

令和8年度 第19回 秋田県武道まつり

- 令和9年1月11日(月・祝)
- 会場: 県立武道館 大道場
- 10:00~14:00
- 入場無料

武道を広く県民に紹介し、理解を深めていただくことを目的に、県内武道(術)連盟が模範演武や稽古風景を披露します。演武披露後には大人から子どもまで、どなたでも武道(術)を体験することができます。



県立体育館

坐禅会

年間2回 10~3月はうち1回開催 一般

坐禅を通じ、社会や時間にとらわれることなく、日々のストレスから解放されるとともに、揺るぎない心の安定と安らかさを成し遂げる。

開催日: 10月9日(金)
申込期間: 9月9日(水)~
受付方法: ホームページ
時間: 19:00~20:00
参加料: 500円
定員: 35名
講師: 曹洞宗秋田県宗務所・禅センター



フェイクスイーツ教室

年間3回 10~3月はうち1回開催 小学生以上

フェイクスイーツとは、粘土などの材料を使って作る本物そっくりのお菓子。完成まで講師が丁寧に指導します。

開催日: 12月27日(日)
申込期間: 11月27日(金)~
受付方法: ホームページ
時間: 10:00~12:00
参加料: 1人1,100円※別途材料費
定員: 2名×6組(計12名)
講師: 佐藤 加奈子
(フェイクスイーツ教室「aiueo」)



※令和8年8月開催時の作品

県立武道館

書道教室

全6回 小学生~一般

基本的な筆使いから書の古典の臨書、実用書まで個々の指導で無理なく上達できます。

開催時期: 水曜日開催
11月4日、11日、25日
12月2日、9日、16日
申込期間: 9月28日(月)~
受付方法: ホームページ、電話
時間: 13:30~15:30
参加料: 3,700円
定員: 20名
講師: 黒木 天籟(てんしょう)
(魁展無鑑査)



※掲載している教室や大会等の内容に変更が生じる場合があります。その他、詳しくは各受付までお問い合わせいただくか、ウェブサイトをご覧ください。

令和8年度 秋・冬号

「スポーツの日」施設無料開放 10月12日(月・祝)

県立総合射撃場(ビーム射撃) 当日は、混雑する可能性がありますので、電話で予約をお願いします。 ※保険料40円がかかります。	9:00~17:00 (受付16:00まで)	県立総合プール 50M、25M、トレーニングルーム	10:00~17:00
県立中央公園 ○予約が必要な施設(1団体4時間まで) ・投てき場・ハードコート・野球場・野球広場・アリーナ ○個人利用可能施設 ・陸上競技場・補助陸上競技場・トレーニングルーム・フィールドアスレチック	9:00~17:00 フィールドアスレチックのみ 9:30~16:00 (受付は15:00まで)	県立向浜運動広場 テニスコート (事前予約制、1団体2コート・2時間まで)	9:00~17:00
		県立武道館 個人利用無料(大道場・小道場・柔道場(午後のみ)・剣道場・近代的弓道場・遠的弓道場・相撲場・屋外相撲場) ※要予約	9:00~17:00 (柔道場のみ 13:00~17:00)

イベント

県立スケート場



「オープンサービスデー」

10/25 日曜日
9:30~17:00
(入場は16:30まで)

皆様にスケートを楽しんでもらうために、今シーズンのオープンに合わせ、小中学生滑走料無料のサービスデーを開催します。

「クリスマスフェスティバル」

12/26 土曜日
9:30~17:00
(入場は16:30まで)

スケートを楽しみながら参加していただける、各種イベントを用意して皆様のご来場をお待ちしています。

「バレンタインイベント」

令和9年 2/14 日曜日
9:30~17:00
(入場は16:30まで)

各種イベントやバレンタインプレゼントをご用意して、皆様のご来場をお待ちしております。

「ファイナルサービスデー」

令和9年 3/22 月曜日・祝日
9:00~17:00
(入場は16:30まで)

今シーズン営業終了日に来場者プレゼントなどをご用意して、皆様のご来場をお待ちしております。

射撃場 秋季家族対抗 ビームライフル射撃大会

ゲーム感覚でチャレンジできる、ご家族等2人1組の合計点で競うビームライフル射撃大会です。上位には賞状と記念品を贈呈します。同点決勝は見る方にもドキドキです!

11/15 日曜日
申込期間: 10月1日(木)~11月8日(木)
受付方法: 電話(0184-73-3900)
対象: おおむね小学4年生以上、チーム内の1人は小中学生必須

時間: 9:00~12:00
回数: 1回
参加料: 1チーム(2名)1,000円
定員: 20組(40名)



中央公園 県立中央公園「冬まつり」

令和9年 1/17 日曜日
スノーモービルそりや除雪ドーザーの乗車体験など、楽しく遊び、学べるイベントを開催します。冬の思い出づくりにぜひご参加ください。

時間: 9:30~15:00
問い合わせ先: 電話(018-886-3131)



中央公園 第3回 中央公園 ハルノ市

令和9年 3/27-28 土曜日・日曜日
春をテーマに県内外の作家の皆様が心を込めて制作した服飾・装飾品・絵・器・菓子類をスカイドームにて展示販売します。

時間: 27日(土)10:00~16:00
28日(日)10:00~15:00
問い合わせ先: 電話(018-886-3131)



山形交響楽団 特別公演 in ミルハス

開催日: 12月6日(日)
開場 13:15 / 開演 14:00
料金: S席 5,500円、A席 4,500円、B席 3,500円、高校生以下 1,500円
指揮: 佐々木 新平(秋田市出身)
ピアノ: 牛田 智大
管弦楽: 山形交響楽団
※詳細は決まり次第、ミルハスHPに掲載します。

ミルハス 大いなる秋田定期公演 ~吹奏楽と合唱のつどい~

開催日: 12月27日(日)
開場 13:15 / 開演 14:00

※詳細は決まり次第、ミルハスHPに掲載します。



あなたの笑顔をサポートします!
一般財団法人 秋田県総合公社

〒010-1623
秋田市新屋町字砂奴寄4-6
<https://www.akisouko.com/>



県立体育館

駐車場について

新県立体育館の工事に伴い、現体育館敷地内駐車場に制限が生じています。竿灯大通りからの進入不可、駐車場への進入口が1か所になったことにより、駐車場への出入りがしにくい、場内での車のすれ違いがしにくい場合があります。

ヨガ

一般

●ゆっくりかんたんヨガ

難しいポーズ無し。ヨガの基本的な動きで体の機能性、柔軟性を高めます。心身ともにリラックス効果が得られます。

開催時期 水曜日開催
【10月】7日 【11月】11日 【12月】2日 【1月】13日
【2月】3日 【3月】10日

申込期間 随時

受付方法 ホームページ

時間 13:30～14:30

回数 6回

参加料 1回800円
(ヨガマット貸出別途50円)

定員 12名

講師 三浦 みつ枝 (タイ式ヨガ ルーシーダットン インストラクター)



●パワーヨガ

ダイナミックなポーズや少しきついポーズの動きを取り入れた現代人のライフスタイルに合わせたヨガ。

開催時期 水曜日開催
【10月】14日 【11月】18日 【12月】19日 【1月】20日
【2月】17日 【3月】17日

申込期間 随時

受付方法 ホームページ

時間 13:30～14:30

回数 6回

参加料 1回800円
(ヨガマット貸出別途50円)

定員 12名

講師 三浦 みつ枝
(タイ式ヨガ ルーシーダットン インストラクター)



●ルーシーダットン

タイに古くから伝わる日本のラジオ体操のような伝統的な健康法。

開催時期 水曜日開催
【10月】28日 【11月】25日 【12月】16日 【1月】27日
【2月】24日 【3月】24日

申込期間 随時

受付方法 ホームページ

時間 13:00～14:30

回数 6回

参加料 1回800円
(ヨガマット貸出別途50円)

定員 12名

講師 三浦 みつ枝
(タイ式ヨガ ルーシーダットン インストラクター)



●一般開放(スポーツを楽しむ日)

個人利用のため県立体育館を一般開放しています。気軽にスポーツをお楽しみください。

時間帯	
【火曜日】 10時～13時、13時30分～16時30分、17時～20時	
【木曜日】 17時～20時	
活動種目	
・バスケットボール ・ジョギング	・バドミントン ・ウォーキング ・卓球 ・ミニテニス

(※入場の際は、内履きをご持参ください。)

	開放日	
10月	6日(火)、8日(木)、13日(火)、15日(木)、20日(火)、27日(火)	
11月	5日(木)、10日(火)、12日(木)、17日(火)、24日(火)、26日(木)	
12月	1日(火)、3日(木)、8日(火)、10日(木)、15日(火)、17日(木)、22日(火)、24日(木)	
1月	5日(火)、7日(木)、12日(火)、14日(木)、19日(火)、21日(木)、26日(火)、28日(木)	
2月	2日(火)、4日(木)、9日(火)、16日(火)、18日(木)	
3月	2日(火)、4日(木)、9日(火)、11日(木)、16日(火)、18日(木)、23日(火)、30日(火)	
使用料	小・中学生 60円 高校・大学生 140円 一般 270円	

※特別な事情により日程が変更となる場合があります。

※保護者の同伴がない小・中学生は、19時までのご利用とさせていただきます。

貯筋クラブ

60歳以上
※60歳未満の参加希望者は
応相談

椅子を活用し安全に筋トレ、リズム体操で脂肪燃焼、しっかりストレッチで血流UPで疲労回復までおこなうシニアにやさしい運動講座です。

開催時期 水曜日開催
【10月】7、21、28日 【11月】4、18、25日 【12月】2、16、23日
【1月】6、20、27日 【2月】3、17、24日 【3月】3、17、24、31日

申込期間 随時

受付方法 ホームページ

時間 10:30～11:30

回数 19回

参加料 1回800円

定員 30名

講師 三浦 麻衣子
(健康運動指導士、JATI-ATI)
登藤 裕光(健康運動指導士)



シニアからはじめる ヒップホップ

60歳以上
※60歳未満の参加希望者は
応相談

「若者向けのダンス」といったイメージがあるヒップホップですが、シニア世代にも大人気です。入門クラスなのでダンス初心者の方大歓迎！まずは音楽を楽しみながら気持ちよく体を動かしましょう。

開催時期 月曜日開催
【10月】5、19、26日 【11月】9、16、30日 【12月】7、14、21、28日
【1月】4、18、25日 【2月】1、8、15、22日 【3月】1、8、15日

申込期間 随時

受付方法 ホームページ

時間 11:00～12:00

回数 20回

参加料 1回800円

定員 10名

講師 MEGUMI(フリーインストラクター)



シニアボクシングエクササイズ & エアロ

60歳以上
※60歳未満の参加希望者は
応相談

音楽に合わせて動く有酸素運動です。パンチやキックで筋力アップ、簡単エアロで脂肪燃焼、ダブルの効果！(グローブやサンドバッグは使いません)

開催時期 火曜日開催
【10月】6、13、20、27日 【11月】10、17、24日 【12月】1、8、15、22日
【1月】5、12、19、26日、【2月】2、9、16日 【3月】2、9、16、23、30日

申込期間 随時

受付方法 ホームページ

時間 13:30～14:30

回数 23回

参加料 1回800円

定員 15名

講師 安田 みどり(エアロピクスインストラクター)
JHCA認定フィジカルコンディショナー
JCCA認定ひめトレインストラクター)



ノルディックウォーキング

小学生以上
身長140cm～185cmの方

専用のポールを使って行うウォーキングです。全身の90%の筋肉を使うため、通常のウォーキングに比べ、高い運動効果が期待できます。

開催日 10月14日(水)

申込期間 8月3日(月)～

受付方法 ホームページ

時間 10:00～(90～120分程度)

回数 年間8回(10～3月はうち1回開催)

参加料 各回500円

定員 15名

講師 公社社員
(特定非営利活動法人日本ノルディック
ウォーキング協会公認インストラクター)



問い合わせ先

県立総合プール ☎018-895-5056



秋田市新屋町字砂奴寄4-6

平日の日中に、水中ウォーキングを楽しむ方々が増えていきます。夜8時まで入場可能(日曜・祝日除く)。仕事帰りに、泳ぐもよし、ウォーキングするもよし。

県立スケート場 ☎018-863-1241



秋田市新屋町字砂奴寄2-2

冬季間の体力作りやレクリエーションにピッタリ。初心者向けから上級者向けまで各種教室も充実。屋内で雪遊びができる広場もあります(12月上旬～3月上旬・利用無料)。

県立総合射撃場 ☎0184-73-3900

狩猟技術訓練施設 ☎0184-74-3004



由利本荘市岩城道川字新田沢43

【ライフル射撃場】

東北で唯一平日の日中でも射撃ができるライフル射撃場です。許可を必要とする銃による射撃のほか、誰でも出来るピーム射撃を通じて射撃の面白さと難しさを体験してみませんか。射撃場スタッフが丁寧に指導します。

【狩猟技術訓練施設】

そびえたつグリーンにネットに囲まれた、全国3例目の先進施設です。最新の環境で狩猟の腕を磨きませんか。

MAP



県立体育館 ☎018-862-3782



秋田市八橋運動公園1-12

各種スポーツ大会・行事の主要会場として多くの県民に親しまれております。各種教室、一般開放も行っております。ぜひご利用ください。

※新県立体育館の工事に伴い、現体育館敷地内駐車場に制限が生じています。竿灯大通りからの進入不可、駐車場への進入口が1か所になったことにより、駐車場への出入りがしにくい、場内での車のすれ違いがしにくい場合があります。

MAP



県立武道館 ☎018-862-6651



秋田市新屋町字砂奴寄2-2

大道場、小道場、柔道場、剣道場、弓道場、相撲場がご利用いただけます。大道場や小道場はイベントなど多目的な利用も可能です。貸切のほか個人でもご利用できますので、お気軽にお問い合わせください。

県立中央公園 ☎018-886-4141



秋田市雄和椿川字駒坂台4-1

中央公園では、雪のある冬でもスカイドーム(屋根付きグラウンド)でのサッカーやソフトボール、グラウンドゴルフなどのスポーツが楽しめるほか、バスケットコートが4面とれるアリーナや陸上競技場の屋内練習場が利用できます。事務所に問い合わせください。

MAP



あきた芸術劇場ミルハス ☎018-838-5822



秋田市千秋明徳町2-52

「あきた芸術劇場ミルハス」には2,007席の大ホール、800席の中ホール、リハーサル室も兼ねた2つの小ホールのほか、各種研修室や練習室もございます。練習室や研修室等は個人の方でもご利用できますので、お気軽にお問い合わせください。

総合プール

施設探検ツアー

全1回

普段見ることができないプールの裏側を探検しに行こう！

開催日 令和9年1月下旬
(決まり次第、HPに掲載します)

時間

申込期間

対象 小学生以上

受付方法 電話(018-895-5056)
または受付窓口にて

参加料 200円

定員 20名



アンケート協力をお願い

お客様のご意見・ご要望を施設の運営に活かしていくため、アンケートを実施しています。右記QRコードからアンケートにご協力いただいた方に、抽選でオリジナルペンをプレゼント！



アクティブクラブ・キッズ

年中児・年長児

神経系の発達が著しいこの年代に、遊びの要素が含まれた様々な運動を経験することで、体と心の調和がとれた成長に役立ちます。

開催時期 【第3期】10～12月(9月上旬～中旬頃HP掲載予定)
【第4期】1～3月(12月上旬～中旬頃HP掲載予定)

申込期間 【第3期】9月21日(月・祝)～
【第4期】12月中旬頃～

受付方法 ホームページ

時間 15:40～16:40

回数 各期8回

参加料 各期5,000円

定員 10名

講師 公社社員
(キッズコーディネーショントレーナー)



アクティブクラブ・ジュニア

小学校1～2年生

運動能力の基礎が出来上がるこの年代に、多種多様な運動を経験することで、スポーツに必要な基本能力を高めます。

開催時期 【第3期】10～12月(9月上旬～中旬頃HP掲載予定)
【第4期】1～3月(12月上旬～中旬頃HP掲載予定)

申込期間 【第3期】9月21日(月・祝)～
【第4期】12月中旬頃～

受付方法 ホームページ

時間 17:00～18:00

回数 各期8回

参加料 各期5,400円

定員 12名

講師 公社社員
(キッズコーディネーショントレーナー)



県立武道館

【初級】 通年剣道教室

小学生以下

剣道を通して強くたくましい心と体を養い、礼法を身につけます。
竹刀・防具完備。これから剣道を始めるお子さんにもオススメです。

開催時期 毎週水曜日開催

申込期間 随時

受付方法 電話

時間 17:45～19:00

回数 全19回

参加料 事務所にお問い合わせください。

定員 30名

講師 範士八段 目黒 大作
(秋田県剣道連盟)他2名



【上級】通年剣道教室

中学生以上

剣道は生涯スポーツとして幅広い年齢層に親しまれています。昇段を目指す方、中断して再開される方など様々ですが共に稽古をしています。

開催時期 毎週水曜日開催

申込期間 随時

受付方法 電話

時間 19:00～20:30

回数 全19回

参加料 事務所にお問い合わせください。

定員 30名

講師 範士八段 目黒 大作
(秋田県剣道連盟)他2名



スポーツチャンバラ教室(後期)

幼児～小学生と保護者

チャンバラごっこをアレンジした楽しいスポーツ。子供同士の対戦や親子対戦で、スキンシップを図りながら遊びのルールを学び心と体を鍛えます。

開催日 12月26日～1月8日(不定期開催)

申込期間 11月21日(土)～

受付方法 ホームページ

時間 10:00～11:30

回数 全6回

参加料 親子1組3,700円
(お子様1人追加につき+1,100円)

定員 20組

講師 工藤 祐八(秋田県スポーツチャンバラ協会会長)



健康応援教室

一般

基本的な筋力トレーニングやストレッチなどを行うことで、体力の向上、健康増進及び生涯スポーツの推進を図ります。

開催時期 月3回 月曜日開催(変更あり)

申込期間 随時

受付方法 当日受付

時間 13:30～(70分程度)

回数 全36回

参加料 1回500円

定員 約100名

講師 健康運動指導士、
JSPOアスレティックトレーナー
JAFインストラクター



●大道場一般開放

武道館大道場を個人利用できます。
ウォーキングやストレッチなど健康づくりの運動の場としてご利用できます。

開放日	土日祝を除く平日 (貸館状況により利用できない日があります)
使用料	小・中学生 140円 一般 290円 高校・大学生 180円
時間	9:00～16:00

ノルディックスローウォーキング

小学生以上
身長140cm～185cmの方

心と身体に無理のない「ゆっくりとしたリズム」で、安全にリラックスしながら負担の少ない運動量で行うプログラムを実施します。

開催日 10月17日(土)

申込期間 8月10日(月)～

受付方法 ホームページ、電話

時間 10:00～(90～120分程度)

参加料 1回500円

定員 15名

講師 特定非営利活動法人日本ノルディック
ウォーキング協会公認インストラクター



県立スケート場

キッズスケート教室

年中児・年長児

幼少期より、楽しく安全にスケート滑走ができるよう基本技術を身につけます。

開催時期 土曜日開催
【前期】11月7日、21日、28日、12月5日、12日、19日
【後期】1月16日、23日、30日、2月13日、27日、3月6日

申込期間 【前期】10月10日(土)～27日(火)
【後期】12月15日(火)～25日(金)

受付方法 ホームページ

時間 10:00～11:00

回数 【前期】6回 【後期】6回

参加料 各期7,000円

定員 各20名

講師 公益財団法人日本スケート連盟公認指導員



県立スケート場 オフィシャルキャラクター
「かまくまくん」

ジュニアスケート教室

小中学生

スケートを楽しみながら、安全に滑走するための基本技術を身につけます。

開催時期 土曜日開催
【前期】11月7日、21日、28日、12月5日、12日、19日
【後期】1月16日、23日、30日、2月13日、27日、3月6日

申込期間 【前期】10月10日(土)～27日(火)
【後期】12月15日(火)～25日(金)

受付方法 ホームページ

時間 11:30～12:30

回数 【前期】6回 【後期】6回

参加料 各期7,000円

定員 各30名

講師 公益財団法人日本スケート連盟公認指導員



ステップアップスケート教室

小中学生
※条件あり

スケートの基本技術習得者を対象に、さらなるレベル向上を図ります。

開催時期 土曜日開催
【前期】11月7日、21日、28日、12月5日、12日、19日
【後期】1月16日、23日、30日、2月13日、27日、3月6日

申込期間 【前期】10月10日(土)～27日(火)
【後期】12月15日(火)～25日(金)

受付方法 ホームページ

時間 13:30～14:45

回数 【前期】6回 【後期】6回

参加料 各期7,600円

定員 各10名

講師 公益財団法人日本スケート連盟公認指導員



県立スケート場 オフィシャルキャラクター
「かまくまくん」

※参加条件：昨年度から継続して教室参加の方、過去に教室参加を認められた方

放課後スケートクラブ

年中児～小学生

平日夕方の放課後時間帯に幼児、児童のスケート活動の場を提供し、冬期間の体力向上を図ります。

開催時期 火曜日開催
【前期】11月10日、17日、24日、12月1日、8日、15日
【後期】1月12日、19日、26日、2月2日、9日、16日

申込期間 【前期】10月10日(土)～25日(日)
【後期】12月11日(金)～25日(金)

受付方法 ホームページ

時間 16:45～17:45

回数 【前期】6回 【後期】6回

参加料 各期7,000円

定員 各25名

講師 公益財団法人日本スケート連盟公認指導員



県立スケート場 オフィシャルキャラクター
「かまくまくん」

冬休みスケート教室

年中児～中学生

冬休み期間中に、楽しく安全にスケート滑走するための基本技術を身につけます。

開催時期 【前期】12月26日(土)～28日(月)
【後期】1月6日(水)～8日(金)

申込期間 【前期】11月16日(月)～12月10日(木)
【後期】11月16日(月)～12月14日(月)

受付方法 ホームページ

時間 【午前の部】10:00～11:00
【午後の部】13:00～14:00

回数 各3回

参加料 各4,000円

定員 各25名

講師 公益財団法人日本スケート連盟公認指導員



県立スケート場 オフィシャルキャラクター
「かまくまくん」

スケート初心者教室

5歳以上の
スケート初心者

スケートの楽しさを感じながら、基本的な技術を身につけます。

開催時期 日曜日開催
11月1日、29日、12月6日、13日、20日、1月24日、31日

申込期間 10月20日(月)～
※各回定員になり次第受付終了

受付方法 ホームページ

時間 10:00～11:00

回数 各1回

参加料 1,000円 ※滑走、貸靴料別途

定員 各30名

講師 公益財団法人日本スケート連盟公認指導員



親子スケート教室

年中児～中学生までの
子どもとその保護者

親子で一緒にコミュニケーションをとりながら、楽しく安全に滑走するための基本技術を身につけます。

開催時期 日曜日開催
11月15日、12月6日、13日、1月17日

申込期間 10月16日(金)～随時募集開始

受付方法 ホームページ

時間 11:30～12:45

回数 各1回

参加料 各1組4,000円
子供1人追加 1,000円
大人1人追加 2,000円

定員 各10組

講師 公益財団法人日本スケート連盟公認指導員



個人レッスン

3歳以上の
スケート初心者

幅広い世代にスケートを楽しむ機会を提供するほか、上手に滑走するための基本を身につけ、エッジ操作や体重移動などの技術を習得します。

開催時期 不定期 ※詳しい開催日時はお問い合わせいただくか、ホームページでご確認ください。

受付方法 ホームページ

時間 不定期 ※詳しい開催日時はお問い合わせいただくか、ホームページでご確認ください。

回数 各1回

参加料 各3,000円 ※滑走・貸靴料別途

定員 各1名

講師 公益財団法人日本スケート連盟公認指導員



県立スケート場 オフィシャルキャラクター
「かまくまくん」