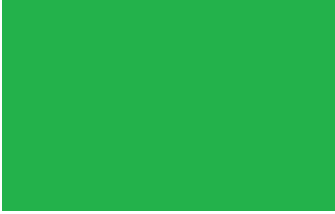


Do SPORTS!



●Sports for All / おうちで運動・

おうちでやかつ動画紹介 …… P1~2

●体育施設の個人利用のご案内 …… P19

●申込方法・総合体育館のご案内 …… P20

気軽にスポーツいろいろ！ 武蔵野総合体育館

大人向けスポーツ教室 …… P3~P4

親子向けスポーツ教室・一時保育 …… P5

小学生向けスポーツ教室 …… P6

幼児向け・短期スポーツ教室 …… P7

障がい者向けスポーツ教室 …… P8

ワンデーレッスン …… P9

スポーツイベント …… P10

自然とあそぼう！

野外活動センター



自然観察・アウトドアスポーツ …… P11~12

登山・キャンプ・サポートスタッフ …… P13~14

武蔵野市立自然の村 …… P15~16

野外活動センター旅行条件説明書 …… P17~18

2021年度版
2021年4月~2022年3月

掲載されている情報は2021年2月末現在のものです。状況により、教室・イベントが中止または変更される場合もございますので、最新の情報はHP または お電話でお問い合わせください。



公益財団法人

武蔵野生涯学習振興事業団

ココロ・カラダあしたも元気に。

みんな、

心のアスリートに

なろう。

G O A L

コロナ収束のゴールは、

なかなか見えてこない。

だけど、ゴールを切るには、

「続ける」しかないことを私たちは知っています。

明日を信じ、自分を信じ、今できることに

黙々と取り組み続けていくアスリートのように、

あきらめない！

なげださない！

私たちにそんな強い思いがあれば、

明るいゴールは、必ず見えてくる。

私たち事業団は、自分たちのミッションを見失わず、これからも皆さまと共に進み続けます。

これまでのレガシーのひとつ、スポーツイベント「Sports for All」。楽しい企画を、これからも続けていきます。

スポーツの素晴らしさに触れていただき、「する」でも「観る」でも、スポーツに親しむきっかけをより多くの人に見つけていただきたい。そう願い、「Sports for All」という名称でオリンピックなどを招いてスポーツイベントを開催してきました。さて、次はどんな内容で!?



これまで開催したスポーツイベントの例

- ラグビー
- カヌー
- バレーボール
- 水球
- サッカー
- バドミントン
- バスケットボール
- 柔道
- パラスポーツ
- 陸上
- etc.

新しい試みとして、運動や野外活動の「動画チャンネル」を開設。内容を充実させながら、これからも続けていきます。



▼武蔵野総合体育館 動画チャンネル



現在、31種類の運動動画を配信中。
(2021年2月末現在)



▼武蔵野野外活動センター 動画チャンネル



現在、10種類のキャンプ・自然観察動画を配信中。
(2021年2月末現在)



コロナ禍による体育館の休場中も、皆さんのお役に立てないか。そう考えスタートしました。これからも内容を充実させていきます。ぜひご覧になってください!

武蔵野総合体育館

会員制
教室

大人向けスポーツ教室

一時保育 一時保育の詳細は5ページをご覧ください。

掲載されている情報は2021年2月末現在のものです。中止、変更される場合もございますので、最新の情報はHPまたはお電話でお問い合わせください。



- 事前にお申し込みが必要です。申込方法は20ページを参照してください。募の日付は教室募集期間です（期間内必着）。
- 硬式テニス①②はお1人様①②どちらかにお申し込みできます。重複申込は落選となります。
- 対象：15歳以上（妊婦・中学生を除く） ● 障がいのある方もお気軽にご相談ください。
- 表示金額は税込価格となります。

やさしいヨーガ

定員 14名
参加費 4,200円

はじめての方でもわかりやすい、基本のポーズを練習します。

月曜日
13:30 ~ 15:00 ● 前期【全7回】5/24~7/5 (募4/15~4/30)
場所/柔道場

エレガンスストレッチ

定員 各14名
参加費 4,200円

「バレエ」によるストレッチ体操で、美しい姿勢、ボディラインを作り上げていきます。

月曜日
13:30 ~ 15:00 ● 中期【全7回】8/30~10/25 (募8/1~8/14)
● 後期【全7回】1/31~3/14 (募12/1~12/14)
場所/柔道場

デトックスヨーガ

定員 14名
参加費 4,200円

日頃のストレスや体の歪りを呼吸法とポーズでデトックスし、体の内側から自分本来の美しさや健康を取り戻します。

月曜日
13:30 ~ 15:00 ● 中期【全7回】11/1~12/20 (募9/15~9/30)
場所/柔道場



エレガンスストレッチ



デトックスヨーガ

硬式テニス①②

一時保育

定員 各30名
参加費 10,000円

初心者、初級者を対象に、基本のストロークやサーブ等を練習します。

水曜日
① 9:15 ~ 10:45 ● 前期【全8回】4/7~6/2 (募3/1~3/14)
② 11:00 ~ 12:30 ● 中期【全8回】9/22~11/17 (募8/15~8/31)
場所/テニスコート



硬式テニス

ピラティス

一時保育

定員 40名
参加費 4,800円

バランスの良い身体づくりを目指す初心者向けのクラスです。

金曜日
9:15 ~ 10:15 ● 前期【全8回】5/7~6/25 (募4/1~4/14)
場所/サブアリーナ



ピラティス

フラダンス

一時保育

定員 40名
参加費 4,800円

ゆったりとした動作でインナーマッスルと下半身に刺激を与え、体の引き締め効果があります。

金曜日
9:15 ~ 10:15 ● 中期【全8回】10/1~12/3 (募8/15~8/31)
場所/サブアリーナ



フラダンス

ボディバランス・エクササイズ

一時保育

定員 40名
参加費 4,200円

有酸素運動に体幹トレーニングをプラスした初心者向けエクササイズです。

金曜日
9:15 ~ 10:15 ● 後期【全7回】1/7~3/18 (募12/1~12/14)
場所/サブアリーナ

掲載されている情報は2021年2月末現在のものです。中止、変更される場合もございますので、最新の情報はHPまたはお電話でお問い合わせください。

NEW

エイジングケアトレーニング

定員 14名
参加費 3,000円

加齢に伴う身体変化を考慮し、無理のない様々なトレーニングを体験します。

土曜日
13:30 ~ 15:00 ●前期【市報むさしのご案内します】
場所/大会議室

NEW

有酸素コアトレーニング

定員 23名
参加費 3,000円

体幹部を中心とした有酸素運動で筋持久力を向上させる教室です。

土曜日
13:30 ~ 15:00 ●後期【全5回】1/15~2/19(募12/1~12/14)
場所/軽体操ダンス室

子育て支援事業 シェイプウォーキング

定員 30名
参加費 100円

育児を頑張るお母さんを応援します。教室中は託児サービス(2歳以上・要事前申込・定員6名)がありますので、安心してご利用ください。※対象:市内在住・在勤で2歳~未就学児の母親

水曜日
10:00 ~ 11:30 ●前期【全8回】5/12~7/7(募4/1~4/14)
場所/西部コミセン



シェイプウォーキング

脂肪燃焼アクアビクス 一時保育

定員 各7名
参加費 6,400円

水中で音楽に合わせて運動します。「はじめてのアクアビクス」よりやや運動量の多いクラスです。

火曜日
9:50 ~ 10:50 ●前期【全8回】4/13~6/8(募3/1~3/14)
●中期【全8回】9/28~11/16(募8/15~8/31)
場所/温水プール

水中運動強度 ★★★★★

水中健康体操

定員 各6名
参加費 6,400円

水中ウォーキング、筋力トレーニング、ストレッチなどで全身の体力づくりを行います。

金曜日
13:00 ~ 14:00 ●前期【全8回】4/16~6/4(募3/1~3/14)
●中期【全8回】10/1~11/26(募8/15~8/31)
場所/温水プール

水中運動強度 ★★☆☆☆



はじめてのアクアビクス 金曜(夜)

ボディメイクトレーニング

定員 23名
参加費 3,000円

有酸素運動・筋肉トレーニング・ストレッチなどをサーキット形式で組み合わせて行います。

土曜日
13:30 ~ 15:00 ●中期【全5回】10/2~11/6(募8/15~8/31)
場所/軽体操ダンス室



ボディメイクトレーニング

子育て支援事業 エアロ&ピラティス

定員 30名
参加費 100円

育児を頑張るお母さんを応援します。教室中は託児サービス(2歳以上・要事前申込・定員6名)がありますので、安心してご利用ください。※対象:市内在住・在勤で2歳~未就学児の母親

木曜日
10:00 ~ 11:30 ●中期【全8回】9/30~11/18(募8/15~8/31)
場所/吉祥寺北コミセン

子育て支援事業 ヨーガ

定員 30名
参加費 100円

育児を頑張るお母さんを応援します。教室中は託児サービス(2歳以上・要事前申込・定員6名)がありますので、安心してご利用ください。※対象:市内在住・在勤で2歳~未就学児の母親

木曜日
10:00 ~ 11:30 ●後期【全8回】1/13~3/3(募12/1~12/14)
場所/吉祥寺南町コミセン

初心者水泳 木曜(夜)

定員 各12名
参加費 6,400円

クロールの息継ぎ、背泳ぎの姿勢、平泳ぎのキックなど泳ぎの基本を練習します。

木曜日
19:30 ~ 21:00 ●前期【全8回】4/22~6/24(募3/1~3/14)
●中期【全8回】9/30~11/18(募8/15~8/31)
場所/温水プール



水中健康体操

はじめてのアクアビクス 金曜(夜)

定員 各7名
参加費 6,400円

水中で音楽に合わせて運動します。膝、腰への負担も少なく、安心して参加できます。

金曜日
19:40 ~ 20:50 ●前期【全8回】4/16~6/4(募3/1~3/14)
●中期【全8回】10/1~11/26(募8/15~8/31)
場所/温水プール

水中運動強度 ★★☆☆☆

大人向けスポーツ教室

親子・小学生向け
スポーツ教室

幼児向け・短期・障がい者
向けスポーツ教室

自然観察・アウトドアスポーツ

登山・キャンプ・サポートスタッフ

武蔵野市立自然の村・
旅行条件説明書

施設個人利用の
ご案内・申込方法

掲載されている情報は2021年2月末現在のものです。中止、変更される場合もございますので、最新の情報はHPまたはお電話でお問い合わせください。



- 対象：平成29年4月2日～平成31年4月1日生まれのお子様と保護者の方（親子でボール遊び、親子体操）
- 事前にお申込みが必要です。お子様のお名前でお申込みください（産後ヨガは親の名前でお申込み）。申込方法は20ページを参照してください。募の日付は募集期間です（期間内必着）。
- 同一申込期間はお1人様1教室のみお申込みできます。重複申込は落選となります。
- 障がいのある方もお気軽にご相談ください。
- 表示金額は税込価格となります。
- 妊娠中の方は参加できません。

親子でボール遊び

きょうだいの
一時保育あり

定員 6組
参加費 4,200円

サッカーボールを使って様々な運動を体験します。

月曜日

10:30～11:30

場所/緑町スポーツ広場

※雨天時/メインアリーナ

●中期【全6回】10/18～12/6（募8/1～8/14）

親子よちよち体操②

きょうだいの
一時保育あり

定員 各14組
参加費 3,000円

教室初日の時点で1歳以上～3歳未満の一人で歩行可能な幼児と保護者を対象に、ボールやフープを使って身体を動かします。①1歳児と保護者 ②2歳児と保護者

月曜日

① 9:30～10:20

② 10:40～11:30

場所/メインアリーナ

●後期【全6回】1/31～3/7（募11/15～11/30）

産後ヨガ

きょうだいの
一時保育あり

定員 各7組
参加費 6,400円

教室初日の時点で生後3ヶ月以上1歳未満の乳児と母親を対象に出産後の体調を整え体を引き締めてくれるお子様と一緒にやるヨガです。

火曜日

10:00～11:00

場所/柔道場

●前期【全8回】5/11～7/6（募4/1～4/14）

●中期【全8回】9/28～11/16（募8/15～8/31）

●後期【全8回】1/11～3/22（募12/1～12/14）

親子体操

きょうだいの
一時保育あり

定員 各23組
参加費 前・中期：4,000円
後期：3,500円

子どもの成長に合わせた運動と、親子別プログラムも行います。

金曜日

10:45～11:45

場所/サブアリーナ

●前期【全8回】5/7～6/25（募4/1～4/14）

●中期【全8回】10/1～12/3（募8/1～8/14）

●後期【全7回】1/7～3/18（募11/15～11/30）

親子テニス

定員 前期：18組
中期：①6組 ②12組
参加費 3,600円

親子で楽しくテニスの基礎を学びます。

※前期：年長児と保護者 中期：①年中児と保護者・②年長児と保護者

土曜日

9:00～10:00

場所/テニスコート

●前期【全6回】4/17～5/22（募3/15～3/31）

●中期【全6回】9/25～10/30（募8/1～8/14）



親子体操

はじめての親子テニス体験①②

定員 各20組
参加費 1,500円

親子ではじめてのテニスを体験できる1日限りの体験教室。①年中児と保護者 ②年長児と保護者

土曜日

① 14:00～15:00

② 15:30～16:30

場所/サブアリーナ

●後期2/19（募1/15～1/31）

親子インラインスケート体験

定員 4組
参加費 4,000円

インラインスケート初心者の小学1～3年生と保護者を対象に行う体験教室です。

日曜日

9:30～11:30

場所/ストリートスポーツ広場

●中期9/26（募8/15～8/31）※雨天中止

一時 保育

有料

最新の情報はHPまたは
お電話でお問い合わせ
ください

体育施設を利用する方のお子様をお預かりします。(事前予約制)

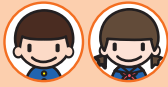
開催曜日	月・火・水・木・金曜日 日程はホームページ(https://www.musashino.or.jp/sports/hoiku-2/)でご確認ください。
時間	9:00から13:00までの間で1時間以上
保育場所	武蔵野総合体育館3階、和室研修室
対象	1歳以上の未就学児
定員	3名
料金	1時間660円、以降30分単位で330円加算
申込み	<ul style="list-style-type: none"> ・当日受付はできませんので、必ず事前予約をしてください（電話予約可） ・保育実施日の2週間前から2日前の16:00までにご入金ください。 ・キャンセルは2日前の16:00までにご連絡ください（全額返金）。それ以降は100%のキャンセル料がかかります。（返金なし） ・会員制スポーツ教室で一時保育を利用する場合は、募集期間中、申込時に「保育希望」と「子どもの月齢、生年月日」を明記してください。 ・会員制スポーツ教室の応募状況により事前に定員に達する場合があります。 ・その他の利用に関することについては、チラシをご覧ください。

一時保育対象教室

- 産後ヨガ
- ピラティス
- フラダンス
- ボディバランス・エクササイズ
- 硬式テニス①②
- 脂肪燃焼アクアビクス
- 親子よちよち体操①②
- 親子でボール遊び
- 親子体操

※この他にもワンダーレッスンや
プール・トレーニング室などの
ご利用の方も対象となります。

掲載されている情報は2021年2月末現在のものです。中止、変更される場合もございますので、最新の情報はHPまたはお電話でお問い合わせください。



- 事前にお申込みが必要です。申込方法は20ページを参照してください。募の日付は募集期間です（期間内必着）。
- 同一申込期間はお1人様1教室のみお申込みできます。重複申込は落選となります。
- 障がいのある方もお気軽にご相談ください。 ●表示金額は税込価格となります。

ジュニア剣道①②

定員 各12名
参加費 ①4,000円
②4,400円

①小学生初心者 ②小学生経験者

水曜日
① 15:30～16:30
② 16:45～18:00
場所/剣道場

- 前期【全8回】5/12～6/30 (募3/15～3/31)
- 中期【全8回】9/29～11/24 (募8/1～8/14)
- 後期【全8回】1/12～3/16 (募11/15～11/30)



ジュニア剣道



ジュニアバレエ

ジュニアバレエ

定員 22名
参加費 4,800円

小学生

水曜日
16:00～17:30 ●後期【全8回】1/12～3/16 (募11/15～11/30)
場所/軽体操ダンス室

ジュニアHIPHOPダンス

定員 22名
参加費 4,800円

小学生

水曜日
16:00～17:00 ●中期【全8回】10/6～12/1 (募8/1～8/14)
場所/軽体操ダンス室

出張開催スポーツ教室 ジュニアHIPHOPダンス

定員 20名
参加費 4,800円

小学生

火曜日
17:00～18:00 ●前期【全8回】5/11～6/29 (募3/15～3/31)
場所/第二小

ジュニアサッカー

定員 各30名
参加費 4,000円

小学1～3年生

金曜日
16:40～17:40 ●中期【全8回】10/1～12/3 (募8/1～8/14)
●後期【全8回】1/7～3/25 (募11/15～11/30)
場所/メインアリーナ



ジュニアサッカー



はじめてのインラインスケート

はじめてのインラインスケート

定員 各8名
参加費 5,500円

小学生初心者

土曜日
10:00～11:30 ●前期【全5回】4/10～5/8 (募3/15～3/31)
●中期【全5回】10/30～11/27 (募9/15～9/30)
場所/ストリートスポーツ広場

はじめてのスケートボード①②

定員 各8名
参加費 4,800円

小学生初心者

土曜日
① 10:00～10:50 ●中期【全5回】9/4～10/9 (募8/1～8/14)
② 11:00～11:50 ●後期【全5回】1/15～2/12 (募11/15～11/30)
場所/ストリートスポーツ広場

ジュニアテニス①②

定員 各30名
参加費 3,600円

①小学1～3年生 ②小学4～6年生

土曜日
① 10:15～11:15 ●前期【全6回】4/17～5/22 (募3/15～3/31)
② 11:30～12:30 ●中期【全6回】9/25～10/30 (募8/1～8/14)
場所/テニスコート

NEW

運動会対策かけっこ教室①②

定員 各30名
参加費 1,000円

小学生

水曜日 ① 9:15～10:45
② 11:15～12:45 ●前期5/5 (募4/1～4/14)
場所/陸上競技場 (雨天時:メインアリーナ)

NEW

土曜学校 マット運動

定員 15名
参加費 無料

武蔵野市内在住・在学の小学生

土曜日
10:00～11:00 ●前期【全3回】6/12～6/26 (募5/1～5/14)
場所/桜野小学校

土曜学校 ボッチャ

定員 12名
参加費 無料

武蔵野市内在住・在学の小学生

土曜日
10:00～11:30 ●中期【全3回】9/25～10/9 (募8/15～8/31)
場所/井之頭小学校

土曜学校 未定 (市報むさしのご案内します)

定員 未定
参加費 無料

武蔵野市内在住・在学の小学生

土曜日
10:00～11:00 ●後期【全3回】1/8～1/29 (募11/15～11/30)
場所/本宿小学校

幼児向けスポーツ教室

掲載されている情報は2021年2月末現在のものです。中止、変更される場合もございますので、最新の情報はHPまたはお電話でお問い合わせください。



- 対象：平成27年4月2日～平成30年4月1日生まれのお子様（幼児サッカーを除く）
- 事前にお申込みが必要です。申込方法は20ページを参照してください。募の日付は募集期間です（期間内必着）。
- 同一申込期間はお1人様1教室のみお申込みできます。重複申込は落選となります。●障がいのある方もお気軽にご相談ください。
- 表示金額は税込価格となります。

幼児運動①②

定員 各30名
参加費 4,000円

集団遊び、マット、跳び箱などで幼児期に大切な運動を楽しく体験します。

水曜日 ① 15:30～16:15
② 16:45～17:30

場所／
前期：サブアリーナ or 陸上競技場
中・後期：サブアリーナ

- 前期【全8回】5/12～6/30（募4/1～4/14）
- 中期【全8回】9/29～11/24（募8/1～8/14）
- 後期【全8回】1/12～3/16（募11/15～11/30）



幼児運動



幼児水泳

幼児水泳①②

定員 各5名
参加費 6,400円

水遊びを通して水慣れをします。

水曜日

① 14:30～15:20
② 15:40～16:30

場所／温水プール

- 前期【全8回】5/12～7/7（募4/1～4/14）
- 中期【全8回】9/22～11/17（募8/1～8/14）

幼児サッカー①②

定員 前期：各20名
中・後期：各10名
参加費 4,000円

①年中 ②年長 ※中・後期①②合同クラス

金曜日

前期：① 15:40～16:30 ② 16:50～17:40

中・後期：①② 15:40～16:30

場所／前期：サブアリーナ
中・後期：メインアリーナ

- 前期【全8回】5/7～6/25（募4/1～4/14）
- 中期【全8回】10/1～12/3（募8/1～8/14）
- 後期【全8回】1/7～3/25（募11/15～11/30）

幼児器械運動①②③

定員 各13名
参加費 前期：4,800円
後期：5,600円

マット、跳び箱、鉄棒の練習をします。①年長 ②年中 ③年少

土曜日

① 9:00～9:45
② 10:00～10:45

③ 11:00～11:45

場所／軽体操ダンス室

- 中期【全6回】10/23～12/4（募8/1～8/14）
- 後期【全7回】1/8～3/5（募11/15～11/30）

夏休み、冬休み、春休みの短期教室

- 事前にお申込みが必要です。申込方法は20ページを参照してください。募の日付は募集期間です（期間内必着）。
- 同一申込期間はお1人様1教室のみお申込みできます。重複申込は落選となります。●障がいのある方もお気軽にご相談ください。
- 表示金額は税込価格となります。●開催日程、募集期間は変更となる場合がございます。

夏休み楽しい運動遊び①②

定員 各30名
参加費 3,000円

年少～年長

① 9:15～10:15

② 10:45～11:45

場所／サブアリーナ

- 【全5回】7/26～7/30（募6/15～6/30）

夏休み幼児リズム体操①②

定員 各14名
参加費 2,100円

①年少 ②年中・年長

① 9:30～10:15

② 10:30～11:20

場所／軽体操ダンス室

- 【全3回】8/2～8/4（募6/15～6/30）

夏休みジュニア水球

定員 12名
参加費 2,400円

小学3～6年生

7:30～8:30

場所／温水プール

- 【全3回】8/2～8/4（募6/15～6/30）



夏休みジュニア水球

夏休みボールの投げ方教室①②

定員 各24名
参加費 1,600円

小学生

10:00～11:30

場所／サブアリーナ

- 【全2回】①8/2～8/3（募6/15～6/30）

- 【全2回】②8/4～8/5（募6/15～6/30）

夏休みジュニアウォーターダンス

定員 10名
参加費 4,200円

小学3～6年生

7:30～8:30（教室）

場所／温水プール

- 【全6回】8/16～8/20（教室）（募6/15～6/30）

8/21（発表会 ※時間未定）

冬休み、春休みの短期教室

冬休み・春休みの短期教室については、市報むさしのご案内します。

掲載されている情報は2021年2月末現在のものです。中止、変更される場合もございますので、最新の情報はHPまたはお電話でお問い合わせください。

- 事前にお申込みが必要です。申込方法は20ページを参照してください。募の日付は教室募集期間です（期間内必着）。
- ユニバーサルスポーツ教室は、障がいのある方もない方も共に楽しめる運動強度が低いスポーツ教室です。
- 障がいの内容や目的によってプログラムをご案内いたしますので、お気軽にご相談ください。
- 表示金額は税込価格となります。

ユニバーサルスポーツ教室
ノルディックウォーキング

定員 **20名**
参加費 **3,900円**

2本のポールを使って歩行を補助しながら行うウォーキングです。

木曜日
13:15～14:45
場所/陸上競技場
※雨天時/視聴覚室

●後期【全5回】2/17～3/17 (募1/15～1/31)

ユニバーサルスポーツ教室
水中ウォーキング

定員 **各6名**
参加費 **6,400円**

体力の向上と無理なく運動習慣をつける水中体操です。

金曜日
14:30～15:30
場所/温水プール

●前期【全8回】4/16～6/4 (募3/1～3/14)
●中期【全8回】10/1～11/26 (募8/15～8/31)

水中運動強度 ★☆☆☆

ユニバーサルスポーツ教室
水中ポールウォーキング体験

定員 **各6名**
参加費 **1,500円**

アクアノルディックポールを使って水中歩行を行います。

前期：土曜日
10:00～11:00
場所/温水プール

●前期4/24 (募3/1～3/14)
●中期10/3 (募8/15～8/31)

水中運動強度 ★☆☆☆

障がい者スポーツ教室
初心者水泳

定員 **各11名**
参加費 **3,200円**

障がいがあり自力歩行が可能な中学生以上（一人でプールに入れない方は保護者同伴）

火曜日
19:30～20:30
場所/温水プール

●前期【全8回】4/13～6/8 (募3/1～3/14)
●中期【全8回】9/28～11/16 (募8/15～8/31)

NEW **障がい者スポーツ教室**
リフレッシュ体操

定員 **各15名**
参加費 **400円**

障がいのある方を対象に、ストレッチやウォーキングなどを行います。

日曜日
10:00～11:30
場所/陸上競技場
軽体操ダンス室

●前期4/18 (募3/15～3/31)
●中期11/14 (募10/15～10/31)

障がい者スポーツ教室
ジュニア水泳（要保護者同伴）

定員 **各3組**
参加費 **2,400円**

障がいのある小学生と保護者（一緒にご参加いただけます）

日曜日
9:30～10:30
場所/温水プール

●前期【全6回】5/23～6/27 (募4/15～4/30)
●中期【全6回】10/17～11/21 (募8/15～8/31)

プラチナカードで無料
(9ページ参照)

予約なしで気軽に利用できる 障がい者のためのスポーツ広場

- 曜日：月曜日（月2回程度）
- 時間：14:00～18:00（時間内随時受付）
- 会場：総合体育館 1階メインアリーナ
- 対象：障がいのある方とその介助者・保護者・引率者など（一緒に参加していただけます。）

※日程、料金、その他詳細は、総合体育館に設置しているチラシ、もしくはホームページ（20ページ参照）をご確認ください。

好きな時間に来て、自由に身体を動かし、好きな時間に帰ることのできるスポーツ広場です。ご家族やお友達、ガイドヘルパーのかたと一緒に、あるいは福祉作業所や放課後デイサービスのプログラムに取り入れるなど、ご活用いただけます。（※教室ではありません）



障がいのある方も安心してご利用いただけます

総合体育館

陸上競技場

温水プール

駐車場

- 点字ブロック（入口から受付、エレベーターまで）
- 障がい者用トイレ（オストメイト対応）
- 障がい者用更衣室（シャワー完備）
- エレベーター設置
- 筆談具

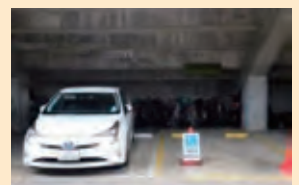
- 点字ブロック
- 障がい者用トイレ（オストメイト対応）
- 障がい者用更衣室（シャワー完備）



- 優先更衣室（男女各1ヶ所、トイレ、シャワー完備、多目的ベッド有）
- だれでも更衣室（異性介助者との利用や親子での利用可）
- プール用車いす
- 筆談具



- 障がい者用駐車スペース2台（幅2.7m以上、奥行き5.4m以上）
- 車椅子での乗り降り可能
- 屋根あり



ワンデーレッスン

掲載されている情報は2021年2月末現在のものです。中止、変更される場合もございますので、最新の情報はHPまたはお電話でお問い合わせください。

対象

おおむね16歳以上の方から参加できます（ジュニアサッカーは小学生対象）。卓球（夜間）とバドミントンに参加する中学生は保護者の同意・送迎が必要です。

クラス名	曜日	クラス	時間	内容	定員
卓球①②	月曜日	① 9:30～10:20 ② 10:40～11:30		初・中級者を対象に硬式ボール（40ミリボール）を使用して、基本的な打ち方から試合での戦術まで幅広く指導します。夜間は中学生以上参加可。	各6名
卓球（夜間）①②	月曜日	① 19:00～19:50 ② 20:10～21:00			各4名
ラージボール卓球①②	月曜日	① 9:30～10:20 ② 10:40～11:30		大き目のボール（44ミリボール）を使用して、初めての方や初心者でも簡単にラリーが楽しめます。	各6名
さわやか気功	月曜日		10:00～11:30	正しい姿勢、理想的な呼吸法をマスターし、「気」であるエネルギーを身体に取り込みましょう。初めての方でも気軽に参加いただけるプログラムです。	14名
ワンデースポーツ 障がい者のためのスポーツ広場	月曜日		14:00～18:00	障がいのある方とその介助者（保護者・引率者など）を対象に、自由に体を動かす場を提供します。※詳細は8ページ参照	25名
アクアプログラム	月曜日	四泳法	19:30～21:00	クロール・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライのうち2種目を練習します。	10名
		VTR撮影	19:30～21:00 （希望者にダビング）	水上・水中から泳ぎを撮影します。泳ぎをチェックしながら、ワンポイントアドバイスも受けられます。希望者には映像をダビングいたします。（要DVD持参）	7名
ピラティス	火曜日		9:30～10:15	身体に負担をかけず、強くしなやかな筋肉をつけることを目的とします。繰り返し続けることで、姿勢の改善や心身の良い変化に気づくことができます。	各23名
	★水曜日		20:00～20:45		
	★土曜日		20:00～20:45		
ジョギング	火曜日		10:00～11:30	はじめはウォーキングから、ゆっくりと長く走れるようにレッスンします。	30名
ボクシングエクササイズ	火曜日		10:45～11:30	ボクシングの基本運動をベースに考案されたスポーツトレーニングです。リズムカルな音楽によって繰り返すパンチと軽快なフットワーク。ダイエットやシェイプアップ、ストレス解消、体力アップを目指します。	23名
アーチェリー	火曜日		18:30～21:00	初心者向きクラス。弓具の貸し出しがあります。	8名
のんびりヨガ	火曜日		19:00～20:30	はじめての方でもわかりやすい基本ポーズを中心に、誰にでもできるやさしい健康法です。全身をゆっくり伸ばして、からだのリフレッシュに効果的です。バスタオルをご用意ください。	14名
	木曜日		13:30～15:00		14名
	金曜日		10:00～11:30		29名
シルバースポーツランド	水曜日		10:00～11:30	おおむね60歳以上の方を対象に、毎月いろいろな体操やレクリエーションを行う健康づくりのためのプログラムです。	25名
きままなエアロ	★水曜日	ビギナー	18:45～19:30	●ビギナー（初心者向け）基本姿勢、ステップなどやさしい動きを繰り返しして基本を身につけ、全身を動かします。 ●ベーシック（初級者向け）基本の動きに慣れてきた方のクラス。少し変化のあるステップなどを楽しみます。	各23名
	★木曜日	ビギナー	9:30～10:15		
	★土曜日	ベーシック	18:45～19:30		
バドミントン	水曜日		19:00～20:30	中学生以上の初心者・初級者を対象にグリップの持ち方から、基礎打ち・ゲームを楽しみます。	16名
パワーヨガ	★木曜日		10:45～11:30	立位を中心に行うため、下半身の強化と身体の引き締め効果が期待できます。通常のヨーガに比べて運動強度は高めです。	23名
NEW アクアフィットネス	木曜日		13:00～14:00	水の特性を利用して、姿勢矯正と全身の引き締めを目指します。	6名
ワンデージュニアサッカー （屋外）	木曜日		16:30～18:00（5月～6月）	小学生を対象に、武蔵野陸上競技場のフィールドでJFLの選手と一緒にサッカーをします。※雨天中止あり。	30名
弓道	金曜日		18:30～21:00	初心者向きクラス。弓具の貸し出しがあります。（初参加の方は18:30にお越しください）	8名

★4月～9月（予定）、新型コロナウイルスワクチンの集団接種会場になるため、実施日の縮小、および会場を変更して実施いたします。

申込方法

当日参加ではなく、インターネット（または館内利用者端末）による事前申込（2週間前～8日前の期間）となります（障がい者のためのスポーツ広場は当日受付）。
※定員を超えた場合は抽選になります。
※インターネット申込に際しては、予め「利用者登録」が必要です。20ページ（mnet）参照。

参加費

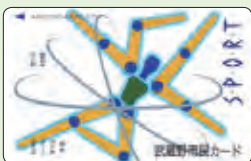
1回
大人 410円
子ども 100円

武蔵野市民カード*をお持ちの大人の方200円 子ども50円
ゴールドカード*をお持ちの方100円
プラチナカード*をお持ちの方は無料
※カードの詳細は下記をご覧ください。
※表示金額は税込価格となります。

開催日程など詳しくは、各教室のちらし（総合体育館にあります）、またはホームページ<https://www.musashino.or.jp/sports/>、お電話でご確認ください。0422-56-2200

市民カード・ゴールドカードの発行について

市民カード（大人用）



市民カード（子ども用）



ゴールドカード



武蔵野市民カードは、総合体育館および温水プールを個人利用する際に、使用料が割引になる、武蔵野市内在住の方に発行するカードです。小中学生は子ども用カード、高校生以上65歳未満の方は大人用カード、65歳以上の方はゴールドカードです。申請時には、運転免許証、健康保険証、マイナンバーカードなど住民登録された現住所・年齢が確認できる本人確認書類原本が必要です。
※申請・発行は武蔵野総合体育館1階窓口で行います。発行手数料は必要ありません。

プラチナカード

プラチナカード



武蔵野市在住の方で障害者手帳などをお持ちの方には、プラチナカードを発行しています。個人使用料、駐車料金、ワンデーレッスンの参加料が無料になります。申請時に障害者手帳などの原本をご提示ください。
※申請・発行は武蔵野総合体育館1階窓口で行います。発行手数料は必要ありません。

武蔵野市の一年を彩る、おなじみのスポーツイベント!

掲載されている情報は2021年2月末現在のものです。中止、変更される場合もございますので、最新の情報はHPまたはお電話でお問い合わせください。

スケートボード体験イベント

スケートボードの初心者向け体験教室です。 ※雨天等で中止となる場合があります。



募集期間 3月15日から3月31日まで

会場 ストリートスポーツ広場

対象 ①年長児～小学生クラス
②親子クラス
(年長児～小学生と保護者のペア)

参加費 無料
※各クラスの時間、定員、申込方法などはちらし参照



第24回 武蔵野アクアスロン大会

水泳とランニングの競技大会です! 今年はぜひチャレンジ!



Aタイプ (小学生) スイム100m+ラン1.0km

Bタイプ (中学生以上) スイム200m+ラン1.8km

Cタイプ (中学生以上) スイム500m+ラン3.4km

募集期間 7月1日から7月14日まで

会場 武蔵野プール、武蔵野陸上競技場

※参加費、定員、申込方法などはちらし参照

競技大会に初めて参加される方から本格的に記録に挑戦する方まで!



サンタさんと親子運動会

サンタさん、トナカイさんと一緒にゲームや体操をしよう!



募集開始 11月15日を予定

会場 メインアリーナ

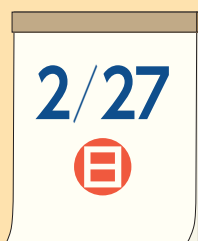
対象 ①3・4歳の部 (午前)
平成29年4月2日～平成31年4月1日生のお子様と保護者のペア
②5・6歳の部 (午後)
平成27年4月2日～平成29年4月1日生のお子様と保護者のペア

※参加費、定員、申込方法などはちらし参照



親子でサンタさんと一緒に運動しよう!

武蔵野市ロードレース2022



募集開始 1月5日を予定

会場 武蔵野市役所周辺

マラソン 約6km

対象 6,000mを40分以内で完走できる健康な15歳以上の方 (中学生を除く)

駅伝 高校男子の部・一般男子の部 約18Km
中学男子・女子の部
高校女子・一般女子
男女混成の部 } 約12Km

対象 中学生以上の健康な方4名 (補欠は1名まで可)

※参加費、定員、申込方法などはちらし参照



野外活動センタープログラム

掲載されている情報は2021年2月末現在のものです。中止、変更される場合もございますので、最新の情報はHPまたはお電話でお問い合わせください。

- ★募集は、募集期間に発行される市報むさしのおよび、事業団ホームページ、Facebookでお知らせします。
- ★応募者多数の場合は抽選となります。その場合は武蔵野市に在住・在勤・在学・在園の方を優先とします（親子対象のプログラムは在勤を除く）。
- ★天候等により、内容が変更または中止になる場合があります。
- ★17:00～21:30の間は、プログラムの申込み、旅行代金・参加料の入金を体育館1F受付窓口で受付けています。
- ★すべてのプログラムに添乗員・スタッフが同行いたします。
- ★障がいのある方もお気軽にご相談ください。
- ★表示金額は税込価格となります。
- ※詳しい旅行条件説明書に関しては17～18ページの旅行条件説明書をご覧ください。



自然観察



このマークのあるプログラムの対象は平成27（2015）年4月2日～平成29（2017）年4月1日 生まれの幼児と小学生。



アウトドアスポーツ



このマークのあるプログラムには看護師が同行いたします。



キャンプ



このマークのあるプログラムは貸切バスを利用します。



登山・ハイキング



このマークのあるプログラムは昼食をご持参ください。

自然クラブ「全21回」

専門講師とクラブ員で作る自然大好きクラブ！

開催日	場所：総合体育館他、宿泊あり
4/18～ 3/20	対象：市内在住・在学・保護者在勤の 小学4年生～18歳までの方
日～日	受講料：6,300円（年会費）
	定員：40名 最少催行：20名
	募集期間：3/1～定員になり次第締め切り

自然クラブの申込方法

往復はがきに「自然クラブ」と書き、氏名（ふりがな）、生年月日、年齢、性別、学校名、学年、住所、電話番号を明記の上（保護者在勤の場合は勤務先も明記）、野外活動センターへ申込むか返信用はがき1枚を持って直接同センターへ。



親子野あそびクラブ～春の野原を楽しもう

春の温もりを感じながら昆虫や植物を見つけよう

開催日	場所：東京都府中市是政（現地集合・解散）
4/17	対象：年中児～小学生とその保護者
土	参加料：大人1,900円／子ども900円 （交通費実費）
	定員：25名 最少催行：13名
	募集期間：3/1～3/14



親子野あそびクラブ～磯遊びをしよう

磯の潮だまりで不思議な生きものを見つけよう

開催日	場所：神奈川県横須賀市観音崎
5/29	対象：小学生とその保護者
土	旅行代金：大人6,100円／子ども3,600円 （交通費実費）
	定員：20名 最少催行：10名
	募集期間：4/15～30



親子野あそびクラブ～夜の昆虫を見てみよう

夜の昆虫たちを探せ！専門講師がコツを伝授します

開催日	場所：杉並区和田堀公園（現地集合・解散）
7/25	対象：小学生とその保護者
日	参加料：大人1,900円／子ども900円 （交通費実費）
	定員：25名 最少催行：13名
	募集期間：6/15～30



親子野あそびクラブ～牧場の牛に会いにいこう

朝霧高原で酪農体験！牛の乳しぼりやバター作りに挑戦

開催日	場所：静岡県富士宮市
9/25	対象：年中児～小学生とその保護者
土	旅行代金：大人6,100円／子ども3,600円
	定員：20名 最少催行：10名
	募集期間：8/15～31



親子野あそびクラブ～農業土いじり体験

野菜がどのように栽培されているのかを学びながら収穫体験

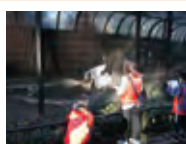
開催日	場所：名古屋農園（武蔵野市関前）（現地集合・解散）
11/3	対象：年中児～小学生とその保護者
水祝	参加料：1組2,600円（交通費実費）
	定員：午前13組／午後12組
	最少催行：各6組
	募集期間：9/15～30



親子野あそびクラブ～動物博士になろう

意外と知らない動物の秘密を発見してみよう


開催日	場所：井の頭自然文化園（現地集合・解散）
未定	対象：（午前）年中児～小学2年生とその保護者 （午後）小学3年生～6年生とその保護者
	参加料：未定
	定員：未定 最少催行：未定
	募集期間：未定



天体望遠鏡操作講習会

大型天体望遠鏡を個人利用できる修了証を発行します


開催日	場 所: 自然の村 (宿泊)
5/22 ~23	対 象: 18歳以上の方
土日	旅行代金: 9,700円
	定 員: 16名 最少催行: 5名
	募集期間: 4/1~14




森林体験教室 - 実践編 -

森の道具「くわ」や「かけや」を使って森を知ろう

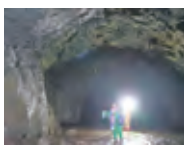
開催日	場 所: 東京都青梅市二俣尾
6/5	対 象: 市内在住・在学の小学4年生~中学生
土	旅行代金: 無料
	定 員: 15名 最少催行: 8名
	募集期間: 4/15~30



NEW ケイビング~洞窟探検をしよう~

ケイビング (洞窟探検) 専門プロガイドと青木ヶ原樹海の洞窟を探検


開催日	場 所: 山梨県鳴沢村青木ヶ原樹海
6/6	対 象: 小学5年生以上の方
日	旅行代金: 大人12,000円/子ども8,000円
	定 員: 20名 最少催行: 10名
	募集期間: 4/15~30




夏休み標本教室

本格的な昆虫標本作りに挑戦! 夏休みの自由研究にも使えます


開催日	場 所: 総合体育館 (朝・昼・夕の3回に分けて実施)
8/7	対 象: 小学生 (小学2年生以下は保護者同伴)
土	参加料: 1,600円
	定 員: 各16名 最少催行: 各8名
	募集期間: 6/15~30



森林体験教室 - 入門編 -

森林探検や丸太切り! 青梅の森で木を使った自然体験

開催日	場 所: 東京都青梅市二俣尾
①10/30	対 象: 市内在住・在学の小学生
②11/27	旅行代金: 無料
土	定 員: 18名 最少催行: 9名
	募集期間: ①9/15~30 ②10/15~31



天体観望会

大型天体望遠鏡で夜空の宝石探し


開催日	場 所: 自然の村 (宿泊)
11/6 ~7	対 象: 小学生以上の方
土日	旅行代金: 中学生以上10,200円/小学生6,100円
	定 員: 24名 最少催行: 8名
	募集期間: 9/15~30



市民探鳥会

井の頭公園にやってくる北国からのお客様をお出迎え


開催日	場 所: 井の頭恩賜公園 (現地集合・解散)
1/10	対 象: 年少児以上の方 (小学3年生以下は保護者同伴)
月祝	参加料: 無料 (交通費実費)
	定 員: 30名 最少催行: 15名
	募集期間: 12/1~14



NEW 馬とふれあい仲良くなろう~ちよこっと乗馬体験~

お世話活動や乗馬体験を通してお馬さんと仲良くなろう


開催日	場 所: 成蹊大学 (現地集合・解散)
3/6	対 象: (午前) 小学1・2年生とその保護者 (午後) 小学3年生~6年生とその保護者
日	参加料: 1組3,000円 (交通費実費)
	定 員: 各6組 最少催行: 各3組
	募集期間: 1/15~1/31




NEW ジュニアマウンテンバイク

オリンピック種目を都内唯一の専用パークで体験しよう


開催日	場 所: 東京都稲城市スマイルバイクパーク
12/4	対 象: 小学3年生~中学生
土	*1人で自転車に乗れる方
	旅行代金: 8,000円
	定 員: 10名 最少催行: 5名
	募集期間: 10/15~10/31



NEW ジュニアスノーボード

狭山スキー場でスノーボードのレッスン


開催日	場 所: 埼玉県所沢市狭山スキー場
未定	対 象: 小学5年生~中学生
	旅行代金: 8,000円
	定 員: 24名 最少催行: 12名
	募集期間: 未定



NEW ジュニアスキー

狭山スキー場でスキーのレッスン


開催日	場 所: 埼玉県所沢市狭山スキー場
未定	対 象: 小学3年生~中学生
	旅行代金: 8,000円
	定 員: 24名 最少催行: 12名
	募集期間: 未定



初心者スケート教室

大人も子どももウインタースポーツ、スケートに挑戦

開催日	場 所: ダイードリンクコアイスアリーナ (現地集合・解散)
未定	対 象: 小学生以上
	参加料: 3,800円 (交通費実費)
	定 員: 30名 最少催行: 15名
	募集期間: 未定




大人向けスポーツ教室

親子・小学生向けスポーツ教室

幼児向け・短期・障がい者向けスポーツ教室

自然観察・アウトドアスポーツ

登山・キャンプ・サポートスタッフ

武蔵野市立自然の村・旅行条件説明書

施設個人利用のご案内・申込方法

野外活動センターでは、安全に登山プログラムにご参加いただくために、各プログラムに体力度と難易度のレベルを表示しています。お申込みの際の参考にしてください。

レベル分け基準表								
体力度						難易度		
体力度合計点数	点数	累積標高		歩行距離		歩行時間		
★★★★ (中級) 合計 11~13点	4点	800m未満	三頭山	10km未満		6時間未満		
★★★ (一般) 合計 8~10点	3点	600m未満	景信山 ナイトハイク	8km未満	三頭山	5時間未満		
★★ (初級) 合計 5~7点	2点	400m未満	都民の森	6km未満		4時間未満	三頭山	
★ (初心者) 合計 3~4点	1点	200m未満		4km未満	都民の森/景信山 ナイトハイク	3時間未満	都民の森/ 景信山 ナイトハイク	
							難易度	
							D ★★★★	登山道はやや明瞭を欠く部分があり、全体的に緩急が大きく、幅員も小さい。転滑落の危険箇所がある。
							C ★★★	登山道は比較的明瞭だが、緩急があり、幅員が小さい箇所がある。転滑落の危険箇所が部分的にある。
							B ★★	登山道は比較的明瞭で、緩急はあるが、幅員もある。転滑落の危険箇所が少ない。 景信山ナイトハイク・三頭山
							A ★	登山道は明瞭で緩急は少なく、幅員も十分にある。転滑落の危険箇所が少ない。 都民の森

《レベル分け基準表の見方》

【体力度】 累積標高、歩行距離、歩行時間を点数化し、各項目の点数を足した数でプログラムレベルとしています。

三頭山登山の場合、累積標高が800m未満で4点、歩行距離が8キロ未満で3点、歩行時間が4時間未満で2点、合計9点なので3つ星(一般登山経験者向け)です。

【累積標高】 登山の登りの合計。例:100m登り50m下って100m登った場合の累積標高は200mです。

【難易度】 実際に登山道歩いた結果、登山者に求められる技術・能力によりレベル分けをしています。三頭山登山は難易度Bで2つ星です。

【補足事項】 ●晴天時の団体登山を想定したもので、雨天時やコースを変更した際はこの限りではありません。●上記の歩行時間は休憩を除く実歩行の時間です。●体力・健康状態に不安、装備が不十分、団体行動を守らない、スタッフの指示に従わないと判断した場合は、お申込みをお断りしたり、下山を指示させていただく場合があります。●参加される方には事前に健康状態や登山歴などの書類を提出していただきます。●ナイトハイクの難易度は1ランク上位となっています。●上記の表は、野外活動センターが実施する登山プログラムにご参加いただく方向けに独自で設定した表です。他のガイドブックとは同一ではありません。個人・団体で同じ山に登る場合は、条件が変わってきますので参考にすることはお控えください。

初心者登山教室

安全に登山できる技術を机上と実習で学ぶ

開催日	場 所: 武蔵野総合体育館他
未定	対 象: 15歳~69歳までの方 (中学生を除く)
	受 講 料: 未定
	定 員: 未定 最少催行: 未定
	募集期間: 未定

山に出かけよう~登山講習会~

3人の専門家(登山全般・山の医学・道具の達人)から学ぶ登山

開催日	場 所: 武蔵野総合体育館 東京近郊の山
5/16 5/30	対 象: 中学生以上の方
未定	受 講 料: 1,300円
	定 員: 20名 最少催行: 10名
	募集期間: 4/1~14

NEW 都民の森ハイキング

体力度 ★ (4点) 難易度 ★ (A)

東京にも残っている大自然の中を散策します

開催日	場 所: 東京都西多摩郡檜原村
6/3	対 象: 15歳以上の方 (中学生を除く)
未定	旅行代金: 6,300円
	定 員: 10名 最少催行: 5名
	募集期間: 4/15~30

NEW 景信山ナイトハイク

体力度 ★★ (5点) 難易度 ★★ (B)

夜間の登山と山頂からの都内の夜景を楽しみます

開催日	場 所: 東京都八王子市(現地集合・解散)
11/27	対 象: 15歳以上の方 (中学生を除く)
未定	参 加 料: 3,100円(交通費実費)
	定 員: 10名 最少催行: 5名
	募集期間: 10/15~31

NEW 三頭山登山

体力度 ★★★ (9点) 難易度 ★★ (B)

都内の秘境で登山

開催日	場 所: 東京都西多摩郡檜原村
3/18	対 象: 15歳以上の方 (中学生を除く)
未定	旅行代金: 6,300円
	定 員: 10名 最少催行: 5名
	募集期間: 2/1~2/14



キャンプin陸上競技場 (ファミリースポーツフェア)

丸太切り体験やテント張りが体験できます

開催日	場 所: 武蔵野陸上競技場
4/29	対 象: どなたでも
未定	参 加 料: 無料
	募集期間: 当日受付

キャンプin中央公園 (はらっぱ防災フェスタむさしの)

防災に役立つアウトドア用品を紹介します

開催日	場 所: 武蔵野中央公園
8/21	対 象: どなたでも
未定	参 加 料: 無料
	募集期間: 当日受付

親子キャンプ

キャンプで発見! 親子のつながり、人とのつながり

開催日	場 所: 東京都青梅市二俣尾(現地集合・解散)
10/2 ~3	対 象: 小学生とその保護者
未定	旅行代金: 大人12,000円/子ども8,000円 (交通費実費)
	定 員: 6組 最少催行: 3組
	募集期間: 8/15~8/31

キャンプinさくら並木公園 (むさしのあったか祭り)

どなたでも楽しめるネイチャークラフトを紹介します

開催日	場 所: 中央通りさくら並木公園
未定	対 象: どなたでも
	参 加 料: 無料
	募集期間: 当日受付

サポートスタッフ募集 !!

サポート スタッフ 概要

野外活動センター主催のプログラムにご同行いただき、一緒に野外活動の普及や安全管理等を行っていただきます。
 ●対象：野外活動に興味関心がある、18歳以上の方（高校生は不可）。アウトドアカレッジに積極的に参加できる方。
 ●申込：登録用紙を提出いただき担当者との面談後に登録（無料）。登録後のアウトドアカレッジを通してスタッフとして資質がある方に業務依頼（有償）を行います。
 詳細はお気軽にお問い合わせください。

アウトドアカレッジ開催 !!

カレッジ 概要

サポートスタッフ（上記参照）を対象としたスキルアップのためのアウトドア技術の講習会です。
 サポートスタッフに登録していない方も受講できます（サポートスタッフ講習会を除く）ので、ご自身の野外活動や地域の活動に
 お役立てください。日本キャンプ協会認定「キャンプインストラクター」の受験資格を得ることも可能です。詳細はお問い合わせください。



開催日 指導者論+レクリエーション
4/10 (土)
 座学とレクリエーションを通して、野外活動の指導者に必要な知識を学びます
 講師：NPO法人国際自然大学校 場所：武蔵野総合体育館
 定員：20名 最少催行：6名 募集期間：3/1~3/14

受講料	
サポートスタッフ	一般
1,600円	3,100円

開催日 アウトドアクッキング~ヤマメシ編
10/31 (日)
 登山中のご飯をもっと豪華に！ワンバーナーを使った簡単レシピをご紹介します
 講師：NPO法人国際自然大学校 場所：二俣尾
 定員：12名 最少催行：6名 募集期間：9/15~9/30

受講料	
サポートスタッフ	一般
2,600円	4,300円

開催日 キャンプ技術
5/22 (土)
 まずはここから！キャンプのいろはを専門家から教わりましょう！
 講師：NPO法人国際自然大学校 場所：武蔵野総合体育館
 定員：20名 最少催行：6名 募集期間：4/1~4/14

受講料	
サポートスタッフ	一般
1,600円	3,100円

開催日 冬のリスクマネジメント
11/13 (土)
 野外活動での危険を知り、安全を守る知識を身に付けます
 講師：NPO法人国際自然大学校 場所：武蔵野総合体育館
 定員：20名 最少催行：6名 募集期間：10/1~10/14

受講料	
サポートスタッフ	一般
2,100円	4,300円

開催日 雨のキャンプ
6/12 (土) ~ **6/13** (日)
 「雨だからキャンプ中止」そんな悲劇が起きないために、雨でも楽しめる方法を学びます
 講師：NPO法人国際自然大学校 場所：自然の村（宿泊）
 定員：12名 最少催行：6名 募集期間：5/1~5/14

旅行代金	
サポートスタッフ	一般
5,100円	9,200円

開催日 クラフト
12/11 (土)
 外あそびの一工夫。大人の創作心をくすぐるクラフトをご紹介します
 講師：NPO法人国際自然大学校 場所：二俣尾
 定員：12名 最少催行：6名 募集期間：11/1~11/14

受講料	
サポートスタッフ	一般
2,600円	4,300円

開催日 マイ救急セット
7/8 (木)
 野外活動の必需品！本当に使える救急セットの中身をご紹介します
 講師：ひの社会教育センター 場所：武蔵野プレイス
 定員：20名 最少催行：6名 募集期間：6/1~6/14

受講料	
サポートスタッフ	一般
1,200円	2,200円

開催日 サポートスタッフ講習会※
2/6 (日)
 サポスタ主催でイベント実施！対象者はキャンプインストラクター受験。
 講師：NPO法人国際自然大学校
 場所：武蔵野プレイス・境南ふれあい広場公園
 定員：20名 最少催行：6名 募集期間：11/15~11/30

受講料	
サポートスタッフ	一般
1,000円	一般参加不可

開催日 アウトドアクッキング~キャンプ編
9/12 (日)
 これで安心！基礎から学べる、初心者向けキャンプ飯の講習会です
 講師：NPO法人国際自然大学校 場所：二俣尾
 定員：12名 最少催行：6名 募集期間：8/1~8/14

受講料	
サポートスタッフ	一般
2,600円	4,300円

開催日 エピペン&CPR
3/5 (土)
 アナフィラキシーショック対応（エピペン）と心肺蘇生法（CPR）を学びます
 講師：EMR財団 場所：武蔵野プレイス
 定員：20名 最少催行：6名 募集期間：1/15~1/31

受講料	
サポートスタッフ	一般
4,500円	5,500円

●受付・受講について 応募が定員を超えた場合には、登録者を優先的に受け付けます。受講料、旅行代金は差額がありますのでご確認ください。
 「雨のキャンプ」以外は現地集合・解散。交通費は実費負担となります。
 ※サポートスタッフが中心となって指導するイベントを実施予定です。別途、ちらしをご覧ください。

アウトドア物品の無料貸出を行っています

申請できる人	武蔵野市在住・在勤・在学の18歳以上の方 ※高校生不可
貸出期間	1週間以内
申込方法	貸出しを受ける1ヶ月前から7日前までに野外活動センター窓口で直接お申込みください。（電話での受付はできません） ※申請の際、在住・在勤・在学を証明できるものをお持ちください。



※貸出しは先着順になります。
 ※貸出した物品については責任を持って洗浄・返却してください。
 ※貸出した物品の紛失・破損は、現品または全品交換をもって弁償していただきます。
 ※代理の方による申請は受付できません。予めご了承ください。
 ※営利目的、または野外活動の目的に適さない場合などは、貸出しをすることができません。
 ※右記以外：飯ごう（丸型・兵式）、パエリア鍋、ボール・ザルがあります。
 ※1申請での物品貸出数は制限があります。

アウトドア資料提供

地形図、登山地図、登山・ハイキング・キャンプ・アウトドアスポーツのガイドブック、アウトドア月刊誌、動植物の図鑑などを自由に閲覧できます。

企画・実施：東京都知事登録旅行業第2-6513号 一般社団法人全国旅行業協会 正会員

(公財) 武蔵野生涯学習振興事業団 野外活動センター

東京都武蔵野市吉祥寺北町5丁目11番20号

お問い合わせ：TEL:0422-54-4540 FAX:0422-51-9810 開設時間 9:00~17:00 (総合体育館休館日は休み)



大人向けスポーツ教室

親子・小学生向けスポーツ教室

幼児向け・短期・障がい者向けスポーツ教室

自然観察・アウトドアスポーツ

登山・キャンプ・サポートスタッフ

武蔵野市立自然の村・旅行条件説明書

施設個人利用のご案内・申込方法

みどりと水の豊かな

武蔵野市立自然

千曲川源流のほど近く、山と川に囲まれた自然の



ハイキングコース



テントサイト



キャンプファイヤー

自然の村ってどんなところ？何ができるの？

自然の村は、長野県の東南端にある川上村にあります。川上村は、四方を山に囲まれており、季節に応じて四季折々の大自然を楽しめる素朴な村で、高原野菜の産地として有名です。自然の村の敷地内には、宿泊施設、キャンプ施設（テントサイト・炊事場）、遊歩道やハイキングコースがあり自然を楽しむことができます。



ハイキング



野外炊事



テント泊



キャンプファイヤー



天体観望



スノーシュー

申込みできる方

- ① 武蔵野市に在住・在勤・在学の方
 - ② 4市協定を結ぶ近隣市（三鷹市・小金井市・西東京市）に在住の方
 - ③ 市が認めた方・団体
- ※申請者は16歳以上。申請者が未成年者の場合は保護者親権同意書の提出必須。



屋根岩と中央棟



中央棟（ロビー暖炉）

利用期間

- ① 通常開村
令和3年4月17日（土）～令和3年11月4日（木）

※キャビン地区は令和3年5月8日（土）～令和3年11月4日（木）
※休村日は原則火曜日（月曜日の宿泊も不可）。ただしGWと夏休み期間は無休。その他、祝日が続く場合は休村日が替わる可能性あり。詳細はお問い合わせください。

- ② 冬季開村
4月の第2土曜日および11月～3月の第2・第4土曜日

※土日の前後が祝日の場合、2泊3日まで宿泊可能
※冬季開村期間は、キャビン棟および炊事場、営火場は利用不可

※市主催および野外活動センター主催プログラムなどにご利用いただけない場合もございます。事前にお問い合わせください。



星の広場（雪景色）

申込方法

- ① 利用開始日の2か月前から2日前までに宿泊料金を添えて野外活動センター窓口で直接お申込みください。
- ② 受付時間（新規申込・変更・取消）は9時～17時（土・日・祝日も可）。お申込みが重複した場合は抽選となります。
※総合体育館の休館日（毎月15日。15日が土・日・祝日の場合は翌平日）は申込み（変更等を含む）できません。
- ③ 利用日数は最長3泊4日まで。冬季開村期間は1泊2日まで（土日の前後が祝日の場合、2泊3日まで）。



旅行代金

① 宿泊料金

中央棟（和室・洋室）		キャビン棟	
大人	1,000円	大人	200円
小・中学生	400円	小・中学生	100円
指導者	400円	指導者	100円

※指導者とは、小中学生が野外教育活動で利用する際の指導者。詳しくはお問い合わせください。

② その他の料金

中央棟の食事料金		
大人	朝食・昼食	各600円
	夕食	1,000円
子ども（幼児）	朝食・昼食	各400円
	夕食	600円

薪		
炊事用	1束	350円
キャンプファイヤー用	1本	350円

※食缶セット（まな板、包丁、飯ごうなど）は、無料で貸出しいたします。（要予約）



中央棟（和室）



中央棟（洋室5人部屋）



キャビン棟（外観）



キャビン地区（野外炊事場）

自然の村への村

村でゆっくりとお過ごしください。



アクセス

① 車の場合

中央道長坂IC～清里高原道路～国道141号線～川上村方面へ
※武蔵野市から約3時間30分

② 電車の場合

JR中央線小淵沢駅～JR小海線信濃川上駅～村営バス(約40分)
川端下(かわはけ)バス停～徒歩(約40分)
※武蔵野市から約5時間

武蔵野市立自然の村 ☎0267-99-2400 (9時～21時)

長野県南佐久郡川上村大字川端下547番地の1

※詳しくは事業団HP「武蔵野市立自然の村」<https://www.musashino.or.jp/yakatsu/shizen/>
または野外活動センターにお問い合わせください。



自然の村直行バス運行

個人では行きにくいという方は、三鷹駅から自然の村まで往復送迎のバス運行をご利用ください。

- 利用できる方** 自然の村宿泊者 (バスのみの利用はできません)
- 定員** 12名 (グループでのお申込みは8名まで) ※最少催行人数5名
- 申込方法** 自然の村のお申込みと合わせて、野外活動センター窓口にて直接お申込みください。受付時間などにつきましては、自然の村申込方法と同様になります。

旅行代金	大人	小・中学生	未就学児
	4,000円	2,000円	無料

※別途、宿泊料金と食事代、送迎地・立寄先での施設使用料等がかかります。

係員 すべての運行日程に同行いたします。

※詳しい旅行条件に関しては17～18ページの旅行条件説明書をご覧ください。
※天候等により、行程を変更または中止する場合があります。その場合の返金はありません。予めご了承ください。

運行日程と送迎・立寄地

回	日にち	曜日	行程	送迎・立寄先	所要時間
①	6/12～13			小淵沢	150分
②	7/3～4			村・清里	
③	9/11～12	土日	1泊2日	増富	
④	10/23～24			清里	
⑤	1/22～23			スキー場	
⑥	2/26～27			スキー場	

行程：午前8時(スキー回は午前7時)に三鷹駅を出発します。
所要時間：三鷹駅から立寄地までの所要時間

※各立寄地での滞在時間は5時間程度(村・清里コース2日目の清里は3時間程度)の予定です。

小淵沢コース

ハケ岳リゾートバスを活用して温泉や美術館などを自由に散策できます。
ハケ岳リゾートアウトレットも近くににあります。

村・清里コース

初日は自然の村で1日ゆっくり過ごします。初めての野外炊事に挑戦してみたい方はぜひ！
サポートスタッフが同行するので、分からないことがあっても安心です。2日目は清里に立寄りします。

増富コース

森林浴遊歩道を散策して、増富ラジウム温泉郷でゆっくりお過ごしください。

清里コース

ピクニックバスを活用して清里の名所を自由に散策できます。キープ協会や清泉寮では自然に触れ合い、丘の上公園や清里の森では温泉やスポーツが楽しめます。
その他にも個人の目的に合わせて自由に選択してください。

スキー場コース

シャトレーゼスキーリゾートハケ岳、またはサンメドウズ清里スキー場に立寄りします。



清里 (清泉寮)



スキー場 (シャトレーゼ)

大人向けスポーツ教室

親子・小学生向けスポーツ教室

幼児向け・短期・障がい者向けスポーツ教室

自然観察・アウトドアスポーツ

登山・キャンプ・サポートスタッフ

武蔵野市立自然の村・旅行条件説明書

施設個人利用のご案内・申込方法

お問い合わせ (公財)武蔵野生涯学習振興事業団 野外活動センター TEL: 0422-54-4540 (9時～17時)

野外活動センター旅行条件説明書

1 本旅行条件説明書の意義

本旅行条件説明書は、旅行業法第十二条の四に定める取引条件説明書及び同法第十二条の五に定める契約書面の一部となります。

2 募集型企画旅行契約

- この旅行は公益財団法人武蔵野生涯学習振興事業団（以下「当事業団」といいます。）が企画・実施する旅行であり、この旅行の参加者は当事業団と募集型企画旅行契約（以下「旅行契約」といいます。）を締結することになります。
- 当事業団は参加者が当事業団の定める旅行日程に従って運送・宿泊機関等の提供する運送・宿泊その他の旅行に関するサービス（以下「旅行サービス」といいます。）の提供を受けることができるように、手配し、旅程管理することを引き受けます。
- 旅行契約の内容・条件は、開催要綱、本旅行条件説明書、旅行代金入金時にお渡しする契約書面及び、当事業団旅行業約款募集型企画旅行契約の部（以下「当事業団約款」といいます。）によります。

3 旅行のお申し込みと契約の成立時期

- 当事業団が指定した募集期間内に、当事業団窓口にて、当事業団所定の申込書に所定の事項を記入のうえ、お申し込みいただけます。募集期間内に定員を超える応募があった場合、抽選を行い、当選者に参加決定通知と本旅行条件説明書を郵送いたします。この場合、参加決定者に通知を発送した時点で予約確定となります。当事業団が参加決定通知で指定した期日までに、当事業団窓口で健康申告書の提出と旅行代金をご入金ください。契約書面をお渡しいたします。旅行契約は旅行代金を受領した時点で成立するものとし、指定期日までに旅行代金の入金がない場合、当事業団はお申し込みはなかったものとして取り扱います。
- 当事業団は郵便及びファクシミリその他の通信手段による旅行契約の予約申し込みを受け付けることがあります。
- 当事業団は、団体・グループを構成する旅行者の代表としての契約責任者から、旅行申し込みがあった場合、契約の締結及び解除等に関する一切の代理権を有しているものとみなします。
- 契約責任者は、当事業団が定める日までに、構成者の名簿を当事業団に提出しなければなりません。
- 当事業団は、契約責任者が構成者に対して現に負い、または将来負うことが予測される債務又は義務については、何らの責任を負うものではありません。
- 当事業団は、契約責任者が団体・グループに同行しない場合、旅行開始後においては、あらかじめ契約責任者が選任した構成者を契約責任者とみなします。

4 お申し込み契約

- 20歳未満の方は健康申告書提出時に保護者の同意署名が必要です。
- 特定の参加者を対象とした旅行あるいは特定の旅行目的を有する旅行については、年齢、資格、技能その他の条件が当事業団の指定する条件に合致しない場合は、ご参加をお断りする場合があります。
- お客様が暴力団、暴力団員、暴力団準構成員、暴力団関係者、暴力団関係企業又は総会屋等その他の反社会的勢力であると認められた場合は、お申し込みをお断りする場合があります。
- お客様が当事業団に対して暴力的な要求行為、不当な要求行為、取引に関して脅迫的な言動若しくは暴力を用いる行為又はこれらに準ずる行為を行ったときは、お申し込みをお断りする場合があります。
- お客様が風説を流布し、偽計を用い若しくは威力を用いて当事業団の信用を毀損し若しくは当事業団の業務を妨害する行為又はこれらに準ずる行為を行ったときは、お申し込みをお断りする場合があります。
- 慢性疾患をお持ちの方、現在健康を損なっている方、妊娠中の方、身体に障がいのある方などで特別の配慮を必要とする方は、その旨を旅行のお申し込み時にお申し出ください。当事業団は可能かつ合理的な範囲内でこれに応じます。この場合、お客様からのお申し出に基づき、当事業団がお客様のために講じた特別な措置に要する費用はお客様の負担とさせていただきます。なおこの場合、医師の診断書を提出していただく場合があります。また、現地事情や関係機関等の状況等により、旅行の安全かつ円滑な実施のために、コースの一部変更をさせていただくか、またはご負担の少ない他の旅行をお勧めするか、あるいは参加をお断りさせていただく場合があります。
- 本項①、②、④の場合で、お客様にご連絡が必要な場合は、当事業団から連絡させていただく場合があります。
- お客様がご旅行中に疾病、傷害その他の事由により、医師の診断又は加療を必要とする状態となったと当事業団が判断する場合は、旅行の円滑な実施をはかるため必要な措置をとらせていただきます。これにかかわらず一切の費用はお客様の負担となります。
- お客様のご都合による別行動は原則としてできません。ただし、コースにより別途条件でお受けする場合があります。
- お客様が他のお客様に迷惑を及ぼし、または団体行動の円滑な実施を妨げるおそれがあると当事業団が判断する場合は、ご参加をお断りする場合があります。
- その他当事業団の業務上の都合により、ご参加をお断りする場合があります。

5 旅行代金について

「旅行代金」は参加決定通知に記載する入金締切日までに支払ってください。旅行代金は各コースごとに表示しております。なお、旅行代金は第10項①の「取消料」、第10項②の「違約料」、及び第19項の「変更補償金」の額の算出の際の基準となります。

- 旅行代金に含まれるもの
運送機関の運賃・料金、宿泊費、食事代、入場料、拝観料、プログラム指導料、各種ガイド料及び消費税等諸税、その他募集要項において、旅行代金に含まれる旨表示したものを。
※上記費用はお客様のご都合により、一部利用されなくても原則として戻しはいたしません。
- 旅行代金に含まれないもの
クリーニング代、電報電話料その他の追加飲食等個人的性質の諸費用及びそれに伴う税・サービス料、自宅から発着地までの交通費・宿泊費等。

6 契約書面のお渡し

当事業団は旅行契約成立後速やかにお客様に、旅行日程、旅行サービスの内容その他の旅行条件及び当事業団の責任に関する事項を記載した契約書面をお渡しいたします。契約書面はプログラムのしおり、本旅行条件説明書により構成されます。

7 旅行契約内容の変更

当事業団は旅行契約成立後であっても、天災地変、戦乱、暴動、運送・宿泊機関等の旅行サービス提供の中止、官公署の命令、当初の運行計画によらない運送サービスの提供その他当事業団の関与し得ない事由が生じた場合において、旅行の安全かつ円滑な実施をはかるため止むを得ないときは、お客様にあらかじめ速やかに当該事由が当事業団の関与し得ないものである理由及び当該事由との因果関係を説明して旅行日程、旅行サービスの内容を変更することがあります。ただし、緊急の場合においてやむを得ないときは変更後にご説明いたします。

8 旅行代金の額の変更

当事業団は旅行契約締結後には、次の場合を除き旅行代金及び追加代金、割引代金の額の変更は一切いたしません。

- 利用する運送機関の運賃・料金が著しい経済情勢の変化等により通常想定される程度を大幅に超えて改訂されたときは、その改訂額だけ旅行代金を変更いたします。ただし、旅行代金を増額変更するときは、旅行開始日の前日から起算してさかのぼって15日目にあたる日より前にお客様に通知いたします。
- 当事業団は本項①の定める適用運賃・料金的大幅な減額がなされるときは、本項①の定めるところにより、その減少額だけ旅行代金を減額します。

③ 旅行内容が変更され、旅行実施に要する費用が減少したときは、当事業団はその変更差額だけ旅行代金を減額します。

④ 第7項により旅行内容が変更され、旅行実施に要する費用（当該契約内容の変更のためにその提供を受けなかった旅行サービスに対して取消料、違約料その他既に支払い、またはこれから支払わなければならない費用を含みます。）が増加したときは、サービスの提供が行われているにもかかわらず運送・宿泊機関等の座席・部屋その他の諸設備の不足が発生したことによる変更の場合を除き、当事業団はその変更差額だけ旅行代金を変更します。

⑤ 当事業団は、運送・宿泊機関等の利用人員により旅行代金が異なる旨を開催要綱等に記載した場合、旅行契約の成立後に当事業団の責に帰すべき事由により当該利用人員変更になったときは、契約書面に記載した範囲内で旅行代金を変更します。

9 お客様の交代

お客様は、当事業団が承諾をした場合に限り、契約上の地位を別の方に譲り渡すことができます。ただしこの場合、お客様は所定の事項を記入の上、当事業団に提出していただきます。また契約上の地位の譲渡は、当事業団が承諾したときに効力を生じ、以後旅行契約上の地位を譲り受けた方が、この旅行契約に関する一切の権利及び義務を継承することとなります。なお当事業団は、利用運送機関・宿泊機関等が旅行者の交代に応じない等の理由により、交代をお断りする場合があります。

10 取消料

① 旅行契約の成立後、お客様のご都合で旅行をお取り消しになる場合には開催要綱記載の取消料をいただきます。

② 旅行代金が期日までに支払われないうちは、当事業団は当該期日の翌日においてお客様が旅行契約を解除したものとし、取消料と同額の違約料をいただきます。

11 旅行開始前の解除

1 お客様の解除権

- お客様は開催要綱に記載した取消料をお支払いいただくことにより、いつでも旅行契約を解除することができます。ただし契約解除のお申し出は、お申し込み窓口の営業時間内にお受けいたします。
- お客様は次の項目に該当する場合は取消料なしで旅行契約を解除することができます。
 - 旅行契約内容が変更されたとき。ただし、その変更が第19項の表左欄に掲げるものその他の重要なものである場合に限り、
 - 第8項①に基づき、旅行代金が増額改定されたとき。
 - 天災地変、戦乱、暴動、運送・宿泊機関等の旅行サービス提供の中止、官公署の命令その他の事由が生じた場合において、旅行の安全かつ円滑な実施が不可能となり、または不可能となるおそれが極めて大きいとき。
 - 当事業団の責に帰すべき事由により、開催要綱に記載した旅行日程に従った旅行実施が不可能となったとき。
- 当事業団は本項1の【1】により旅行契約が解除されたときは、既に収受している旅行代金から所定の取消料を差し引き払い戻しをいたします。また本項1の【2】により、旅行契約が解除されたときは、既に収受している旅行代金全額を払い戻しいたします。

2 当事業団の解除権

- 次の項目に該当する場合は、当事業団は旅行契約を解除することができます。
- お客様が当事業団のあらかじめ明示した性別・年齢・資格・技能その他旅行参加条件を満たしていないことが明らかになったとき。
 - お客様が暴力団、暴力団員、暴力団関係者、その他反社会的勢力であると判断したとき。
 - お客様が病氣、必要な介助者の不在その他の事由により、当該旅行に耐えられないと認められたとき。
 - お客様が他のお客様に迷惑を及ぼし、または団体行動の円滑な実施を妨げるおそれがあると認められたとき。
 - お客様が契約内容に関し合理的な範囲を超える負担を求めたとき。
 - お客様の人数が開催要綱に記載した最少催行人数に満たないとき。この場合は旅行開始日の前日から起算してさかのぼって13日目にあたる日より前（日帰り旅行は3日目に当たる日より前）に旅行中止のご通知をいたします。
 - スキー、スノーボード、スノーハイキング等を目的とする旅行における降雪量の不足のように、当事業団があらかじめ明示した旅行条件が成就しないとき、あるいはそのおそれが極めて大きいとき。
 - 天災地変、戦乱、暴動、運送・宿泊機関等の旅行サービスの提供の中止、官公署の命令その他の当事業団の関与し得ない事由が生じた場合において、開催要綱に記載した旅行日程に従った旅行の安全かつ円滑な実施が不可能となり、又は不可能となるおそれが極めて大きいとき。
- 3 当事業団は本項2の①により旅行契約を解除したときは、既に収受している旅行代金から違約料を差し引いて払い戻しをいたします。また本項2の②により旅行契約を解除したときは、既に収受している旅行代金の全額を払い戻しをいたします。

12 旅行開始後の解除

1 お客様の解除権

- お客様のご都合により途中で離脱された場合は、お客様の権利放棄とみなし、一切の払い戻しをいたしません。
- お客様の責に帰さない事由により開催要綱に記載した旅行サービスの提供を受けられない場合には、お客様は、取消料を支払うことなく当該不可能になった旅行サービス提供に係る部分の契約を解除することができます。
- 本項1の②の場合において、当事業団は、旅行代金のうち旅行サービスの当該受領することができなくなった部分に係る金額をお客様に払い戻します。ただし、当該事由が当事業団の責に帰すべき事由によらない場合においては、当該金額から、当該旅行サービスに対して取消料、違約料その他の既に支払い、またはこれから支払わなければならない費用に係る金額を差し引いたものをお客様に払い戻します。

2 当事業団の解除権

- 当事業団は次に掲げる場合においてはお客様にあらかじめ理由を説明して旅行契約の一部を解除することができます。
 - お客様が病氣、必要な介助者の不在その他の事由により、旅行の継続に耐えられないと認められるとき。
 - お客様が第4項の③、④、⑤のいずれかに該当することが判明したとき。
 - お客様が旅行を安全かつ円滑に実施するための添乗員等その他の者による当事業団の指示への違背、これらの者または同行する他の旅行者に対する暴行または脅迫等により団体行動の規律を乱し、当該旅行の安全かつ円滑な実施を妨げるとき。
 - 天災地変、戦乱、暴動、運送・宿泊機関等の旅行サービス提供の中止、官公署の命令その他の当事業団の関与し得ない事由が生じた場合において、旅行の継続が不可能となったとき。
- 解除の効果及び払い戻し
本項2の【1】に記載した事由で当事業団が旅行契約を解除したときは、契約を解除したためにその提供を受けられなかった旅行サービスの提供者に対して、取消料・違約料その他の名目で既に支払い、または支払わなければならない費用があるときは、これをお客様の負担とします。この場合、当事業団は旅行代金のうち、お客様がこれまでその提供を受けていない旅行サービスに係る部分の

費用から当事業団が当該旅行サービス提供者に支払い、またはこれから支払うべき取消料・違約料その他の名目による費用を差し引いて払い戻しいたします。

- [3] 本項2の【1】の①、④により当事業団が旅行契約を解除したときは、お客様のお求めに応じてお客様のご負担で出発地に戻るための必要な手配をいたします。
- [4] 当事業団が本項2の【1】の規定に基づいて旅行契約を解除したときは、当事業団とお客様との間の契約関係は、将来に向かってのみ消滅します。すなわちお客様が既に提供を受けた旅行サービスに関する当事業団の債務については、有効な弁済がなされたものとします。

13 旅行代金の払い戻し

- 1 当事業団は、「第8項の②、③、⑤の規定により旅行代金を減額した場合」または「第10項から第12項までの規定によりお客様もしくは当事業団が旅行契約を解除した場合」で、お客様に対し払い戻すべき金額が生じたときは、旅行開始前の解除による払い戻しにあっては解除の翌日から起算して7日以内に、旅行代金の減額があった場合の解除による払い戻しにあっては開催要綱に記載した旅行終了日の翌日から起算して30日以内に、お客様に対し当該金額を払い戻しいたします。
- 2 本項1の規定は、第15項(当事業団の責任)または第17項(お客様の責任)で規定するところにより、お客様又は当事業団が損害賠償請求権を行使することを妨げるものではありません。
- 3 お客様は出発日より1ヶ月以内に当事業団に払い戻しをお申し出ください。

14 添乗員

添乗員が同行する場合に添乗員が行うサービスは、原則として契約書面に定められた日程を円滑に実施するために必要な業務といたします。旅行中は日程の円滑な実施と安全のため添乗員の指示に従っていただきます。添乗員の業務は原則として8時から20時までとします。

15 当事業団の責任

- 1 当事業団は募集型企画旅行契約の履行にあたって、当事業団の故意または過失により、お客様に損害を与えたときは、お客様が被られた損害を賠償いたします。ただし損害発生日の翌日から起算して2年以内に当事業団に対して通知があった場合に限りです。
- 2 お客様が次に例示するような事由により、損害を被られた場合におきましては、当事業団は原則として本項1の責任を負いません。
 - ① 天災地変、戦乱、暴動またはこれらのために生じる旅行日程の変更もしくは旅行の中止
 - ② 運送・宿泊機関等の事故、火災により発生する損害
 - ③ 運送・宿泊機関等のサービス提供の中止またはこれらのために生じる旅行日程の変更もしくは旅行の中止
 - ④ 官公署の命令、伝染病による隔離またはこれらによって生じる旅行日程の変更、旅行の中止
 - ⑤ 自由行動中の事故
 - ⑥ 食中毒
 - ⑦ 盗難
 - ⑧ 運送機関の遅延・不通・スケジュール変更・経路変更などまたはこれらによって生じる旅行日程の変更・目的地滞在時間の短縮
- 3 手荷物について生じた本項1の損害につきましては、本項1のお客様からの損害通知期間規定にかかわらず損害発生日の翌日から起算して14日以内に当事業団に対して申し出があった場合に限り、賠償いたします。ただし、損害額の如何にかかわらず当事業団が行う賠償額はお1人あたり最高15万円まで(当事業団に故意または重大な過失がある場合を除きます。)といたします。

16 特別補償

- 1 当事業団は前項1の当事業団の責任が生じるか否かを問わず、当事業団約款特別補償規程により、お客様が募集型企画旅行参加中に偶然かつ急激な外来の事故により、その生命、身体に被られた一定の損害につきましては死亡補償金(1500万円)、後遺障害補償金(1500万円を上限)・入院見舞金(2万円~20万円)及び通院見舞金(1万円~5万円)を、また手荷物に対する損害につきましては損害補償金(手荷物1個または1対あたり10万円を上限、1募集型企画旅行お客様1名あたり15万円を上限とします。)を支払います。
- 2 本項1にかかわらず、当事業団の手配による募集型企画旅行に含まれる旅行サービスの提供が一切行われない日については、その旨開催要綱に明示した場合に限り、当該募集型企画旅行参加中とはいたしません。
- 3 お客様が募集型企画旅行参加中に被られた損害が、お客様の故意、酒酔い運転、疾病等のほか、募集型企画旅行に含まれない場合で、自由行動中のスカイダイビング、ハングライダー、超軽量動力機(モーターハングライダー、マイクロライト機、ウルトラライト機等)搭乗、ジャイロプレーン搭乗その他これらに類する危険な運動中の事故によるものであるときは、当事業団は本項1の補償金及び見舞金を支払いません。ただし、当該運動が募集型企画旅行日程に含まれているときは、この限りではありません。
- 4 当事業団は、現金、有価証券、クレジットカード、クーポン券、航空券、パスポート、免許証、査証、預金証書・貯金証書(通帳及び現金支払機用カードを含みます。)、各種データその他これらに準ずるもの、コンタクトレンズ等の当事業団約款に定められている補償対象外品については、損害補償金を支払いません。
- 5 当事業団が本項1に基づく補償金支払い義務と前項により損害賠償義務を重ねて負う場合であっても、一方の義務が履行されたときはその金額の限度において補償金支払義務・損害賠償義務とも履行されたものとします。

17 お客様の責任

- 1 お客様の故意、過失、法令、公序良俗に反する行為、もしくはお客様が当事業団約款の規定を守らないことにより当事業団が損害を受けた場合は、当事業団はお客様から損害の賠償を申し受けます。
- 2 お客様は、募集型企画旅行契約を締結するに際しては、当事業団から提供された情報を活用し、お客様の権利義務その他の募集型企画旅行契約の内容について理解するよう努めなければなりません。
- 3 お客様は、旅行開始後において、契約書面に記載された旅行サービスを円滑に受領するため、万が一契約書面と異なる旅行サービスが提供されたと認識したときは、旅行地において速やかにその旨を添乗員、現地ガイド、当該旅行サービス提供機関または野外活動センターに申し出なければなりません。
- 4 当事業団は、旅行中のお客様が、疾病、傷害等により保護を要する状態であると認めるときは、必要な措置を講ずることがあります。この場合において、これが当事業団の責に帰すべき事由によるものでないときは、当該措置に要した費用はお客様の負担とし、お客様は当該費用を当事業団が指定する期日までに当事業団の指定する方法で支払わなければなりません。
- 5 クーポン券類紛失の場合、当該クーポン券類の再発行に伴う運送機関の運賃・料金はお客様のご負担となります。この場合の運賃・料金は、運送機関が定める金額とします。

18 オプションツアーまたは情報提供

- 1 当事業団の募集型企画旅行参加中のお客様を対象として、自由参加型プログラム(以下「オプションツアー」といいます。)を実施した場合の第16項(特別補償)の適用については、当事業団は、主たる募集型企画旅行契約の内容の一部として取り扱います。
- 2 当事業団は、開催要綱等で「単なる情報提供」として可能なスポーツ等を記載した場合は、その旨を明示します。この場合、当該可能なスポーツ等に参加中にお客様に発生した損害に対しては、当事業団は第16項の特別補償規程を適用します(ただし、当該オプションツアーのご利用日が主たる募集型企画旅行の「無手配日」であり、かつ、その旨開催要綱又は確定書面に記載した場合を除きます。)が、それ以外の責任を負いません。

19 旅程保証

当事業団は、次表左欄に掲げる契約内容の重要な変更が生じた場合(ただし次の【1】・【2】・【3】で規定する変更を除きます。)は、第5項で定める「旅行代金」に次表右欄に記載する率を乗じて得た額の変更補償金を旅行終了日の翌日から起算して30日以内にお客様に支払います。ただし、当該変更について当事業団に第15項1の規定に基づく責任が発生することが明らかな場合には、変更補償金としてではなく、損害賠償金の全部または一部として支払います。

- 1 次に掲げる事由による変更の場合は、当事業団は変更補償金を支払いません。(ただし、サービスの提供が行われているにもかかわらず運送・宿泊機関等の座席・部屋その他の諸設備の不足が発生したことによる変更の場合は変更補償金を支払います。)
- イ 旅行日程に支障をもたらす悪天候、天災地変
- ロ 戦乱
- ハ 暴動
- ニ 官公署の命令
- ホ 欠航、不通、休業等運送・宿泊機関等の旅行サービスの中止
- ヘ 遅延、運送スケジュールの変更等当初の運行計画によらない運送サービスの提供
- キ 旅行参加者の生命または身体の安全確保のため必要な措置
- 2 第11項及び第12項の規定に基づき旅行契約が解除されたときの当該解除された部分に係る変更の場合、当事業団は変更補償金を支払いません。

変更補償金の額 = 1件につき下記の率×旅行代金		
当事業団が変更補償金を支払う変更	旅行開始日の前日までにお客様に通知した場合	旅行開始日以降にお客様に通知した場合
【1】開催要綱または確定書面に記載した旅行開始日または旅行終了日の変更	1.5%	3.0%
【2】開催要綱または確定書面に記載した入場する観光地又は観光施設その他の旅行の目的地の変更	1.0%	2.0%
【3】開催要綱または確定書面に記載した運送機関の等級又は設備のより低いものへの変更(変更後の等級及び設備の料金の合計額が開催要綱または確定書面に記載した等級及び設備のそれを下回った場合に限り)	1.0%	2.0%
【4】開催要綱または確定書面に記載した運送機関の種類又は会社名の変更	1.0%	2.0%
【5】開催要綱または確定書面に記載した宿泊機関の種類又は名称の変更	1.0%	2.0%
【6】開催要綱または確定書面に記載した宿泊機関の客室の種類、設備または景観その他の客室条件の変更	1.0%	2.0%
【7】上記【1】～【6】に掲げる変更のうち募集開催要綱または確定書面のツアータイトル中に記載があった事項の変更	2.5%	5.0%

- ・注1: 開催要綱の記載内容と確定書面の記載内容との間または確定書面の記載内容と実際に提供された旅行サービスの内容との間に変更が生じたときは、それぞれの変更につき1件として取り扱います。
- ・注2: 【7】に掲げる変更については、【1】～【6】の料率を適用せず、【7】の料率を適用します。
- ・注3: 1件とは、運送機関の場合1乗車船ごとに、宿泊機関の場合1泊ごとに、その他の旅行サービスの場合1該当事項ごとに1件とします。
- ・注4: 【4】【5】【6】に掲げる変更が1乗車船または1泊の中で複数生じた場合であっても、1乗車船または1泊につき1変更として取り扱います。
- ・注5: 【3】【4】に掲げる運送機関が宿泊設備の利用を伴う場合、1泊につき1件として取り扱います。
- ・注6: 【4】運送機関の会社名の変更、【5】宿泊機関の名称の変更については、運送・宿泊機関そのものの変更に伴うものをいいます。
- ・注7: 【4】運送機関の会社名の変更については、等級または設備のより高いものへの変更を伴う場合には適用しません。
- ・注8: 1旅行契約についての変更補償金の額が1,000円未満の場合は変更補償金を支払いません。

20 国内旅行保険への加入について

ご旅行中、怪我をした場合、多額の治療費、移送費等がかかることがあります。また、事故の場合、加害者への損害賠償請求や賠償金の回収が大変困難であるのが実情です。これらの治療費、移送費、また死亡・後遺障害等を担保するため、お客様自身で充分な額の国内旅行保険に加入することをお勧めします。当事業団の加入保険の内容も含めまして、詳細については、野外活動センターにお問い合わせください。

21 個人情報の取り扱い

- 1 当事業団は、旅行申し込みの受付に際し、所定の申込書、健康申告書等に記載された項目についてお客様の個人情報を取得いたします。お客様が当事業団にご提供いただく個人情報の項目をご自分で選択することはお客様の任意ですが、全部または一部の個人情報を提供いただけない場合であっても、お客様との連絡、あるいは旅行サービスの手配及びそれらのサービスの受領のために必要な手続きがとれない場合、またプログラム実施に支障をきたす恐れがある場合、お客様のお申し込み、ご依頼をお引き受けできないことがあります。
- 2 当事業団は、前号により取得した個人情報について、お客様との連絡のために利用させていただくほか、お客様がお申し込みいただいた旅行において旅行サービスの手配及びそれらのサービスの受領のための手続きに必要な範囲、及び当事業団の統計資料の作成に利用させていただきます。
- 3 当事業団は、プログラム指導業務等において、本項1により取得した個人情報を取り扱う業務の一部を他社へ委託することがあります。この場合、当事業団は当該委託先企業を当事業団基準により選定し、秘密保持に関する契約を交わした上で個人情報を預託いたします。
- 4 当事業団は、当事業団が保有するお客様個人データのうち、氏名、住所、電話番号、生年月日につきまして、野外活動センター、武蔵野総合体育館1階受付及び武蔵野プレス、吉祥寺図書館で共同で利用させていただきます。

22 募集型企画旅行約款について

- 1 この旅行条件説明書に定めのない事項は当事業団旅行約款募集型企画旅行契約の部によりします。当事業団約款をご希望の方は、当事業団にご請求ください。
- 2 運送機関や宿泊機関等の旅行サービス提供機関が旅行中にお客様に提供する旅行サービスについては、当該旅行サービス提供機関の約款が適用になります。

23 その他

- 1 お客様の怪我、疾病等の発生に伴う諸費用、お客様の不注意による荷物紛失・忘れ物回収に伴う諸費用、別行動手配に要した諸費用が生じたときは、それらの費用はお客様にご負担いただきます。
- 2 お客様のご便宜をはかるため土産物店にご案内することがありますが、お買い物に際しましては、お客様の責任で購入していただきます。当事業団では、商品の交換や返品等のお手厚いはいし兼ねます。
- 3 なお、旅行条件について、お客様のご依頼があれば、旅行業務取扱管理者が最終的に説明を行います。

体育施設の個人利用のご案内

掲載されている情報は2021年2月末現在のものです。現在、一部内容を変更しています。詳しくはHP等をご確認ください。

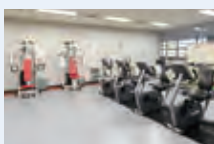
- 市民カード（屋外プール・陸上競技場・ランニング走路を除き料金半額）・ゴールドカード（100円）・プラチナカード（無料）については9ページをご覧ください。プール・緑町スポーツ広場は2時間、その他は3時間の料金を記載しています。
 - 武蔵野市立体育施設の休場日は、毎月15日（土・日・祝日にあたる場合は翌平日）と年末年始です。※改修工事などで使用できない場合があります。
 - 障がいのある方へ内容、程度に合わせてご案内、誘導いたします（介助者1名無料）。お気軽にご相談ください。
- 盗難事故を防ぐため、貴重品や多額の現金はお持ちにならないようにお願いします。 **貸切可** は貸切利用が可能です。

トレーニング室

開放時間 9:00～21:30

料金 400円

15歳以上（中学生を除く）の方から利用できます。初めての方も簡単なガイダンスのあと、すぐに利用できます。室内用運動靴とトレーニングウェアをご用意ください。体力測定や機器の使い方のご相談もいつでもお受けしています。



メインアリーナ・サブアリーナ **貸切可**

料金 大人 400円、小中学生 100円

開放種目

月	ミニテニス・バスケットボール½ など
火	バスケットボール・バドミントン
水	バドミントン
木	バレーボール・バドミントン・ミニテニス
金	バスケットボール
土・日	大会利用などの無いときに随時開放



※上記の予定はスポーツ大会や各種事業で変更になることがあります。開放時間も異なりますので必ず毎月の情報をご確認ください。

緑町スポーツ広場 **貸切可**

料金 大人400円、中学生以下無料

開放種目

月	フットサル	※その他 フットサル以外のスポーツ ゲートボール グラウンドゴルフ ドッジボール ドッチビー ラグビー など
火	フットサル・その他	
水	フットサル	
木	フットサル・その他	
金	フットサル	
土・日	フットサル・その他	

※上記の予定はスポーツ大会や各種事業で変更になることがあります。開放時間も異なりますので必ず毎月の情報で確認をしてください。



卓球室 (8台) ※その他にサウンドテーブルテニス(STT)2台

開放時間 9:00～21:30

料金 大人 400円
小中学生 100円

ラケット・ボールの貸し出しがあります。STTは別室でご利用いただけます。(視覚障がい者用・無料)



幼児室

開放時間 9:00～21:30

料金 無料

未就学児の遊び場です。保護者の方の付き添いが必要です。



温水プール **貸切可** (25mプール・15mプール)

開放時間 9:00～21:30

料金 大人 400円
小中学生 100円
未就学児無料

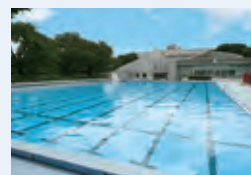


屋外プール (幼児プール・50mプール)

(7月1日～9月12日まで開放予定)

開放時間 9:00～18:00

料金 大人 200円
小中学生 10円
未就学児無料



温水プール・屋外プールともに水泳帽子をご用意ください。オムツの取れている幼児からご利用いただけます。小学4年生以下は1人では入場できません。

武蔵野陸上競技場 **貸切可** (ジョギングコース)

開放時間 10月～3月 9:00～17:00
4月・9月 9:00～18:00
5月～8月 9:00～19:00

料金 大人 100円 中学生以下無料

※ハードル、スターティングブロックなどの陸上器具を貸し出します。(火・金曜日13:00～)



メインアリーナ ランニング走路 (室内 1周180m)

料金 大人 100円
中学生以下無料

陸上競技場・ランニング走路ともに大会などで貸切使用されている場合は利用できません。開放状況を確認してご利用ください。



ストリートスポーツ広場

開放時間 平日 13:00～20:00
土日祝10:00～20:00

毎週土曜日10:00～12:00は小中学生専用(祝日は除く、教室開催期間中は利用不可)

料金 無料

スケートボード・インラインスケート・BMXでご利用いただけます。ヘルメットが必要です。雨天時・教室開催時は利用できませんのでお問い合わせください。

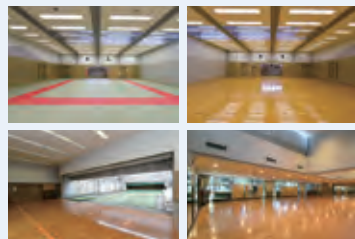


柔道場・剣道場・弓道場・軽体操ダンス室 **貸切可**

開放時間 団体利用のない時間

料金 大人 400円
小中学生 100円

開放の有無はお問い合わせください。



スポーツ教室・野外活動プログラムの申込方法

募集期間内必着

●ハガキ記入例(表)

(裏)

- ①インターネット(下記mnet参照)で申込む。
- ②必要事項(右記ハガキ記入例・裏面を参照)を記入してFAX(要受信確認)。
- ③武蔵野総合体育館(1階受付)、野外活動センター(3階)にある申込用紙で提出。
- ④ハガキに必要事項を記入して(右図参照)郵送。

※応募者多数の場合は抽選となります。その場合は武蔵野市に在住・在勤・在学・在園の方を優先とします。
※参加決定者には、簡単な健康調査をさせていただきます。

180-00001	武蔵野総合体育館行	武蔵野市立	北町5-11-20	武蔵野市吉祥寺
-----------	-----------	-------	-----------	---------

- ①希望教室名(曜日・時間)
- ②郵便番号
- ③住所
- ④氏名(ふりがな)
- ⑤年齢(生年月日)
- ⑥性別
- ⑦電話番号
- ⑧勤務先・学校名(在勤・在学者の場合)
- ⑨保育の有無(一時保育ありの場合)

野外活動センターの親子プログラムは親子ともに記載

FAX

スポーツ教室申込先

FAX 0422-51-5493 (確認 TEL 0422-56-2200)

野外活動プログラム申込先

FAX 0422-51-9810 (確認 TEL 0422-54-4540)

※FAX送信後は、必ず電話で着信確認をしてください。

武蔵野市文化・スポーツ・生涯学習ネット(mnet)とは

インターネットに接続したパソコンや携帯電話、武蔵野総合体育館や武蔵野プレイスや文化施設に設置してあるKIOSK端末(利用者館内端末)から、施設の空き照会や予約申込み、教室、講座、イベントの参加申込および武蔵野地域自由大学正規科目の開講科目の照会をすることができるサービスです。このシステムはmnet(エムネット)といいます。公益財団法人武蔵野生涯学習振興事業団および公益財団法人武蔵野文化事業団が共同で管理運営しています。

(公財)武蔵野生涯学習振興事業団のホームページをご利用ください。
<https://www.musashino.or.jp/>

(公財)武蔵野生涯学習振興事業団HPトップページをクリックすると、武蔵野総合体育館、野外活動センターのトップページにアクセスできます。

当事業団からの様々なお知らせを掲載しているほか、教室・イベントの情報なども充実しています。



また、教室の申込みや施設の予約ができるmnet(エムネット)にもリンクしています。ぜひご利用ください!



SNSでも教室・プログラムの様子や施設の魅力などを発信しています。

Instagramを始めました!



施設の魅力などたくさんの写真をお届けします!ぜひご覧ください!



https://www.instagram.com/musashino_lifelong_learning/

武蔵野総合体育館



<https://www.facebook.com/musashinogym>

武蔵野総合体育館



https://www.twitter.com/musashino_gym

武蔵野総合体育館



開館時間 9:00~21:30

休館日 毎月15日(土・日・祝日にあたる場合は翌平日) 年末年始(12月29日~1月3日)
点検・整備休場(2022年1月24日~1月28日) ※その他、臨時休場があります。
5月9日(日) 全館停電のため休場

電車・バスの場合

- JR三鷹駅北口より
関東バス【北裏行・武蔵関駅行・田無橋場行】→武蔵野市役所前下車 徒歩2分
- JR吉祥寺駅北口より
関東バス【武蔵野市役所行(成蹊学園前経由)】→武蔵野市役所前下車、または関東バス【柳沢駅行(武蔵野市役所前経由)】→武蔵野市役所前下車 徒歩2分
ムバス【吉祥寺北西循環】→33扶桑通り下車 徒歩5分
- 西武新宿線 武蔵関駅より
関東バス【三鷹駅行】→武蔵野市役所前下車 徒歩2分

車の場合(目安)

- 首都高速4号新宿線 高井戸IC出口より 10km 40分
- 中央自動車道 調布IC出口より 9km 35分
- 関越自動車道 大泉IC出口より 8km 30分

駐車場のご案内

南・北2カ所(総数71台収容) 障がい者用駐車スペース2台
【開場時間】8:30~21:30 【料金】100円/30分

駐車台数に限りがあるため、土日祝日は混雑が予想されます。徒歩、自転車、または公共の交通機関をご利用ください。11月から外壁改修工事を予定しています。工事の状況により駐車場が使用できない場合があります。

所在地

〒180-0001 武蔵野市吉祥寺北町5-11-20 TEL 0422-56-2200

(公財)武蔵野生涯学習振興事業団 〒180-0001 武蔵野市吉祥寺北町5-11-20 TEL 0422-56-2200 <https://www.musashino.or.jp/>

掲載されている情報は2021年2月末現在のものです。中止、変更される場合もございますので、最新の情報はHPまたはお電話でお問い合わせください。

大人向けスポーツ教室

親子・小学生向けスポーツ教室

幼児向け・短期・障がい者向けスポーツ教室

自然観察・アウトドアスポーツ

登山・キャンプ・サポータースタッフ

武蔵野市立自然の村・旅行条件説明書

施設個人利用のご案内・申込方法



オンライングループレッスン オンラインパーソナルトレーニング

を主に承っております

介護予防運動 | 施設高齢者向け健康体操 | 障がい者向け運動
筋力トレーニング | ピラティス | パワーヨガ | リラックスヨガ
ストレッチ など

登録講師陣の主な資格

健康運動指導士

介護予防運動指導士

初級障がい者スポーツ指導員

詳しくは masurakikaku@docomonet.jp までお問い合わせください。

武蔵野市吉祥寺本町 2-33-5-201

有限会社 昌浦企画
Be Healthy Together!

楽しい子育ていっしょにしましょう

「保育サービス ひまわりママ」は

地域や家庭における子育てを支援し、設立24周年を迎えました。

1時間保育から、365日・24時間対応

個人保育 集団保育 病児保育
産褥サポート 産前産後支援 ひとり親家庭支援

■認可保育園 ひまわり保育園 (武蔵境駅北口)

武蔵野市境 4-7-12
TEL 0422-56-8732

■認可小規模保育室 (B型)

◆さくら

武蔵野市桜堤 1-2 14号棟 103号
TEL 0422-27-7164

◆みどり

武蔵野市緑町 2-3 B8号棟 104号
TEL 0422-27-7019

一緒に
働きませんか?
随時募集中です
・保育士
・保育補助
・一時預かり…
下記までご連絡
ください

■病後児保育室 ラポール (三鷹駅北口)

武蔵野市西久保 4-7-12
TEL 0422-56-0910

■事業所内保育室 ベリールーム

武蔵野市関前 1-2-20 特別養護老人ホームとらいる武蔵野内
TEL 0422-38-5260

■武蔵野市ファミリー・サポート・センター

武蔵野市境南町2-10-24 ひまわりママ事務所2階
TEL 0422-30-8077

特定非営利活動法人 保育サービス

ひまわりママ

TEL 0422-32-3322

武蔵野市境南町 2-10-24 (武蔵境駅南口徒歩3分)

ひまわりママ

検索



<https://himawarimama.org>

This Feels Good

アスリートやスポーツする人だけの存在じゃない。

「体を動かすことが好き」な人のためにわたしたちはある。

カラダを動かせば、ココロが震える。

その瞬間を感じてほしい。

汗を流すよこびを、もっともっと自由に。

みんなのものに。そしてあたりまえのカルチャーに。

そのきっかけになるのが、オッシュマンズです。



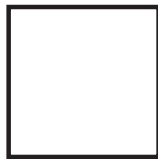
※東急 TOP カードポイントサービスがご利用いただけます

吉祥寺店限定

「DO SPORTS!」 500円割引クーポン

お買い物の際に、こちらの冊子をご提示いただくと ¥5000 税込以上のお買い物で500円の割引を致します (1回限り。有効期限21年12月31日まで)。

※一部対象外商品がございますので予めご了承下さい。



使用済印欄



HPはコチラから!



OSHMAN'S®

感動していただけるサービスを実現すべく、
武蔵境自動車教習所は、より進化します。



東京車人

検索

東京指定自動車教習所協会調べ 2021年1月現在

JR 中央線・西武新宿線 年間ご利用者数 23年連続 No.1



より地域の皆様と共に

定期的にチャリティイベントなど多数開催

スタッフ一同
お待ちしております！



東京車人基金チャリティ
サマーフエスティバル



東京車人基金チャリティ
もちつき大会



東京車人基金チャリティ
安心・安全・環境フェア



東京車人基金チャリティ
フリーマーケット



kids safety park 武蔵境
キッズセーフティパーク 武蔵境



東京車人基金チャリティ
ミニコンサート



東京車人 ナイトラン

※イベントは、状況により延期や中止となる場合がございます。ホームページ等で事前にご確認ください。

運転免許×保育園

さかいりんごの木 保育園

武蔵境自動車教習所では、提携保育園「さかいりんごの木保育園」にて、
教習中の無料託児サービスを実施しています。（満6か月以上から相談可能）
家事に育児に忙しい子育てママでも、安心して免許取得が可能♪
詳しくは、お問い合わせください。さかいりんごの木保育園なかよしひろは直通 0422-27-8117

武蔵境自動車教習所の
情報発信中
SNS
ぜひご覧ください！
InstagramのQRです。

ケータイ対応 イコー ム サ シ サカイ
☎0120-15-6343

高齢者講習専用ダイヤル ☎0120-86-6343

お客様の一生の思い出づくりをサポート！

Sanwa Group



東京都公安委員会指定
武蔵境 自動車教習所

〒180-0022 東京都武蔵野市境2-6-43 <https://www.musasisakai-ds.co.jp/>

