>16-17○ | ▲ | 教室<br>活動支援 | 13-15▲<br>15-17○ | ▲ | ▲ | 13-15▲<br>15-17○ | ▲ | ▲ | 13-15▲<br>15-17○ | ▲ | ▲ | 13-15▲<br>15-17○ | ▲ | |
| 庭球場 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | |
| トレーニング室 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| 多目的室 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 17-18○<br>18-20<br>教室<br>活動支援<br>20-20:30○ | ○ | 教室<br>活動支援 | ○ | ※ | ※ | ○ | ○ | 教室<br>活動支援 | ○ | ○ | 13-15<br>教室<br>当日参加可<br>15-17○ | ○ | |
| 洋弓場 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | 13-16<br>教室<br>16-17○ | ▲ | 教室<br>活動支援 | 教室<br>活動支援 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | |

別紙1-④　　12月17日から12月23日の施設利用可能一覧

2026年11月15日現在　　東京都障害者総合スポーツセンター

| 表記の見かた | | |
|---|---|---|
| | ○ | 個人利用可 |
| | 教室<br>当日参加可 | 申込不要で参加可能な教室です。個人利用及び団体利用はできません。　※教室の詳細はスタッフまでご確認ください。 |
| | 教室 | 事前申込制の教室を開催するため、個人利用及び団体利用はできません。 |
| | 教室<br>活動支援 | 事前申込制（団体対象）の教室を開催するため、個人利用はできません。 |
| | ※ | センター関連事業開催のため使用することができません。 |

▲　団体利用可（事前予約制）

×　団体利用につき個人利用不可

▲　団体利用可（事前予約制）の時間帯については、予約状況により個人利用ができる場合があります。

| | 12/17（木） | | | 12/18（金） | | | 12/19（土） | | | 12/20（日） | | | 12/21（月） | | | 12/22（火） | | | 12/23（水） | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 午前 | 午後 | 夜間 | 午前 | 午後 | 夜間 | 午前 | 午後 | 夜間 | 午前 | 午後 | 夜間 | 午前 | 午後 | 夜間 | 午前 | 午後 | 夜間 | 午前 | 午後 | 夜間 |
| 体育館 半面 | ▲ | 13-15▲<br>15-17○ | ○ | ▲ | 13-14▲<br>14-16<br>教室<br>活動支援<br>16-17○ | ○ | 教室<br>活動支援 | 教室<br>活動支援 | 前日<br>準備 | はばたき<br>ジュニアスポーツ<br>交流会 | | 17-18<br>大会<br>18-20:30▲ | ▲ | 13-15▲<br>15-17○ | ○ | ▲ | 教室<br>活動支援 | ○ | 休館日 | | |
| 体育館 半面 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | 13-14▲<br>14-16<br>教室<br>活動支援<br>16-17▲ | ▲ | 教室<br>活動支援 | 教室<br>活動支援 | 前日<br>準備 | | | 17-18<br>大会<br>18-20:30▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | 教室<br>活動支援 | ▲ | | | |
| プール | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○<br>教室<br>活動支援 | ○ | 13-15<br>教室<br>活動支援<br>15-17○ | ○ | ○ | 13-16<br>教室<br>活動支援<br>16-17○ | ○ | ○<br>10-11教室<br>当日参加可 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | | |
| 卓球室 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | | |
| ＳＴＴ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | | |
| 運動場 ﾄﾗｯｸ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | 教室<br>活動支援 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | 教室<br>活動支援 | ▲ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | | | |
| 運動場 ﾌｨｰﾙﾄﾞ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | 教室<br>活動支援 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | 教室<br>活動支援 | ▲ | ▲ | 13-15○<br>15-17▲ | ▲ | | | |
| 運動場　芝 | ▲ | 13-15▲<br>15-17○ | ▲ | ▲ | 13-15▲<br>15-17○ | ▲ | 教室<br>活動支援 | 13-15▲<br>15-17○ | ▲ | ▲ | 13-15▲<br>15-17○ | ▲ | ▲ | 教室<br>活動支援 | ▲ | ▲ | 13-15▲<br>15-17○ | ▲ | | | |
| 庭球場 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ○<br>13：30-15：30<br>スタッフ対応不可<br>教室<br>当日参加可 | ▲ | 教室<br>活動支援 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | | | |
| トレーニング室 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | | |
| 多目的室 | ▲ | 相談 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | 教室<br>活動支援 | ▲ | ▲ | 13-16<br>教室<br>活動支援<br>16-17○ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | | | |
| 洋弓場 | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | 13-16<br>教室<br>16-17○ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | | | |