

あらゆる世代に応じたスポーツ・健康のまちづくり

南相馬市 スポーツ施設 ガイドブック

INDEX 目次

● スポーツ施設一覧	P1
A 小高体育センター	P2
B 小高中部運動場	P2
C 小高片草運動場 (テニスコート・運動場)	P2
D 千倉体育館	P2
E 千倉グラウンド	P2
F 千倉テニスコート	P2
G 鹿島体育館	P2
H 前川原体育館	P3
I 前川原グラウンド	P3
J 楽天イーグルスみちのく鹿島球場 (みちのく鹿島球場)	P3
K 東武パークゴルフ場 (南相馬市パークゴルフ場)	P3
L 雲雀ヶ原陸上競技場	P3
M 夜の森公園テニスコート	P3

N まるさん・あったまるアリーナ (南相馬市スポーツセンター)	P4
O 南相馬市民プール	P4
P まるさん・あったまるスタジアム (南相馬市野球場)	P4
Q 南相馬市相撲場	P4
R 南相馬市サッカー場	P4
S 南相馬市テニスコート	P4
T 南相馬市弓道場	P5
U 柴町柔剣道場	P5
V 北新田運動場(第1・第2運動場)	P5
W 北新田野球場	P5
X 小川町体育館	P5
Y 南相馬市馬事公苑	P5

● スポーツ施設の利用方法	
1 スポーツ施設の利用料金	P6
2 スポーツ施設の利用申込	P7
3 スポーツ施設の個人利用日	P8
4 学校施設(体育館・校庭)一般利用	P8
5 レクリエーション用具の無料貸出	P8
6 スポーツ施設利用に関する免除制度	P8
7 トレーニングルームのご紹介	P9
8 交流センターのスポーツ活用	P9
9 スポーツ・運動が楽しめる主な公園等	P9
10 子どもが楽しんで運動できる屋内施設	P9
11 合宿等に関する支援制度	P10
12 ウォーキングを楽しむために	P10
13 サイクリングをはじめよう	P10

● スポーツ施設等一覧

地区等	小高区			鹿島区									原町区															その他の関連施設						
No.	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V-1	V-2	W	X	Y								
運動公園													原町運動公園										北新田運動公園											
施設名	小高体育センター	小高中部運動場	小高片草運動場（運動場・テニスコート）	千倉体育館	千倉グラウンド	千倉テニスコート	鹿島体育館	前川原体育館	前川原グラウンド	楽天イーグルスみちのく鹿島球場	東武パークゴルフ場	雲雀ヶ原陸上競技場	夜の森公園テニスコート	まるさん・あつたまるアリーナ	南相馬市民プール	まるさん・あつたまるスタジアム	南相馬市相撲場	南相馬市サッカー場	南相馬市テニスコート	南相馬市弓道場	栄町柔剣道場	北新田運動場（第1運動場）	北新田運動場（第2運動場）	北新田野球場	小川町体育館	南相馬市馬事公苑	萱浜ニースポーツ広場	真野川親水サイクリングロード	健康づくりトレーニングセンター スキット千倉	真野交流センター（体育館・グラウンド）	原町生涯学習センター	南相馬市健康福祉センター ゆらっと	小高交流センター	
主要競技	P2	P2	P2	P2	P2	P2	P2	P3	P3	P3	P3	P3	P3	P4	P4	P4	P4	P4	P4	P5	P5	P5	P5	P5	P5	P5								
野球					●				●	●						●								●						●				
少年野球					●				●												●	●		●						●				
ソフトボール					●				●													●		●						●				
サッカー																		●												●				
フットサル	●													●											●					●				
バスケットボール	●			●			●	●						●										●						●				
バレーボール	●			●			●	●						●										●						●				
バドミントン	●			●			●	●						●										●						●				
硬式テニス			●			●								●					●															
ソフトテニス	●		●			●							●	●					●															
卓球	●			●			●	●						●											●					●				
柔道																					●													
剣道														●								●												
弓道																				●														
相撲																	●																	
水泳														●																				
陸上競技												●																						
体操競技														●																				
トランポリン														●																				
馬術																										●								
ディスクゴルフ																										●								
パークゴルフ											●																							
グラウンドゴルフ		●	●						●														●					●		●				
ウッドゴルフ		●	●						●														●				●		●		●			
サイクリング																												●						
トレーニングルーム	●																												●		●	●	※	

A 小高体育センター

所在地	小高区関場一丁目77
問合せ先	0244-44-6092
施設概要	アリーナ(35m×24m) ・バレーボール2面 ・バドミントン4面 ・バスケットボール1面 ・卓球3台 トレーニングルーム
利用時間	9:00～21:00
休館日	年末年始(12/29～1/3)



B 小高中部運動場

所在地	小高区関場二丁目29
問合せ先	0244-44-6092
施設概要	多目的運動場1面 (4,251㎡) ・グラウンドゴルフほか
利用時間	9:00～17:00
休場日	年末年始(12/29～1/3)



C-1 小高片草運動場(多目的運動場)

所在地	小高区片草字南原46-1
問合せ先	0244-44-6092
施設概要	多目的運動場1面 ・グラウンドゴルフほか 駐車場 トイレ棟
利用時間	9:00～17:00
休場日	年末年始(12/29～1/3)



C-2 小高片草運動場(テニスコート)

所在地	小高区片草字南原46-1
問合せ先	0244-44-6092
施設概要	砂入り人工芝3面 (ナイター設備) 駐車場 トイレ棟
利用時間	9:00～21:00
休場日	年末年始(12/29～1/3)



D 千倉体育館

所在地	鹿島区鹿島字北千倉20
問合せ先	0244-46-1215
施設概要	アリーナ(32m×23m) ・バレーボール2面 ・バスケットボール1面 ・バドミントン3面 ・卓球4台
利用時間	9:00～21:00
休館日	年末年始(12/29～1/3)



E 千倉グラウンド

所在地	鹿島区鹿島字北千倉24-1
問合せ先	0244-46-1215
施設概要	多目的運動場(8,000㎡) ・ソフトボール2面 ・野球 ほか (ナイター設備)
利用時間	9:00～21:00
休場日	年末年始(12/29～1/3)



F 千倉テニスコート

所在地	鹿島区鹿島字北千倉24-1
問合せ先	0244-46-1215
施設概要	ハードコート2面 (ナイター設備)
利用時間	9:00～21:00
休場日	年末年始(12/29～1/3)



G 鹿島体育館

所在地	鹿島区横手字川原186-1
問合せ先	0244-46-1215
施設概要	アリーナ(35m×29m) ・バレーボール2面 ・バスケットボール1面 ・バドミントン6面 ・卓球5台 多目的ホール(131㎡)
利用時間	9:00～21:00
休館日	年末年始(12/29～1/3)



H 前川原体育館

所在地	鹿島区角川原字前川原69-1
問合せ先	0244-46-1215
施設概要	アリーナ(28m×20m) ・バレーボール2面 ・バスケットボール1面 ・バドミントン3面 ・卓球5台
利用時間	9:00～21:00
休館日	年末年始(12/29～1/3)



I 前川原グラウンド

所在地	鹿島区角川原字前川原69-1
問合せ先	0244-46-1215
施設概要	多目的運動場8,000㎡ ・ソフトボール2面 ・野球 ほか
利用時間	9:00～17:00
休場日	年末年始(12/29～1/3)



J 楽天イーグルスみちのく鹿島球場

所在地	鹿島区南右田字榎内146-1
問合せ先	0244-46-1215
施設概要	両翼100m、中堅122m 収容人員3,000人 ※NPB規格
利用時間	9:00～17:00
休場日	芝養生期間(12/1～3/12)



K 東武パークゴルフ場

所在地	鹿島区川子字大迫2
問合せ先	0244-46-1215
施設概要	6コース(54ホール) ※NPGA公認 管理棟 東屋 トイレ棟
利用時間	4～9月 9:00～17:00 10～3月 9:00～16:00
休場日	年末年始(12/29～1/3)



L 雲雀ヶ原陸上競技場

所在地	原町区中太田字天狗田96
問合せ先	0244-22-8951
施設概要	400mトラック(全天候型) フィールド(天然芝) ※JAFF第3種公認 管理棟
利用時間	9:00～17:00
休場日	年末年始(12/29～1/3) 投てき競技(12/1～3/12) ※芝養生期間



M 夜の森公園テニスコート

所在地	原町区三島町一丁目88
問合せ先	0244-22-8951
施設概要	クレイコート5面 (グリーンサンド) 管理棟
利用時間	9:00～17:00
休場日	年末年始(12/29～1/3)



N まるさん・あったまるアリーナ

所在地	原町区桜井町二丁目200
問合せ先	0244-22-8951
施設概要	アリーナ(46m×42m) ・バスケットボール2面 ・バレーボール2面 ・バドミントン10面 ・卓球26台 多目的室、会議室 空調設備(アリーナ,2階席)
利用時間	9:00~21:00
休館日	毎月第一月曜日 年末年始(12/29~1/3)



O 南相馬市民プール

令和6年4月オープン

所在地	原町区桜井町二丁目166
問合せ先	0244-26-9380
施設概要	屋内温水型プール 25mプール(8コース) 幼児用プール 採暖室
利用時間	10:00~20:30
休館日	毎週水曜日 年末年始(12/29~1/3)



P まるさん・あったまるスタジアム

所在地	原町区桜井町二丁目252
問合せ先	0244-22-8951
施設概要	両翼100m、中堅119m 収容人員 5,000人 (ナイター設備)
利用時間	9:00~21:00
休場日	芝養生期間(12/1~3/12)



Q 南相馬市相撲場

所在地	原町区桜井町二丁目333
問合せ先	0244-22-8951
施設概要	屋外土俵(屋根付)1面 更衣室 トイレ シャワー室
利用時間	9:00~21:00
休館日	年末年始(12/29~1/3)



R 南相馬市サッカー場

所在地	原町区高見町一丁目5
問合せ先	0244-22-8951
施設概要	天然芝コート1面 (70m×105m)
利用時間	9:00~17:00
休場日	芝養生期間(12/1~3/12)



S 南相馬市テニスコート

所在地	原町区高見町一丁目5
問合せ先	0244-22-8951
施設概要	砂入り人工芝14面 (ナイター設備) 管理棟
利用時間	9:00~21:00
休館日	年末年始(12/29~1/3)



T 南相馬市弓道場

所在地	原町区三島町一丁目67-1
問合せ先	0244-22-8951
施設概要	6人立射場 会議室 練習場 更衣室
利用時間	9:00～21:00
休館日	年末年始(12/29～1/3)



U 栄町柔剣道場

所在地	原町区栄町二丁目42
問合せ先	0244-22-8951
施設概要	柔道場(96畳) 剣道場(19m×20m) 講和室 更衣室 空調設備
利用時間	9:00～21:00
休館日	年末年始(12/29～1/3)



V-1 北新田運動場(第1運動場)

所在地	原町区北新田字諏訪231-1
問合せ先	0244-22-8951
施設概要	少年野球2面 ソフトボール2面 (157m×78m) 管理棟 トイレ棟
利用時間	9:00～17:00
休場日	年末年始(12/29～1/3)



V-2 北新田運動場(第2運動場)

所在地	原町区北新田字諏訪68-1
問合せ先	0244-22-8951
施設概要	多目的運動場1面(7,758㎡) ・グラウンドゴルフほか
利用時間	9:00～17:00
休館日	年末年始(12/29～1/3)



W 北新田野球場

所在地	原町区北新田字諏訪241-7
問合せ先	0244-22-8951
施設概要	両翼85m、中堅90m 手洗い場 トイレ棟
利用時間	9:00～17:00
休館日	年末年始(12/29～1/3)



Y 南相馬市馬事公苑

所在地	原町区片倉字畦原4-1
問合せ先	0244-22-8951
施設概要	障害馬術馬場、 馬場馬術馬場、覆馬場、 走路、直線坂路、厩舎、 馬洗場、宿舎、管理棟 ディスクゴルフ(27ホール) ※JPDGA公認
利用時間	4～6月 5:00～18:00 7～9月 5:00～19:00 10～12月 6:00～17:00 1～3月 6:30～17:00
休館日	毎週月曜日 年末年始(12/29～1/3)



X 小川町体育館

所在地	原町区小川町322-1
問合せ先	0244-22-8951
施設概要	アリーナ(35m×30m) ・バスケットボール2面 ・バレーボール2面 ・バドミントン6面 ・卓球10台 多目的ホール(142㎡)
利用時間	9:00～21:00
休館日	年末年始(12/29～1/3)



スポーツ施設の利用料金

No.	施設名		区分	基本施設利用料金/時間		照明料金 /時間		個人利用料金/時間				
				市内	市外			大人	高校生	小中学生		
A	小高体育センター	アリーナ	全面	1,140円	1,710円	—	—	100円	50円	20円		
		半面	570円	850円								
		トレーニング室 ※中学生以上		—	—	—	—	100円	50円	20円		
B	小高中部運動場			無料	630円	—	—	—	—	—		
C	小高片草運動場	多目的運動場 テニスコート		無料 1,050円	630円 1,570円	— 1時間	— 200円	— 200円	— 100円	— 50円		
D	千倉体育館	アリーナ	全面	1,140円	1,710円	—	—	100円	50円	20円		
			半面	570円	850円							
E	千倉グラウンド			無料	630円	30分	1,050円	—	—	—		
F	千倉テニスコート		1面	1,050	1,570円	1時間	200円	200円	100円	50円		
G	鹿島体育館	アリーナ	全面	1,140円	1,710円	—	—	100円	50円	20円		
		半面	570円	850円								
		多目的ホール		210円	310円	—	—	—	—	—		
H	前川原体育館		全面	1,140	1,710円	—	—	100円	50円	20円		
			半面	570	850円							
I	前川原グラウンド			無料	630円	—	—	—	—	—		
J	楽天イーグルスみちのく鹿島球場 (みちのく鹿島球場)			700円	1,050円	—	—	—	—	—		
K	東武パークゴルフ場 (南相馬市パークゴルフ場)			—	—	—	—	500円	250円	250円		
L	雲雀ヶ原陸上競技場			520円	780円	—	—	100円	50円	20円		
M	夜の森公園テニスコート		1面	260円	390円	—	—	100円	50円	20円		
N	まるさん・あったまるアリーナ (南相馬市スポーツセンター)	アリーナ	全面	1,890円	2,830円	—	—	100円	50円	20円		
			半面	940円	1,410円							
				630円	940円						—	—
				230円	340円						—	—
		多目的室		170円	250円	—	—	—	—	—		
		会議室				—	—	—	—	—		
O	南相馬市民プール		1コース	1,250円	1,870円	—	—	500円	200円	100円		
P	まるさん・あったまるスタジアム (南相馬市野球場)			520円	780円	全灯 半灯	6,940円 3,470円	—	—	—		
Q	南相馬市相撲場			710円	1,060円	—	—	110円	60円	30円		
R	南相馬市サッカー場			1,050円	1,570円	—	—	—	—	—		
S	南相馬市テニスコート		1面	1,050円	1,570円	1時間	200円	200円	100円	50円		
T	南相馬市弓道場			520円	780円	—	—	100円	50円	20円		
U	栄町柔剣道場	講和室	前面	1,050円	1,570円	—	—	100円	50円	20円		
			半面	520円	780円	—	—					
		柔剣道場	前面	1,050円	1,570円	—	—	100円	50円	20円		
			半面	520円	780円	—	—					
V	北新田運動場	第1運動場	前面	630円	940円	—	—	—	—	—		
			半面	310円	460円							
			第2運動場	前面	420円	630円	—	—	100円	50円	20円	
		半面	210円	310円								
W	北新田野球場			520円	780円	—	—	—	—	—		
X	小川町体育館	アリーナ	前面	1,140円	1,710円	—	—	100円	50円	20円		
		半面	570円	850円								
		多目的ホール		210円	310円	—	—	—	—	—		
Y	南相馬市馬事公苑	馬場(全面)	1日	50,970円		—	—	200円 /2時間	100円 /2時間	※学生以下		
			半日	25,480円		—	—					
		障害馬術馬場	1日	16,310円		—	—					
			半日	8,150円		—	—					
		馬場馬術馬場	1日	16,310円		—	—					
			半日	8,150円		—	—					
		走路	1日	16,310円		—	—					
			半日	8,150円		—	—					
		直線坂路	1日	16,310円		—	—					
			半日	8,150円		—	—					
		野外走路	1日	16,310円		—	—					
			半日	8,150円		—	—					
覆馬場	1日	16,310円		全灯	400							
	半日	8,150円		半灯	200							

※スポーツ競技以外の利用または営利目的の場合を除く

スポーツ施設の利用申込

● 受付窓口で直接申し込む場合



スポーツ施設利用

- ① 利用施設の受付窓口で施設の予定表を確認します。
- ② 利用者登録を行います(初回のみ)。
- ③ 利用許可申請書を提出し、利用料金を支払います。
- ④ 施設利用後、利用報告を行います。なお、利用報告の方法は施設により異なりますので、各施設の受付窓口にお問い合わせください。

● インターネットから申し込む(仮予約) 場合

お持ちのパソコン・スマートフォン等から施設の空き照会、仮予約等を行うことができます。
ご利用にあたっては、事前に「利用者登録」の手続きが必要です。

- ① 利用施設の受付窓口で利用者登録を行います(初回のみ)。
- ② 「公共施設予約システム(インターネット)」を利用し、利用する施設・日時を**仮予約**します。
- ③ 利用施設の受付窓口で**本予約**(利用許可申請書の提出、利用料金の支払い)をします。
※仮予約後、7日以内に各受付窓口で本予約を行わない場合、仮予約は自動的にキャンセルになります。
- ④ 施設利用後、利用報告を行います。なお、利用報告の方法は施設により異なりますので、各施設の受付窓口にお問い合わせください。
※「公共施設予約システム」から仮予約ができない施設については、電話または受付窓口で仮予約申請を受け付けます。この場合も、事前に「利用者登録」の手続きが必要です。

スポーツ施設予約システム対象施設一覧

地区	施設名	予約システム 対象施設	受付窓口	
			指定管理者	連絡先
小高区	小高体育センター	○	浮舟うきうきクラブ 小高体育センター内 (小高区関場一丁目77)	Tel 0244-44-6092
	小高中部運動場	○		
	小高片草運動場(多目的運動場)	○		
	小高片草運動場(テニスコート)	○		
鹿島区	千倉体育館	○	かしま元気スポーツクラブ 千倉体育館内 (鹿島区鹿島字北千倉20)	Tel 0244-46-1215
	千倉グラウンド	○		
	千倉テニスコート	○		
	前川原体育館	○		
	前川原グラウンド	○		
	鹿島体育館	○		
	楽天イーグルスみちのく鹿島球場 (みちのく鹿島球場)	○		
	東武パークゴルフ場 (南相馬市パークゴルフ)	事前予約 なし	(株)東武 東武パークゴルフ場内 (鹿島区川子字大迫2)	Tel 0244-46-1521
原町区	雲雀ヶ原陸上競技場	窓口・電話	太田・大甕スポーツクラブ まるさん・あったまるアリーナ内 (原町区桜井町二丁目200)	Tel 0244-22-8951
	夜の森公園テニスコート	○		
	南相馬市テニスコート	○		
	まるさん・あったまるアリーナ (南相馬市スポーツセンター)	○		
	まるさん・あったまるスタジアム (南相馬市野球場)	○		
	南相馬市相撲場	窓口・電話		
	南相馬市サッカー場	○		
	南相馬市弓道場	○		
	栄町柔剣道場	窓口・電話		
	北新田運動場(第1運動場)	○		
	北新田運動場(第2運動場)	○		
	北新田野球場	○		
	小川町体育館	○		
	南相馬市馬事公苑	窓口・電話		
	南相馬市民プール	窓口・電話	(株)フクシ・エンタープライズ 南相馬市民プール内 (原町区桜井町二丁目166)	Tel 0244-26-9380

※利用施設によってはシステムから予約ができない施設があります。詳細は各施設の指定管理者にお問い合わせください。

3 スポーツ施設の個人利用日

個人利用日は、施設の予約をせずに利用時間の区分ごとに卓球やバドミントンの利用ができます。利用する際は、直接施設にお越しください。なお、各種大会等の利用がある場合は、個人利用日は中止または時間短縮となります。

● 千倉体育館

所 鹿島区鹿島字北千倉20

Tel 0244-46-1215

個人開放日：毎週火曜日（9時～17時）※3区分

● まるさん・あったまるアリーナ

所 原町区桜井町2-200

Tel 0244-22-8951

個人開放日：毎週火・水曜日（9時～21時）※5区分

● 利用料金：大人100円、高校生50円、小中学生20円

※市内の小中学校及び高校に通学する児童・生徒は無料

4 学校施設（体育館・校庭）の一般利用

市内小中学校の校庭や体育館を学校教育に支障のない範囲でスポーツ活動等に一般開放しています。

● 利用手続きについて

①利用団体の登録手続きを行います。

※団体規約等を添付

●受付窓口：南相馬市教育委員会 教育総務課

②登録団体が施設を利用するときは、3日前までに利用する学校に申請書と使用料（利用券）を納入し、許可を受けてください。

※利用券は、南相馬市教育委員会教育総務課または鹿島生涯学習センターでご購入ください。

③施設利用後に、管理人へ利用報告書を提出してください。

● 団体登録手続き・各種問合せ

南相馬市教育委員会 教育総務課

所 原町区本町2-27（南相馬市市役所 本庁舎2階）

Tel 0244-24-5282

5 レクリエーション用具の無料貸出

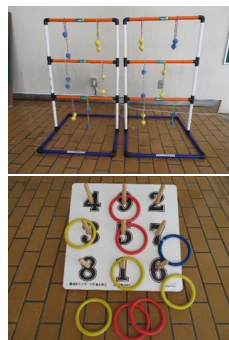
ニュースポーツの普及、生涯スポーツの推進を目的として、市民の皆さんが気軽にニュースポーツやレクリエーション活動を楽しめるよう、市内各種団体等に無料で用具の貸し出しを行っています。市内で開催するスポーツイベント、スポーツ交流会等でぜひご活用ください。

対象団体：市内の各種団体、行政区等

貸出期間：1週間以内

● 貸し出し用品

- ・カーリンコン
- ・ディスクキャッチャー
- ・ボッチャ
- ・スカットボール
- ・ラダーゲッター
- ・公式ワナゲ
- ・フロアホッケー
- ・スナッグゴルフ



● お申込み・問い合わせ先

南相馬市 スポーツ推進課
（南相馬市スポーツ推進委員会事務局）

所 原町区小川町322-1（原町保健センター2階）

Tel 0244-24-5280

6 スポーツ施設利用に関する免除制度

● 子どものスポーツ施設利用

子どもの利用に係る市内スポーツ施設の利用料金を免除しています。

対象施設：市内スポーツ施設（馬事公苑を除く）

対象者：①市内の小中学校及び高校に通学する児童・生徒

②市内に住所を有する18歳以下の方

③震災・原発事故により被災し、市外から市内に避難している18歳以下の方

免除期間：令和9年3月31日まで

● 障がい者のスポーツ施設利用

障がい者の利用に係る市内スポーツ施設の利用料金を免除しています。

対象施設：市内スポーツ施設

個人利用の場合：

身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方。

手帳に「第1種」または「1級」の記載のある方は、介護者1名にも適用されます。

団体利用の場合：

身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方が半数以上となる場合。

ただし、営利・営業上の目的で利用する場合は適用されません。

7 トレーニングルームのご紹介

筋力トレーニング、有酸素運動、ストレッチなどができるマシンを備えています。筋力アップや健康づくりなど、さまざまな用途で効率的なトレーニングができますので、気軽にご利用ください。

● 健康づくりトレーニングセンター スキット千倉

所 鹿島区鹿島字北千倉24-1
Tel 0244-26-6811

● 原町生涯学習センター

所 原町区小川町322-1
Tel 0244-24-5322

● 健康福祉センター ゆらっと

所 原町区小川町668-1
Tel 0244-26-5711

● 小高体育センター

所 小高区関場1-77
Tel 0244-44-6092

● 小高交流センター

所 小高区本町2-28
Tel 0244-32-1124

8 交流センターのスポーツ活用

体育館やグラウンド、多目的室等でスポーツや健康体操などの運動が楽しめます。利用方法等の詳細については、市ホームページで確認または指定管理者にお問い合わせください。

● 真野交流センター

所 鹿島区小島田字原畑4（真野小学校跡地）
Tel 0244-26-7021

指定管理者：㈱東武（原町区本陣前2-51）

施設内容：体育館、グラウンド、多目的室

● かしま交流センター

所 鹿島区横手字川原186-1
Tel 0244-46-5117

施設内容：大ホール など

● 小高交流センター

所 小高区本町2-28
Tel 0244-32-1124

施設内容：あそびばラシクル（多世代交流施設）、
エクササイズエリア、
トレーニングエリア

9 スポーツ・運動が楽しめる主な公園等

● 萱浜ニュースポーツ広場

所 原町区萱浜字巢掛場45-77
グラウンドゴルフ、ウッドゴルフ

● 北新田運動公園

所 原町区北新田字諏訪241-5
多目的広場（少年野球、グラウンドゴルフ等）

● 原町運動公園

所 原町区桜井町2-318-1
トリムコース

● 高見公園

所 原町区高見町2-22-1
健康遊具、ウォーキング

● 北泉海浜総合公園

所 原町区北泉字地藏堂
散策路、丘の広場、わんぱく広場、わんぱく城

● 東ヶ丘公園

所 原町区牛来字出口61-12
あそびの広場、ウォーキング

10 子どもが楽しんで運動できる屋内施設

● 子どもの遊び場「NIKOパーク」

所 小高区関場1-1
Tel 0244-44-2215

● かしまわんぱく広場

所 鹿島区鹿島字北千倉24-1
屋内広場（屋根付き全面人工芝）

● わんぱくキッズ広場

所 原町区高見町2-22
屋内広場（屋根付き全面人工芝）



11 合宿等に関する各種支援

南相馬市は、年間の平均気温は約12℃前後で、夏でも比較的涼しく、冬は温暖で雪がほとんど降らないため、一年を通してスポーツ活動に適した環境です。

また、冷暖房完備のまるさん・あったまるアリーナ（南相馬市スポーツセンター）のほか、14面もの広さを誇る南相馬市テニスコートなど、スポーツ施設が充実しています。

● 南相馬市スポーツ合宿支援事業

スポーツ合宿支援として最大30万円を助成！

市では、スポーツを通じた交流人口の拡大及び地域の活性化を図るため、南相馬市内のスポーツ施設等及び宿泊施設を利用してスポーツ合宿を実施する市外の団体を対象に、宿泊費用の一部を助成します。

対象団体：南相馬市外の小中学校、高校、大学等の児童生徒・学生または社会人で構成された団体の選手・指導者等

助成条件：①市内のスポーツ施設等を利用
②南相馬市旅館ホテル組合または農家民宿かあちゃんの会に加盟する宿泊施設を利用
③延べ宿泊者数が10人泊以上

助成金額：①合宿期間中にスポーツ交流事業を行う場合
3,000円/1泊/1人 ※上限額30万円
②市内に宿泊してスポーツ合宿を行う場合
2,000円/1泊/1人 ※上限額20万円

● スポーツ施設利用料金の減免措置

スポーツ施設の利用料金が全額減免！

市外のスポーツ団体や小中学校、高校、大学等のチームが、練習会や合宿等で市内のスポーツ施設を利用し、かつ、市内の旅館・ホテルに10人以上で宿泊する場合、スポーツ施設の基本施設利用料金を全額免除します。

※一部施設を除きます。

● お申込み・問い合わせ先

【スポーツ施設】

各施設の指定管理者へお気軽にご相談ください。

【スポーツ合宿支援制度】

南相馬市 スポーツ推進課

所 原町区小川町322-1(原町保健センター2階)

Tel 0244-24-5280

12 ウォーキングを楽しむために

ウォーキングは、酸素を体に取り入れながら行う有酸素運動のひとつです。道具を必要とせず、年齢や体調に合わせて無理なく手軽に行うことができます。



13 サイクリングをはじめよう

サイクリングはウォーキングやランニングと同様に、一定時間・一定距離自転車をこぎ続けることで有酸素運動になります。長距離を移動するため有酸素運動で体脂肪燃焼が期待できるほか、筋持久力や心肺機能の向上などの健康効果が期待できます。

子どもから大人まで誰もが気軽に楽しめる運動なので、サイクリングにさっそく挑戦してみませんか？



鹿島サイクリングマップ

