

2026年
9月

スポーカル高松



高松中学校区(高松中学校、高輪台小学校、白金小学校)施設で教室を開催する
港区で2番目に設立した総合型・自主運営クラブです。

クラブは会員制となり入会をお願いしております。体験もできます(1回のみ)

入会のご案内

- 入会金
1ファミリー1000円、
同一世帯2人目以降は不要
- 年会費
表に記載
会員期限:4月～翌年3月末
次年度4月には更新が必要
- 参加費
種目欄に記載
(会員外は+ 200円/回)

会員区分*	4,5月	6,7月	8,9月	10,11月	12,1月	2,3月	更新費
大人	2000	1600	1200	800	400	0	2000
F大人**	1000	800	600	400	200	0	1000
ジュニア/シニア	1000	800	600	400	200	0	1000
Fジュニア/シニア**	500	400	300	200	100	0	500

*:大人(18歳～59歳)、ジュニア(18歳未満)、シニア(60歳以上)

** :ファミリー会員、同一世帯で2人目以降(クラブ内クラブは含まない)

教室(直接会場へお越しください 入会・体験についても会場で受付します) 持ち物:室内履き、水分、タオル

ソフトバレーボール

日にち 1,8,15,22,29(火)

時間 19:00～20:50

場所 高松中学校
体育館

対象 小学4年生
～大人
参加費 100円/回



バドミントン

✓ 用具は準備して
あります

日にち 1,8,15,22,29(火)

時間 19:00～20:50

場所 高松中学校
体育館

対象 小学1年生
～大人
参加費 300円/回



バドミントン教室

初心者から経験者をレベル別に指導、基礎から試合参加できるまでをカリキュラムに沿って指導いたします

日にち 11,25(金)

時間 19:00～20:50

場所 高松中学校
体育館

対象 小学1年生～大人
参加費 ビジター1000円
偶数月:4回分3000円
月2回金曜日開催予定
事前にスポーカルまで

サッカー(白金小)

✓ 室内シューズ持参ください
✓ 用具は準備してあります

日にち 2,16,30※(水)
※30日は大人クラスのみ
幼児クラス
17:45～18:30
小学生クラス
17:45～18:50
大人クラス
19:00～20:30

対象 幼児・小学生
500円/回
大人クラス
(中学生以上)
会員100円/回
会員外500円/回
参加費
場所 白金小学校
体育館

大人クラスは東京都スポーツ協会の支援事業を受けています

中級バドミントン

✓ 練習用シャトル、ラ
ケット必ず持参くだ
さい

日にち 3,10,17,24(木)

時間 19:00～20:50

場所 高松中学校
体育館

対象 中学生以上
基礎打ち、
試合参加経験の
ある方
(初心者の方はご
遠慮ください)
参加費 300円/回

中級バドミントンレベルアップ練習会

✓ 練習用シャトル必ず
持参ください

日にち 4,18(金)

時間 19:00～20:50

場所 高松中学校
体育館

対象 試合参加経験者
レベル
中学生以上
レベル別に試合
等行います
参加費 500円/回

サッカー(高輪台小)

✓ 室内シューズ持参ください
✓ 用具は準備してあります

日にち 10,17,24(木)

時間 幼児クラス
18:00～18:45
小学生クラス
18:00～19:05

対象 幼児、小学生
参加費 500円/回
場所 高輪台小学校
体育館

親子テニス

✓ ラケットは準備して
あります

日にち 9,23(水)

時間 17:15～18:45

場所 白金小学校
体育館

対象 4歳～10歳の
子供と保護者
親子1組
500円/回
お子様のみ
500円/回
参加費
東京都スポーツ協会支援事業です

手話



日にち 9(水)

時間 17:15～
18:00

場所 圓真寺
(フチャイテラー隣)

対象 手話に興味
のある小学生
参加費 300円/回

二次元コード
よりご連絡
ください



シニア卓球教室

✓ 指導者ありにて開催
✓ 用具は準備してあり
ます

日にち 6,20,27(日)
時間 12:30～13:30

場所 高松中学校
格技室

対象 60歳以上
参加費 無料



中級卓球

✓ ラケット持参ください

日にち 3,10,17,24(木)
時間 19:00～20:50

6(日)
9:00～12:00

20,27(日)
15:00～17:30

対象 小学生以上
経験者

参加費 100円/回

場所 高松中学校
格技室

初心者卓球

✓ 指導者ありにて開催
✓ 用具は準備してあり
ます

日にち 20(日)

時間 13:40～15:00

場所 高松中学校
格技室

対象 小学生以上

参加費 500円/回

クラブ内クラブ(入会や体験について直接問合せが必要です)

新体操 (Seed新体操教室)



場所・
日時

御田小学校 多目的ホール
4(金) & 7(月)

高輪台小学校 体育館
11,18(金) & 14,21,28(月)
※21日は工事のため、中止になります。

詳しい開催時間直接確認要

問合せ先



対象

未就学児 / 小学生

二次元コードより確認

バスケットボール (UP STARTバスケット)

u7・ミニバス・アカデミー

白金小学校 体育館 5,12,19,26(土)

御田小学校 体育館 3(木)

高輪台小学校 体育館 10,17,24(木)

※詳しい
開催時間は
直接確認要

場所・
日時

シューティング部《どなたでも》 19:10~20:45

白金小学校 体育館 23(水)

フィットネスバスケット《高校生以上》 開催時間 問合せください

白金小学校 体育館 6(日),9(水)

高輪台小学校 体育館 13,20,27(日)

※20日は工事のため、中止になります。

対象

幼児、小学生、
中学生、高校生以上

問合せ先

upstart.school@gmail.com
080-3123-9491



ボクシング and キックボクシング(ボクシングの木)

日時

5,12,19,26(土)
12:00~15:00

問合せ先

二次元コードより確認

対象

年齢制限なし

場所

高松中学校 格技室



足育親子体操 (足育キッズクラブ HOP STEP JUMP)

日時

5,12,19(土) & 20,27(日)

詳しい開催時間は直接確認要

問合せ先

二次元コード
より確認



対象

6か月~小学生



場所

高松中学校 格技室

空手 (松濤館流)

日時

4,11,18(金)
19:00~20:30



対象

幼児~大人

問合せ先

j.sato@meibukai-tokyo.com
件名「空手教室の件」

場所

高松中学校 格技室

ランニング(La doré Academy)

場所・
日時

白金小学校 校庭

5,12,19,26(土)

15:00~18:00

詳しい開催時間や内容は直接確認要

問合せ先

二次元コード
より確認



対象

年長、小学生、中学生

忍術&古武術 (武蔵忍士団)

日時

5,12,19,26(土)
15:30~17:30



問合せ先

二次元コード
より確認

対象

小学3年生以上

場所

御田小学校
多目的ホール



スポーツストレッチ&トレーニング

日時

26(土)
15:45~16:45

内容

モビバンを使用します
貸し出しがありますが、
数に限りがあります

対象

どなたでも

場所

高松中学校 格技室

参加費

無料 問合せ先

スポーカル高松 東京都スポーツ協会支援事業です

参加時のお願い

- お子様の行き帰りについてはご家族で確認をお願いします
- 学校開放事業(スポーカル)では車での来校自転車での来校(高輪台小)はご遠慮いただいております
- 高松中学校 二本榎通側の正門(ただいま施錠期間のためインターフォンを押してスポーカル参加をお伝えください)から入り、2階渡り廊下を渡り、体育館・格技室へお越しください
 - 渡り廊下入口で室内履きに履き替えてください
 - 高輪支所側の門および校舎1階出入口は使用できません
- 白金小学校 正門から入らず壁沿いに八芳園方向に進み右に曲がり、開放入口から体育館へお越しください
 - 近隣の迷惑になるため、静かに出入りしてください
- 高輪台小学校 正門から入り開放入口から体育館へお越しください
 - 近隣の迷惑になるため、車・自転車での来校はお控えください

スポーカル高松
港区高輪1-16-25
(高松中学校内)

080-9648-5432 t.sporcul@i.softbank.jp

- 毎月のお知らせは港区ホームページからご覧いただけます 区内図書館他の配置もごさいます
- ボランティアの運営スタッフを募集しています お近くのスタッフにお声かけください
- スポーカルは六本木、高松、青山、三田があります
- スポーカル高松の会員がスポーカル六本木、青山、三田に参加の際は各スポーカルへ連絡が必要