

令和8年度  
上田市スポーツ少年団  
地域スポーツクラブ  
合同募集中

スポーツ  
少年団とは?

日本スポーツ協会創立50周年記念事業として1962年に創設された青少年団体です。すべての子どもたちにスポーツの楽しさと喜びを与え、スポーツを通して地域社会の中で心とからだを育てることを目的とし、全国の様々な地域で多くの子どもたちが登録している団体です。上田市スポーツ少年団では、令和7年度、48団体(28種目)1,550名が登録し、活動しています。スポーツを通じての青少年の健全育成の理念の下、地域に根差して活動を楽しんでいます。上田市スポーツ少年団出身者で、現在プロのスポーツ選手として活躍している先輩もいます。

※ 団体名 この団体は中学校運動部活動地域展開に、連携・協力している団体です。

自分のやりたい  
スポーツを見つけよう!

新入団員募集!!

令和8年3月1日(日)

時間 10:00~11:00

場所 県営上田野球場

〒386-1101 上田市下之条354番地1

問合せ

一般財団法人 上田市スポーツ協会 上田市スポーツ少年団事務局

TEL:0268(27)9400 E-mail:taikyo@po2.ueda.ne.jp

スポーツ少年団ホームページ▶



子ども  
スポーツ  
応援宣言!

TEL:0268(27)9400 E-mail:taikyo@po2.ueda.ne.jp

スポーツ少年団ホームページ▶

種目	団体名	活動期間・日時	活動場所(予定)	対象(※令和8年度)	定員	会費	見学・体験	問合せ先・その他
軟式野球	上田市軟式野球	毎週土・日曜 8:30~11:30	上堀河川敷グラウンド	小学1年生~5年生	なし	★入団金 2,000円 ★月会費 1,500円		指導者:高橋(090-8344-0420) ※13時~18時連絡可
	塩田ベースボールクラブ	Aチーム:土・日 8:00~12:00 Bチーム:日 8:00~12:00	中塩田小学校グラウンド	小学1年生~6年生	なし	月会費 1,500円 他経費として 年5,000円	活動日に随時可	事務局:羽田(090-4216-5333) ✉ shioda89@gmail.com Instagram:「塩田ベースボールクラブ」で検索
硬式野球	上田リーグ	毎週土・日・祝日 9:00~16:00 (冬期は 9:00~15:00) 小1~4年 通年 9:00~12:00	古舟河川敷グラウンド	小学1年生~中学2年生(小学生は千曲川右岸在住)	なし	入団金 5,000円 月会費 2,500円(~小3) 4,500円(小4~)	2月28日(土) 3月1日(日)	事務局:正村(080-1006-9926) ✉ uedaleague3155@gmail.com Instagram:「uedaリーグ」で検索 DM問合せ可
	上田南リーグ	毎週水・木曜日 17:30~19:30 土・日・祝日 9:00~12:00	日置電機株 (専用グラウンド)	小学1年生~6年生 (千曲川左岸在住)	なし	入団金 5,000円 月会費 1,500円(小1~3) 3,500円(小4~5) 4,500円(小6)	活動日に随時可 時間はHP参照 ※要事前連絡	担当者:加藤、臼沢 昼間(28-1470) 夜間(090-7905-7864) ✉ http://www.uedaminami.com
	FC東上田	毎週日曜 9:00~12:00	上田東小学校校庭 他	年中~小学6年生	各 15名	入団金 3,000円 年会費 6,000円(園児・女子) 12,000円(小1~)	活動日に随時可	指導者:尾崎(080-6938-4188) ※9時~18時連絡可
	レアリゼ神川	毎週日曜 9:00~12:00 他ナイター練習あり	上堀河川敷グラウンド 他	年中~小学6年生	各 15名	入団金 3,000円 年会費 15,000円(~小2) 18,000円(小3) 24,000円(小4) 30,000円(小5・6)	日曜 活動日に随時可 スケジュールは HP参照 ※要事前連絡	代表:佐野(26-5320) ※平日10時~16時連絡可 ✉ http://www.club-usc.com Instagram:@realiser_jr
サッカー	FCリガーレ	園児~小3 毎週火曜 18:00~19:30 週末に練習試合、大会参加等あり 小4~6年 火・木曜 19:00~21:00 土・日 練習、試合、大会参加	古戦場公園多目的グラウンド 塩田自然運動公園グラウンド フットボールパーク 体育館 他	園児~小学6年生	なし	入団金 12,000円 年会費 5,000円 月会費 2,000円(~小1) 4,000円(小2・3) 6,000円(小4~6)	活動日に随時可	代表:兵頭(090-4723-7046) ✉ kashunats33@gmail.com ✉ https://www.facebook.com/fc.ligare/
	上田少年サッカースクール	毎週日曜 14:00~16:00	上田高校 第2人工芝グラウンド (上田城跡公園体育館そば)	小学1年生~6年生	各 20名	年会費 7,000円	活動日に随時可 時間はHP参照	指導者:石塚(090-4969-0056) ※18時~20時連絡可 ✉ http://uedasoccerschool.blog.fc2.com/
	サガン上田FC	毎週土曜 定期練習 平日 ナイター練習	諏訪形グラウンド 他 市内スポーツ施設	年長~小学6年生	各 16名	年会費 6,500円(~小3) 9,000円(小4~)	土曜 活動日に随時可 ※要事前連絡	事務局:平野(080-5515-4870) ✉ sagan.uedafc@gmail.com Instagram:@sagan.ueda
	上田FCフィリア 女子サッカークラブ	毎週火・木曜 18:30~20:00 毎週日曜 練習もしくは練習 試合 大会参加 他	古戦場グラウンド 市内施設 他	小学1年生~中学3年生女子	なし	入団金 12,000円 年会費 5,000円 月会費 4,000円(~小3) 6,000円(小4~)	活動日に随時可 HP参照 ※要事前連絡	指導者:兵頭(090-4723-7046) ✉ https://www.fc-philia.com/ Instagram:@kuroneko.philia
フットサル	エスカーダ フットサル	毎週月・火曜 (土日振替有)	18:00~21:00	川西社会体育館 上田城跡公園体育館 自然運動公園総合体育館	小学1年生~中学3年生	各 20名	入団金 4,000円 月会費 5,000円	活動日に随時可 代表:小林(090-5495-7652) ✉ https://ameblo.jp/escadahutsalschool/
ミニバッスケットボール	上田市 ミニバスケットボール	[上田会場] 5~2月 毎週水曜 18:00~20:30 [塩田会場] 毎週土曜 男子 8:30~11:30 女子 15:00~18:00	城跡公園体育館 城下小・塩尻小学校体育館	小学4年生~6年生	なし	年会費 15,000円	活動日に随時可 火・木曜 18:00~20:30 希望者練習可能	指導者:窪田(090-2946-2823) ※9時~21時連絡可
バレーボール	上田ジュニア	毎週水曜 19:30~21:00 毎週金曜 19:00~21:00 毎週土曜 13:00~17:00	神川小学校体育館 市民の森体育館	小学1年生~中学3年生	なし	月会費 2,000円	活動日に随時可	指導者:関口(090-3083-0059) ※17時~20時連絡可
	塩田V・B・C	毎週火・木曜 17:30~19:30 毎週土・日曜 9:00~13:00 毎週土曜(ソフトバレー) 10:00~12:00	毎週火・土曜 塩田小学校体育館 毎週木・日曜 東塩田小学校体育館	年中~中学3年生 (ソフトバレーは小4以下)	なし	月会費 1,500円~3,000円 (ソフトバレーは500円)	活動日に随時可 ※要事前連絡	指導者:和田(090-2566-1400) ※9時~21時連絡可
	上田六文錢	毎週火・木曜 18:00~20:00 毎週土曜 9:00~16:00 毎週日曜 9:00~13:00	市内小学校体育館	小学1年生~中学3年生	なし	月会費 3,000円	活動日に随時可 ※要事前連絡	指導者:北村(090-1207-1705) ※9時~20時連絡可
ハンドボール	上田ハンドボール クラブ	毎週土曜または日曜 9:00~12:00 (時間変更有)	上田市立北小学校体育館 他 市内体育館	小学1年生~中学3年生	50名	★年会費 7,000円(~小3) 8,000円(小4~) ※別途日本協会登録料等徴収あり	活動日に随時可	事務局・コーチ:中村(090-1883-8363) ✉ uedahandballclub@ybb.ne.jp
(技術力向上を目指す 中学生のクラブ)	平日 2日程度 2時間 週末 土曜または日曜 午前か午後	市内中学校体育館(予定)		中学1年生~3年生	なし	★年会費 10,000円 ★月会費 3,000円		
ラグビー	上田ラグビー スクール	毎週日曜 9:00~11:00 ※冬期変更有	夏期:上田市内グラウンド 冬期:上田市内体育館	小学1年生~6年生	なし	年会費 5,000円	活動日に随時可	事務局:内堀(090-3144-9749) ※9時~20時連絡可
陸上	陸上	4~11月土曜 月2回 全15回 14:00~15:30 (7・8月は 15:00~16:30) (11月は 13:30~15:00)	上田城跡公園陸上競技場	小学1年生~6年生	60名	★年会費 6,000円	活動日に随時可	指導者:倉嶋(090-3585-3345) ※19時~21時連絡可
	真田クラブ	毎週火・水・金曜 18:30~20:00	上田城跡公園陸上競技場 他	小学1年生~中学3年生	なし	★入団金 2,000円 ★年会費 15,000円(中学生) 12,000円(小4~6) 10,000円(小1~3) ※別途スポーツ保険、大会参加費等あり	活動日に随時可 ※要事前連絡	指導者:北原(090-1406-2439)
体操	上田市G&G体操	第2・4土曜 14:00~16:00	塩尻小学校体育館	小学1年生~中学3年生	30名	★入団金 1,000円 ★前期/後期会費 各5,000円	活動日に随時可	指導者:山本(090-4838-9932) ※18時~20時連絡可
多種目	南ジュニア スポーツクラブ	毎週土曜 9:30~11:30 (7月~9月は 8:30~10:30)	日置電機株テニスコート	小学1・2年生 (千曲川左岸在住者)	50名	入団金 2,500円 月会費 1,500円	活動日に随時可 ※要事前連絡 時間はHP参照	事務局:大森(090-5449-8536) ※9時~18時連絡可
	ちびっこ カラダあそびクラブ	土曜 全12回(7・8月除く) 10:00~11:00	市内スポーツ施設	年中~小学4年生	20名	★年会費 18,000円 ※活動により別途徴収あり	なし	アフターファーバン信州 清水(080-5505-4302) ✉ asobi25.tanoshimi@gmail.com Instagram:@chibikko_karada.asobi

※★印の会費は募集会当日、お釣りの無いようご用意いただき、お支払いください。

種目	団体名	活動期間・日時	活動場所(予定)	対象(※令和8年度)	定員	会 費	見学・体験	問合せ先・その他
ソフトテニス	上田市ソフトテニス	4~9月 土・日曜 6:00~8:00 10~11月 土・日曜 6:30~8:00 12~3月 日曜(全8回小学生のみ) 9:00~12:00	古戦場公園テニスコート	小学3年生~中学3年生	新旧合計100名	★年会費 6,000円	活動日に随時可 ※要事前連絡	指導者:上沢(090-4934-0086) ※19時~21時連絡可 ✉ tamo.uedastc@gmail.com ✉ https://ueda-stc.jimdofree.com/
テニス	上田テニス	毎週土曜・日曜 17:00~19:00 (時間変更あり) (12~3月の日曜は 9:00~11:00)	古戦場公園東テニスコート	小学1年生~中学3年生	なし	月会費 2,000円 ※スポーツ保険別途	活動日に随時可 ※要事前連絡	指導者:寺島(090-4544-7505)
バドミントン	上田バドミントン	毎週土曜または日曜 9:00~16:00 毎週火・水・金曜 19:30~21:00	上田城跡公園体育館 上田城跡公園第二体育館 自然運動公園総合体育館	小学1年生~3年生 (ジュニアコース・ ジュニア強化育成 コース)	10名	★入団金 3,000円 ★年会費 10,000円(ジュニアコース) 20,000円(強化育成コース) ※別途シャトル費用等あり	①2月7、28日 ②2月21日 全日9:00~12:00 ①自然運動公園体育館 ②上田城跡公園体育館	指導者:田中(080-1211-9566) ※昼間・夜間連絡可
剣道	中央分団	毎週土曜 9:00~12:00 (新入団員は土曜練習のみ)	上田城跡公園体育館剣道場	小学1年生~中学3年生	なし	★入団金 1,000円 ★年会費 12,000円(小学生) 3,000円(中1・2) 2,000円(中3)	活動日に随時可 ※各団へ要事前連絡 神科分団は4/12 体験会あり	上田剣道連盟ホームページ ✉ https://kendo-ueda.com/  ●中央分団 担当者:岡村(090-4461-5014) SMSで ●東分団 担当者:飛知和(090-2240-3942) SMSで ●南分団 担当者:工藤(090-5759-5825) SMSで ●神科分団 随时、上野が丘公民館(24-0659)で募集 担当者:石黒(090-9353-7052) ●豊殿分団 随时、上野が丘公民館(24-0659)で募集 担当者:澤田(090-5335-2189) SMSで ●川西分団 後日、川西公民館(22-5004)で募集 ●塩田分団 担当者:竹内(✉ kendoushioda@gmail.com)  ✉ kendo.ueda@gmail.com
	東分団	毎週土曜 15:00~17:00 毎週日曜 ※剣道具着用練習の団員のみ 8:00~9:50 (各曜日、夏期・冬期 時間変更あり)	東小学校体育館					
	南分団	毎週土曜 9:00~10:30	南小学校体育館(変更あり)					
	神科分団	毎週日曜 7:00~9:00 毎週水・金曜(希望者) 19:00~20:30	神科小学校体育館					
	豊殿分団	毎週日曜 7:00~8:30 毎週水曜 19:00~20:30	豊殿小学校体育館					
	川西分団	毎週土曜 15:00~17:00	川西公民館大ホール					
	塩田分団	毎週日曜 8:00~10:00 毎週水曜 19:00~20:30	塩田小学校体育館					
	中学生の部	※要問合せ	上田城跡公園体育館剣道場 他					
柔道	上田市柔道	毎週土曜 15:30~17:30 毎週水曜 19:30~21:00	上田城跡公園体育館柔道場	小学1年生~中学3年生	なし	★年会費 8,000円	活動日に随時可 ※要事前連絡	指導者:柳沢(090-4668-3745) ※9時~20時連絡可
空手道	空手道	毎週金曜 19:00~21:00 毎週日曜 10:00~12:00	上田第一中学校武道場 中山道場(下之条804-65)	小学1年生~中学3年生	なし	年会費 月会費 6,900円 3,000円	2月1、15日㈰ 10:00~11:00 会場:中山道場 (運動できる服装で)	指導者:中山(080-2227-0959) ※9時~18時連絡可 ✉ https://www.facebook.com/nakayama dojo.ueda
武道空手	少年クラブ上田	毎週月曜 幼児 16:15~17:00 初級 17:15~18:10 上級 18:15~19:20 毎週火曜 19:00~20:00 毎週木・土曜 17:00~18:30 毎週土曜 10:30~12:00	城跡公園体育館柔道場 第一中学校武道場 塩田解放会館第3学習室 上田創造館体育館	園児~高校3年生 成人	なし	入団金 5,200円 月会費 3,850円 ※兄弟割引あり ※入会者は週に度々参加可	活動日に随時可 なるべくHPから 事前連絡希望 (連絡なしで参加 も可)	指導者:福島(090-9010-1143) ※13時~18時連絡可 ✉ http://zendokai-nagano.com/
少林寺拳法	上田会場	毎週月曜 19:00~21:00	上田城跡公園体育館剣道場	小学1年生~ 高校3年生	なし	入団金 3,000円 月会費 2,000円	活動日に随時可 ※要事前連絡	指導者:酒井(090-7232-1617)
丸子会場	塩田会場	毎週水・土曜 19:00~21:00	塩田中学校体育館3階 東トレーニング室					
合気道	丸子会場	毎週火・日曜 18:30~20:00	丸子総合体育館柔剣道場					
弓道	合気道	毎週土曜 18:30~20:30	上田城跡公園体育館柔道場	小学1年生~ 高校3年生	30名	月会費 1,000円	なし	指導者:林(090-1660-1957) ※20時~21時連絡可
相撲	上田市弓道	毎週月曜 19:00~20:30 毎週土曜 16:30~18:30	上田城跡公園弓道場	小学6年生~ 中学3年生	15名	★入団金 2,000円 ★年会費 16,000円 ★スポーツ保険代 800円	活動日に随時可	事務局:坂口(090-2324-8738) ショートメール可
レスリング	上田市相撲	4~11月 毎週日曜 10:00~12:00	上田城跡公園相撲場	園児~中学3年生	20名	なし	なし	指導者:宮崎(090-3145-9650)
アーチェリー	上田レスリング	毎週日曜 14:00~16:00 毎週水曜 18:00~20:00 毎週金曜 18:30~20:00	上田西レスリング道場	小学1年生~ 中学3年生	20名	年会費 9,000円	活動日に随時可	指導者:児平(090-4960-6371) ※18時~20時連絡可
ゴルフ	上田アーチェリークラブ	毎週日曜 10:00~12:00	上田自然運動公園内 上田市営アーチェリー場	小学4年生~ 中学3年生	30名	★入団金 3,000円 ★年会費 18,000円	※要事前連絡 メールか電話にて	アーチェリー場:(0268-39-3655) ✉ archery@khaki.plala.or.jp
乗馬	上田市ゴルフ	第2・4土曜 9:30~11:30	上田ゴルフセンター 隔月で丸子グランヴィリオ GCでコース体験あり	小学3年生~ 高校3年生	20名	★入団金 1,000円 ★前期/後期会費 各10,000円	毎月第2土曜日 見学可	事務担当:西川(090-1663-6559) ※18時~20時連絡可
スキー	上田乗馬俱楽部	毎週土曜 9:00~12:00	市民の森公園馬術場	小学1年生~ 中学3年生	10名	★入団金 9,900円 ★月会費 5,500円(小学生) 7,700円(中学生)	土曜日 ※要問合せ	担当者:増田(0268-28-5021) ✉ http://uedajoba.com/
スキー	上田市スキー	11月(降雪状況による)~3月 土・日曜 基礎班 9:00~15:00 競技班 8:00~14:00	菅原高原 スノーリゾート 他	小学1年生~ 中学2年生	なし	★入団金 16,000円(初年度のみ) ★年会費 20,000円 ※競技班は別途30,000円	※要事前問合せ	指導者:高見澤(080-5108-9875) ※18時~20時連絡可 ✉ https://select-type.com/e/?id=rRfAg4bwtd0

※★印の会費は募集会当日、お釣りの無いようご用意いただき、お支払いください。

◆丸子地域活動団体 問合せ先:上田市スポーツ協会(27-9400)  
※少林寺拳法については上記丸子会場の項目を参照

募集会  
不参加

## お知らせ

丸子地域、真田地域、武石地域活動団体は  
合同募集会不参加となります。  
各団の詳細につきましては、問合せ先までご連絡ください。

◆真田地域活動団体 問合せ先:上田市スポーツ協会(27-9400)

募集会  
不参加

種目	団体名	活動期間・日時	活動場所	対象(※令和8年度)	定員	会 費
軟式野球	真田少年野球	毎週日曜 8:00~12:00	真田運動公園 真田中学校	小学2年生~6年生	20名	入団金 2,000円 年会費 3,000円
剣道	真田剣道	毎週土曜 13:30~15:30	真田体育館	小学1年生~6年生	なし	※詳細は上記へ問合せ

◆武石地域活動団体 問合せ先:武石スポーツ協会(85-2280)

募集会  
不参加

種目	団体名	活動期間・日時	活動場所	対象(※令和8年度)	定員	経 費
ソフトテニス	武石スポーツ少年団	毎週水曜 15:30~18:00 毎週土曜 9:00~12:00 第2・4日曜 9:00~12:00	武石テニスコート (冬季:武石体育館)	小学1年生~ 中学3年生	なし	※詳細は上記へ問合せ

\* 団体名 この団体は中学校運動部活動地域以降に、連携・協力している団体です。