

○ 東京体育館の事業（2月・3月）

事業名	開催日時	概要（内容・申込方法等）	対象及び定員	参加料	問い合わせ
アスリートと一緒に！ ブラインドサッカー体験	2月3日(土) ①14:00～15:30 ②15:45～17:15	パラリンピック種目である5人制サッカー、通称「ブラインドサッカー」。ゴールキーパー以外は全盲の選手がプレーしています。アイマスクを付け、転がると音の出るボールの音を頼りに、プレーします。視覚に障害がある方もない方も一緒に楽しめるブラインドサッカーを、アスリートと一緒に体験してみませんか？ 持ち物：動きやすい服装、室内用シューズ、飲料、タオル 申込み／受付中(定員になり次第締切)	対象：小学生以上の方(中学生を除く) 定員：各回40名	無料	スマイルスポーツ事業センター (公益財団法人東京都スポーツ文化事業団) 〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷1-17-1 フリーダイヤル：0120-612-001 携帯・PHSから：03-5474-2150 ※受付時間：平日10:00～17:00 ホームページ：http://smilesports.jp/
パフォーマンス向上のための 戦略的リカバリー	2月4日(日)10:00～12:00	スポーツにおいて、パフォーマンスを上げるにはトレーニングと同じようにリカバリーが重要になってきます。「パフォーマンス向上のためのリカバリーについて」をテーマに、専門家からリカバリーの考え方と方法を学びます。 持ち物：筆記用具 申込み／受付中(定員になり次第締切)	対象：15歳以上の方(中学生を除く) 定員：60名	1,000円	
東京体育館卓球フェスティバル 2018	2月12日(月・振休)10:00～17:00(予定)	2020年東京オリンピック競技大会の卓球会場で、小学生からシニアまでどなたでも楽しめる卓球大会を開催いたします。初心者の方も大歓迎です！アスリートによるデモンストレーション＆ワンポイントレッスンも予定しています！ 持ち物：動きやすい服装、室内用シューズ、ラケット、昼食、飲料、タオル (ラケットは貸出可、本数限定のため申込時に要申請) 申込み／受付中(定員になり次第締切)	対象：①エイジフリー(年齢制限なし)の部 ②小学生(1～6年)の部 ③シニア(60歳以上)の部 定員：①～③合計300名	高校生以下500円 大人1,000円	
スポーツ指導者スキルアップセミナー	2月17日(土)10:00～12:00	今回のテーマは、「部活動指導員制度ってなに？」です。外部人材を活用し、専門的な指導者の指導による生徒の技術向上や教員の負担の軽減などを目的として、平成29年4月に施行された同制度の概要や現状の課題について学び、今後の在り方について考えます。 持ち物：筆記用具 申込み／受付中(定員になり次第締切)	対象：15歳以上の方(中学生を除く) 定員：60名	1,000円	
シニアのための卓球クリニック	2月27日(火)9:30～12:30	東京2020大会の会場となる東京体育館で、50歳以上の方を対象に卓球の実技講習会を開催します。初心者でも楽しめる内容です。お気軽にご参加ください！ 持ち物：動きやすい服装、飲料、タオル、室内用シューズ、ラケット 申込み／受付中(定員になり次第締切)	対象：50歳以上の方 定員：50名	1,000円	
ジュニアスポーツ指導者育成セミナー ～女性とスポーツ～	3月18日(日)9:30～12:30	ヒトの身体は、男女それぞれ異なった特徴を持っており、スポーツパフォーマンスの結果に性差を生むだけでなく、様々な影響を及ぼす要因ともなっています。今回は「女性とスポーツ」をテーマに、オリンピックの伊藤華英氏と女性アスリート外来医師の窪麻由美氏から、心身ともに繊細なジュニア期の身体的特徴から女性アスリートのコンディショニングについて学びます。 持ち物：筆記用具 申込み／1月15日(月)から(定員になり次第締切)	対象：中学、高校生のスポーツ指導者、保護者 定員：60名	1,000円	
障害者スポーツ交流会 第6回アクアカップ in 東京体育館	3月24日(土)11:30～13:30 (ボランティア参加者は9:00～15:00)	障害のある方が各人の泳力に応じてご参加いただける水泳大会を実施します。あたたかい声援の中、日頃の練習の成果を発揮してみませんか？泳げない方でも出場可能です。介助者と一緒に入水し、対面での手つなぎや各種浮助具の利用など必要な介助をして泳ぎます。大会をサポートするボランティアも募集します。 申込み／受付中(1月31日(水)まで・申込多数の場合は抽選)	対象：知的・身体障害者とその介助者、ボランティア 定員：男女各40名 (ボランティア参加者は20名)	無料	

○ 駒沢オリンピック公園総合運動場の事業（2月・3月）

事業名	開催日時	概要（内容・申込方法等）	対象及び定員	参加料	問い合わせ
障害者サッカークリニック	2月17日(土)14:00～16:00	知的障害のある方を対象に、日本サッカー協会公認コーチの指導のもと、サッカーの基本練習やミニゲームを行います。 申込み／受付中(定員になり次第締切)	対象：知的障害のある方、療育手帳(愛の手帳)をお持ちの方、又は医師の診断のある方(小学1年生～20歳まで) 定員：50名	無料	スマイルスポーツ事業センター (公益財団法人東京都スポーツ文化事業団) 〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷1-17-1 フリーダイヤル：0120-612-001 携帯・PHSから：03-5474-2150 ※受付時間：平日10:00～17:00 ホームページ：http://smilesports.jp/
障害者指導のための指導者講習会	2月18日(日)10:00～17:00 (昼休憩60分あり)	障害者のリハビリや運動能力を保持・増進させるための指導力向上を図ります。ワンランク上の指導者を目指しましょう。 申込み／受付中(定員になり次第締切)	対象：障害者向けスポーツや健康体づくりの指導者 定員：30名	3,000円	

○ 東京武道館の事業（2月・3月）

事業名	開催日時	概要（内容・申込方法等）	対象及び定員	参加料	問い合わせ
はじめての武道体験（小学生）	2月24日(土) ①少林寺拳法 13:30～15:00 ②相撲 15:10～16:40	①少林寺拳法、②相撲の武道体験です。1種目でも、2種目でも参加可能です。 持ち物：動きやすい服装 申込み／受付中(定員になり次第締切)	対象：小学生 定員：各コース30名	無料	スマイルスポーツ事業センター (公益財団法人東京都スポーツ文化事業団) 〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷1-17-1 フリーダイヤル：0120-612-001 携帯・PHSから：03-5474-2150 ※受付時間：平日10:00～17:00 ホームページ：http://smilesports.jp/
シルバーのための太極拳体験	2月25日(日)9:30～12:30	太極拳の素晴らしさや楽しさを体験してみませんか。 持ち物：動きやすい服装 申込み／受付中(定員になり次第締切)	対象：中高年の方 定員：30名	無料	

○ 東京辰巳国際水泳場の事業（2月・3月）

事業名	開催日時	概要（内容・申込方法等）	対象及び定員	参加料	問い合わせ
ベビースイミングスクール	2月1日(木)・8日(木)・22日(木)・26日(月) 3月1日(木)・8日(木)・15日(木)・22日(木) ※2月26日、3月22日は振替練習日 基本月3回 A)9:30~10:30 B)11:00~12:00	生後6ヶ月以上4歳未満の子供と保護者を対象としたスイミングスクールです。 申込み/受付中(定員になり次第締切)	対象：生後6ヶ月以上4歳未満のお子様と保護者 定員：各140組280名	5,040円/月	<p>東京辰巳国際水泳場 〒135-0053 東京都江東区辰巳2-8-10 電話：03-5569-5061 ※受付時間：平日9:00~19:00 ホームページ：http://www.tatsumi-swim.net/</p>
こども水泳スクール	(1)2月6日・20日・27日、3月6日・13日・20日 (全て火曜日)基本月3回 (2)2月7日・21日・28日、3月7日・14日・21日 (全て水曜日)基本月3回 (3)2月1日・8日・22日、3月8日・15日・22日 (全て木曜日)基本月3回 (4)2月2日・9日・23日、3月9日・16日・23日 (全て金曜日)基本月3回 (5)2月5日・26日、3月12日・19日 (全て月曜日)基本月2回 (1)~(5)いずれも、 ①幼児(3歳~6歳・未就学児) 15:20~16:20 ②児童(小学生・中学生)(初級) 16:20~17:20 ③児童(小学生・中学生)(中・上級) 17:20~18:20	幼児から小学生・中学生までを対象に、水泳の練習を行います。 申込み/(1)~(5)いずれも、受付中(定員になり次第締切)	対象：幼児(3歳以上)から小学生・中学生まで 定員：(1)~(5)いずれも、 ①幼児50名 ②児童100名(初級) ③児童100名(中・上級)	(1)~(4)5,040円/月 (5)3,360円/月	
上級者ジュニアスイミングスクール	2月2日(金)・6日(火)・9日(金)・20日(火)・23日(金)・27日(火)、3月6日(火)・9日(金)・13日(火)・16日(金)・20日(火)・23日(金)基本月6回 17:20~18:30	4泳法取得者を対象に、泳ぎ込みやフォームチェック、メンタルトレーニングを行います。 ※参加基準タイムがございます。 申込み/受付中(定員になり次第締切)	対象：4泳法をマスター(200m個人メドレー)しているお子様(小学生~中学生) 定員：30名	6,720円/月	
ベビー・リトル体育スクール	2月7日・21日・28日、3月7日・14日・21日(全て水曜日)基本月3回 ①ベビーコース11:10~11:50 ②リトルコース14:10~15:00	お子様とスキンシップやコミュニケーションを図ります。 申込み/受付中(定員になり次第締切)	対象： ①ベビーコース：1歳以上(歩行が出来る)のお子様と保護者 ②リトルコース：2歳~3歳未満のお子様 定員：①20組40名 ②20名	5,040円/月	
こども体育スクール	2月2日(金)・6日(火)・7日(水)・20日(火)・21日(水)・23日(金)・27日(火)・28日(水)の日程から基本月3回選択 3月6日(火)・7日(水)・9日(金)・13日(火)・14日(水)・16日(金)・20日(火)・21日(水)・23日(金)の日程から基本月3回選択 ①幼児(4歳~6歳) 15:30~16:30 ②児童(小学1~3年生) 16:30~17:30 ③児童(小学4~中学生) 17:30~18:30	幼児から小学生・中学生までを対象に、体育の練習を行います。 申込み/受付中(定員になり次第締切) ※お申し込み時のみ、火曜日・水曜日・金曜日のいずれかの曜日選択が必要。	対象：幼児(4歳以上)から小学生・中学生まで 定員：①幼児30名(4歳~6歳) ②児童50名(小学1~3年生) ③児童50名(小学4~中学生)	5,040円/月	
キッズダンススクール	2月1日・8日・22日、3月8日・15日・22日 (全て木曜日)基本月3回 ①幼児(4歳~6歳) 15:20~16:20 ②児童(小学1~3年生) 16:20~17:20 ③児童(小学4~中学生) 17:20~18:20	幼児から小学生・中学生までを対象に、キッズダンスの練習を行います。 申込み/受付中(定員になり次第締切)	対象：幼児(4歳以上)から小学生・中学生まで 定員：①幼児20名(4歳~6歳) ②児童20名(小学1~3年生) ③児童20名(小学4~中学生)	5,040円/月	
フラダンススクール	2月6日・20日、3月6日・20日(全て火曜日) 基本月2回 13:45~15:00	本場のフラダンスを堪能していただきます。 申込み/受付中(定員になり次第締切)	対象：18歳以上の女性 定員：30名	3,150円/月	

○ 若洲海浜公園ヨット訓練所の事業（2月・3月）

事業名	開催日	概要	対象	参加料	問い合わせ
ヨット教室 一般初級コース	2月土曜日コース：3月3日・10日・17日・24日 2月日曜日コース：3月4日・11日・18日・25日 3月土曜日コース：3月31日・4月7日・14日・21日 3月日曜日コース：4月1日・8日・15日・22日 いずれも9:00から16:00まで	ヨットに初めて乗る方、久しぶりに乗る方向けのクラス インストラクターがーから教えます。 申込み/2月開催は1月4日(木)から受付、3月開催は2月1日(木)から、開催初日の5日前までに電話またはインターネット・FAX受付(先着順)	対象：一般(高校生以上) 定員：20名	7,000円/1日	<p>若洲ヨット訓練所 電話：03-5569-6703 FAX：03-5569-6719 ※受付時間：9:00~17:00(火曜定休) ホームページ http://www.tptc.co.jp/park/03_06</p>
ヨット教室 中級コース	2月コース：2月3日・4日・10日・11日・12日・17日・18日・24日・25日 3月コース：3月3日・4日・10日・11日・17日・18日・21日・24日・25日 いずれも9:00から16:00まで	中級者向けのクラスです。 一人で操舵できるようにインストラクターが指導します。 申込み/2月開催は1月4日(木)から受付、3月開催は2月1日(木)から、開催初日の5日前までに電話またはインターネット・FAX受付(先着順)	対象：一般(高校生以上) 定員：20名	7,000円/1日	