

体育館の状況

Ⅶ 体 育 館 の 状 況

1 体育館の整備状況

(1) 中央体育館耐震補強等工事設計委託	5, 4 8 2, 0 5 0 円
(2) 中央体育館空調設備改良工事	1 3, 5 9 7, 5 0 0 円

2. 中央体育館の概要

(1)施設の概要

ア 規模

所在地	東京都福生市北田園 2丁目9番地1	電話 (042)552-5511
敷地面積	6,600m ²	
構造	鉄筋コンクリート(一部鉄骨)造	2階建
建築面積	2,552.132m ²	
延床面積	(1階)2,041.767m ² (2階)2,297.023m ² (塔屋)64.620m ² (合計)4,403.410m ²	

イ 施設の内容

階	部 屋 名	床面積(m ²)	設 備 ・ 内 容 ・ そ の 他
1	スポーツ振興課事務室	68.000	スポーツ振興課
	庶務課・指導室事務室	155.000	教育長室、庶務課、指導室
	社会教育課事務室	63.000	社会教育課
	柔 道 場	132.000	70畳
	剣 道 場	132.000	空手道・剣道兼用
	弓 道 場	315.000	3人立
	トレーニング室	130.000	油圧式コンビネーションマシン、ローマンチェア、アレーセット、スパインベンチ、アブドミナルボード、バーレルローラー、バーベルセット、スクワットラック、カーリングマシン、チンニングラダー、ディッピングバー、レッグカール&エクステンションマシン、ラットマシン、インクラインベンチ、カーフ&ハックマシン、バタフライ&ローイングマシン、ランニングマシン、バーベルスタント、レッグプレス
	卓 球 場	229.000	7台
	体力測定室	57.000	各種体力測定器材、バランスボール、ストレッチポール
	女性用トレーニング室	85.000	ベンチ、トレーニングサイクル、ストレッチマット、ダンベルセット、ランニングマシン、腹筋台、背筋台、エアロバイク
	和 室	55.000	20畳、座卓8、座ぶとん30枚
2	そ の 他	620.767	機械室、電気室、管理人室、作業員室、休憩室、書庫、倉庫、更衣室(シャワー)、トイレ
	小 計	2041.767	
	主 競 技 場	1,145.000 (36m×31.8m)	バレーボールコート2面、バスケットボールコート2面、バドミントンコート8面、各ネット各支柱、各審判台、各得点板、電光掲示板2台、インディアカ用支柱8組卓球台(19台)、中央仕切りネット、エバーマット4枚、平均台(大1台、小3台)、マット6枚(ロング4枚、ショート2枚)、跳箱(大1台、中1台、小2台)マイク等放送器具、その他運動用具
	本部席	92.000	ステージ(折タタミ椅子1,050脚、アリーナ用シート、台車)
	幼児保育室	35.000	幼児用跳箱マット
	第一選手会議室	33.000	長机、椅子、黒板
	第二選手会議室	33.000	長机、椅子
	第一会議室	61.000	長机、椅子、黒板
	第二会議室	30.000	教育相談室として使用
	第三会議室	30.000	教育相談室として使用
	そ の 他	838.023	器具庫(2)、休憩室(2)、選手席(512)、トイレ
外	小 計	2297.023	
	塔 屋	64.620	
外	多目的広場	477.000	各種レクリエーション活動(プール開催時臨時駐輪場)
	合 計	4403.410	

3. 中央体育館利用状況

(1) 部屋別利用者数

(単位:人)

月 場所	4	5	6	7	8	9	10	11	12	18年1	2	3	合 計
主 競 技 場	3,440	3,697	4,175	3,388	2,712	3,606	4,747	4,084	3,098	2,964	3,339	4,232	43,482
柔 道 場	1,148	1,206	1,536	1,412	657	1,193	1,487	1,120	771	776	1,095	1,275	13,676
剣 道 場	1,382	1,260	1,440	1,137	1,022	1,262	1,068	1,323	1,075	949	1,381	1,582	14,881
弓 道 場	471	482	440	457	424	445	446	433	390	422	403	460	5,273
卓 球 場	962	1,119	1,013	1,027	995	1,148	1,088	1,022	762	827	871	1,060	11,894
トレーニング グ 室	1,361	1,396	1,419	1,411	1,385	1,467	1,425	1,288	1,053	1,189	1,262	1,397	16,053
会 議 室	675	534	376	587	209	135	258	363	82	170	745	775	4,909
和 室	179	179	10	100	137	60	58	85	71	126	146	253	1,404
そ の 他	10	5	72	9	6	28	6	5	5	3	17	16	182
合 計	9,628	9,878	10,481	9,528	7,547	9,344	10,583	9,723	7,307	7,426	9,259	11,050	111,754

(2) 個人・貸切別利用者数

(単位:人)

種別 月	個 人 利 用				貸切利用	教室利用	合 計
	大 人	小 人	身障者	小 計			
4	2,495	406	2	2,903	6,725		9,628
5	2,938	365		3,303	6,458	117	9,878
6	2,549	263		2,812	6,966	703	10,481
7	2,503	278		2,781	6,382	365	9,528
8	2,477	267		2,744	4,803		7,547
9	2,646	290	1	2,937	6,056	351	9,344
10	2,669	263		2,932	7,239	412	10,583
11	2,426	220		2,646	6,951	126	9,723
12	1,962	334	2	2,298	5,009		7,307
18年1	2,157	198	2	2,357	5,030	39	7,426
2	2,232	168		2,400	6,493	366	9,259
3	2,405	408	2	2,815	7,834	401	11,050
合 計	29,459	3,460	9	32,928	75,946	2,880	111,754

(3) 体育館使用料

種別 月		個 人 利 用				貸 切 利 用		合 計 金 額
		大 人		小 人		件 数	金 額	
		人 数	金 額	人 数	金 額			
4		人 2,495	円 374,250	人 406	円 28,420	件 84	円 291,800	円 694,470
5	無料	101		36				
	有料	2,837	425,550	329	23,030	63	304,150	752,730
	合計	2,938	425,550	365	23,030	63	304,150	752,730
6		2,549	382,350	263	18,410	90	405,200	805,960
7		2,503	375,450	278	19,460	79	352,650	747,560
8		2,477	371,550	267	18,690	81	310,750	700,990
9		2,646	396,900	290	20,300	79	277,150	694,350
10	無料	57		50				
	有料	2,612	391,800	213	14,910	88	338,150	744,860
	合計	2,669	391,800	263	14,910	88	338,150	744,860
11		2,426	363,900	220	15,400	77	290,800	670,100
12		1,962	294,300	334	23,380	69	271,800	589,480
17年1		2,157	323,550	198	13,860	79	442,150	779,560
2		2,232	334,800	168	11,760	96	346,700	693,260
3		2,405	360,750	408	28,560	82	301,400	690,710
合 計		29,459	4,395,150	3,460	236,180	967	3,932,700	8,564,030

(4) 曜日別個人利用状況

(単位:人)

曜 日	火		水		木		金		土		日		月		合 計	
日 数	47 日		52 日		51 日		52 日		51 日		51 日		4 日		308 日	
種 別	大人	小人	大人	小人	大人	小人	大人	小人	大人	小人	大人	小人	大人	小人	大人	小人
利用者 数	5,310	285	4,756	810	4,370	403	4,857	336	5,767	925	4,052	604	355	98	29,467	3,461
合 計	5,595		5,566		4,773		5,193		6,692		4,656		453		32,928	
1日平 均	113.0	6.1	91.5	15.6	85.7	7.9	93.4	6.5	113.1	18.1	79.5	11.8	88.8	24.5	95.7	11.2
全体の 1日平 均	119.0		107.0		93.6		99.9		131.2		91.3		113.3		106.9	

(5) 種目別利用者数

(単位:人)

種 目 \ 月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	18年 1	2	3	合 計
バ ド ミ ン ト ン	510	661	726	428	369	441	510	408	426	407	488	573	5,947
バスケットボール	892	861	891	791	802	739	754	810	684	678	702	702	9,306
ビ ー チ ボ ー ル	429	387	451	351	247	463	409	473	405	374	440	414	4,843
イ ン デ ィ ア カ	448	432	493	450	442	433	392	494	392	364	430	533	5,303
バ レ ー ボ ー ル	133	27	134	215	56	37	84	362	0	57	40	195	1,340
ミ ニ テ ニ ス	40	30	58	40	35	62	40	34	42	52	20	42	495
バ ウ ン ド テ ニ ス	43	40	40	50	10	40	40	30	30	20	40	50	433
新 体 操	273	245	184	148	90	134	224	246	192	108	224	391	2,459
ダ ン ス	223	265	343	226	116	427	272	549	287	191	257	322	3,478
エ ア ロ ビ ク ス	712	657	1,082	964	472	1,024	786	691	487	490	667	756	8,788
卓 球	962	1,089	1,013	1,027	995	1,078	1,088	912	762	827	871	1,031	11,655
剣 道	599	544	749	634	303	519	508	454	440	419	498	658	6,325
空 手 道	633	594	626	545	584	616	553	683	518	561	788	1,056	7,757
柔 道	285	267	265	218	73	287	301	229	204	122	330	316	2,897
合 気 道	240	349	196	310	178	265	275	260	195	220	193	248	2,929
少 林 寺 拳 法	120	120	120	91	120	90	90	184	90	90	120	120	1,355
銃 剣 道	40	40	46	50	10	30	20	30	20	20	40	50	396
太 極 拳	84	63	84	60	78	84	84	63	42	42	84	84	852
弓 道	471	482	440	457	424	445	446	433	390	422	403	460	5,273
そ の 他 の 武 道	2	1	3	1	6	1	0	7	11	4	14	30	80
各 種 競 技 大 会	270	480	460	365	400	460	720	630	479	470	456	587	5,777
運 動 会		100	200				1,240						1,540
ト レ ー ニ ン グ	1,361	1,396	1,419	1,411	1,385	1,467	1,425	1,288	1,053	1,189	1,262	1,397	16,053
会 議	854	713	386	687	346	195	316	448	153	296	891	1,028	6,313
相 談 事 業	4	35	72	9	6	7	6	5	5	3	1	7	160
合 計	9,628	9,878	10,481	9,528	7,547	9,344	10,583	9,723	7,307	7,426	9,259	11,050	111,754

4. 中央体育館主催事業

(1) スポーツ教室

	No.	事業名	対象	期間	曜日	時間	回数	担当	参加状況(人)		
									申込者	延参加者	1回平均
前期 (4～7月)	1	小学生バドミントン教室	小4～6年生	5/18～7/6	水	15:30～16:55	8	実	32	239	29.9
	2	中学生バドミントン教室	中学生	5/18～7/6	水	17:00～18:30	8	実	10	61	7.6
	3	健康体操教室(昼)	一般	6/3～6/24	金	10:00～11:30	4	教	57	119	29.8
	4	健康体操教室(夜)	一般	6/3～6/24	金	19:00～20:30	4	教	11	25	6.3
	5	若草健康教室	高齢者	5/19～7/7	木	13:30～15:00	8	教	25	118	14.8
	6	親子体操教室	2歳児と親	6/8～7/27	水	10:00～10:55	8	教	19	128	16.0
	7	親子体操教室	2・3歳児と親	6/8～7/27	水	11:15～12:10	8	教	21	146	18.3
	8	幼児体操教室	3・4歳児	6/4～7/23	土	10:00～10:55	8	教	30	161	20.1
	9	幼児体操教室	4・5歳児	6/4～7/23	土	11:15～12:10	8	教	31	188	23.5
							小計		236	1,185	
中期 (8～11月)	1	小学生バドミントン教室	小4～6年生	9/14～11/2	水	15:30～16:55	8	実	23	176	22.0
	2	中学生バドミントン教室	中学生	9/14～11/2	水	17:00～18:30	8	実	4	28	3.5
	3	若草健康教室	高齢者	9/1～10/20	木	13:30～15:00	8	教	23	109	13.6
	4	親子体操教室	2歳児と親	9/28～11/16	水	10:00～10:55	8	教	22	136	17.0
	5	親子体操教室	2・3歳児と親	9/28～11/16	水	11:15～12:10	8	教	23	144	18.0
	6	幼児体操教室	3・4歳児	9/3～10/29	土	10:00～10:55	8	教	27	154	19.3
	7	幼児体操教室	4・5歳児	9/3～10/29	土	11:15～12:10	8	教	27	142	17.8
							小計		149	889	
後期 (12～3月)	1	小学生バドミントン教室	小4～6年生	1/25～3/15	水	15:30～16:55	8	実	26	196	24.5
	2	中学生バドミントン教室	中学生	1/25～3/15	水	17:00～18:30	8	実	4	26	3.3
	3	若草健康教室	高齢者	2/2～3/23	木	13:30～15:00	8	教	18	87	10.9
	4	親子体操教室	2歳児と親	2/1～3/22	水	10:00～10:55	8	教	19	121	15.1
	5	親子体操教室	2・3歳児と親	2/1～3/22	水	11:15～12:10	8	教	17	104	13.0
	6	幼児体操教室	3・4歳児	1/28～3/18	土	10:00～10:55	8	教	25	154	19.3
	7	幼児体操教室	4・5歳児	1/28～3/18	土	11:15～12:10	8	教	21	118	14.8
実：実技指導員							小計		130	806	
教：教育委員会職員(体育館職員)							合計		515	2,880	

(2) 講習会等

事業名	開催日	会場	内 容
アドヴァンス ヘルシー	4. 7～ 18. 3. 30	中央体育館	年間を通じて、初中級者向けのエアロビクスプログラムの提供を行った。 対 象：市民 実施日数：48 日 延参加者数：1,123 人 参加費：1 人 150 円 指 導：佐藤 志保氏他
体力・スポーツ相談	6. 8	〃	熱射病と水分補給をテーマに、熱中症の対策として専門の先生による講演会を実施した。 対 象：市民 講 師：渡辺 剛氏（国士舘大学教授） 実施日数：1 日 延参加者数：60 人
ウォーキング講習会	4. 16～ 18. 3. 11 毎月 第2土曜日	〃	正しいウォーキングの実践を行った。 対 象：市民 指 導：体育館スポーツトレーナー 実施日数：12 日 延参加者数：70 人
ラリーフィットネス	4. 1～ 18. 3. 31 毎週 火・金曜日	〃	年間を通じて運動不足を解消する運動プログラムの提供を行った。 対 象：市民 実施日数：95 日 延参加者数：341 人 参加費：1 人 150 円 指 導：体育館スポーツトレーナー
ヘルシーエクササイズ	4. 5～ 18. 3. 28 毎週 火曜日 及び隔週 金曜日	〃	年間を通じてリズム体操、ステップエクササイズ等定期的な運動の場の提供を行った。 対 象：市民 実施日数：67 日 延参加者数：904 人 参 加 費：1 人 150 円 指 導：体育館スポーツトレーナー
ヒーリングストレッチ	4. 6～ 18. 3. 31 毎週 水曜日他	〃	体幹の柔軟を高める運動プログラムの提供を行った。 対 象：市民 実施日数：75 日 延参加者数：544 人 参 加 費：1 人 150 円 指 導：体育館スポーツトレーナー
シニアビクス	4. 5～ 18. 3. 28 毎週 火曜日	〃	高齢者の筋力の再教育、転倒防止運動を目的とした運動プログラムの提供を行った。 対 象：市民 実施日数：45 日 延参加者数：368 人 参 加 費：1 人 150 円 指 導：体育館スポーツトレーナー

事業名	開催日	会場	内容
ヤングママリズム体操	4. 6～ 6. 1 8. 3～ 9. 21 12. 7～ 18. 1. 25	中央体育館	子育て中の母親を対象に託児付教室を開催し、運動をする環境の場を提供した。 対 象: 市民 実施日数: 24 日 延参加者数: 391 人 参 加 費: 1 人 150 円 (別途託児料あり) 指 導: 体育館スポーツトレーナー 協 力: 社会福祉協議会 (託児)
エンジョイバドミントン	4. 6～ 18. 3. 31	〃	青少年健全育成を目的とし、教室以外にも運動をする環境の場を提供した。 対 象: 小学生4年～6年生及び中学生 実施日数: 28 日間 延参加数: 385 人 参加費: 1 人 70 円 指導: 体育館スポーツトレーナー
第11回 春のウォーキング大会 ～大展望、桜と茶畑～	4. 9	金子駅 ～ 桜山展望台 ～ 金子駅	歩く健康法・ウォーキングの普及を図った。 対 象: 市民 申込者数: 83 人 参 加 費: 1 人 100 円 協 力: ふっさウォーキングタートルズ
第11回 秋のウォーキング大会 ～奥多摩から多摩川を下ろう～	11. 5	古里駅 ～ 澤乃井園 ～ 二俣尾駅	歩く健康法・ウォーキングの普及を図った。 対 象: 市民 参加者数: 31 人 参 加 費: 1 人 100 円 協 力: ふっさウォーキングタートルズ
第11回 新春ウォーキング大会 ～玉川上水橋歩き～	18. 1. 7	中央体育館 ～ 玉川上水沿線 ～ みずくらいど公園 ～ 中央体育館	歩く健康法・ウォーキングの普及を図った。 対 象: 市民 参加者数: 105 人 参 加 費: 1 人 300 円 協 力: ふっさウォーキングタートルズ
体験パワーヨガ	7. 17～ 7. 31 毎週火曜日	中央体育館	ヨガによって体幹部の柔軟及び、バランス能力に役立つ講習会を行った。 対 象: 市民 実施日数: 4 日 延参加者数: 68 人 指 導: 吉田 由香里氏
ストレッチポール	5. 14～28 9. 10～24 18. 2. 18～ 3. 4 毎週土曜日	〃	ストレッチポールを使用して体幹部の柔軟及び、バランス能力に役立つ講習会を行った。 対 象: 高校生市民 実施日数: 9 日 延参加者数: 31 人 指 導: 体育館スポーツトレーナー

事業名	開催日	会場	内容
ボクササイズ	4.8～ 18.3.24 毎月第2、4 金曜日	中央体育館	ボクシングのジャブ、ストレート、アッパーとキックを取り入れた有酸素運動プログラムの提供を行った。 対 象: 高校生以上市民 実施日数: 23 日 延参加者数: 494 人 参 加 費: 1 人 150 円 指 導: 吉田 由香里氏

5. 中央体育館指導援助・後援事業

月 日	時 間	地域・団体名	対 象	内 容	会 場	担当	参加者数 (人)
5. 27	16:00～17:30	道とん堀	道とん堀社員	体力測定	中央体育館	教	25
7. 5	13:30～14:30	福生第1小学校2年生学年活動 ※親子でリズム体操	2年生と保護者	準備体操・ストレッチ リズム体操 整理体操	福生第1小学校 体育館	〃	100
9. 13	10:00～12:00	清岩院母の会	幼児の母親	リズム体操	〃	〃	50
10. 1	9:30～15:00	みんなの運動会実行委員会 ※第31回みんなの運動会（後援）	小学生～高齢者の 市内スポーツ サークル	運動会全般	中央体育館	体 教	400
10. 25	9:00～16:00	福生市社会福祉協議会 ※第28回高齢者スポーツ大会 （後援）	65歳以上 市民	〃	〃	社 体 教 福	630
18. 2. 24	13:30～15:30	ひまわりの会	一 般	筋力トレーニング	福東会館	教	30
18. 3. 12	9:00～16:00	福生市バレーボール連盟 ※第31回西東京家庭婦人バレーボ ール大会（後援）	福生市近郊 市町村家庭婦人	バレーボール	中央体育館 第三中学校体育館 福生高校体育館	バ	500

※ 社：福生市社会福祉協議会職員 体：福生市体育指導委員 教：教育委員会職員（体育館職員） 福：福祉部職員 バ：福生市バレーボール連盟

6中央体育館トレーニング室利用について

(1)登録状況

全体 3,441人 (男 2,684人、女 757人)

平成17年度 新規登録者

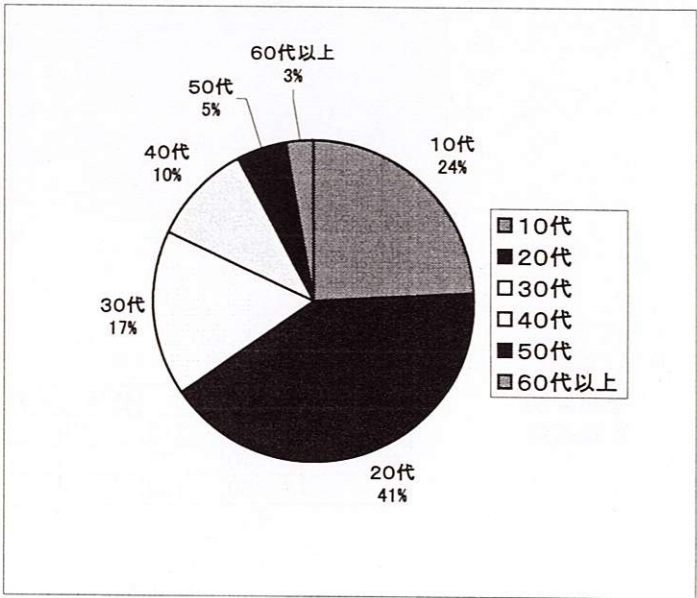
男性	女性	計
355	116	471

17年度新規登録者471人。16年度に対し18%減少、利用者についても17年度16,050人、16年度16,610人に対し、年間約560人もの減員(△4%)
高校生の登録の減が原因と思われるが、施設の老朽化等、魅力に欠けていると思われる。
リピーターの利用は一部の人によっては多く、新規について対策を要する。
年代別に見て取れるが、今後、介護予防対策や家庭婦人等も気軽に利用できるような施設整備が必要。

	10代	20代	30代	40代	50代	60代以上	計
男	90	155	55	30	15	10	355
女	24	38	24	18	9	3	116
	114	193	79	48	24	13	471

10代、20代の登録が全体の7割を占めている。
10代は高校生以上

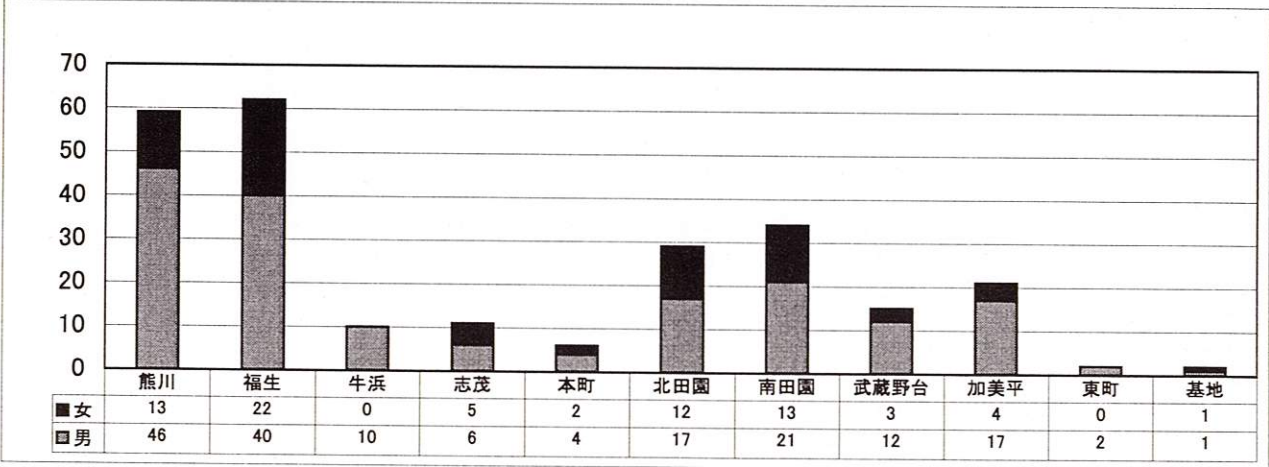
		男女内訳	
		男	女
10代	(24%)	90人	24人
20代	(41%)	155人	38人
30代	(17%)	55人	24人
40代	(10%)	30人	18人
50代	(5%)	15人	9人
60代	(3%)	10人	3人



17年度 登録者内訳 (市内) 285人(47%)

	熊川	福生	牛浜	志茂	本町	北田園	南田園	武蔵野台	加美平	東町	基地	計
男	46	40	10	6	4	17	21	12	17	2	1	176
女	13	22	0	5	2	12	13	3	4	0	1	75
	59	62	10	11	6	29	34	15	21	2	2	251

17年度市民の新規登録者数が全体の過半数を超えた。近隣の市町村の体育館が改修等が終了し開館に伴うものと予想。
トレーニングルームの運営について検討が必要ではないか。



17年度 登録者内訳（市外） 220人(47%)

あきる野市民登録が、市外登録の約30%に達している。昭島市民の登録は大幅に減少した
17年の減少は16年度からの流れより予想どおり、利用者の減少は登録者の減少に伴うものとする。
リピートを促進するような施設作りを検討

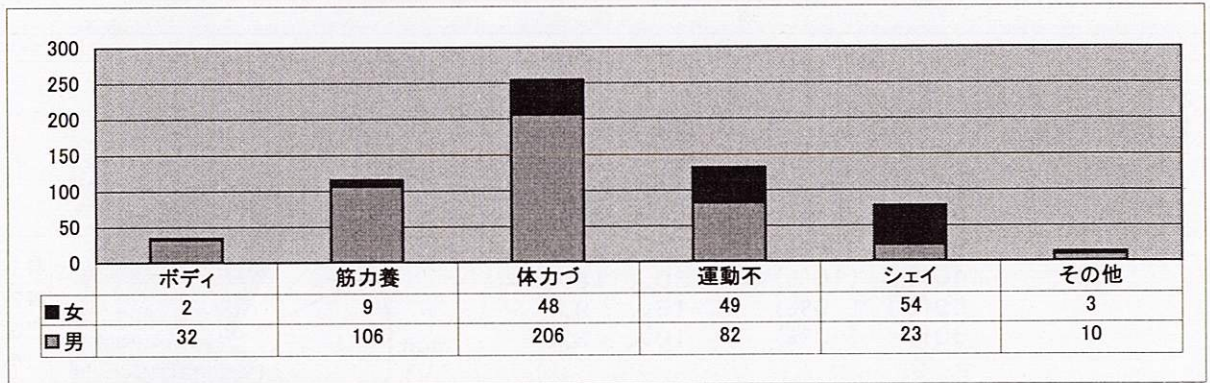
内訳

あきる野市61人、羽村市26人、青梅市31人、瑞穂町17人、昭島市17人、八王子市24人、立川市6人、日の出町5人
その他の市 20人、23区 1人、他県 11人

※目的別登録（複数回答）

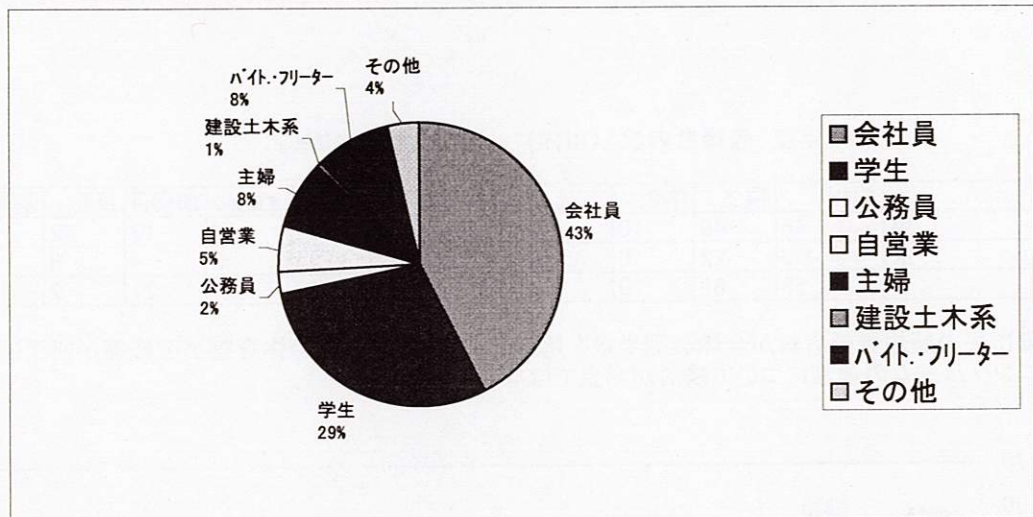
	ボディ	筋力養	体カづ	運動不	シェイ	その他
男	32	106	206	82	23	10
女	2	9	48	49	54	3
	34	115	254	131	77	13

体カづくりを目的にする方が多く、健康に対し個人個人の興味の高さを窺える。
運動動機として、体育館を利用していただくのは良い事ではないでしょうか。



※職業別
登録者数

	会社員	学生	公務員	自営業	主婦	建設土木系	バイト・フリーター	その他
男	160	112	10	22	0	3	33	15
女	40	26	1	3	37	0	7	2
	200	138	11	25	37	3	40	17



開放事業登録者総数 4,264名

17年度延べ参加人数

アドヴァンスヘルシー	1,123
ヒーリングストレッチ	544
ヘルシーエクササイズ	904
ボクササイズ	494
ラリーフィットネス	341
シニアビクス	368
ヤングママリズム体操	391
その他	99
	4,264

小学生対象の開放事業としてエンジョイバドミントンを開催
開催日数 28日間で385名の参加

7 熊川地域体育館の概要

(1) 施設の概要

ア 規 模

所 在 地	東京都福生市大字熊川380番地7
敷地面積	3,944.290㎡
構 造	鉄筋コンクリート造（一部鉄骨造） 2階建
建築面積	1,180.877㎡
延床面積	（1階）1,158.620㎡ （2階）399.250㎡ （合計）1,557.870㎡

イ 施設の内容

階	部 屋 名	室数	床面積（㎡）	備 考
1	第1体育室	1	756.00 (31.5×24)	バドミントンコート6面、バレーボールコート2面、バスケットボールコート1面
	事 務 室	1	35.55	事務所、他非常放送設備、防犯カメラモニター
	会 議 室	1	67.50	30人収容
	男子更衣室	1	29.74	40人用更衣棚設置、シャワー（2基）
	女子更衣室	1	29.86	40人用更衣棚設置、シャワー（2基）
	男 子 便 所	1	16.46	大便器(洋1、和1)、小便器(4)、手洗器(2)、掃除用具入
	女 子 便 所	1	14.35	大便器(洋1、和2)、手洗器(2)
	身障者用便所	1	6.23	身障者用便器一式
	湯 沸 室	1	5.17	流し台、湯沸器一式
	倉 庫	1	10.23	管理用倉庫
	放 送 室	1	5.22	館内放送設備一式
	玄関・ホール ・ロビー		86.26	休憩用テーブル、椅子、テレビ等 (コミュニケーションホール)
	器 具 庫	1	25.92	各種競技用器材等収納
	そ の 他		70.13	
	小 計		1,158.62	
2	第2体育室	1	200.87 (16.5×12.174)	卓球、柔剣道場他、多目的利用
	倉 庫	1	19.50	各種競技用器材等収納
	控 室	2	18.00	控室1（9.0㎡）、控室2（9.0㎡）
	機 械 室	1	13.50	第2体育室換気用機械室
	男 子 便 所	1	9.50	大便器(洋1)、小便器(2)、手洗器(1)
	女 子 便 所	1	11.53	大便器(洋1、和1)、手洗器(1)
	ホ ール		72.00	ホール・休憩として利用
	ファンルーム		28.80	第1体育室換気用機械室
	そ の 他		25.55	
	小 計		399.25	
合 計			1,557.87	

8. 熊川地域体育館利用状況

(1) 部屋別利用者数

(単位:人)

場所 \ 月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	18年1	2	3	合 計
第1体育室	3,070	2,751	3,101	2,916	2,302	2,695	3,152	2,801	1,749	1,995	2,375	3,306	32,213
第2体育室	854	996	965	868	607	675	837	671	475	490	718	804	8,960
会 議 室	167	227	259	285	168	383	391	387	346	356	354	375	3,698
合 計	4,091	3,974	4,325	4,069	3,077	3,753	4,380	3,859	2,570	2,841	3,447	4,485	44,871

(2) 個人・貸切別利用者数

(単位:人)

種別 \ 月	個 人 利 用				貸切利用	教室利用	合 計
	大 人	小 人	身障者	小 計			
4	3,026	781	26	3,833	258		4,091
5	2,712	661	26	3,399	346	229	3,974
6	2,906	604	19	3,529	346	450	4,325
7	2,842	672	31	3,545	392	132	4,069
8	2,311	532	32	2,875	202		3,077
9	2,625	470	24	3,119	488	146	3,753
10	2,855	435	13	3,303	701	376	4,380
11	2,524	498	32	3,054	587	218	3,859
12	1,864	325	17	2,206	364		2,570
18年1	1,843	379	25	2,247	383	211	2,841
2	2,111	475	30	2,616	471	360	3,447
3	2,894	809	22	3,725	559	201	4,485
合 計	30,513	6,641	297	37,451	5,097	2,323	44,871

(3) 体育館使用料

種別 月		個 人 利 用				貸 切 利 用		合 計 金 額
		大 人		小 人		件 数	金 額	
		人 数	金 額	人 数	金 額			
4		人 3,026	円 453,900	人 781	円 54,670	件 3	円 15,600	円 524,170
5	無料	76		51				
	有料	2,636	395,400	610	42,700	3	14,000	452,100
	合計	2,712	395,400	661	42,700	3	14,000	452,100
6		2,906	435,900	604	42,280	3	15,600	493,780
7		2,842	426,300	672	47,040	3	8,400	481,740
8		2,311	346,650	532	37,240	7	24,000	407,890
9		2,625	393,750	470	32,900	5	23,200	449,850
10	無料	85		64				
	有料	2,770	415,500	371	25,970	4	13,400	454,870
	合計	2,855	415,500	435	25,970	4	13,400	454,870
11		2,524	378,600	498	34,860	7	17,000	430,460
12		1,864	279,600	325	22,750	3	9,800	312,150
18年1		1,843	276,450	379	26,530	7	17,200	320,180
2		2,111	316,650	475	33,250	7	27,200	377,100
3		2,894	434,100	809	56,630	8	18,000	508,730
合 計		30,513	4,552,800	6,641	456,820	60	203,400	5,213,020

(4) 曜日別個人利用状況

(単位:人)

曜 日	火		水		木		金		土		日		月		合 計	
日 数	47 日		52 日		51 日		52 日		51 日		51 日		4 日		308 日	
種 別	大人	小人	大人	小人	大人	小人	大人	小人	大人	小人	大人	小人	大人	小人	大人	小人
利用者数	4,747	677	4,791	1,314	5,453	832	4,613	729	5,626	1,458	5,187	1,505	393	126	30,810	6,641
合 計	5,424		6,105		6,285		5,342		7,084		6,692		519		37,451	
1日平均	101.0	14.4	92.1	25.3	106.9	16.3	88.7	14.0	110.3	28.6	101.7	29.5	98.3	31.5	100.0	21.6
全体の1日平均	115.4		117.4		123.2		102.7		138.9		131.2		129.8		121.6	

(5) 種目別利用者数

(単位:人)

種目 \ 月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	18年1	2	3	合 計
バドミントン	1,294	1,094	1,156	1,171	947	1,086	1,131	972	847	860	850	1,215	12,623
卓球	617	679	523	568	472	451	514	442	351	347	511	581	6,056
バレーボール	31	28	44	179	56	35	25	6			4	1	409
バスケットボール	424	328	379	394	335	298	406	343	214	227	352	484	4,184
インディアカ	444	328	409	361	263	398	528	422	298	295	287	474	4,507
ビーチボール	410	492	565	260	305	405	381	389	126	177	241	438	4,189
体操	175	235	397	259	155	211	290	176	123	209	276	261	2,767
ダンス	110	124	111	202	146	208	211	187	144	142	131	166	1,882
剣道	27		17	17		12		46				59	178
ミニテニス	174	111	109	103	102	86	75	65	71	87	94	150	1,227
輪投げ	6	3		5			9			15			38
スティックゴルフ	23	22	16	24	22	20	4	23	13	28	34	21	250
アームレスリング	41	45	54	40	41	36	38	51	25	35	23	33	462
太極拳	65	67	62	61	21	61	65	59	43	45	53	44	646
エアロビクス	77	76	79	49	44	50	43	73	50	36	47	55	679
身障者スポーツ	26	24	25	49	17	24	26		18	25	26	64	324
体力・スポーツ相談				18		29	15	18		12		15	107
レクリエーション		68	89	17		21	58	91		61	192	63	660
運動会							138						138
会議			15	19		29	19	15				9	106
ストレッチ&ダンベルエクササイズ	105	101	146	115	70	84	98	84	74	48	66	86	1,077
ヨガ	4	4	2	85	79	109	134	127	86	112	192	146	1,080
空手		23	22					23		11		78	157
子育て支援	38	89	103	71		75	85	79	87	69	68	41	805
その他		33	2	2	2	25	87	168				1	320
合 計	4,091	3,974	4,325	4,069	3,077	3,753	4,380	3,859	2,570	2,841	3,447	4,485	44,871

9 熊川地域体育館主催事業

(1) スポーツ教室

	No.	事業名	対象	期間	曜日	時間	回数	担当	参加状況(人)		
									申込者	延参加者	1回平均
前期 (4月～7月)	1	小学生バスケットボール教室	小4～6年生	5/18～7/6	水	15:15～16:45	8	教	20	122	15.3
	2	小学生体操教室	小1～3年生	5/21～7/9	土	14:45～15:45	8	教	26	161	20.1
	3	幼児体操教室	4・5歳児	5/21～7/9	土	13:30～14:30	8	教	24	142	17.8
	4	すこやか体操教室	高齢者	5/19～7/7	木	10:00～11:30	8	教	39	212	26.5
	5	高齢者軽スポーツ教室	高齢者	5/17～7/5	火	13:30～15:00	8	教	25	174	21.8
							小計		134	811	
中期 (8月～11月)	1	小学生バスケットボール教室	小4～6年生	9/21～11/9	水	15:15～16:45	8	教	22	138	17.3
	2	小学生体操教室	小1～3年生	9/24～11/12	土	14:45～15:45	8	教	20	118	14.8
	3	幼児体操教室	4・5歳児	9/24～11/12	土	13:30～14:30	8	教	20	111	13.9
	4	すこやか体操教室	高齢者	9/22～11/17	木	10:00～11:30	8	教	40	225	28.1
	5	高齢者軽スポーツ教室	高齢者	9/27～11/22	火	13:30～15:00	8	教	25	148	18.5
							小計		127	740	
後期 (12月～3月)	1	小学生バスケットボール教室	小4～6年生	1/25～3/15	水	15:15～16:45	8	教	16	107	13.4
	2	小学生体操教室	小1～3年生	1/21～3/18	土	14:45～15:45	8	教	24	148	18.5
	3	幼児体操教室	4・5歳児	1/21～3/18	土	13:30～14:30	8	教	19	102	12.8
	4	すこやか体操教室	高齢者	1/19～3/9	木	10:00～11:30	8	教	41	223	27.9
	5	高齢者軽スポーツ教室	高齢者	1/17～3/7	火	13:30～15:00	8	教	25	159	19.9
	6	ほのぼの体操教室	高齢者(65歳以上)	1/18～2/22	水	13:30～14:30	6	教	8	33	5.5
							小計		133	772	
教：教育委員会(体育館嘱託職員)							合計		394	2,323	

(2) 講習会等

事業名	開催日	会場	内 容
春のスポーツフェア	5. 15	熊川地域 体育館	スティックゴルフ大会 対 象：小学生以上の市民 参加者数：29 人
体力・スポーツ相談	7. 14～ 18. 3. 24	〃	運動処方等による相談の実施を行った。 対 象：市民 講 師：渡辺 剛氏（国士舘大学教授） ：榊原あつ子氏（スポーツトレーナー） 実施日数：5 日 延参加者数：92 人
秋のスポーツフェア	10. 9	〃	1 体力・スポーツおよび栄養相談 対 象：市民 講 師：榊原あつ子氏 （スポーツトレーナー） 谷口美津子氏（栄養士） 体育館職員 保健センター保健士 参加者数：15 人 （体力・スポーツ相談、脈波・形態測定、栄養相談） 2 輪投げ大会 （市民総合体育大会の1 種目） 対 象：市民 参加者数：20 人
ストレッチ& ダンベルエクササイズ	4. 1～ 18. 3. 31 毎週 木・金・土曜 日	〃	年間を通じてフィットネスプログラムの提供を行った。 対 象：市民（中学生以上） 実施日数：140 日 延参加者数：1, 077 人 参加費：大人 1 人 150 円、小人 1 人 70 円 指 導：体育館スポーツトレーナー
エアロビクスタイム	4. 5～ 18. 3. 28 毎週火曜日	〃	年間を通じて有酸素運動プログラムの提供を行った。 対 象：市民（高校生以上） 実施日数：45 日 延参加者数：679 人 参加費：1 人 150 円 指 導：大野奈緒美氏
エンジョイ・スティック ゴルフ・デー	4. 3～ 18. 3. 5 月 2 回 実施 日曜日	〃	市民がスティックゴルフに親しむ機会を設けた。 対 象：市民 実施日数：21 日 延参加者数：250 人 参加費：大人 1 人 150 円、小人 1 人 70 円 ※身障者は無料 指 導：体育館スポーツトレーナー

事業名	開催日	会場	内 容
はじめてのヨガ	17.7.14～ 9.1 毎週木曜日 17.9.27～ 11.22 毎週火曜日 18.1.31～ 18.3.28 毎週火曜日	熊川地域 体育館	初心者向けのヨガを行う機会を設けた。 対 象：市民（高校生以上） 実施日数：24 日 延参加者数：550 人 参加費：1 人 150 円 指 導：臼井真弓氏
すこやか エクササイズ	4.7～ 18.3.30 毎週木曜日 ※教室実施時 除く	〃	高齢者が楽しく転倒予防のための筋力トレーニングを行える機会を設けた。 対 象：市民（高齢者） 実施日数：23 日 延参加者数：462 人 参加費：1 人 150 円 指 導：体育館スポーツトレーナー
にこにこ エクササイズ	4.1～ 18.3.31 毎週金曜日	〃	中高年者が楽しく筋力トレーニング・軽スポーツを行える機会を設けた。 対 象：市民（中高年者） 実施日数：46 日 延参加者数：755 人 参加費：1 人 150 円 指 導：体育館スポーツトレーナー
ビーチボール 利用開放日	4.5～ 18.3.28 毎週火曜日 4.6～ 18.3.1 毎月第 1 水曜 日	〃	市民がビーチボール競技に親しむ機会を設けた。 対 象：市民（高校生以上） 実施日数：58 日 延参加者数：924 人 参加費：1 人 150 円 指 導：体育館スポーツトレーナー
インディアカ 利用開放日	4.2～ 18.3.25 毎週土曜日	〃	市民がインディアカ競技に親しむ機会を設けた。 対 象：市民（高校生以上） 実施日数：51 日 延参加者数：749 人 参加費：1 人 150 円 指 導：体育館スポーツトレーナー

10 熊川地域体育館指導援助・後援事業

月 日	時 間	地域・団体名	対 象	内 容	会 場	担当	参加者数
4.7 ～ 18.3.2	13:30～15:00	れんげ園	れんげ園生	レクリエーションゲーム、ビーチボール、ボール運動、スティックゴルフ、輪投げ等	熊川地域体育館	教	286
5.11	14:00～15:20	福生団地さくら会	高齢者	筋力トレーニング、創作体操	福生団地集会所	〃	38
7.5	13:30～14:30	福生第1小学校2年生学年活動※親子でリズム体操	2年生と保護者	準備体操・ストレッチ リズム体操2曲 整理体操	福生第1小学校体育館	〃	100
10.20	14:30～15:30	二小PTA学年会(4年)	4年生と保護者	リズムダンス、ジャンケンゲーム	福生第2小学校体育館	〃	130
12.9	14:30～15:15	二小PTA学年会(3年)	3年生と保護者	ジャンケンゲーム、輪くぐり競争、ドリブル競争、綱引き	〃	〃	100
18.2.16	14:00～16:00	たんぽぽサークル	中高年者	筋力トレーニング、創作体操	富士見台集会所	〃	48
18.2.26	10:30～11:30	二小PTA武蔵野支部	新1年生～6年生と保護者	ジャンケンゲーム、へびごっこ、輪くぐり競争、綱引き	熊川地域体育館	〃	115
18.3.5	14:10～15:10	二小PTA鍋二支部	〃	ジャンケンリレー、七転八起デカパンリレー、輪くぐり競争	福生第2小学校体育館	〃	138
18.3.9	13:40～14:25	二小PTA学年会(2年)	2年生と保護者	リズムダンス、手遊び	〃	〃	130

※ 教:教育委員会職員(体育館職員)

1 1 福生地域体育館の概要

(1) 施設の概要

ア 規模

所在地	東京都福生市武蔵野台1丁目8番地7		
敷地面積	2,826m ²		
構 造	鉄筋コンクリート造3階建（一部鉄骨造）		
建築面積	1,492.595m ²		
延床面積	2,725.348m ² （1階）1,466.15m ² （2階）637.242m ² （3階）621.956m ²		

イ 施設の内容

階	部屋名	床面積(m ²)	備考
1	第1体育室	840.9 (33.1×25.4)	バレーボールコート2面、バドミントンコート6面、バスケットボールコート1面 遠赤外線ヒーター設置
	事 務 室	68.25	非常放送設備、監視装置
	男子更衣室	33.87	45人用更衣棚設置(うち15かき付)、シャワー(2基)
	女子更衣室	31.17	39人用更衣棚設置(うち9かき付)、シャワー(2基)
	男子便所	16.79	大便器(洋1、和1)、小便器(4)、掃除用具入
	女子便所	14.15	大便器(洋1、和2)
	身障者便所	5.40	大便器(洋1)
	湯 沸 室	4.45	流し台、湯沸器一式
	倉 庫	16.29	管理用倉庫
	放 送 室	8.48	放送設備一式
	玄関・ホール	173.93	ロビーチェア、テーブル、テレビ、券売機、貴重品ロッカー、下入れ(152足)、電話ボックス、自動血圧計、プラントボックス(2)、掲示板、ウォータークーラー、絵画等
	器具庫1	21.34	各種競技用器具等収納
	器具庫2	18.30	〃
	そ の 他	212.83	ポンプ室、エレベーター、廊下等
	小 計	1,466.15	
2	トレーニング室	195.60	チェストプレス、スクワット、ダンベル、フットロー2000、ショルダープレス、AB/AD、ヒップ、ハタフライ、アームカール、アップライトロウ、ランナー、ハイトラステップ(3)、以上の油圧式マシン エクサートラック(3)、エアロバイク(6)、アブドミナルボード(2)、ローマンベンチ、ハムストリングベンチ、ストレッチマット(25)、ストレッチボード(3)、肺機能計、身長・体重・体脂肪計、血圧・脈拍計、立位体前屈計、全身反応計、垂直跳計、閉眼片足立計、握力計、上体起こし計、以上の身体・体力測定機器及びTDSコンピュータシステム、音響用機器、カルテ保管ロッカー(2)、受付カウンター
	会 議 室	67.068	45人収容
	ブレイクム	34.09	各種ブロックマット
	ミーティングコーナー	28.45	テーブル、いす
	男子便所	16.79	大便器(洋1、和1)、小便器(4)、掃除用具入
	女子便所	14.15	大便器(洋1、和2)
	控 室	9.21	清掃作業員室
	湯 沸 室	5.45	流し台、湯沸器一式
	倉 庫	5.84	管理用倉庫
	ホ ー ル	123.64	ロビーチェア、テーブル、ウォータークーラー
	そ の 他	136.954	ファンルーム、廊下等
	小 計	637.242	
3	第2体育室	391.159 (24.1×16.23)	バレーボールコート1面、バドミントンコート3面、アチェリー、ダンス使用可 音響用機器、遠赤外線ヒーター設置
	男子更衣室	8.89	12人用更衣棚設置
	女子更衣室	8.89	〃
	男子便所	9.4	大便器(和1)、小便器(2)、掃除用具入
	女子便所	9.57	大便器(洋1、和1)
	身障者便所	4.47	大便器(洋1)
	器 具 庫	24.41	各種競技用器具等収納
	ホ ー ル	98.59	ロビーチェア、テーブル、ウォータークーラー
	そ の 他	66.577	
	小 計	621.956	
	合 計	2,725.348	

12. 福生地域体育館利用状況

(1) 部屋別利用者数

(単位:人)

月 場所	4	5	6	7	8	9	10	11	12	18年1	2	3	合 計
第1体育室	2,673	2,813	2,725	2,173	1,764	2,224	2,962	2,719	1,973	2,206	2,536	2,535	29,303
第2体育室	1,932	2,223	2,531	2,434	1,654	1,969	2,377	2,732	1,571	2,049	2,393	2,858	26,723
トレーニング室	2,970	3,199	3,298	3,163	2,868	2,929	3,034	2,759	2,154	2,498	2,584	2,882	34,338
会議室	173	161	152	454	148	182	335	246	166	144	227	171	2,559
合 計	7,748	8,396	8,706	8,224	6,434	7,304	8,708	8,456	5,864	6,897	7,740	8,446	92,923

(2) 個人・貸切別利用者数

(単位:人)

月 種別	個 人 利 用				貸切利用	教室利用	合 計
	大 人	小 人	身障者	小 計			
4	5,051	726	54	5,831	1,917		7,748
5	5,493	728	71	6,292	1,766	338	8,396
6	5,649	507	77	6,233	1,729	744	8,706
7	4,959	578	61	5,598	2,418	208	8,224
8	4,217	565	54	4,836	1,598		6,434
9	4,825	470	74	5,369	1,628	307	7,304
10	5,296	699	80	6,075	2,028	605	8,708
11	5,023	568	82	5,673	2,331	452	8,456
12	3,692	718	88	4,498	1,366		5,864
18年1	4,339	522	63	4,924	1,528	445	6,897
2	4,618	661	63	5,342	1,878	520	7,740
3	4,911	815	69	5,795	2,504	147	8,446
合 計	58,073	7,557	836	66,466	22,691	3,766	92,923

(3) 体育館使用料

種別 月		個 人 利 用				貸 切 利 用		合 計 金 額
		大 人		小 人		件 数	金 額	
		人 数	金 額	人 数	金 額			
4		人 5,051	円 757,650	人 726	円 50,820	件 26	円 98,000	円 906,470
5	無料	253		89				
	有料	5,240	786,000	639	44,730	28	105,400	936,130
	合計	5,493	786,000	728	44,730	28	105,400	936,130
6		5,649	847,350	507	35,490	33	126,200	1,009,040
7		4,959	743,850	578	40,460	33	134,400	918,710
8		4,217	632,550	565	39,550	26	84,600	756,700
9		4,825	723,750	470	32,900	31	102,400	859,050
10	無料	190		93				
	有料	5,106	765,900	606	42,420	30	101,600	909,920
	合計	5,296	765,900	699	42,420	30	101,600	909,920
11		5,023	753,450	568	39,760	27	85,200	878,410
12		3,692	553,800	718	50,260	32	85,800	689,860
18年1		4,339	650,850	522	36,540	27	101,400	788,790
2		4,618	692,700	661	46,270	31	130,400	869,370
3		4,911	736,650	815	57,050	38	115,800	909,500
合 計		58,073	8,644,500	7,557	516,250	362	1,271,200	10,431,950

(4) 曜日別個人利用状況

(単位:人)

曜 日	火		水		木		金		土		日		月		合 計	
日 数	47 日		52 日		51 日		52 日		51 日		51 日		4 日		308 日	
種 別	大人	小人	大人	小人	大人	小人	大人	小人	大人	小人	大人	小人	大人	小人	大人	小人
利用者数	9,742	636	9,377	1,626	9,324	728	9,740	908	9,141	1,563	10,609	1,849	976	247	58,909	7,557
合 計	10,378		11,003		10,052		10,648		10,704		12,458		1,223		66,466	
1日平均	207.3	13.5	180.3	31.3	182.8	14.3	187.3	17.5	179.2	30.6	208	36.3	244	61.8	191.3	24.5
全体の1日平均	220.8		211.6		197.1		204.8		209.9		244.3		305.8		215.8	

(5) 種目別利用者数

(単位:人)

種目 \ 月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	18年1	2	3	合 計
バドミントン	1,255	1,206	1,366	984	847	1,008	1,316	1,173	1,021	1,098	1,072	1,150	13,496
卓 球	537	607	580	525	479	455	562	519	481	561	631	718	6,655
バレーボール	49	49	74	48	36	22	49	67	48	35	19	20	516
バスケットボール	372	495	300	351	266	356	443	441	355	307	513	514	4,713
インディアカ	45	35	28	12	110	27	104	298		36	7	44	746
ビーチボール	548	583	576	397	283	465	475	471	226	314	447	333	5,118
体 操	161	348	676	356	85	422	561	464	163	462	481	378	4,557
剣 道	31	63	45	97	27	75	49	45	31	12	12	175	662
ダンス	309	232	304	449	340	294	315	358	260	278	257	318	3,714
エアロビクス	270	279	167	304	200	135	198	265	202	247	293	233	2,793
トレーニング	2,970	3,199	3,298	3,163	2,868	2,929	3,034	2,759	2,154	2,498	2,584	2,882	34,338
新 体 操	165	195	160	60		85	135	170	95	135	145	410	1,755
ヨ ガ	50	40	33	41	54	58	52	39	30	52	50	80	579
空 手 道	11	17	13	1	2					6		32	82
その他の武道			15					50					65
気功太極拳	705	740	773	805	525	625	704	726	465	534	843	832	8,277
アーチェリー	75	45	60	90	60	75	60	60	60	60	60	75	780
ソフトバレー				30	10			11	15				66
ボクシング	22	25	22	26	3	29	38	33	44	64	42	44	392
ダー ツ	148	161	136	149	138	132	200	149	166	114	157	140	1,790
レクリエーション										20			20
運 動 会							150	100					250
会 議	25		16	305	10	50	135	97		30	70	31	769
バランスボール		77	64	31	91	62	128	161	48	34	57	37	790
合 計	7,748	8,396	8,706	8,224	6,434	7,304	8,708	8,456	5,864	6,897	7,740	8,446	92,923

13 福生地域体育館主催事業

(1) スポーツ教室

	No.	事業名	対象	期間	曜日	時間	回数	担当	参加状況(人)		
									申込者	延参加者	1回平均
前期 (4月～7月分)	1	のびのび健康教室	65才以上	5/17～7/5	火	14:00～15:30	8	実教	51	283	35.4
	2	ジュニアスポーツ教室	小1～3年生	5/18～7/13	水	14:30～15:30	8	教	26	181	22.6
	3	ジュニアバドミントン教室	小4～6年生	5/18～7/13	水	15:30～17:00	8	教	35	256	32.0
	4	シニア体操教室	50歳以上	5/19～7/7	木	10:00～11:30	8	教	45	260	32.5
	5	幼児体操教室	4・5歳児	5/21～7/9	土	11:00～11:45	8	教	33	150	18.8
	6	40歳からの体力づくり	40歳以上	5/19～7/14	木	19:30～21:00	8	教	16	101	12.6
	7	シルバー元気教室	高齢者	5/26～7/14	木	14:00～15:00	8	教	4	25	3.1
	8	はじめての卓球教室	一般	5/20～7/8	金	10:00～11:30	8	教	5	34	4.3
							小計		215	1,290	
中期 (8月～11月分)	1	のびのび健康教室	65歳以上	9/27～11/22	火	14:00～15:30	8	実教	50	290	36.3
	2	ジュニアスポーツ教室	小1～3年生	9/21～11/16	水	14:30～15:30	8	教	18	114	14.3
	3	ジュニアバドミントン教室	小4～6年生	9/14～11/23	水	15:30～17:00	11	教	41	403	36.6
	4	シニア体操教室	50歳以上	9/22～11/17	木	10:00～12:00	8	教	43	246	30.8
	5	幼児体操教室	4・5歳児	9/24～11/12	土	11:00～11:45	8	教	28	141	17.6
	6	40歳からの体力づくり	40歳以上	9/22～11/17	木	19:30～21:00	8	教	12	61	7.6
	7	シルバー元気教室	高齢者	9/22～11/17	木	14:00～15:00	8	教	11	56	7.0
	8	はじめてのダーツ教室	一般	9/28～11/2	水	19:30～21:00	6	実教	14	53	8.8
							小計		217	1,364	
後期 (12月～3月分)	1	のびのび健康教室	65歳以上	1/17～3/7	火	14:00～15:30	8	実教	44	261	32.6
	2	ジュニアスポーツ教室	小1～3年生	1/11～3/1	水	14:30～15:30	8	教	13	82	10.3
	3	ジュニアバドミントン教室	小4～5年生	1/11～3/1	水	15:30～17:00	8	教	41	280	35.0
	4	シニア体操教室	50歳以上	1/12～3/2	木	10:00～11:30	8	教	51	282	35.3
	5	幼児体操教室	4・5歳児	1/24～3/6	土	11:00～11:45	8	教	19	76	9.5
	6	40歳からの体力づくり	40歳以上	1/12～3/2	木	19:30～21:00	8	教	9	55	6.9
	7	シルバー元気教室	高齢者	1/12～3/2	木	14:00～15:00	8	教	13	76	9.5
実：実技指導員 教：教育委員会(体育館職員)							小計		190	1,112	
							合計		622	3,766	

(2) 講習会等

事業名	開催日	会場	内 容
スポーツフェスティバル (わいわいダンス)	7.16	福生地域体育館	開館 10 周年スポーツフェスティバルを開催し、日頃の運動成果の発表と利用者相互の交流を図った。 ・ウォームアップ (ローテンポエアロビクス) ・エアロビクス (ミドルテンポ) ・わいわいダンス ・ストレッチング 参加者数：101 人 指 導：トレーニング室トレーナー
ペーストレーニング タイム	4.1～ 18.3.31	〃	トレーニング室利用者にペーストレーニング (有酸素運動とマシン筋力トレーニング) の指導を実施した。 延参加者数：3,240 人 (全 152 回) 指 導：トレーニング室トレーナー
ストレッチタイム	〃	〃	トレーニング室利用者にストレッチの指導を実施した。 延参加者数：2,574 人 (全 202 回) 指 導：トレーニング室トレーナー
ビギナー講習会	〃	〃	トレーニング室利用にあたっての初心者講習を実施した。 総登録者数：13,544 人 (平成 17 年度登録者数 899 人) 指 導：トレーニング室トレーナー・職員
月曜サービスプログラム	〃	〃	祝日の月曜日にトレーニング室利用者を対象にステップエクササイズを実施した。 延参加者数：54 人 (全 4 回) 指 導：トレーニング室トレーナー
特別プログラム	18.2.2～ 3・30	〃	利用者の要望により、特別プログラムとしてストレッチボールの指導を実施した。 延参加者数：50 人 (全 9 回) 指 導：トレーニング室トレーナー
バランスボール (火曜日コース)	5.5～ 18.3.28	〃	毎週火曜日に市民を対象にバランスボールを使ってトレーニング指導を実施した。 延参加者数：364 人 (全 38 回) 指 導：体育館スポーツトレーナー
バランスボール (土曜日コース)	5.9～ 18.3.25	〃	毎週土曜日に腰痛・肩凝り等のある市民を対象にバランスボールを使ってトレーニング指導を実施した。 延参加者数：278 人 (全 36 回) 指 導：体育館スポーツトレーナー
ウエズデーバドミ ントン倶楽部	4.6～ 18.3.22	〃	毎週水曜日にバドミントン公開指導およびバドミントン開放を実施した。 延参加者数：495 人 (全 47 回) 指 導：職員
ジュニアバドミント ン倶楽部	4.6～ 18.3.15	〃	ジュニアバドミントン教室の実施されていない期間に小学 4 年生以上を対象にバドミントン実技指導を実施した。 延参加者数：417 人 (全 31 回) 指 導：職員

事業名	開催日	会場	内容
金曜卓球倶楽部	10.7～ 18.3.31	福生地域体育館	10月からの毎週金曜日に卓球公開指導および卓球利用開放を実施した。 延参加者数：428人（全23回） 指導：職員
レッツ・親子ビクス	7.15～ 7.29	〃	2.3歳児と親に運動する機会を設け有酸素運動の指導を実施した。 延参加者数：96人（全3回） 指導：体育館スポーツトレーナー
はじめてのエアロビクス	11.24～ 12.15	〃	初心者を対象にエアロビクスの指導を実施した。 延参加者数：64人（全4回） 指導：佐藤志保氏
ベーシックエアロビクス	18.1.10 ～ 3.28	〃	毎週火曜日に基本的な動作を行うエアロビクス指導を実施した。 延参加者数：277人（全10回） 指導：体育館スポーツトレーナー

1 4 福生地域体育館指導援助・後援事業

(3) 福生地域体育館

月 日	時 間	地域・団体名	対 象	内 容	会 場	担当	参加者数 (人)
4. 28	13:00～14:00	福生市介護福祉課 (高齢者生きがい活動支援デ イサービス加美)	生きがい活動支援 デイサービス参加者	転倒予防筋力トレーニング	福生地域体育館	教	16
5. 19	13:00～14:00	福生市介護福祉課 (高齢者生きがい活動支援デ イサービス加美)	生きがい活動支援 デイサービス参加者	転倒予防筋力トレーニング	〃	教	17
6. 17	13:30～14:30	福生市健康管理課 (健康教室)	市 民	高脂血症予防運動(有酸素運動 と筋力トレーニング)	〃	教	16
6. 23	13:00～14:00	福生市介護福祉課 (高齢者生きがい活動支援デ イサービス加美)	生きがい活動支援 デイサービス参加者	転倒予防筋力トレーニング	〃	教	16
7. 5	13:30～14:30	福生第1小学校2年生学年 活動 ※親子でリズム体操	2年生と保護者	準備体操・ストレッチ リズム体操2曲 整理体操	福生第1小学校 体育館	教	100
8. 25	13:00～14:00	福生市介護福祉課 (高齢者生きがい活動支援デ イサービス加美)	生きがい活動支援 デイサービス参加者	転倒予防筋力トレーニング	福生地域体育館	教	0 (台風の為中止)
8. 31	13:30～15:30	福生市健康管理課 (健康教室)	〃	糖尿病予防運動(有酸素運動と 筋力トレーニング)	〃	教	25
9. 22	13:00～14:00	福生市介護福祉課 (高齢者生きがい活動支援デ イサービス加美)	〃	転倒予防筋力トレーニング	〃	教	17

月 日	時 間	地域・団体名	対 象	内 容	会 場	担当	参 加 者 数 (人)
10.16	10:00～15:30	福生市身体障害者福祉協会 手をつなぐ親の会	会 員	合同運動会	福生地域体育館	教	120
10.27	13:00～14:00	福生市介護福祉課 (高齢者生きがい活動支援デ イサービス加美)	生きがい活動支援 デイサービス参加者	転倒予防筋力トレーニング	〃	教	17
11.18	13:30～15:30	福生市健康管理課 (健康教室)	〃	骨粗しょう症予防運動(座っ てできる筋力トレーニング)	〃	教	19
11.24	13:00～14:00	福生市介護福祉課 (高齢者生きがい活動支援デ イサービス加美)	〃	転倒予防筋力トレーニング	〃	教	20
12.22	13:00～14:00	〃	〃	〃	〃	教	19
18.1.26	13:00～14:00	〃	〃	〃	〃	教	17
18.2.21	13:30～15:30	白ゆり会	市 民	筋力トレーニング、ストレッチ、 レクリエーションゲーム	熊牛会館	教	35
18.2.23	13:00～14:00	福生市介護福祉課 (高齢者生きがい活動支援デ イサービス加美)	生きがい活動支援 デイサービス参加者	転倒予防筋力トレーニング	福生地域体育館	教	17

※ 福：福祉部職員 教：教育委員会職員(体育館職員)

15 福生地域体育館トレーニング室利用について

(1) 運営方針

トレーニング室は、専任トレーナーを常時配置し、市民の健康・体力づくりを安全、かつ効果的に実践できるよう支援し、求めに応じて指導、助言を行い、福生市の生涯スポーツの振興に寄与するよう、柔軟で効率的な運営に努める。

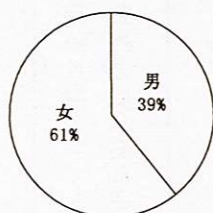
(2) 利用登録者について

トレーニング室を利用される方には、最初にビギナー講習会を受けていただき登録証を発行しています。

ビギナー講習会の内容

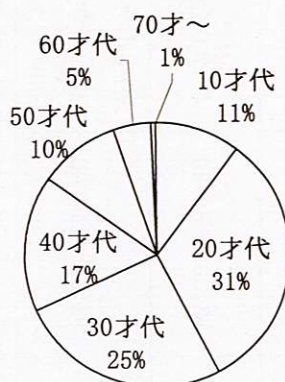
- ・トレーニング室利用上の心得
- ・形態、体力測定及び結果診断
- ・ストレッチの指導
- ・トレーニングマシンの使用説明及び実技指導

◇総登録者数 13,544人 (17年度は899人)



男	5328	人
女	8216	人

◇年齢別にみると



	全体	男	女
10才代	1468人	715人	753人
20才代	4224人	1717人	2507人
30才代	3485人	1302人	2183人
40才代	2236人	783人	1453人
50才代	1352人	440人	912人
60才代	668人	311人	357人
70才～	111人	60人	51人

※10才代は15～19才

◇地域別登録者分布図（１７年度）

市内 ５９９人

{	男 ２５２人 女 ３４７人
---	------------------

<市内内訳>

熊川 １１０、牛浜 １６、志茂 ２０、本町 １５、東町 ２、福生 ２０６、
南田園 １８、北田園 ９、加美平 ８３、武蔵野台 １１２、横田基地 ８

市外 ３００人

{	男 ９９人 女 ２０１人
---	-----------------

<市外内訳>

瑞穂町 ８０、羽村市 ５３、青梅市 ３６、あきる野市 ５８、
昭島市 １６、他市町村 ４１、２３区内 ２、都外 １４

(3) トレーニング室事業について

① ペーストレーニングタイム

トレーニング室利用者にペーストレーニング（油圧マシンとエアロビクスを交互
に行う有酸素トレーニング）の指導を実施。

指導者：トレーナー（補助として職員）

利用者月別内訳

月	回数	計（人）	１回平均（人）
４	１４	２９１	２０．８
５	１２	２９６	２４．７
６	１３	２７７	２１．３
７	１３	２８０	２１．５
８	１２	２６５	２２．１
９	１３	３２６	２５．１
１０	１４	２８７	２０．５
１１	１２	２６３	２１．９
１２	１２	２２６	１８．８
１	１２	２００	１６．７
２	１２	２４６	２０．５
３	１３	２８３	２１．８
計	１５２	３，２４０	２１．３

曜日時間別

曜日	時間	回数	計（人）	１回平均（人）
木	１４：３０～１５：１５	５１	１，０３０	２０．２
土	９：３０～１０：１５	５０	１，１４１	２２．８
土	１９：００～１９：４５	５１	１，０６９	２１．０
	計	１５２	３，２４０	２１．３

② ストレッチタイム

トレーニング室利用者にストレッチの指導を実施。

指導者：トレーナー

利用者月別内訳

月	回数	人数	1回平均(人)	月	回数	人数	1回平均(人)
4	17	241	14.2	10	16	208	13.0
5	18	267	14.8	11	18	218	12.1
6	17	266	15.6	12	16	173	10.9
7	17	210	12.4	1	15	222	14.8
8	18	192	10.7	2	16	213	13.3
9	16	145	9.1	3	18	219	12.2
				計	202	2,574	12.7

曜日時間別内訳

曜日	時間	回数	人数	1回平均(人)
火	19:15~19:45	47	385	8.2
水	14:00~14:30	52	664	12.8
金	10:15~10:45	52	851	16.4
日	14:00~14:30	51	674	13.2
計		202	2,574	12.7

③月曜スペシャルプログラム

祝日の月曜日にスペシャルプログラムとして有酸素運動の指導を実施。

指導者：トレーナー

実施月	時間	回数	人数
7月	14:30~15:15	1	9
9月	14:30~15:15	1	17
10月	14:30~15:15	1	12
1月	14:30~15:15	1	16
		合計	54

④特別プログラム

利用者の要望により、特別プログラムとしてストレッチポールの指導を実施。

指導者：トレーナー

実施日	時間	回数	人数
2月2日	15:00~15:20	1	9
2月9日	15:00~15:20	1	9
2月16日	15:00~15:20	1	1
2月23日	15:00~15:20	1	7
3月2日	15:00~15:20	1	7
3月9日	15:00~15:20	1	6
3月16日	15:00~15:20	1	5
3月23日	15:00~15:20	1	0
3月30日	15:00~15:20	1	6
		合計	50

発 行 平成18年9月

発行者 福生市教育委員会事務局

編 集 社 会 教 育 課

福生市北田園2-9-1

電話 (042) 552-5632