

## 富士見みらい館



富士見小学校、富士見こども園、富士見わんぱくひろばからなる区立の複合施設です。

施設をご利用の際は、1階の施設総合受付に「富士見スポーツ・文化クラブのサークル活動に参加します」と伝えてからお入りください。



**所在地** 〒102-0071 東京都千代田区富士見1-10-3

- 交通** **JR** 飯田橋駅から徒歩8分
- 東京メトロ有楽町線
  - 東京メトロ南北線
  - 都営大江戸線
- 飯田橋駅B2a出口から徒歩8分
- 東京メトロ東西線
- 飯田橋駅A5出口から徒歩8分
- 東京メトロ半蔵門線
  - 東京メトロ東西線
  - 都営新宿線
- 九段下駅1番出口から徒歩8分

**受付時間** 9:00~19:00 【施設総合受付】

**休館日** 毎月第2日曜日、年末年始(12/29~1/3)  
(その他、臨時で休館する場合があります)

お問い合わせ先  
富士見スポーツ・文化クラブ事務局(千代田区 生涯学習・スポーツ課)  
〒102-8688 千代田区九段南1-2-1 電話03-5211-3627  
shogaigakushuu@city.chiyoda.lg.jp

## 地域のみんなで作る



# 総合型地域スポーツクラブ 富士見スポーツ・文化クラブ

見学・体験 随時募集中!

新しいこと、はじめましょう!



富士見スポーツ・文化クラブは「地域のみんなで作る多種目・多志向の地域スポーツクラブ」です。富士見みらい館にて、様々なスポーツ・文化活動を行い、地域の方々の交流や健康維持への貢献に努めています。これからスポーツを始めたい方や地域交流をしたい方は、ぜひ、富士見スポーツ・文化クラブにご参加ください。

富士見スポーツ文化クラブホームページ  
<http://fsbclub.web.fc2.com/>



Fujimi Sports & Culture Club

# 目次 活動しているクラブのご紹介

ページ

	バドミントン	2
	ビーチボールバレー	3
	健康マーチン	4
	卓球	5
	空手	6
	バスケットボール	7
	社交ダンス	8
	ペン習字	9
ご利用方法		10



## ご利用上の注意事項

- ① ご利用の際は、必ず会員証を呈示し、指導員の指示に従ってください。
- ② 施設設備は大切に利用し、指定した場所以外は使用しないでください。
- ③ 危険な行為はつつしみ、事故防止に努めてください。
- ④ 個人会員証は、本人のみ有効とし、他人に貸与、譲渡することはできません。
- ⑤ 法人会員証は、法人内の社員のみ有効とし、他人に貸与、譲渡することはできません。
- ⑥ ゴミは必ずお持ち帰りください。
- ⑦ 館内での飲食はご遠慮ください。(運動時の水分補給程度にとどめてください)
- ⑧ 飲酒・酒気を帯びた方の利用は禁止です。
- ⑨ 荷物のお預かり、電話の取り次ぎはいたしません。
- ⑩ 館内は禁煙となっています。
- ⑪ 駐車場は設けていません。
- ⑫ その他、館内掲示の注意事項にしたがってください。

# バドミントン



会場

体育館

活動曜日

日曜日・祝日(不定期)

活動時間

9:00~12:20

参加費

大人…………… 1回 300円  
子ども(中学生以下) …… 1回 200円  
親子(子ども2名以上) … 1回 500円



レッツチャレンジ!バドミントン!

初心者から経験者までラケットの握り方、使い方、打点を身につけ、楽しくゲームをしましょう♪

【年間予定】

- 月1回、外部コーチによる講習会
- クリスマスバドミントン大会  
(クラブ内チーム戦) 冬(12月)

## 指導者・資格等

みなみしま やすよ  
南島 恭代

女子聖学院同好会バドミントン部コーチ、  
千代田区バドミントン協会常任理事

こばやし こ  
小林 とし子

千代田区バドミントン協会常任理事、  
千代田区スポーツ推進委員



問合せ先

みなみしま やすよ  
南島 恭代

TEL:090-7630-6888



y.m-844.37340@docomo.ne.jp

# ビーチボールバレー



会場

体育館

活動曜日

日曜日・祝日(不定期)

活動時間

12:30~14:20

参加費

1回 100円



「ビーチボールバレー」とは、ビニール製のビーチボールを使い、バドミントンコートを利用して4名×4名で行うバレーボールです。年齢や性別を問わず、どなたでも参加し、楽しめるスポーツです。参加者同士でサーブやアタックなどの練習を行いながら覚えていきますので、是非参加してみてください♪



## 指導者・資格等

参加者同士で教え合い、実際にビーチボールバレーをしながら覚えます。



問合せ先

いいだ かよこ  
飯田 加世子

TEL: 090-8453-1154

✉ RYOTA\_HALKI@t.vodafone.ne.jp

# 健康マーじゃん



会場

プレイルーム(地域交流室)(1階)

活動曜日

日曜日・祝日(不定期)

活動時間

13:00~17:00

参加費

1回 200円



頭と指先を使って行うマーじゃんはとても体に良い活動です。13時~14時30分(前半)・休憩・14時45分~16時30分(後半)で行っております。前半と後半でメンバーチェンジをして楽しみながら活動しています。初心者でも参加できますので、お気軽に遊びに来てください♪

## 指導者・資格等

参加者同士で教え合い、実際にマーじゃんをしながら覚えます。



問合せ先

千代田区地域振興部 生涯学習・スポーツ課

TEL:03-5211-3627 (直通)

✉ shogaigakushuu@city.chiyoda.lg.jp

# 卓球



会場

体育館

活動曜日

月曜日

活動時間

18:30~20:30

参加費

1回 200円



子どもから大人まで、初級者から上級者まで3世代(子ども・親・祖父母)のできるスポーツです。ご家族で卓球しませんか?

初心者には優しく、中・上級者には各人が試合に出られるまで指導しています。まずは、体験から始めませんか?

## 指導者・資格等

たたら みつる 千代田区卓球連盟理事長  
はやし ようこ 千代田区卓球連盟指導員  
林 葉子



問合せ先

千代田区地域振興部 生涯学習・スポーツ課

TEL:03-5211-3627 (直通)

✉ shogaigakushuu@city.chiyoda.lg.jp

# 空手



会場

体育館

活動曜日

火曜日

活動時間

小学生以下 18:30~19:30

中学生以上 19:30~21:00

参加費

月額 3,000円



老若男女問わず気軽に参加できる空手道教室です。初めての方でも安全に楽しく稽古に取り組むことができます。

礼に始まり礼に終わる、武道の基本となる礼節を学びます。

## 指導者・資格等

全日本空手道連盟  
和道会 東京空手倶楽部  
日本体育協会公認  
上級スポーツ空手道指導員など  
5~6名で指導



問合せ先

東京空手倶楽部

TEL&FAX: 03-3864-8044

✉ info@tokyokarate.com

# バスケットボール



会場

体育館

活動曜日

木曜日(曜日変更の可能性あり)

活動時間

小学生(4~6年生)・中学生 18:00~19:30  
高校生以上社会人 19:30~21:30

参加費

小学生(4~6年生)・中学生・高校生 1回 200円  
18歳以上(高校生を除く)・社会人 1回 500円

バスケットボールは「走る」「跳ぶ」「投げる」の運動機能を伴った誰にでも楽しめるスポーツです。また、個人競技とは違うチームスポーツとして、みんなで勝利を目指す楽しみもあります。

小学生・中学生はドリブル・パス・シュートの基礎練習からゲームまで、高校生以上の方は時間いっぱいゲームを楽しみましょう!

指導者・資格等

わたなべ たかまさ  
渡邊 崇雅

JBA(日本バスケットボール協会)  
公認C級コーチ  
平成22年度インターハイ出場  
第65回 国民体育大会出場

まつもと ゆきこ  
松本 志子

(元) (一社) 東京バスケットボール  
アソシエーション理事



問合せ先

まつもと ゆきこ  
松本 志子

TEL: 090-1124-3637

✉ 45\_bonhuer-23@be.to

# 社交ダンス



会場

交流室兼創作活動室(5階)

活動曜日

金曜日

活動時間

19:30~21:30

参加費

月額 4,000円



社交ダンスは姿勢が第一! まるで頭の上から糸で吊っているように背筋を伸ばして踊るので、自然とインナーマッスルが鍛えられます。社交ダンスではモダン5種(ワルツ、タンゴなど)、ラテン5種(チャチャチャ、ルンバなど)の曲目を踊ります。曲目によってゆったりしたステップから激しいステップまでありますが、そのステップを自分で決めるので自分の実力に合わせてできる生涯スポーツといえます。参加は随時受け付けています。さあ、レッツ、ダンス! あなたも新しい扉を開けてみませんか?

指導者・資格等

やまもと し の ぶ  
山本 紫乃実

商業インストラクター 5級  
(社) 全日本ダンス協会連合会認定 ライセンシエート

(公財) 日本ボールルームダンス連盟 東部総局  
スタンダード&ラテン C級

問合せ先

千代田区地域振興部 生涯学習・スポーツ課  
TEL: 03-5211-3627 (直通)

✉ shogaigakushuu@city.chiyoda.lg.jp



## 会場

ランチルーム(4階)

## 活動曜日

第1・第3日曜日(日程変更の可能性あり)

## 活動時間

15:00~17:00

## 参加費

1回 100円

文字を書いた時、もっと綺麗に字を書きたいと思うことはありませんか？

美しい文字は人生を変えます！

年齢問わずご参加いただけますので、お気軽に遊びに来てください♪ まずはご自身のお名前から練習してみましょう。

目指せ！美文字マスター！！

お元気で  
すか  
ありが  
とうござ  
いませ

## 指導者・資格等

しおつき じゆんこ  
塩月 順子  
現代書道院 準講師



問合せ先

みなみしま やすよ  
南島 恭代

TEL: 090-7630-6888

✉ y.m-844.37340@docomo.ne.jp

## ■ ご入会

各サークル・団体をご利用いただくには「富士見スポーツ・文化クラブ」への入会(千代田区在住・在勤・在学の方が対象)が必要となります。各種目の紹介ページ下部に記載されている「お問合せ先」、または千代田区役所生涯学習・スポーツ課にて、入会の受付を行っております。

会員種別	対 象
一般会員	以下の種別の会員以外
子ども会員	18歳以下
シニア会員	65歳以上
法人会員	本クラブの趣旨に賛同する企業 (1口/2名分の法人会員証発行)
賛助会員	本クラブの趣旨に賛同する個人及び団体

※年齢は、当該年度4月1日現在の年齢とする。

## ■ 年度会費

会員種別	年度会費
一般会員	3,000円
子ども会員	2,000円
シニア会員	2,000円
法人会員	1口/10,000円
賛助会員	1口/10,000円

※ 翌年度分の会費を前年度の2月末までに一括で納入していただきます。

※ 年度途中の入会の場合は、下記の会費を入会月に一括納入していただきます。

※保険料を含みます。

## 途中入会の場合の会費 ※保険料を含みます。

種別\入会月	4~6月	7~9月	10~12月	1~3月
一般会員	3,000円	2,250円	1,500円	750円
子ども会員	2,000円	1,500円	1,000円	500円
シニア会員	2,000円	1,500円	1,000円	500円
法人会員	1口/10,000円			
賛助会員	1口/10,000円			

## ■ 参加費

年度会費の他に、各サークル・団体ごとに設定されている参加費が必要となる場合がございます。詳しくは各サークル・団体の紹介ページ、または問合せ先にて確認してください。

## ■ 見学・体験

各サークル・団体ともに、見学・体験を随時実施しております。詳しくは、各サークル・団体の問合せ先、または千代田区役所生涯学習・スポーツ課にお問合せください。

## ■ 活動カレンダー

各サークル・団体の活動日・活動場所については、毎月発行される「富士見スポーツ・文化クラブ教室カレンダー」にてご確認ください。カレンダーは、千代田区役所生涯学習・スポーツ課、または富士見みらい館、各出張所でも配布しております。また富士見スポーツ・文化クラブのホームページでも確認できます。

<http://fsbclub.web.fc2.com/index.html>