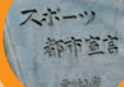


東村山市

HIGASHI-MURAYAMA



●スポーツ都市宣言●

わたしたち東村山市民は、スポーツを愛し、スポーツを通じて健康と体力の向上をはかり、豊で明るい東村山市を築くため次の目標をかかげ、ここに「スポーツ都市」を宣言します。

- 一、スポーツを通じて、たくましい心とからだをつくる。
- 二、スポーツ活動を通じて、多くの友達をつくり、友情と喜びを学ぼう。
- 三、積極的なスポーツ活動をすすめて、豊かな余暇活動をもとう。
- 四、スポーツを実践して、市民相互の連携を強めよう。
- 五、スポーツを愛し、広く世界の人々と手をつなごう。 昭和49年10月10日宣言



サイクリングならこのコース

多摩湖サイクリングコース

東村山市を横切り、多摩湖へ続く自転車道を軽快に進めば、そのまま、緑に包まれた狭山丘陵を巡る道へ続きます。

東村山市コミュニティバス「グリーンバス」

緑が多い東村山市のイメージそのままのデザインのバスが東村山市駅と秋津駅の間に運行されています。

- 東村山駅東口
- 東村山税務署
- 東村山市役所
- スポーツセンター
- 青葉商店街中央
- 多摩郡医療センター
- 青葉小学校
- 所沢街道入口
- 秋津文化センター
- 新秋津駅

※バス停は抜粋です。

「東村山」の名は古く、1400年以前、当時の武蔵国勢力を誇っていた武蔵七党の内、狭山丘陵を中心に力を持っていた村山党の名に由来しています。

江戸時代が終わり、明治22年、近隣5ヶ村が合併した際、その村の場所が、村山党の支配地の東にあたることから「東村山」と名付けられました。昭和39年(1964)4月には市制を施行しています。東村山市は狭山丘陵の自然や野火止用水など歴史環境を活かし、東京の緑あふれくらし輝く近郊住宅都市として努力を続けています。



散歩するならこのエリア

八国山の里コース

「となりのトトロ」のモデルになった狭山丘陵の東端、八国山。林の音が聞こえます。菖蒲園が見事な北山公園もおすすです。





東村山市民スポーツセンター

東村山市久米川町3-30-5



相互利用可能施設



※他にスポーツ医科学室あり



😊 オススメVOICE

15台の卓球台がいつでも使えるのは、周辺ではこの卓球室だけだと思います。



利用当日に利用券を購入

事前に登録が必要
公共施設予約システムを利用(抽選あり)
※スポーツ医科学室は公共施設予約ではありません。

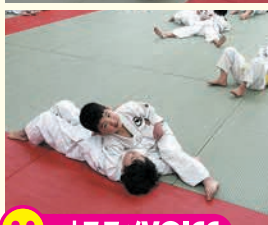
9:00～21:30
・午前:9:00～12:00
・午後1:12:00～15:00
・午後2:15:00～18:00
・夜間:18:00～21:30

第1月曜日を除く月曜日(祝日・振替休日にあたるときは翌日)
・年末年始(12月27日～1月5日)

☎042-393-9222

😊 オススメVOICE

スポーツを始めたい方!
運動負荷心電図テスト(体力検査)を受けてみませんか? 医師・看護師・栄養士・トレーナーが指導いたします!



😊 オススメVOICE

今日は東村山市柔道連盟の練習日。就学前の子どもから大人まで練習に励んでいます。基本から丁寧に指導が受けられます。



東村山市民スポーツセンター屋内プール

東村山市久米川町3-30-5



温水プール
25m×6コース
幼児用プール
ジャグジー・探検室



相互利用可能施設

😊 オススメVOICE

午前中は高齢者の方が割合と多くいらっしゃいます。小さな子どもが遊べるプールもあります。夜になると会社帰りの方が多く利用されています。



😊 オススメVOICE



子ども用プールも人気です。ジャグジーは吹き上げが高く、泳いだ後、リラックス効果は満点です。

利用当日に利用券を購入
※3際未入場不可、小学校3年生以下は18歳以上の付き添い1名に対し2名まで可。

貸切使用の場合は、屋内プールまでお問い合わせください。

9:00～21:30

第1月曜日を除く月曜日(祝日・振替休日にあたるときは翌日)
・年末年始(12月27日～1月5日)

☎042-393-9261(屋内プール直通)

東村山市運動公園

東村山市恩多町1-51-1



😊 オススメVOICE

今日は子どもと汗を流しに来ました。近所に住んでいるので良く利用しています。広々としているので気持ちいい場所です。



😊 オススメVOICE

照明施設があるので、使用時間に融通がとれて便利です。ベンチも整っている球場、少ないです。おかげで試合もしやすいです。



事前に団体登録が必要
公共施設予約システムを利用(抽選あり)
市内在住・在勤・在学者に限る



7:00～21:00
(ナイター) 4月～9月：18:00～21:00
10月～3月：17:00～21:00



年末年始



☎042-394-1955 運動公園管理事務所

運動公園テニスコート

東村山市恩多町1-51-1



5面オムニコート



😊 オススメVOICE

親子でテニスできるのもこのテニスコートがあるから。気軽に利用できるのがうれしいです。利用料が安いのも魅力ですね。



😊 オススメVOICE

ここはオムニコートなので、気に入っています。夜間照明も備わっているため仕事帰りに汗を流すこともあります。



事前に登録が必要
公共施設予約システムを利用(抽選あり)
市内在住・在勤・在学者に限る



テニスコート 7:00～21:00
(ナイター) 4月～9月：18:00～21:00
10月～3月：17:00～21:00



年末年始



☎042-394-1955 運動公園管理事務所

運動公園プール

東村山市恩多町1-51-1



50mプール
幼児用プール
(スライダープール)



😊 オススメVOICE

50メートルあるプールには、コースロープも整備され、本格的な泳ぎもできます。広々として気持ちがいいです。



😊 オススメVOICE

幼児用プールもあるので、家族でいっても大丈夫。お魚がたくさん描かれ、スライダーもあるので小さい子ども達も大喜びです。



利用当日に利用券を購入
夏季のみ
小学校3年生以下は18歳以上の付き添い1名に対し2名まで可。



9:30～17:30
期間については、市報に掲載



水の入替え時(日程は市報に掲載)



☎042-394-1955 運動公園管理事務所

久米川テニスコート

東村山市久米川町2-21-2



5面クレークコート



😊 オススメVOICE

20年来の仲間です。ずっとこのコートでお世話になっています。環境がとっても良く、これからも楽しませてもらいます。

事前に登録が必要・公共施設予約システムを利用(抽選あり) ※市内在住・在勤・在学者に限る

平日 / 4月~9月: 9:00~18:00
10月~3月: 9:00~17:00
日・祝日 / 4月~9月: 8:00~18:00
10月~3月: 8:00~17:00

年末年始

☎042-393-9222 東村山市民スポーツセンター

ゲートボール場公園

東村山市廻田町1-26-1

😊 オススメVOICE

名前の通り、ゲートボールを中心とした公園です。4面もあるコートで快適。広いので他のスポーツに使えます。



萩山ゲートボール場

東村山市萩山町2-3-2

😊 オススメVOICE

すぐ近くを狭山境緑道があるので環境は抜群です。2面あるコートでほとんど毎日練習をしています。



青葉ゲートボール場

東村山市青葉町2-35-11

😊 オススメVOICE

ゲートボールはチームワークも大切。20年近く一緒に競技をしている仲間です。この場所も大切に使っています。



秋津ゲートボール場

東村山市秋津町3-44-48



9:00~17:00

年末年始

☎042-393-9222 東村山市民スポーツセンター

北川ゲートボール場

東村山市諏訪町1-39-32

😊 オススメVOICE

トロロの舞台にもなった八国山もすぐそこです。毎日練習に励んでいます。ペタンクの仲間もここを利用しています。



恩多ゲートボール場

東村山市恩多町3-23-30

😊 オススメVOICE

環境は抜群、野火止用水が根の下を流れている万年ケヤキのそばです。20年来の仲間とほとんど毎日楽しんでいます。



都立東村山中央公園ゲートボール場

東村山市富士見5-4-67

😊 オススメVOICE

公園の中にあるのでいつも賑やか、ぐるっと桜の木に囲まれているので、その時は仲間と花見にも利用しています。



☎042-392-7322 東京都東村山中央公園管理事務所

久米川少年野球場

東村山市久米川町4-43-9



少年野球のみ 1面



😊 オススメVOICE

市内の少年野球チーム同士で試合です。通りがかりの大人も観戦してくれるのは嬉しいけれど、ちょっと緊張しちゃいます。

事前に登録が必要・毎月抽選

9:00~17:00 年末年始

☎042-393-9222 東村山市民スポーツセンター