

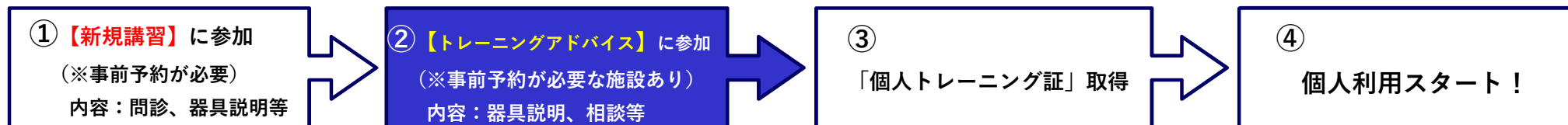
※各センターとも、原則第2または第3月曜日は休館のためご利用できません（月曜日が祝日の場合、翌日火曜日になることがあります）。
 ※各センターとも、原則第3土曜日は無料公開日のため、新規講習・トレーニングアドバイスは受講できません。
 ※新規講習やトレーニングアドバイスの詳細は各センターへお問い合わせください。

◆**新規講習**スケジュール表（施設別）◆ 下記のスケジュール表をご覧のうえ、必ず、事前にお電話等で予約してください。

施設名	月	火	水	木	金	土	日	祝
総合スポーツセンター 東保木間2-27-1 休館日 第2月曜 03-3859-8211	●14:30~ ●18:30~ (休館日除く)	●10:00~ ●14:30~	●18:30~	●14:30~ ●18:30~	●10:00~ ●14:30~	●14:30~ ●18:30~ (無料公開日除く)	●14:30~ ●18:30~	14:30~ 18:30~
スイムスポーツセンター 西保木間4-10-1 休館日 第3月曜 03-3850-1133	●10:00~ (休館日除く)	●13:00~ ●17:30~	●10:00~ ●19:00~	●13:00~ ●19:00~	●10:00~ ●13:00~ ●17:30~	●13:00~ ●19:00~ (無料公開日除く)	●10:00~ ●13:00~	13:00~ 19:00~
東和地域学習センター 東和3-12-9 休館日 第3月曜 03-3628-6201	●10:00~ ●13:00~ (休館日除く)	●10:00~ ●13:00~ ●17:00~	●13:00~	●15:00~	●10:00~ ●13:00~ ●15:00~		●10:00~ ●18:00~	
花畑地域学習センター 花畑4-16-8 休館日 第2月曜 03-3850-2618	●19:00~	●10:00~	●14:00~	●10:00~ ●14:00~ ●19:00~	■10:00~ ●14:00~	■10:00~ ■19:00~	▼10:00~	
興本地域学習センター 興野1-18-38 休館日 第3月曜 03-3889-0370	第1・2・4 10:00~		●14:00~	●19:00~	●14:00~	第1・2・4 14:00~	第4 14:00~	
江北地域学習センター 江北3-39-4 休館日 第3月曜 03-3890-4522		●19:00~	●10:00~	●10:00~	●10:00~	●14:00~ (無料公開日除く)		
鹿浜地域学習センター 鹿浜6-8-1 休館日 第2月曜 03-3857-6551	●11:00~ ●14:00~	●14:00~	●10:00~ ●14:00~	●14:00~ ●18:30~	●14:00~ ●18:30~	▼10:00~	●16:00~ ●18:30~	
中央本町地域学習センター 中央本町3-15-1 休館日 第2月曜 03-3852-1431	◆09:30~		●18:00~	●14:00~	●14:00~	■09:30~	■14:00~	
伊興地域学習センター 伊興2-4-22 休館日 第2月曜 03-3857-6537	第1 09:30~ 第2 18:30~	▲ 14:00 ~ 第1 18:30~	第3 18:30~	▲ 09:30~ 第2 14:00~ ■ 18:30~	■ 09:30~ 第4 14:00~	第4 14:00~ 第1・4 18:30~	■ 09:30~ 第3 14:00~	

●…毎週 ▲…第1・3週 ▼…第1・3・5週 ■…第2・4週 ◆…第1・3・4週

2026/4/1~



※各センターとも、原則第2または第3月曜日は休館日のためご利用できません（月曜日が祝日の場合、翌日火曜日になることがあります）。
 ※各センターとも、原則第3土曜日は無料公開日のため、新規講習・トレーニングアドバイスは受講できません。
 ※新規講習やトレーニングアドバイスの詳細は各センターへお問い合わせください。

◆**トレーニングアドバイス**スケジュール表（施設別）◆ 下記のスケジュール表をご覧のうえ、必ず、事前にお電話等で予約してください。

施設名	月	火	水	木	金	土	日	祝
総合スポーツセンター 東保木間2-27-1 休館日 03-3859-8211 第2月曜	●10:00~※		●10:00~ ●14:30~	●10:00~	●18:30~	●10:00~※	●10:00~	●10:00~
スイムスポーツセンター 西保木間4-10-1 休館日 03-3850-1133 第3月曜	●13:00~※ ●19:00~※	●10:00~	●13:00~	●15:00~		●15:00~※	●15:00~	●15:00~
東和地域学習センター 東和3-12-9 休館日 03-3628-6201 第3月曜	●10:00~※ ●13:00~※	●10:00~ ●13:00~ ●18:00~	●13:00~	●13:00~ ●15:00~	●10:00~ ●13:00~ ●15:00~		●10:00~ ●18:00~	
花畑地域学習センター 花畑4-16-8 休館日 03-3850-2618 第2月曜	●10:00~※ ●14:00~※	●14:00~ ●19:00~	●10:00~			★10:00~	■10:00~	
興本地域学習センター 興野1-18-38 休館日 03-3889-0370 第3月曜	●14:00~※	●10:00~ ▲19:00~	10:00~ (不定期)	●10:00~ ●14:00~		●10:00~※	第2 14:00~	
江北地域学習センター 江北3-39-4 休館日 03-3890-4522 第3月曜		●10:00~	●19:00~	●14:00~		●10:00~※		
鹿浜地域学習センター 鹿浜6-8-1 休館日 03-3857-6551 第2月曜		●19:00~				▼12:00~	第1・第4 13:00~	
中央本町地域学習センター 中央本町3-15-1 休館日 03-3852-1431 第2月曜 ※事前予約不要	●14:00~※	■14:00~	●14:00~	第1・第2 09:30~	●18:00~	■09:30~		
伊興地域学習センター 伊興2-4-22 休館日 03-3857-6537 第3月曜	第4 09:30~ 第2 14:00~	■ 14:00 第4 18:30	□ 09:30~ 第2 18:30~	第1・第2・第4 14:00~	▲ 09:30~ 第2 14:00~	第1・4 09:30 第2 14:00	第1・第2 14:00~	

●…毎週 ▲…第1・3週 ▼…第1・3・5週 ■…第2・4週 ◆…第1・3・4週 ★第1・5週 □第1・2・3・4週 2026/4/1~