

			午前 9 : 00～12:00		午後 13:00～17:00		夜間 18:00～21:00	
	月	A						
		B						
1	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 : 30～15 : 30	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 : 00～21 : 30	
		B						
2	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 : 05～15 : 05	個人公開バレーボール (小・中学生) 15 : 30～17 : 30	個人公開 バレーボール (15歳以上・中学生除く) 18 : 00～21 : 30	
		B	団体貸出					
3	木	A	健康 エアロビクス 9:30～10:30	ウォークエアロ エクササイズ 11:00～12:00	個人公開 親子・小中学生体操 13:30～17:30		個人公開 器械体操 (15歳以上) ※中学生は保護者同伴で自己責任 18:00～21:30	
		B			①0～3歳 13:30～15:30 ※指導無し 時間内は ②満4歳～年長15:30～16:30 ※指導有り ③小中学生16:00～17:30 ※指導有り ※②③は、指導有り時間以外はフリー時間で利用可			
4	金	A	団体貸出		個人公開 バドミントン (中学生以上) 13 : 30～15 : 30	個人公開・バドミントン (小学2年生以上) ※親子プレー不可 ※小学生優先コート基本2面 15 : 30～17 : 30	個人公開 バドミントン (15歳以上) ※中学生は保護者同伴1名につき1人のみ可 18 : 00～21 : 30	
		B	団体貸出					
5	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) ※未就学児は保護者同伴 13:30～15:30	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 : 00～21 : 30	
		B	団体貸出					
6	日	A	(バスケットボール) 相原会長杯 9 : 00～21 : 00					
		B						

令和7年度 7月

			午前 9 : 00～12:00		午後 13:00～17:00		夜間 18:00～21:00	
7	月	A	(バレー) レディース・スポレク 9 : 00～17 : 00				団体貸出	
		B					団体貸出	
8	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 : 30～15 : 30	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 : 00～21 : 30	
		B						
9	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 : 05～15 : 05	個人公開バレーボール (小・中学生) 15 : 30～17 : 30	個人公開 バレーボール (15歳以上・中学生除く) 18 : 00～21 : 30	
		B	団体貸出					
10	木	A	健康 エアロビクス 9:30～10:30	ウォークエアロ エクササイズ 11:00～12:00	個人公開 親子・小中学生体操		個人公開 器械体操 (15歳以上) ※中学生は保護者同伴で自己責任 18:00～21:30	
		B			13:30～17:30			
				①0～3歳 13:30～15:30 ※指導無し 時間内はフリー				
				②満4歳～年長15:30～16:30 ※指導有り				
				③小中学生16:00～17:30 ※指導有り				
				※②③は、指導有り時間以外はフリー時間で利用可				
11	金	A	団体貸出		個人公開 バドミントン (中学生以上) 13 : 30～15 : 30	個人公開・バドミントン (小学2年生以上) ※親子プレー不可 ※小学生優先コート基本2面 15 : 30～17 : 30	個人公開 バドミントン (15歳以上) ※中学生は保護者同伴1名につき1人のみ可 18 : 00～21 : 30	
		B	団体貸出					
12	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) ※未就学児は保護者同伴 13:30～15:30	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 : 00～21 : 30	
		B	団体貸出					
13	日	A	9-21 (バド) レディースポ団体					
		B						

令和7年度 7月

			午前 9：00～12:00	午後 13:00～17:00	夜間 18:00～21:00		
14	月	A	団体貸出		団体貸出		
		B	団体貸出		団体貸出		
15	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) 13：30～15：30	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 18：00～21：30	
		B					
16	水	A	(パレホール)スーパー寿 9：00～12：00		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) 13：05～15：05	個人公開バレーボール (小・中学生) 15：30～17：30	個人公開 バレーボール (15歳以上・中学生除く) 18：00～21：30
		B	団体貸出				
17	木	A	健康 エアロビクス 9:30～10:30	ウォークエアロ エクササイズ 11:00～12:00	個人公開 親子・小中学生体操 13:30～17:30		個人公開 器械体操 (15歳以上) ※中学生は保護者同伴で自己責任 18:00～21:30
		B			①0～3歳 13:30～15:30 ※指導無し 時間内はフリー ②満4歳～年長15:30～16:30 ※指導有り ③小中学生16:00～17:30 ※指導有り ※②③は、指導有り時間以外はフリー時間で利用可		
18	金	A	団体貸出		個人公開 バドミントン (中学生以上) 13：30～15：30	個人公開・バドミントン (小学2年生以上) ※親子プレー不可 ※小学生優先コート基本2面 15：30～17：30	個人公開 バドミントン (15歳以上) ※中学生は保護者同伴1名につき1人のみ可 18：00～21：30
		B	団体貸出				
19	土	A	参議院議員選挙				
		B					
20	日	A	参議院議員選挙				
		B					

令和7年度 7月

			午前 9：00～12:00		午後 13:00～17:00		夜間 18:00～21:00	
21	月	A	参議院議員選挙 9～17				団体貸出	
		団体貸出						
22	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) 13：30～15：30	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 18：00～21：30	
		B						
23	水	A	子どもの居場所・遊び場づくり事業 子どものあそび広場 9：00～12：00		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) 13：05～15：05	個人公開バレーボール (小・中学生) 15：30～17：30	個人公開 バレーボール (15歳以上・中学生除く) 18：00～21：30	
		B						
24	木	A	健康 エアロビクス 9:30～10:30	ウォークエアロ エクササイズ 11:00～12:00	個人公開 親子・小中学生体操 13:30～17:30		個人公開 器械体操 (15歳以上) ※中学生は保護者同伴で自己責任 18:00～21:30	
		B			①0～3歳 13:30～15:30 ※指導無し 時間内はフリー ②満4歳～年長15:30～16:30 ※指導有り ③小中学生16:00～17:30 ※指導有り ※②③は、指導有り時間以外はフリー時間で利用可			
25	金	A	子どもの居場所・遊び場づくり事業 子どものあそび広場 9：00～12：00		個人公開 バドミントン (中学生以上) 13：30～15：30	個人公開・バドミントン (小学2年生以上) ※親子プレー不可 ※小学生優先コート基本2面 15：30～17：30	個人公開 バドミントン (15歳以上) ※中学生は保護者同伴1名につき1人のみ可 18：00～21：30	
		B						
26	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) ※未就学児は保護者同伴 13:30～15:30	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) 18：00～21：30	
		B	団体貸出					
27	日	A	(バスケットボール)相原会長杯 9:00～21:00					
		B						

令和7年度 7月

			午前 9：00～12：00		午後 13：00～17：00		夜間 18：00～21：00	
28	月	A	団体貸出		団体貸出		団体貸出	
		B	団体貸出		団体貸出		団体貸出	
29	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) 13：30～15：30	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 18：00～21：30	
		B						
30	水	A	子どもの居場所・遊び場づくり事業 子どものあそび広場 9：00～12：00		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) 13：05～15：05	個人公開バレーボール (小・中学生) 15：30～17：30	個人公開 バレーボール (15歳以上・中学生除く) 18：00～21：30	
		B						
31	木	A	健康 エアロビクス 9:30～10:30	ウォークエアロ エクササイズ 11:00～12:00	個人公開 親子・小中学生体操		個人公開 器械体操 (15歳以上) ※中学生は保護者同伴で自己責任 18:00～21:30	
		13:30～17:30						
B	①0～3歳 13:30～15:30 ※指導無し 時間内はフリー ②満4歳～年長15:30～16:30 ※指導有り ③小中学生16:00～17:30 ※指導有り ※②③は、指導有り時間以外はフリー時間で利用可							
		A						
		B						
		A						
		B						
		A						
		B						

令和7年度

7月