

ダッシュ!

60歳から
始める

ウォーキング講座



第1回

楽しもう! 基本編 ~ウォーキングの楽しさを学び、基本的知識を身に付けよう~

平成29年9月13日(水) 18:30~20:00

第2回

頑張ろう! 応用編 ~健康改善に適したウォーキング法とロコモについて~

平成29年9月27日(水) 18:30~20:00



【会場】西京極総合運動公園 陸上競技場兼球技場
※雨天時は市民スポーツ会館 体育室

【講師】山内 正太 氏
(ミズノ株式会社 健康運動指導士
/全日本ノルディック・ウォーク連盟公認指導員)

【参加対象】60歳以上の一般市民(初心者向け)

【定員】80名(抽選)

【参加費】無料

【申込締切】平成29年8月30日(水) 必着

※申込終了後、厳正な抽選の上、抽選結果をメール又は郵送にてお送りいたします。

【申込方法】①ホームページ申込フォームからのお申込み

②郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号を明記の上、メール又はハガキ、FAXからのお申込み

【お申込み・お問合せ】公益財団法人京都市体育協会「ウォーキング講座」係
〒615-0864 京都市右京区西京極新明町1番地
TEL:075-315-4581 FAX:075-315-4521 Email:dash@kyoto-sports.or.jp

発行・編集 市民のみなさまの健康とスポーツの場をサポートします。



公益財団法人 京都市体育協会

〒615-0864 京都市右京区西京極新明町32番地市民スポーツ会館内
E-mail: dash@kyoto-sports.or.jp
U R L: http://www.kyoto-sports.or.jp/

京都市体育協会

検索

市民スポーツ会館 総合受付 TEL:075-313-9131 FAX:075-313-9191



この印刷物が不要になれば、「雑がみ」として古紙回収へ!



facebook 更新中!

いいね!





一緒に西京極で応援しよう!

アジア最終予選—ROAD TO RUSSIA

パブリックビューイング



日本代表 対 オーストラリア代表



日時

平成29年8月31日(木)

開場 18:30

放映時間 19:35から約2時間

場所

西京極総合運動公園
陸上競技場兼球技場

(入場口: 競技場北側新メインゲート)

定員

1,000名(先着順)

入場料

無料
(事前申込不要)

入場口
競技場北側
新メインゲート



飲食販売や
抽選会もあります!



・荒天の場合、中止することがあります。その場合、中止が決定した段階で、京都市体育協会のホームページで公表します。
・屋外でのイベントです。熱中症対策等は各自でお願いします。

チケット
好評発売中!!

平成29年
秋巡業

大相撲京都場所

日時 平成29年 10月15日(日) 8:00~15:00

場所 島津アリーナ京都(京都府立体育館) 京都市北区西大路通
大將軍西200m

チケットぴあにて販売 Pコード: 835-912

※チケットの購入には、チケット代金の他に別途手数料が必要となります。
※購入後の変更・キャンセルはできません。

店頭

全国のセブンイレブン...店内のマルチコピー機にて販売(24時間)
全国のサークルK・サンクス...店内のKステーションにて販売(5:30~26:00)
全国のチケットぴあ店舗...店舗により営業時間は異なります。

電話

0570-07-8833

オペレーター対応(※10:00~18:00)

ネット

[チケットぴあ] <http://w.pia.jp/t/sumo-kyoto/>
[チケット大相撲] <http://sumo.pia.jp/>

ポスター・チラシを
ご入用の方は、
ご連絡ください。

- 席種・料金などに関しましては、ホームページをご覧ください。大相撲京都場所<http://oozumou-kyotobasho.com>
- 2階席からもよくご覧いただけます。

お問合せ

主催: 大相撲京都場所実行委員会

〒604-0864 京都市中京区両替町通竹屋町下ル
松竹町131番地(京都商工会議所ビル北側)
TEL: 075-211-7622(土・日・祝日休み)
HP: <http://oozumou-kyotobasho.com/>



2017年8月 大会情報

ハンナリーズアリーナ

〒615-0864 京都府京都市右京区西京極新明町1

日	時間	内容
1日(火)~3日(木)	9:00~21:00	2017全京都小学生バレーボール大会 (京都府バレーボール協会)
5日(土)~6日(日)	8:00~21:00	平成29年度 第66回近畿中学校総合体育大会 バスケットボールの部 (京都府中体連)
8日(火)	8:00~21:00	第16回京都市小学生部活動交流会 バスケットボールの部 (京都市小学校スポーツ連盟)
9日(水)	8:00~17:00	
12日(土)~13日(日)	9:00~21:00	社会人バスケットボールリーグ (京都府バスケットボール協会)
18日(金)	9:00~21:00	京都府立高校バスケットボール大会 (京都府バスケットボール協会)
19日(土)	9:00~17:00	第35回各区対抗バレーボール大会 (京都市保育園連盟)
20日(日)	8:00~17:00	第47回京都府青少年剣道錬成大会 (京都市剣道協会)
21日(月)	9:00~17:00	京都府立高校バスケットボール大会 (京都府バスケットボール協会)
22日(火)	8:00~17:00	第36回京都市立高等学校バレーボール男子・女子選手権大会 (京都市立高等学校スポーツクラブ連絡協議会)
26日(土)	9:00~16:00	右京区親睦ソフトバレーボール大会 夏の交流大会 (右京区体育振興会連合会)
27日(日)	9:00~15:00	第53回京都市バレーボール祭 (市民スポーツ振興室)

西京極総合運動公園 陸上競技場兼球技場

〒615-0864 京都府京都市右京区西京極新明町29

[主]…陸上競技場兼球技場 [補]…補助競技場

日	時間	競技場	内容
4日(金)	9:00~17:00	主	第43回京都市立高校対抗陸上競技選手権大会 (京都陸上競技協会)
5日(土)	18:00キックオフ	主	有料 2017明治安田生命J2リーグ 第26節 京都サンガF.C. vs ファジアーノ岡山
	9:00~12:00	補	京都陸協ジュニア研修会 (京都陸上競技協会)
7日(月)	7:00~21:00	主	平成29年度 第66回近畿中学校総合体育大会 (京都府中体連)
	7:00~17:00	補	
8日(火)	7:00~17:00	主補	第50回京都府高等学校ユース陸上競技対校選手権 (京都陸上競技協会)
	18:00キックオフ	主	
11日(金・祝)	9:00~17:00	補	有料 2017明治安田生命J2リーグ 第27節 京都サンガF.C. vs アビスパ福岡
	9:00~17:00	補	第3回京都市中学校 研修記録会 (京都市中体連 陸上競技専門部)
17日(木)~19日(土)	8:00~17:00	主補	第52回京都市中学校 研修記録会 (京都市中体連 陸上競技専門部)
20日(日)	18:00キックオフ	主	有料 2017明治安田生命J2リーグ 第29節 京都サンガF.C. vs 大分トリニータ
	9:00~17:00	補	第52回京都フットボールリーグ2017 (京都府サッカー協会)
23日(水)~24日(木)	9:00~17:00	主補	第74回全日本医歯薬獣医学対抗陸上競技選手権大会 (京都陸上競技協会)
25日(金)	18:40~20:40	主	有料 関西学生アメリカンフットボール秋季リーグ 開幕戦 (関西学生アメリカンフットボール連盟) 京都大学 vs 関西大学
26日(土)	9:00~17:00	主	第52回関西サッカーリーグ (京都府サッカー協会)
	9:00~17:00	補	第4回京都市中学校 研修記録会 (京都市中体連 陸上競技専門部)
27日(日)	9:00~17:00	主	高円宮杯U-18 サッカーリーグ2017 京都トップリーグ (京都府サッカー協会)
	9:00~12:00	補	京都陸協ジュニア研修会 (京都陸上競技協会)
31日(木)	18:30開場	主	アジア最終予選-ROAD TO RUSSIA
	19:35~放映		パブリックビューイング 日本代表 vs オーストラリア代表

一般開放日 7:00~21:00 利用料金/一般(高校生以上)200円 中学生以下100円

[主] 1日(火)、13日(日) [補] 14日(月)、15日(火)、22日(火)、25日(金)、28日(月)~31日(木)

卓球スタジオ ダッシュ

月曜日~金曜日まで、陸上競技場兼球技場のスタジオで行っております

お問合せ/TEL:075-315-4583

開館時間 (月・火)10:00~18:00 (水・金)10:00~21:00 (木)10:00~20:00

8月 2日(水)、4日(金)、7日(月)、8日(火)、11日(金・祝)、17日(木)、休講日 18日(金)、22日(火)~25日(金)

横大路体育館

〒612-8263 京都府京都市伏見区横大路下ノ坪1

日	時間	内容
5日(土)	9:00~21:00	社会人バスケットボールリーグ (京都府バスケットボール協会)
6日(日)	13:00~21:00	平成29年度 第66回近畿中学校総合体育大会 ハンドボール競技 (京都府中体連)
7日(月)	9:00~21:00	
11日(金・祝)	9:00~21:00	社会人バスケットボールリーグ (京都府バスケットボール協会)
13日(日)	9:00~17:00	日本般若館空手道士会 第30回空手道選手権大会 (日本般若館空手道士会)
19日(土)~20日(日)	9:00~17:00	京都市立高等学校バスケットボール夏季大会 (京都市立高等学校スポーツクラブ連絡協議会)
26日(土)~27日(日)	9:00~21:00	京都府総合選手権大会 (京都府バスケットボール協会)

※大会情報はやむなく変更される場合がありますので、予めご了承ください。

わかさスタジアム京都

〒615-0864 京都府京都市右京区西京極新明町29

日	時間	内容
1日(火)~2日(水)	9:00~17:00	京都市立高等学校交流野球大会 (京都市立高等学校スポーツクラブ連絡協議会)
4日(金)	8:00~17:00	第32回韓日親善少年スポーツ大会 (京都府野球連盟)
6日(日)~8日(火)	7:00~21:00	平成29年度 第66回近畿中学校総合体育大会 軟式野球 (京都府中体連)
11日(金・祝)~13日(日)	7:00~17:00	第9回「京都市長杯」争奪京都リトルシニア・ジュニア(1年生)野球大会 (京都リトルシニア野球協会)
12日(土)	18:30プレイボール	有料 日本女子プロ野球リーグ オールスターゲーム
14日(月)	9:00~19:00	第25回全京都大学野球トーナメント大会 ファイナルステージ (市民スポーツ振興室)
15日(火)	9:00~17:00	
17日(木)~18日(金)	9:00~17:00	京滋六大学準硬式野球 秋季リーグ戦 (京滋六大学準硬式野球連盟)
19日(土)~20日(日)	8:00~17:00	第13回京都府KWB野球親善野球大会 (京都府KWB野球連盟)
21日(月)~24日(木)	8:00~21:00	第55回近畿地区国立大学体育大会 (京滋大学野球連盟)
25日(金)~29日(火)	7:00~21:00	第2回全日本中学女子軟式野球大会 (京都軟式野球連盟)
30日(水)~31日(木)	18:30プレイボール	有料 日本女子プロ野球リーグ 2017ヴィクトリアシリーズ 京都フローラ vs 兵庫ディオオーネ (日本女子プロ野球機構)



宝が池公園球技場

〒606-0923 京都府京都市左京区松ヶ崎東池ノ内町

日	時間	内容
6日(日)	8:00~17:00	京都紫フットボールクラブ50周年記念大会 (京都府サッカー協会)
12日(土)~13日(日)	8:00~19:00	第24回関西クラブチームラクロスリーグ戦 第28回関西学生ラクロスリーグ戦 (日本ラクロス協会)
20日(日)	8:00~18:00	高円宮杯U-15 サッカーリーグ2017京都 (京都府サッカー協会)
26日(土)	8:00~19:00	第24回関西クラブチームラクロスリーグ戦 第28回関西学生ラクロスリーグ戦 (日本ラクロス協会)
27日(日)	9:00~17:00	高円宮杯U-18 サッカーリーグ2017 京都トップリーグ (京都府サッカー協会)



京都市武道センター

〒606-8323 京都府京都市左京区聖護院円頓美町46-2

[主]…主競技場 [補]…補助競技場

	日	時間	競技場	内容
主競技場・補助競技場	1日(火)	9:00~17:00	[主][補]	第30回京都府警察少年柔道剣道大会 (京都市柔道連盟)
	6日(日)	9:00~17:00	[主][補]	第66回京都柔道場連盟東西対抗柔道大会 (京都市柔道連盟)
	7日(月)	9:00~21:00	[主][補]	平成29年度 第66回近畿中学校総合体育大会 柔道競技 (京都府中体連)
	8日(火)	9:00~17:00		
	10日(木)	9:00~17:00	[主][補]	平成29年度 第66回近畿中学校総合体育大会 剣道競技 (京都府中体連)
27日(日)	9:00~17:00	[主][補]	第59回京都府剣道選手権大会(第40回府民総体) 兼 第65回全日本剣道選手権大会 予選会 (京都府剣道連盟)	
旧武徳殿	7日(月)	9:00~17:00		平成29年度 第66回近畿中学校総合体育大会 柔道競技 (京都府中体連)
	10日(木)	9:00~17:00		平成29年度 第66回近畿中学校総合体育大会 剣道競技 (京都府中体連)
	27日(日)	9:00~17:00		第29回拳心館武道大会 (京都市空手道連盟)
弓道場	9日(水)	9:00~21:00		全国教育系大学弓道選手権大会 (京都府弓道連盟)
	27日(日)	9:00~17:00		知事杯弓道大会(国民体育大会選手壮行会) (京都府弓道連盟)
相撲場	9日(水)	9:00~17:00		平成29年度 第66回近畿中学校総合体育大会 相撲競技 (京都府中体連)

【第16回京都市民総合体育大会 なぎなた競技会】

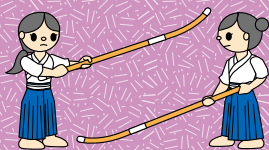
日程 平成29年10月7日(土) **申込期間** 平成29年9月1日(金)～平成29年9月23日(土・祝)

場所 武道センター 旧武徳殿 **参加対象** 京都市在住か京都市在勤・在学の7歳以上

集合時間 8:00 **競技時間** 9:00～12:00

定員 なし **参加料** 無料 **申込方法** FAX

申込必要事項 氏名、性別、年齢、電話番号



お申込み・お問合せ
京都市なぎなた連盟
 TEL/FAX:075-724-3975
 (担当:小川)

途中受講可能です。初めての方もお気軽にご参加ください。

スポーツ教室参加者募集!!

※ 運動できる服装でお越しください。 ※タオル・飲料水をご持参ください。
 ※ 申込人数が少ない場合は、教室を中止することがあります。
 ※ 教室開始15分以降の途中参加は安全管理上ご遠慮願います。
 ※ 欠席されましても、受講料の割引等はございませんので、ご了承ください。

金曜日全7回 ソフトテニス教室(秋季)

初心者・経験者問わず、楽しみながら行います!!

日時 9月15日、22日、29日、10月6日、13日、20日、27日
 18:30～20:30

場所 西院公園テニスコート

募集コース 小学生/初級の部、中級の部
 大人(中学生以上)/初級の部、中級の部

定員 各20名(先着順)

料金 4,000円

持ち物 ソフトテニスラケット、テニスシューズ

募集期間 平成29年8月10日(木)～9月8日(金)

お申込み・お問合せ **西院公園 TEL:075-311-2042**



日曜日全4回 アーチェリー教室(秋季)

※小雨決行

オリンピック種目でもあるアーチェリーを気軽に始めることができます!

日時 9月17日、24日、10月1日、8日 10:00～12:00

場所 京都アクアリーナ・アーチェリー場

対象 中学生以上※中学生は、保護者同伴に限ります

定員 24名(先着順) **料金** 5,000円

持ち物 帽子※弓具一式はこちらで用意いたします。

募集締切日 平成29年9月8日(金)

お申込み・お問合せ
京都アクアリーナ TEL:075-315-4800



京都市弓道協会ご紹介

弓道は、和弓を用いて射た矢を的に的にあてるとい一連の所作の中に精神修行の要素を多く含む日本古来の武道です。現在では礼儀作法や美しい動作を学ぶなど心身を磨き、より完成された人間形成を目的として男女を問わず多くの人が親しんでいる武道です。

主な活動場所

京都市武道センター弓道場 他

事業案内・取組

武道センターを中心に競技会、他都市との交流試合や、全国健康福祉祭への参加、および年2回の弓道教室(未経験者向け体験教室)を実施し、毎秋には「みんなのスポーツフェスタ」(西京極総合運動公園)にて、弓道体験コーナーを開催しています。

お問合せ

京都市弓道協会(担当:江川)
 TEL:090-5168-1136
 Mail:oddangel.arrow@gmail.com



スタジオレンタルのご案内

ダンスやヨガ、トレーニング等にご利用いただけるスタジオを好評貸出中!! 皆様のご利用をお待ちしております☆お気軽にお問合せください!



スタジオダッシュ! (15m×9m 135㎡)

場所: ハンナリーズアリーナ2階
利用時間: 8:00～22:00
利用料金: 2,410円/1時間
お問合せ: TEL:075-315-3741
 (市民スポーツ会館窓口)



多目的スタジオ (12m×6m 72㎡)

場所: 宝が池公園運動施設
 クラブハウス2階
利用時間: 8:00～21:00
利用料金: 1,020円/1時間
お問合せ: TEL:075-712-3300
 (宝が池公園運動施設クラブハウス)

注意事項 ● CDデッキ等を使用される場合は、各自でお持ちください。● 床面等を傷つけるような器具の使用は禁止します。

ミズノスクール

8月のピックアップ!!

ナイトラン教室

ビギナークラス、チャレンジクラスに分けて練習を行い、走るだけでなく怪我防止の為に補強運動、ストレッチも行います。

日時 毎週水曜日 ※祝日除く ※8/16休み
19:00~20:30

- ① ビギナークラス (初心者)
- ② チャレンジクラス (フルマラソン完走を目指す方)

場所 西京極総合運動公園 内 (市民スポーツ会館1F受付集合)

定員 各クラス20名 (先着)

料金 510円/回



お申込み・お問合せ:
市民スポーツ会館
TEL:075-315-3741

伏見北部地域体育館 ヨガ教室



日時 8月2日、9日、23日、30日
水曜日 11:30~12:45

場所 伏見北部地域体育館

定員 30名 (先着) **対象** 18歳以上

料金 2,880円 (月謝)

無料体験あり

※ 初めて参加される方、1回限り
※ 体験は必ずご予約ください。

お申込み・お問合せ:
伏見北部地域体育館
TEL:075-643-7573

横大路 バレーボール教室

日時 8月3日、10日、24日
木曜日 18:30~20:00

場所 横大路運動公園 体育館

定員 20名 (先着)

対象 小学5年生 ~ 中学生

料金 3,590円 (月3回)



無料体験あり

※ 初めて参加される方、1回限り
※ 体験は必ずご予約ください。

お申込み・お問合せ:
横大路運動公園
TEL:075-611-9796

公益財団法人京都市体育協会

賛助会員募集中

京都市体育協会では京都のスポーツを将来にわたって応援していただける団体・法人、個人のみなさまを賛助会員として募集しています。みなさまからご寄附いただいた賛助会員の年会費は、京都のスポーツの普及・振興を目的とした事業に使用させていただきます。

会費 法人・団体/1口 **10,000円**から
個人/1口 **5,000円**から

お申込み・詳細 (公財)京都市体育協会賛助会員担当
TEL:075-315-4561

http://www.kyoto-sports.or.jp/support_sports/membership/

たいわ イメージ図
学校法人 **大和学園**



2018年4月
新キャンパス開設予定

医療法人 同仁会(社団)
京都九条病院
<http://www.dojinkai.com>



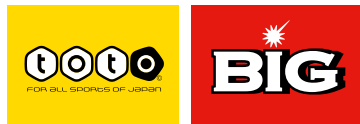
**スポーツ団体
利用歓迎!!**
西京極での宿泊・合宿は
エステイト東久 西京極
TEL:075-323-2111
<http://ns.estatetokyu.com>



**田中セツ子
京都結婚塾**

TEL 075-681-7575
<http://www.tanakasettsuko.com>

スポーツくじ



スポーツは育てることができる。

スポーツくじ(toto・BIG)の収益は、日本のスポーツを育てるために使われています。

西京極総合運動公園へは公共交通機関を利用すると便利です!!

●電車
地下鉄「四条」駅下車、阪急電鉄「烏丸」駅乗換
→「西京極」駅下車すぐ

●市バス
京都駅から市バス73系統
地下鉄東西線「太秦天神川」駅から市バス80系統
地下鉄烏丸線「四条」駅から市バス32系統
京阪「祇園四条」駅から市バス80系統
→「西京極運動公園前」下車すぐ

地下鉄東西線「太秦天神川」駅から市バス84系統
地下鉄東西線「西大路御池」駅から市バス特27系統
京都駅八条口から市バス84系統
→「西京極駅前」下車すぐ

さあ
でかけよう!

●京都市交通局ホームページ <http://www.city.kyoto.lg.jp/kotsu>