

			午前 9:00~12:00	午後 13:00~17:00	夜間 18:00~21:00		
1	月		休 館 日				
2	火		休 館 日				
3	水		休 館 日				
4	木	A	健康 エアロビクス 9:30~10:30	ウォークバランス エクササイズ 11:00~12:00	個人公開 親子体操 (年少~年長と 保護者) 15:00~15:50	個人公開 小学生体操 (小学生) 16:00~17:15	個人公開 器械体操 (15歳以上・中学生を除く) 18:30~20:30
		B					
5	金	A	団体貸出		個人公開 バドミントン (中学生以上) 13:00~15:00	個人公開 バドミントン (小学2年生以上) 15:30~17:30	個人公開 バドミントン (15歳以上・中学生除く) 18:00~20:30
		B	団体貸出				
6	土	A	団体貸出		個人公開バスケットボール (A面:小学3~6年) (B面:4歳児~小学2年) 13:00~15:00	個人公開 バスケットボール (A面:中学生) (B面:シニア) 15:30~17:30	個人公開 バスケットボール (15歳以上・中学生除く) 18:30~20:30
		B	団体貸出				
7	日	A	(椎の美SC) お正月スポーツ広場 9:00~17:00				団体貸出
		B					団体貸出

令和5年度 1月

			午前 9:00~12:00	午後 13:00~17:00	夜間 18:00~21:00		
8	月	A	(バスケットボール) 種目別選手権 9:00~21:00				
		B					
9	火	A	ソフト エアロビクス 9:30~10:30		個人公開 卓球 (4歳児以上) 13:00~15:00	個人公開 卓球 (4歳児以上) 15:30~17:30	個人公開 卓球 (高校生以上) ※中学生は保護者(高校生不可) と同伴利用のみ可 18:00~20:30
		B					
10	水	A	団体貸出		個人公開バレーボール ※女性限定9人制 (A面:50歳以上) (B面:20歳以上) 13:00~15:00	個人公開バレーボール (親子) 15:30~16:30 (小学生) 15:30~17:30	個人公開 バレーボール (15歳以上・中学生除く) 18:30~20:30
		B	団体貸出				
11	木	A	健康 エアロビクス 9:30~10:30	ウォークバランス エクササイズ 11:00~12:00	個人公開 親子体操 (年少~年長と 保護者) 15:00~15:50	個人公開 小学生体操 (小学生) 16:00~17:15	個人公開 器械体操 (15歳以上・中学生を除く) 18:30~20:30
		B					
12	金	A	団体貸出		個人公開 バドミントン (中学生以上) 13:00~15:00	個人公開 バドミントン (小学2年生以上) 15:30~17:30	個人公開 バドミントン (15歳以上・中学生除く) 18:00~20:30
		B	団体貸出				
13	土	A	団体貸出		個人公開バスケットボール (A面:小学3~6年) (B面:4歳児~小学2年) 13:00~15:00	個人公開 バスケットボール (A面:シニア) (B面:車椅子) 15:30~17:30	個人公開 バスケットボール (15歳以上・中学生除く) 18:30~20:30
		B	団体貸出				
14	日	A	(バスケットボール) 種目別選手権 9:00~21:00				
		B					

令和5年度 1月

			午前 9:00~12:00	午後 13:00~17:00	夜間 18:00~21:00		
15	月	A	団体貸出		親子バドミントン教室 13:00~17:00	団体貸出	
		B	団体貸出		団体貸出	団体貸出	
16	火	A	ソフト エアロビクス 9:30~10:30	個人公開 卓球 (4歳児以上) 13:00~15:00	個人公開 卓球 (4歳児以上) 15:30~17:30	個人公開 卓球 (高校生以上) ※中学生は保護者(高校生不可) と同伴利用のみ可 18:00~20:30	
		B					
17	水	A	団体貸出		個人公開バレーボール ※女性限定9人制 (A面:60歳以上) (B面:20歳以上) 13:00~15:30	個人公開バレーボール (親子) 15:30~16:30 (小学生) 15:30~17:30	個人公開 バレーボール (15歳以上・中学生除く) 18:30~20:30
		B	団体貸出				
18	木	A	健康 エアロビクス 9:30~10:30	ウォークバランス エクササイズ 11:00~12:00	個人公開 親子体操 (年少~年長と 保護者) 15:00~15:50	個人公開 小学生体操 (小学生) 16:00~17:15	個人公開 器械体操 (15歳以上・中学生を除く) 18:30~20:30
		B					
19	金	A	団体貸出		個人公開 バドミントン (中学生以上) 13:00~15:00	個人公開 バドミントン (小学2年生以上) 15:30~17:30	個人公開 バドミントン (15歳以上・中学生除く) 18:00~20:30
		B	団体貸出				
20	土	A	団体貸出		個人公開バスケットボール (A面:小学3~6年) (B面:4歳児~小学2年) 13:00~15:00	個人公開 バスケットボール (A面:中学生) (B面:シニア) 15:30~17:30	個人公開 バスケットボール (15歳以上・中学生除く) 18:30~20:30
		B	団体貸出				
21	日	A	(卓球) 種目別選手権 9:00~21:00				
		B					

令和5年度 1月

			午前 9:00~12:00	午後 13:00~17:00	夜間 18:00~21:00		
22	月	A	(高齢者クラブ) ボッチャ交流大会 9:00~17:00			団体貸出	
		B				団体貸出	
23	火	A	ソフト エアロビクス 9:30~10:30	個人公開 卓球 (4歳児以上) 13:00~15:00	個人公開 卓球 (4歳児以上) 15:30~17:30	個人公開 卓球 (高校生以上) ※中学生は保護者(高校生不可) と同伴利用のみ可 18:00~20:30	
		B					
24	水	A	団体貸出		個人公開バレーボール ※女性限定9人制 (A面:50歳以上) (B面:20歳以上) 13:00~15:00	個人公開バレーボール (親子) 15:30~16:30 (小学生) 15:30~17:30	個人公開 バレーボール (15歳以上・中学生除く) 18:30~20:30
		B	団体貸出				
25	木	A	健康 エアロビクス 9:30~10:30	ウォークバランス エクササイズ 11:00~12:00	個人公開 親子体操 (年少~年長と 保護者) 15:00~15:50	個人公開 小学生体操 (小学生) 16:00~17:15	個人公開 器械体操 (15歳以上・中学生を除く) 18:30~20:30
		B					
26	金	A	団体貸出		個人公開 バドミントン (中学生以上) 13:00~15:00	個人公開 バドミントン (小学2年生以上) 15:30~17:30	個人公開 バドミントン (15歳以上・中学生除く) 18:00~20:30
		B	団体貸出				
27	土	A	団体貸出		個人公開バスケットボール (A面:小学3~6年) (B面:4歳児~小学2年) 13:00~15:00	個人公開 バスケットボール (A面:シニア) (B面:車椅子) 15:30~17:30	個人公開 バスケットボール (15歳以上・中学生除く) 18:30~20:30
		B	団体貸出				
28	日	A	(バドミントン) 種目別選手権 9:00~21:00				
		B					

令和5年度 1月

			午前 9:00~12:00	午後 13:00~17:00	夜間 18:00~21:00	
29	月	A	(バレーボール) 新春シニア交流 9:00~17:00			団体貸出
		B				団体貸出
30	火	A	ソフト エアロビクス 9:30~10:30	個人公開 卓球 (4歳児以上) 13:00~15:00	個人公開 卓球 (4歳児以上) 15:30~17:30	個人公開 卓球 (高校生以上) ※中学生は保護者(高校生不可) と同伴利用のみ可 18:00~20:30
		B				
31	水	A	団体貸出	個人公開バレーボール ※女性限定9人制 (A面:60歳以上) (B面:20歳以上) 13:00~15:30	個人公開バレーボール (親子) 15:30~16:30 (小学生) 15:30~17:30	個人公開 バレーボール (15歳以上・中学生除く) 18:30~20:30
		B	団体貸出			