

●中央区社会福利协会 志愿者区民活动中心

向希望在区内希望参加或登记志愿者活动的团体提供信息，介绍活动，并开展加入志愿者保险、团体资助等支援活动。此外还将向对志愿者感兴趣的人提供咨询服务，举办讲座，举办健康福利节，开展志愿者交流会等。

咨询处：

中央区社会福利协会 志愿者区民活动中心

地址：八丁堀 4-1-5

电话：3206-0560

●츄오구 사회 복지 협의회 자원 봉사·구민 활동 센터

츄오구 내에서 자원 봉사 활동에 대한 참가·등록을 희망하는 단체에 정보 제공 및 활동 소개, 자원 봉사자 보험 가입, 단체 지원 등의 활동 지원을 실시합니다. 또한 자원 봉사에 관심 있는 분의 상담 접수 및 강좌 개최, 건강 복지 축제, 자원 봉사자 교류회 등도 실시합니다.

문의:

츄오구 사회 복지 협의회 자원 봉사·구민 활동 센터

소재지: 핫초보리 4-1-5

전화: 3206-0560

体育设施、广场 스포츠 시설·광장

区里有各种体育设施等，区民可根据自己的体力、年龄和生活方式愉快地开展各种体育运动和休闲娱乐活动。

详情请向各设施或咨询处问询。

※各设施可能会因维修检查等而临时关门。

체력과 연령, 라이프 스타일에 맞춰 손쉽게 즐기면서 스포츠나 레크리에이션 활동을 할 수 있는 장소로 스포츠 시설 등이 있습니다.

자세한 내용은 각 시설 및 문의처에 문의해 주십시오.

※각 시설에서는 시설의 보수 점검 등을 위해 임시 휴관하는 경우가 있습니다.

●体育设施

※ 包括可以个人利用的设施和按时间段团体包租利用的设施。

※ 各设施设有临时休息日。

设施名称・地址等		利用时间	休息日
综合体育中心	设施(项目): 健身房、温水游泳池、高尔夫练习场、比赛场(羽毛球、篮球、乒乓球等)、武道场、乒乓球场、气枪射击场、弓道场、西式射箭场、会议室等 地址: 日本桥滨町 2-59-1 (滨町公园内) 电话: 3666-1501	上午7点~晚上9点30分 (健身房、温水游泳池、 高尔夫练习场) 上午8点~晚上9点30分 (健身房、温水游泳池、 高尔夫练习场以外的设施)	每月第3个星期一 (如逢休息日则为翌日)、 年末年初 (12月28日~1月4日)
月岛体育广场	设施(项目): 温水游泳池、武道场、会议室 地址: 月岛 1-9-2 电话: 3534-5883	上午7点~晚上9点30分 (温水游泳池) 上午9点~晚上9点30分 (武道场、会议室)	年末年初 (12月28日~1月4日)
日本桥小学温水游泳池	设施(项目): 温水游泳池 地址: 日本桥人形町 1-1-17 电话: 3668-2378 (仅限在利用时间内咨询)	下午6点~晚上9点 (星期六下午1点~晚上9点, 星期日、休息日上午9点~晚上9点)	年末年初 (12月28日~1月4日)
中央小学温水游泳池	设施(项目): 温水游泳池 地址: 湊 1-4-1 电话: 3206-0035 (仅限在利用时间内咨询)	下午6点~晚上9点 (星期六下午1点~晚上9点, 星期日、假日上午9点~晚上9点)	年末年初 (12月28日~1月4日)

设施名称・地址等		利用时间	休息日
月岛第三小学温水泳池	设施(项目): 温水游泳池 地址: 晴海 1-4-1 电话: 3531-7860 (仅限在利用时间内咨询)	下午 6 点 ~ 晚上 9 点 (星期六下午 1 点 ~ 晚上 9 点, 星期日、假日上午 9 点 ~ 晚上 9 点)	年末年初 (12 月 28 日 ~ 1 月 4 日)
晴海西小学温水泳池	设施(项目): 温水游泳池 地址: 晴海 5-3-5 电话: 3534-7345 (仅限在利用时间内咨询)	下午 6 点 30 分 ~ 晚上 9 点 (星期六及 5 ~ 10 月的星期三下午 1 点 ~ 晚上 9 点, 星期日 ~ 休息日及 11 ~ 4 月的星期一、星期三上午 9 点 ~ 晚上 9 点)	年末年初 (12 月 28 日 ~ 1 月 4 日)
筑地社会教育会馆	设施(项目): 乒乓球室、健身房、室内体育场 地址: 筑地 4-15-1 电话: 3542-4801 ※请带上室内用鞋。 ※初次利用健身房的人请预先联系后在有教练指导的时间段利用。 ※室内体育场的利用需要进行团体利用登记。	上午(上午 9 点 ~ 中午)、 下午(下午 1 点 ~ 下午 5 点)、 夜晚(下午 6 点 ~ 晚上 9 点) ※夜晚可延长至晚上 10 点 ※详细信息请咨询筑地社会教育会馆。	年末年初 (12 月 29 日 ~ 1 月 3 日)
体育场	○滨町体育场 设施(项目): 体育场 1 个(软式棒球、垒球、足球、体育场) 地址: 日本桥滨町 2-59-1 (滨町公园内) 电话: 3666-1501 (综合体育中心) ○月岛体育场 设施(项目): 棒球场 3 个(软式棒球、垒球) 地址: 晴海 1-3-29 (新月岛公园内) 电话: 3531-1869 ○江户川河岸地体育场 设施(项目): 棒球场 2 个、足球场 1 个(软式棒球、垒球、足球) 地址: 埼玉县三乡市岩野木地先(30 号和 31 号棒球场、S1 足球场) 电话: 048-952-3321 (一般财团法人 SANKEI 体育中心 俱乐部房间) ※需进行团体利用登记后才能使用。 咨询处: 体育课体育设施系(中央区政府) 电话: 3546-5529	滨町・月岛体育场有夜间照明设备。 利用时间因设施和季节而异, 详情请咨询。 ○江户川河岸地体育场 从 4 月开始到 11 月的星期六、星期日、休息日	年末年初 (12 月 28 日 ~ 1 月 4 日) 休息日・期间 ○滨町体育场 每月第 3 个星期一 (如逢休息日则为翌日) ○月岛体育场 1 月 ~ 2 月 ○江户川河岸地体育场 12 月 ~ 3 月
网球场	○丰海网球场 设施: 网球场 4 个(加砂人工草坪) 地址: 丰海町 3-19 (丰海运动公园内) 电话: 3536-4017 ○柏学园网球场 设施: 网球场 2 个(全天候型) 地址: 千叶县柏市柏 1236-1 电话: 04-7167-2270 ※需进行团体利用登记后才能使用。 咨询处: 体育课体育设施系(中央区政府) 电话: 3546-5529	○丰海网球场 4 月 ~ 10 月 上午 7 点 ~ 下午 9 点 11 月 ~ 3 月 上午 8 点 ~ 下午 8 点 ○柏学园网球场 4 月 ~ 9 月 上午 8 点 ~ 下午 6 点 10 月 ~ 3 月 上午 8 点 ~ 下午 4 点	○丰海网球场 元旦前后 (12 月 28 日 ~ 1 月 4 日) ○柏学院网球场 年末年初 (12 月 28 日 ~ 1 月 4 日) 星期一 ~ 五(休息日除外)及学校利用日

1

2

3

4

5

6

设施名称・地址等	利用时间	休息日
学校体育设施 设施：京桥筑地小学、日本桥小学、有马小学、月岛第二小学、月岛第三小学、银座中学、晴海中学、日本桥中学等 项目：网球、篮球、排球等 ※设施分为需要团体登记使用和个人使用类型，敬请问询。 咨询处： · 关于团体利用注册 体育课体育设施系（中央区政府） 电话：3546-5529 · 关于个人利用 体育课体育事业系（中央区政府） 电话：3546-5531	各设施的利用日期、时间、项目不同，详情敬请咨询。	年末年初 (12月26日～1月7日)

●스포츠 시설

※개인이 이용 가능한 시설과 시간대별로 단체가 대절하여 이용하는 시설이 있습니다.

※시설별로 임시 휴관일이 있습니다.

시설명・소재지 등	이용 시간	휴관일
종합 스포츠 센터 시설 (종목): 트레이닝 룸, 온수 수영장, 골프 연습장, 경기장 (배드민턴, 농구, 탁구 등), 무도장, 탁구장, 공기 소총장, 궁도장, 양궁장, 회의실 등 소재지: 니혼바시 하마초 2-59-1 (하마초 공원 내) 전화: 3666-1501	오전 7시~오후 9시 30분 (트레이닝·온수 수영장·골프 연습장) 오전 8시~오후 9시 30분 (트레이닝·온수 수영장·골프 연습장 이외의 시설)	매월 셋째 월요일(공휴일인 경우는 다음 날), 연말연시 (12월 28일~1월 4일)
쓰키시마 스포츠 플라자 시설 (종목): 온수 수영장, 무도장, 회의실 소재지: 쓰키시마 1-9-2 전화: 3534-5883	오전 7시~오후 9시 30분 (온수 수영장) 오전 9시~오후 9시 30분 (무도장, 회의실)	연말연시 (12월 28일~1월 4일)
니혼바시 초등학교 온수 수영장 시설 (종목): 온수수영장 소재지: 니혼바시 닌교초 1-1-17 전화: 3668-2378 (문의는 이용 시간 중에 한해 가능)	오후 6시~오후 9시 (토요일은 오후 1시~오후 9시, 일요일·휴일은 오전 9시~오후 9시)	연말연시 (12월 28일~1월 4일)
쥬오 초등학교 온수 수영장 시설 (종목): 온수수영장 소재지: 미나토 1-4-1 전화: 3206-0035 (문의는 이용 시간 중에 한해가능)	오후 6시~오후 9시 (토요일은 오후 1시~오후 9시, 일요일·휴일은 오전 9시~오후 9시)	연말연시 (12월 28일~1월 4일)

시설명·소재지 등		이용 시간	휴관일
쓰키시마 제3 초등학교 온수 수영장	시설 (종목): 온수수영장 소재지: 하루미 1-4-1 전화: 3531-7860(문의는 이용 시간 중에 한해가능)	오후 6시~오후 9시 (토요일은 오후 1시~오후 9시, 일요일·휴일은 오전 9시~오후 9시)	연말연시 (12월 28일~1월 4일)
하루미 니시 초등학교 온수 수영장	시설(종목): 온수 수영장 소재지: 하루미 5-3-5 전화: 3534-7345(문의는 이용 시간 중에만)	오후 6시 30분~오후 9시 (토요일 및 5~10월의 수요일은 오후 1시~오후 9시, 일요일·휴일 및 11~4월의 월·수는 오전 9시~오후 9시)	연말연시 (12월 28일~1월 4일)
쓰키지 사회 교육 회관	시설: 탁구실, 트레이닝 실, 실내 체육장 소재지: 쓰키지 4-15-1 전화: 3542-4801 ※실내화를 지참해 주십시오. ※처음으로 트레이닝실을 이용하는 분은 사전에 문의한 후 트레이너가 있는 일시에 이용해 주십시오. ※실내 체육장 이용에는 단체 이용 등록이 필요합니다.	오전 (오전 9시~정오), 오후 (오후 1시~오후 5시), 야간 (오후 6시~오후 9시) ※야간은 오후 10시까지 연장 가능 ※자세한 내용은 쓰키지 사회 교육 회관에 문의해 주십시오.	연말연시 (12월 29일~1월 3일)
운동장	○하마초 운동장 시설 (종목): 운동장 1면 (연식 야구, 소프트 볼, 축구, 운동장) 소재지: 니혼바시 하마초 2-59-1 (하마초 공원 내) 전화: 3666-1501 (종합 스포츠 센터) ○쓰키시마 운동장 시설 (종목): 야구장 3면 (연식 야구, 소프트 볼) 소재지: 하루미 1-3-29 (신쓰키시마 공원 내) 전화: 3531-1869 ○에도가와 하천 부지 그라운드 시설 (종목): 야구장 2면, 축구장 1면 (연식 야구, 소프트볼, 축구) 소재지: 사이타마현 미사토시 이와노키치사키 (30번·31번 야구장, S1 축구장) 전화: 048-952-3321 (일반재단법인 산케이 스포츠 센터 클럽 하우스) ※이용에는 단체 이용 등록이 필요합니다. 문의: 스포츠과 체육시설계 (휴오 구청) 전화: 3546-5529	하마초·쓰키시마 운동장에는 야간 조명 설비가 있습니다. 이용 시간은 각 시설이나 계절에 따라 다르므로 자세한 내용은 문의해 주십시오. ○에도가와 하천 부지 그라운드 4월부터 11 월은 토요일, 일요일, 휴일	연말연시 (12월 28일~1월 4일) 휴장일·기간 ○하마초 운동장 매월 셋째 월요일 (휴일인 경우는 다음 날) ○쓰키시마 운동장 1월~2월 ○에도가와 하천 부지 그라운드 12 월 ~ 3 월

1

2

3

4

5

6

시설명·소재지 등		이용 시간	휴관일
테니스장	○도요미 테니스장 시설: 테니스장 4면 (모래가 섞인 인공 잔디) 소재지: 도요미초 3-19 (도요미 운동 공원 내) 전화: 3536-4017 ○가시와 학원 테니스장 시설: 테니스장 2면 (전천후형) 소재지: 지바현 가시와시 가시와 1236-1 전화: 04-7167-2270 ※이용에는 단체 이용 등록이 필요합니다. 문의: 스포츠과 체육시설계 (쥬오 구청) 전화: 3546-5529	○도요미 테니스장 4월~10월 오전 7시~오후 9시 11월~3월 오전 8시~오후 8시 ○가시와 학원 테니스장 4월~9월 오전 8시~오후 6시 10월~3월 오전 8시~오후 4시	○도요미 테니스장 연말연시 (12월 28일~1월 4일) ○가시와 학원 테니스장 연말연시 (12월 28일~1월 4일) 월~금요일 (휴일 제외) 및 학교 이용일
학교체육 시설	시설: 교바시 쓰키지 초등학교, 니혼바시 초등학교, 아리마 초등학교, 쓰키시마 다이니 초등학교, 쓰키시 마 다이산 초등학교, 긴자 중학교, 하루미 중학교, 니 혼바시 중학교 등 ※단체 이용 등록이 필요한 것과 개인 이용이 가능한 것이 있으므로, 문의해 주십시오. 문의: · 단체 이용 등록에 대해 스포츠과 체육시설계 (쥬오 구청) 전화: 3546-5529 · 개인 이용에 대해 스포츠과 스포츠 사업계 (쥬오 구청) 전화: 3546-5531	각 시설에 따라 이용 가능 한 요일, 시간, 종목이 다 르므로 자세한 내용은 문 의해 주십시오.	연말연시 (12월 26일~1월 7일)

1

2

3

4

5

6

●广场等（免费）

除一日野营场外，其他设施只要是在利用时间中，均可自由利用。

设施名称・地址等	利用时间	咨询处等
原则上以初中生以下的儿童为利用对象 a. 箱崎川第二公园内 地址：日本桥箱崎町 3-1 b. 菖蒲第二公园内 地址：日本桥中洲 13-1 c. 月岛第一儿童公园内 地址：月岛 4-2-1 d. 越前堀儿童公园内 地址：新川 1-12-1 e. 筑地川公园内 ※ 截至 2024 年 10 月 未开放 地址：明石町 10-2 f. 黎明桥公园内 地址：晴海 3-1-6	○箱崎川第二公园内 上午 7 点～晚上 8 点 ○菖蒲第二公园内 上午 7 点～晚上 8 点 ○月岛第一儿童公园内 上午 8 点～晚上 8 点 ○越前堀儿童公园内 星期一～五：上午 8 点～下午 8 点 星期六：上午 8 点～下午 6 点 星期日：上午 8 点 30 分～下午 6 点 ○筑地川公园内 上午 7 点～晚上 8 点 30 分 ○黎明桥公园内 上午 8 点～晚上 7 点	水与绿地课 公园河川系 （中央区政府） 电话：3546-5435
多功能广场 儿童利用优先 ○筑地川公园内 地址：明石町 10-2 ○晴海临海公园内 地址：晴海 2-4-27 ○丰海运动公园内 地址：丰海町 3-19	○筑地川公园内 上午 7 点～晚上 8 点 30 分 ○晴海临海公园内 上午 9 点～下午 6 点，平日及 年末年初（12 月 28 日～1 月 4 日）可以利用。 ○丰海运动公园内 上午 7 点～下午 6 点 平日及年末年初（12 月 28 日～1 月 4 日）可以利用。	水与绿地课 公园河川系 （中央区政府） 电话：3546-5435
冒险广场 ○晓公园内 地址：筑地 7-19-1 设置有轮胎、土管、猿人泰山索等游乐项目	上午 9 点～下午 5 点 （11 月 1 日～3 月 31 日期间 下午 4 点截止） 休息日：年末年初（12 月 29 日～1 月 3 日）	水与绿地课 绿化推进系 （中央区政府） 电话：3546-5434
玩水池 （幼儿用戏水场） ○铁炮洲儿童公园内 地址：湊 1-5-1 ○久松儿童公园内 地址：日本桥富泽町 16-6 ○月岛第二儿童公园内 地址：胜哄 1-9-8 ○越前堀儿童公园内 地址：新川 1-12-1	7 月上旬～9 月上旬 上午 10 点～下午 4 点 （中午～下午 1 点关闭）	水与绿地课 公园河川系 （中央区政府） 电话：3546-5435
一日野营场 利用需要事先申请 ○筑地川公园内 地址：明石町 10-2 申请处：筑地川第二停车场管理事务所 电话：3546-1505 ○丰海运动公园内 地址：丰海町 3-19 申请处：丰海区民馆 电话：3536-4005 ○滨町公园内 地址：日本桥滨町 2-59-1 申请处：综合体育中心 电话：3666-1501	上午 10 点～下午 6 点 休息日：年末年初（12 月 28 日～1 月 4 日），关于滨町公园内，除 了上述日期外，综合体育中心的 休馆日（每月第 3 个星期一）也 休息。	水与绿地课 绿化推进系 （中央区政府） 电话：3546-5434

1

2

3

4

5

6

●광장 등 (무료)

데이 캠핑장을 제외하고 이용 시간 중이면 자유롭게 이용할 수 있습니다.

시설명·소재지 등	이용 시간	문의처 등
원칙적으로 중학생 이하의 어린이가 이용 대상 ○하코자키가와 제2공원 내 소재지: 니혼바시 하코자키초 3-1 ○아야메 제2공원 내 소재지: 니혼바시 나카스 13-1 ○쓰키시마 제1아동 공원 내 소재지: 쓰키시마 4-2-1 ○에치젠보리 아동 공원 내 소재지: 신카와 1-12-1 ○쓰키지가와 공원 내※2024년 10월 현재 운영 중 소재지: 아카시초 10-2 ○레이메이바시 공원 내 소재지: 하루미 3-1-6	○하코자키가와 제2공원 내 오전 7시~오후 8시 ○아야메 제2공원 내 오전 7시~오후 8시 ○쓰키시마 제1아동 공원 내 오전 8시~오후 8시 ○에치젠보리 아동 공원 내 월~금요일: 오전 8시 ~ 오후 8시 토요일: 오전 8시 ~ 오후 6시 일요일: 오전 8시 30 분 ~ 오후 6시 ○쓰키지가와 공원 내 오전 7시~오후 8시30 분 ○레이메이바시 공원 내 오전 8시~오후 7시	물과 미도리의과 공원 하천 계 (휴오 구청) 전화: 3546-5435
어린이 이용이 우선 ○쓰키지가와 공원 내 소재지: 아카시초 10-2 ○하루미 임해 공원 내 소재지: 하루미 2-4-27 ○도요미 운동 공원 내 소재지: 도요미초 3-19	○쓰키지가와 공원 내 오전 7시~오후 8시30분 ○하루미 임해 공원 내 오전 9시~오후 6시 평일 및 연말연시(12월 28일~1월 4일) 이용 가능 ○도요미 운동 공원 내 오전 7시~오후 6시 평일 및 연말연시(12월 28일~1월 4일) 이용 가능	물과 미도리의과 공원 하천 계 (휴오 구청) 전화: 3546-5435
○아카쓰키 공원 내 소재지: 쓰키지 7-19-1 놀이 도구로 타이어, 토관, 타잔 로프 등이 설치	오전 9시~오후 5시 (11월1일~3월31일은 오후4시까지) 휴장일: 연말연시(12월 29일~1월 3일)	물과 미도리의과 녹화 추진 계 (휴오 구청) 전화: 3546-5434
○텃포즈 아동 공원 내 소재지: 미나토 1-5-1 ○히사마쓰 아동 공원 내 소재지: 니혼바시 도미자와초 16-6 ○쓰키시마 제2아동 공원 내 소재지: 가치도키 1-9-8 ○에치젠보리 아동 공원 내 소재지: 신카와 1-12-1	7월 초순~9월 초순 오전 10시~오후 4시 (단, 정오~오후 1시는 폐쇄)	물과 미도리의과 공원 하천 계 (휴오 구청) 전화: 3546-5435
이용 시에는 사전 신청 필요 ○쓰키지가와 공원 내 소재지: 아카시초 10-2 신청처: 쓰키지가와 제2주차장 관리 사무소 전화: 3546-1505 ○도요미 운동 공원 내 소재지: 도요미초 3-19 신청처: 도요미 구민관 전화: 3536-4005 ○하마초 공원 내 소재지: 니혼바시 하마초 2-59-1 신청처: 종합 스포츠 센터 전화: 3666-1501	오전 10시~오후 6시 휴장일: 연말연시(12월 28일~1월 4일) 하마초 공원 내에 대해서는 상기에 더해 종합 스포츠 센터의 휴관일(매월 세 번째 월요일)도 휴장	물과 미도리의과 녹화 추진 계 (휴오 구청) 전화: 3546-5434

1

2

3

4

5

6