中学生が参加できる地域活動(スポーツ)

日本スポーツ協会及び傘下の加盟団体　　R8.6現在

No.	競技名	団体名	活動について	主な活動場所／時間	活動費用
1	柔道	公益財団法人 三沢柔道協会	■募集対象：男女問わない ＊スポーツ保険料、全柔連への登録料（1,400円）が別途かかります。 ＊全日本柔道少年団三沢分団は上北地方中学校体育大会に出場が認められている地域クラブです。	場　三沢柔道協会道場 三沢市松園町2-1-21 曜　毎週(月)(火)(水)(木)(金) 時　18:00　～　20:00	入　4,000円 月　1,500円
2	剣道	三沢市剣道協会 （三沢少年剣道隊）	■募集対象：男女問わない ＊学校の剣道部に所属していない生徒の入会の場合、市剣道協会の会員登録が必要となります。(登録料　年間5,000円) 中学生の参加状況により、練習日が変更になる場合があります。	場　三沢市武道館 曜　毎週(月)(水)(金) 時　18:00　～　20:30	入　なし 会　なし 参　なし
3	バレーボール	三沢クラブFalcon	■募集対象：男（上北地区） 上北地区初の中学生男子バレーボールの地域クラブチームです。中体連大会への出場が認められている地域クラブとして、２０２４年から活動しています。 日本スポーツ協会「公認バレーボールコーチ１」の資格を持つコーチが指導しています。 上北地区の中学生男子を募集しています。 バレーボールを始めてみたい人、もっと上達したい人など、初心者・経験者を問わず参加できます。現在は三沢市を中心に、近隣市町村の生徒も参加しています。 見学・体験参加も可能です。 ＊入会時、活動に必要なＴシャツ・ポロシャツ・ソックスの購入およびスポーツ保険掛金が必要となります（１万円程度）	場　①三沢市立第一中学校 ②三沢市立第二中学校 曜　①(月) ②(水)(金)(日) 時　平日19：00　～　21：00 日曜　9：00　～　12：00	入　なし 月　3,000円
4	バレーボール	三沢バレーボールクラブ	■募集対象：男女問わない ＊スポーツ保険料が別途かかります。 ■Facebook：「三沢小バレーボールクラブ」で検索 活動日及び月会費は変更になる場合があります。 中体連主催の大会に出場はしません。バレーボールを楽しみたい人、未経験者等大歓迎です。	場　三沢市立三沢小学校 曜　毎週(月)(水) ※クラブ練習計画による 時　17:00　～　19:00	入　なし 月　3,000円

（場）場所　（曜）曜日　（時）時間　（入）入会金　（月）月会費　（年）年会費

日本スポーツ協会及び傘下の加盟団体　　R8.6現在

No.	競技名	団体名	活動について	主な活動場所／時間	活動費用
5	バレーボール	三沢排球会 Re-inks (リンクス)	■募集対象：女（上十三地区） ＊日本バレーボール協会登録料、スポーツ保険料が別途かかります。 現在、中学校部活動移行に伴い、中学生受入れを開始しました。 バレーボール技術の向上等を目的とし、中学校でバレーボール部に所属している生徒を対象（所属していない生徒は要相談）とし、現段階では大会への参加予定はありませんが、地域移行化の動向等によっては、各種大会に参加する活動に変更にする可能性もあります。	場　①三沢市立第一中学校 ②三沢市国際交流スポーツセンター他 曜　①(月)(火)(水)(木) ②不定期で土曜日 時　平日19：00 ～ 21：00 土曜 8：00 ～ 12：00	入　1,000円程度 月　500円
6	バスケットボール	THREE　LINKS （スリーリンクス）	■募集対象：男女問わない ＊スポーツ保険料、チームTシャツ（3,000円）、個人用ビブス（7,500円）が別途かかります。 カテゴリーにより選手登録料等異なります。 ■HP：https://aomori-threelinks.jimdofree.com ■Instagramアカウント：threelinks_2014	場　①三沢市立古間木小学校 ②三沢市立第五中学校 曜　①(月)(水)(土) ②(火)(金) 時　平日19：00 ～ 21：00 土曜18：00 ～ 21：00	入　3,000円 月　2,000円
7	ホッケー	三沢市ホッケー協会 （青森県中学生ホッケークラブ）	■募集対象：男女問わない ＊大会出場時や遠征時には、別途費用がかかります。 冬季間は屋内施設で活動します。	場　三沢高校グラウンド 曜　毎週(月)～(日)週1回休み 時　17:00 ～ 19:00	入　5,000円 月　なし
8	空手	三沢市空手協会	■募集対象：男女問わない ＊大会出場する場合は、登録が必要となり別途費用がかかります。 幼児や小学生が全体を占めるため、個別指導は出来かねます。	場　①働く婦人の家 ②三沢市武道館 曜　①毎週(月) ②毎週(水)(金) 時　18:00 ～ 19:30	入　なし 月　2,000円
9	ソフトテニス	三沢市ソフトテニス協会	■募集対象：男女問わない 道具は貸出します（数に限りがあります） 活動は5月～10月となります。 スポーツ保険等は各自で加入のうえ参加をお願いします。 ※現在中学生を受け入れての活動を行っておりませんので、受け入れ状況に応じて変更が生じることが見込まれますのでご了承ください。(参加を希望する場合は、施設予約の都合上、必ず事前に連絡をしてください。)	場　三沢市南山テニスコート 曜　毎週(月)(木) 時　16:30 ～ 17:30	入　なし 月　現在未定 コート使用料実費負担

（場）場所　（曜）曜日　（時）時間　（入）入会金　（月）月会費　（年）年会費

日本スポーツ協会及び傘下の加盟団体　　R8.6現在

No.	競技名	団体名	活動について	主な活動場所／時間	活動費用
10	陸上競技	LIMITS　Jr.	■募集対象：男女問わない 未来あるこどもたちの身体能力開発！ 走ることを楽しく学んでいただきます。 LIMITS Jr.は、ジュニア世代がスポーツの楽しさを体験できる環境を提供します。こどもたち自身が主体的になりたい姿に向かって進化していくプロセスを楽しめる環境を目指します。	場　①三沢市民の森 ②六戸町総合運動公園 曜　毎週(水)(土) 時　水曜18：00　～　19：30 土曜14：00　～　16：00	入　2,000円 月　(週1)4,000円 (週2)7,000円 スポット参加 (1回)1,500円
11	バドミントン	三沢市バドミントン協会	■募集対象：男女問わない ＊スポーツ保険料、市協会への登録料（500円）が別途かかります。 ＊活動場所や時間等が変更になる場合があります	場　①三沢市国際交流スポーツセンター ②木ノ下小学校 ③住友化学　体育館 曜　①毎週(金) ②毎週(月) ③不定期　月2～4回 時　①17:30　19:00 ②19:00　～　21:00 ③18:30　20:30	入　なし 月　1,500円
12	少林寺拳法	三沢市少林寺拳法協会（加盟の三沢中部道院拳友会）	■募集対象：男 ＊一般財団法人少林寺拳法連盟の支部への所属が必要となります。 入会等の手続きが複雑になりますので、必ずお問い合わせください。 大会へ出場する場合は、別に登録料が3,000円かかります。	場　三沢中部道院 三沢市平畑1丁目9－12 曜　毎週(水)(金) 時　18:45　～　20:30	入　3,000円 月　1,000円 年　7,000円
13	アイス ホッケー	三沢市アイスホッケー協会（三沢ジュニアアイスホッケークラブ）	■募集対象：男女問わない ■Facebook：http://www.facebook.com/misawajunior ■Instagram： https://www.instagram.com/misawa_junior_icehockey_club ＊アイスアリーナ改修工事により、練習日程や場所が変更になります。 女子は公式大会がないため、年会費が異なります。 年会費は月払い可能。練習場所への移動は各自となります。	場　三沢アイスアリーナほか 曜　毎週(火)(木)(土) 時　平日20：00　～　21：30 土　18：15　～　19：45	入　4,000円 年　男　66,000円 女　54,000円
14	ウエイト リフティング	三沢ウエイトリフティング協会	■募集対象：男女問わない	場　osawaトレーニングルーム 三沢市大津3-219-264 曜　毎週(月)(水)(土)(日) 時　平日16：00　～　18：00 土日10：00　～　12：00	入　なし 月　なし

（場）場所　（曜）曜日　（時）時間　（入）入会金　（月）月会費　（年）年会費

日本スポーツ協会及び傘下の加盟団体　　R8.6現在

No.	競技名	団体名	活動について	主な活動場所／時間	活動費用
15	なぎなた	三沢市なぎなた協会	■募集対象：男女問わない ＊県大会出場や資格審査等を受ける場合は、登録料（2,000円）がかかります。 大会等への引率はできません。 スポーツ保険加入料が別途かかります。道具は貸出します。	場　三沢市武道館 曜　毎週(土) 時　14:00　～　16:00	入　なし 月　500円
16	太極拳	三沢市武術太極拳連盟	■募集対象：男女問わない（10名程度） その他の日にも活動していますが、学校の時間と重なるため右記日時のみ受入可能となります。 大会に参加する場合は別途費用がかかります。	場　勤労青少年ホーム 三沢市幸町1丁目7-5 曜　毎週(土) 時　10:00　～　13:00	入　なし 月　2,000円
17	空道	三沢市空道協会	■募集対象：男女問わない ■Website：www.igarashi-dojo.com ＊中学生は19：00～のジュニアクラス、20：30～の一般クラス両方に参加可能です。 スポーツ保険加入料が別途かかります。	場　五十嵐道場 おいらせ町青葉2-50-2171 曜　毎週(火)(金) 時　19：00　～　20：00 20：30　～　21：30	入　5,500円 月　4,650円
18	フルコンタクト空手	三沢市フルコンタクト空手協会	■募集対象：男女問わない ＊道着や武具は各自用意が必要です。(購入するまでの間は貸出可能です。) 昇給審査や大会参加費は別途費用がかかります。 外国の方も多く、国際感覚を養うことができます。	場　三沢市武道館 曜　毎週(水)(土) 時　㈬18：30　～　20：00 ㈯ 9：00　～　10：30	入　なし 月　3,000円
19	軟式野球	三沢イーグルスＢＢＣ	■募集対象：男女問わない ＊中体連への出場について申請予定です（令和8年） ＊ハイシーズンの土日は練習試合等行います。その代わりの休養日を設定します。 ＊時間は練習場所により多少変動します。 三沢市内の生徒及び三沢市内の学童軟式野球チームに所属していたことのある生徒を対象とした、中学軟式野球クラブチームです。未経験の生徒大歓迎です。	場　市内中学校と調整中 曜　毎週(土)(月)(火)(木)(金) 時　平日 17:30　～　19:30 土曜　9:00　～　12:00	入　5,000円 月　3,000円

（場）場所　（曜）曜日　（時）時間　（入）入会金　（月）月会費　（年）年会費

日本スポーツ協会及び傘下の加盟団体　　R8.6現在

No.	競技名	団体名	活動について	主な活動場所／時間	活動費用
20	ソフトテニス	上久保ジュニアソフトテニスクラブ	■募集対象：男女問わない 三沢市内の中学生を中心としたソフトテニス団体です。 ＊中体連への出場について申請予定です（令和8年） 女子のみ在籍しています。中体連の申請は女子のみとなります。 ラケット、シューズは各自でご用意ください。 クラブで指定する災害補償保険に加入します（保険料は月会費に含まれます） 練習場所への移動は、原則、各自で行います。 大会参加費及び遠征に係る経費等別途かかる場合があります。 冬季間は三沢市立第五中学校体育館や三沢市国際交流スポーツセンターを使用して練習を行っています。	場　三沢市立第五中学校 三沢市南山テニスコート 曜　毎週(水)(土)(日) ※曜日は変更となる場合があります。 時　平日16:00 ～ 17:30 土日 9:00 ～ 12:00	入　なし 月　2,000円
21	サッカー	MISAWA15	■募集対象：男女問わない 三沢市及び近隣地域の中学生のためのジュニアユースサッカーチームです。 第一中学校サッカー部、第五中学校サッカー部による合同チームを地域クラブ化し2026年度より活動を開始します。 初心者、経験者問わず、市内及び近隣地域からのメンバーを募集します。 ＊土日祝日はリーグ戦や大会に参加します。リーグ戦がない場合は土曜午前にトレーニングを行います。 JFA選手登録費、スポーツ安全保険、練習着等別途費用がかかります。 遠征費は都度実費を集金予定です。 ■Instagram： https://www.instagram.com/misawa15_football	場　三沢市立第一中学校グラウンド 三沢市民の森運動公園 曜　毎週(火)(木)(金)(土) 時　平日 学校終了後 ～ 18:30 土曜 都度調整	入　なし 月　2,000円

（場）場所　（曜）曜日　（時）時間　（入）入会金　（月）月会費　（年）年会費

【作成者】三沢市役所 市民生活部 市民スポーツ課
☎　0176-53-5111（内線372）
✉　msw_sports@misawashi.aomori.jp

その他の地域活動団体　　R8.6現在

No.	競技名	団体名	活動について	主な活動場所／時間	活動費用
22	バトン トワーリング	なないろバトン トワラーズ	■募集対象：男女問わない ＊大会参加の場合、大会参加費等が別途かかります。 ＊年会費として、スポーツ保険料、日本バトン協会構成員登録料が別途かかります。 青森県内で活動しているバトントワーリングの団体です。 三沢市では、毎週金曜日、勤労青少年ホーム体育館、毎週土曜日上久保小学校体育館で練習を行っております。	場　三沢市勤労青少年ホーム 三沢市立上久保小学校体育館 曜　毎週（金） 毎週（土） 時　（金）19:00 ～ 21:00 （土）18:30 ～ 20:30	入　なし 月　4,000円～ 年　3,000円
23	体操・殺陣 ・乗馬	アクションクラブ 「ハヤテ」	■募集対象：男女問わない ＊年会費として、スポーツ保険料、暖房費が別途かかります。 体操を基本に殺陣など週4回武道館で練習しています。 初級・中級・上級・殺陣コースの他、乗馬の練習を行っております。	場　①三沢市武道館 ②三沢ホースパーク 曜　①毎週(水)(木)(金)(日) ②毎週(日) 時　水木16：00 ～ 18：20 金曜17：00 ～ 20：40 ①日曜15：00 ～ 16：30 ②日曜10：00 ～ 13：00	入　5,000円 月　3,000～5,000円 年　3,000円
24	ヨガ	En Yoga	全米ヨガアライアンスＲＹＳ認定校として三沢市、おいらせ町で活動。ヨガインストラクター講座の他、ハタヨガ、キッズヨガ、シニアヨガ、アーユルヴェーダのクラス等、ヨガ哲学。親子ヨガでは身体のみならず精神安定や開放など心の改善が期待できます。 ■https://linktr.ee/riko1025	場　①En Yogaスタジオ ②古間木山集会所 曜　祝祭日以外の全ての曜日 ※全クラス空席があれば 時　8：00 ～ 20:00	入　なし 月　4,500円

（場）場所　（曜）曜日　（時）時間　（入）入会金　（月）月会費　（年）年会費

【作成者】三沢市役所 市民生活部 市民スポーツ課
☎　0176-53-5111（内線372）
✉　msw_sports@misawashi.aomori.jp