

ダッシュ!

平成29年度 スポーツ講座



からだやわらか体操講座

柔軟性を高める正しいストレッチ方法を知り、身体を支える丈夫な筋肉の鍛え方を学びます。
日頃の疲れで凝り固まっている身体をほぐして、心身ともにリラックスしていきましょう。

日時 平成30年3月14日(水)
18:30~20:00

講師 橋元 真央 氏
京都光華女子大学 健康科学部 講師

会場 京都市市民スポーツ会館 体育室
(京都市右京区西京極新明町32)

参加対象 18歳以上 **定員** 60名(抽選)

参加費 無料

申込締切 平成30年3月1日(木) 必着

※申込締切終了後、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メール又はハガキでお申込み



郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、本講座を何で知ったかを明記

【お申込み・お問合せ】

公益財団法人京都市体育協会「からだやわらか体操講座」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

総合受付(市民スポーツ会館) 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!



スポーツ教室 参加者募集! 第二弾!

初心者から経験者まで楽しむことを第一に、スキーを通じて体力向上、スキルアップ、仲間づくり、お気軽にご参加ください。親切で丁寧な一流コーチ陣で皆様をお待ちしています。



日程 平成30年3月24日(土)~26日(月) ※貸切乗合バスでの2泊3日

場所 長野県志賀高原 一ノ瀬・高天原・焼額山・奥志賀スキー場 他

春休み京都ジュニアスキー教室

ジュニアスキースポーツキャンプ

対象 京都市在住・在学の小学4年生~中学生、高校生

参加料 小学生 35,000円
中学生・高校生 42,000円
(バス交通費・宿泊代・朝夕4食代・全リフト代・講習代込)



申込締切 平成30年3月6日(火)

申込方法 京都市スキー協会までお問合せ頂きましたら、要項と申込書を送付いたしますので、詳細はそちらをご確認ください。

お申込みお問合せ 京都市スキー協会 〒601-8047京都市南区東九条下殿田70 京都府スポーツセンター内
TEL:075-692-3487 FAX:075-692-3971

春季スキーツアー&スキー教室

<< スキー塾 in 志賀高原 >> ~充実したスキーライフの為に~

対象 京都市在住・在勤・在学の16歳以上

参加料 40,000円 (バス交通費・宿泊代・講習代・検定代込)

- お子さんが同日程でのジュニアスキー教室「春休み京都ジュニアスキー教室」に参加の場合、30,000円。
- 現地集合コース(土日の2日間)もあります。

第16回京都市民総合体育大会 第46回京都市長杯市民卓球大会

日程 平成30年3月11日(日)

場所 伏見港公園 体育館 **開始時間** 9:00

参加対象 京都市在住か、在勤・在学の方
又は京都卓球協会会員

内容 ① 一般男子 ② 一般女子 ③ 40歳代男子
④ 40歳代女子 ⑤ 50歳代男子
⑥ 50歳以上女子 ⑦ 60歳以上男子

参加料 一般1,200円 大学生1,000円
高校ジュニア以下600円

申込締切日 平成30年2月28日(水)

申込方法 大会申込書を郵送
送金方法等、詳細はお問い合わせください

申込時記載事項 氏名(ふりがな)、性別、生年月日、
住所、電話番号、参加種目番号を明記

お申込み・お問合せ

京都卓球協会
〒605-0981 京都市東山区本町9-108-1 小寺光昭 方 TEL:075-561-2354

第16回京都市民総合体育大会 兼 関西マスターズスポーツフェスティバル オリエンテーリング大会

日程 平成30年3月17日(土)

場所 宝が池公園 憩の森

受付時間 12:00~13:00

開始時間 13:30

参加対象 京都市在住か、在勤・在学の小学生以上

申込締切日 平成30年3月8日(木)

申込方法 郵送またはメール

申込時記載事項 住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、
参加クラス、所属(クラブ名、学校名)を明記。

*参加クラス、参加費、送金方法等に関しては京都市オリエンテーリング協会までお問合せください。

お申込み

みやこオリエンテーリングクラブ
〒602-8031 京都府庁前郵便局留
中島明日香宛
Email:k_asu_clover@yahoo.co.jp

お問合せ

京都市オリエンテーリング協会
〒605-0953
京都市東山区今熊野南日吉189-3
TEL:075-541-8863

初心者大歓迎!経験者対象の教室も開催しています!お気軽にお問い合わせください!

京都アクアリーナ ボルダリング

利用時間 9時~21時(区分入替制)

区分:9~11時/11~13時/13~15時/15~17時/17~19時/19~21時

利用料金 ●中学生以上:400円/1区分
●小学生:200円/1区分(保護者の同伴必須)

レンタル ボルダリングシューズ:100円/日

定休日 火曜日 ※祝日の場合は翌平日

講習会予約・お問合せ 080-6219-7791



※初めての方は、講習会をまず受講してください。
※講習会は定員10名の事前予約制です。お電話にてご予約ください。
※講習会や教室の開催日程や空き状況は、HPでご確認いただけます。



http://www.kyoto-sports.or.jp/do_sports/bouldering/

平成29年度 公益財団法人京都市体育協会 表彰式



平成29年度 公益財団法人京都市体育協会 表彰式を、1月13日、京都ブライトンホテルにて執り行いました。本表彰は、京都市において永年にわたり、各競技の普及・振興に努力を重ねてこられた方の功績を称えるもので、今年度は功労賞11名、優秀サポート賞12名が受賞されました。

功労賞(11名)

| | |
|-------|-----------------------|
| 長屋 敏弘 | 特定非営利活動法人NPO京都市陸上競技協会 |
| 奥 芳文 | 京都市水泳協会 |
| 橋本 康德 | 京都市ソフトテニス連盟 |
| 坂田 晃 | 京都市バレーボール協会 |
| 田村 直也 | 京都市相撲連盟 |
| 中川 保司 | 京都市空手道連盟 |
| 小田 晋作 | 京都市ゴルフ協会 |
| 坂根 弘基 | 京都市合気道連盟 |
| 山本 昇 | 京都市オリエンテーリング協会 |
| 赤木 貞夫 | 京都市グラウンド・ゴルフ協会 |
| 有野 宏之 | JAWA京都市アームレスリング連盟 |

優秀サポート賞(12名)

| | |
|--------|-----------------------|
| 喜多村 實 | 特定非営利活動法人NPO京都市陸上競技協会 |
| 森岡 良一 | 京都市水泳協会 |
| 黒川 幸子 | 京都市ソフトテニス連盟 |
| 糸乗 富子 | 京都市バレーボール協会 |
| 河本 涼子 | 京都市バドミントン協会 |
| 中川 正 | 京都市相撲連盟 |
| 笹原 夕子 | 京都市テニス協会 |
| 柘植 真由美 | 京都市なぎなた連盟 |
| 木崎 一宏 | 京都市ベタンク・ブル連盟 |
| 古川 敏明 | 京都市ターゲット・バードゴルフ協会 |
| 畠山 和代 | 京都市グラウンド・ゴルフ協会 |
| 鎌田 愛子 | JAWA京都市アームレスリング連盟 |

(敬称略)

第9回

京都ツデーウォーク

健康長寿のまち・京都
いきいきポイント対象事業



「歩くまち・京都」

参加者大募集

日程 平成30年 3/3 土 ・ 4 日

日程及びコース

| | 北山・東山コース | 受付 | 出発式 | スタート |
|-------|--|------|------|-------|
| 3/3 土 | 30km 梅小路公園・京都御苑・相国寺・賀茂川・宝が池公園・曼殊院・詩仙堂・銀閣寺・哲学の道・平安神宮・知恩院・清水寺・三十三間堂・梅小路公園 | 7:00 | 7:45 | 8:00 |
| | 20km 梅小路公園・京都御苑・相国寺・下鴨神社・大豊神社・平安神宮・円山公園・清水寺・三十三間堂・梅小路公園 | 8:00 | 8:45 | 9:00 |
| | 10km 梅小路公園・鴨川・辰巳大明神・円山公園・清水寺・三十三間堂・梅小路公園 | 9:00 | 9:45 | 10:00 |
| 3/4 日 | 仁和寺・洛西コース (美しい日本の歩きたくなるみち500選・07認定コース 30kmのみ) | 受付 | 出発式 | スタート |
| | 30km 梅小路公園・西本願寺・二条城・京都アスニー・仁和寺・大覚寺・渡月橋・松尾大社・梅宮大社・西京極総合運動公園・東寺・梅小路公園 | 7:00 | 7:45 | 8:00 |
| | 20km 梅小路公園・西本願寺・二条城・京都アスニー・仁和寺・東映太秦映画村・広隆寺・西京極総合運動公園・東寺・梅小路公園 | 8:00 | 8:45 | 9:00 |
| | 10km 梅小路公園・西本願寺・二条城・京都アスニー・壬生寺・梅小路公園 | 9:00 | 9:45 | 10:00 |

*全コース受付場所・スタート及びゴールは梅小路公園です。*全コース16:00までにゴールしてください。

参加記念品 大会バッチ、ゼッケン、大会誌、コース地図、記念品を贈呈します。

参加特典 京都ツデーウォークを見事完歩された方を対象に「完歩抽選会」を実施!京都ゆかりの品々を用意しています。



メイン会場 **梅小路公園** 雨天決行

(最寄り駅:JR京都駅徒歩10分)

申込締切 平成30年2月19日(月)まで

申込方法 JTBスポーツステーション
<http://jtbssports.jp/>

(登録サイトに必要事項をのれなくご記入ください。)

事前申込 1,800円 当日申込 2,300円

*中学生以下は無料です。*2日間参加も、1日参加も同額です。

お問合せ 京都ツデーウォーク実行委員会事務局

〒600-8148 京都市下京区東洞院通七条上ル鉾屋町249番地
木村ビル2階 (NPO法人京都府ウォーキング協会内)
TEL:075-353-6464 FAX:075-352-4600 土・日・祝除く10:00~16:00

2018年2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 |
|-------------------|-------------|--|
| 3日(土) | 9:30~21:00 | 第15回近畿総合バドミントン大会<シニアの部>(京都府バドミントン協会) |
| 4日(日) | 8:00~17:00 | 平成29年度 京都市小学生バレーボール男子・女子選手権大会<4thデザートジュニアカップ>(京都市バレーボール協会) |
| 9日(金) | 19:35ティップオフ | 有料 B1リーグ 京都ハンナリーズ vs 新潟アルビレックスBB |
| 10日(土) | 15:05ティップオフ | |
| 11日(日・祝)~12日(月・休) | 9:00~17:00 | 京都太秦少年剣道部創立55周年記念少年剣道練成新人大会(京都市剣道協会) |
| 14日(水) | 9:00~17:00 | バレーボール交歓会(市民スポーツクラブバレーボール交歓会) |
| 24日(土)~25日(日) | 9:00~21:00 | 第33回京都府小学生バレーボール新人大会(京都府バレーボール協会) |

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(日) | 9:00~17:00 | 主 | サンガカップ 第40回京都少年サッカー選手権大会(京都府サッカー協会) |
| | 11:00~14:00 | 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) |
| 11日(日・祝) | 9:00~17:00 | 補 | 2017年度 第13回関西シニアサッカーフェスティバル(京都府サッカー協会) |
| 18日(日) | — | 主 | 京都マラソン2018(京都市・京都陸上競技協会) 8:55 車いす競技スタート 9:00 マラソン・ペア駅伝スタート |
| 24日(土) | 9:00~17:00 | 主 | 平成29年度 京都府高校サッカー新人大会 決勝(京都府サッカー協会) |
| 25日(日) | 15:00キックオフ | 主 | 有料 2018明治安田生命J2リーグ 第1節 京都サンガF.C. vs FC町田ゼルビア |

一般開放日 8:00~21:00 利用料金/一般(高校生以上)200円 中学生以下100円

補 1日(木)、2日(金)、5日(月)、13日(火)~15(木)、
19日(月)、20日(火)、23日(金)、26日(月)、28日(水)

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

2月休講日 12日(月・休)、14日(水)、15日(木)、16日(金)



京都マラソン
2018

京都マラソン2018

平成30年2月18日(日)開催

9:00に西京極総合運動公園をスタートし、平安神宮前でフィニッシュするコース。
市民・大学生などによる「沿道盛り上げ隊」も、熱いパフォーマンスを披露。大会を盛り上げます。
大会前(2/16(金)・2/17(土))にみやこめっせで開催する「おこしやす広場」では、大会スポンサーをはじめとする各種ブースや京都の有名料理店の屋台、お茶席など、多彩なイベントをご用意。どなたでも入場できますので、ぜひお越しください!



大会当日はご不便をおかけしますが、**ノーマイカーデー**にご理解ご協力をお願いします

京都マラソンは、長時間にわたり道路を使用するため、市内全域で大規模な渋滞の発生が予想されます。京都観光には公共交通機関をご利用ください。

*交通規制や路線バスの経路変更等に十分ご注意ください。自転車、歩行者のコース横断も制限されます。

歩行者の横断は歩道橋、地下鉄出入口をご利用ください。

詳しくは…

検索

※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。

京都アクアリーナ

〒615-0846 京都市右京区西京極徳大寺団子田町64番地

【主2】…サブスケートリンク 【補】…サブプール

| 日 | 時間 | 競技場 | 内容 |
|---------------|------------|-----|--|
| 11日(日・祝) | 9:00~19:00 | 補 | 第37回京都府高等学校室内選手権水泳競技大会(京都水泳協会) |
| | 9:00~21:00 | 主2 | 第18回エンゼル杯アイスホッケージュニア交流戦 (京都ジュニアワイルドビーズアイスホッケークラブ) |
| 18日(日) | 9:00~19:00 | 補 | 第40回全国JOCジュニアオリンピックカップ春季大会 京都府予選会(京都水泳協会) |
| 24日(土)~25日(日) | 9:00~17:00 | 補 | 近畿ジュニア選手権水泳競技大会水球競技(京都水泳協会) |



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 |
|----------|-------------|--|
| 3日(土) | 13:00~17:00 | 平成29年度 第66回近畿高等学校ラグビーフットボール大会京都府予選 準決勝(京都府ラグビーフットボール協会) |
| 4日(日) | 10:00~15:30 | 第52回京都フットボールリーグ 2017(京都府サッカー協会) |
| 10日(土) | 9:00~16:00 | 京都少年フットサル順正カップ 順位決定戦(京都市サッカー協会) |
| 11日(日・祝) | 13:00~17:00 | 平成29年度 第66回近畿高等学校ラグビーフットボール大会京都府予選 決勝(京都府ラグビーフットボール協会) |
| 12日(月・休) | 8:00~17:00 | 日刊スポーツ杯 第24回関西小学生サッカー大会 京都府大会 兼 JA全農杯 チビリンピック2018 小学生8人制サッカー大会 京都府大会(京都府サッカー協会) |
| 17日(土) | 13:00~17:00 | 京都市中学校新人戦 準決勝(京都府ラグビーフットボール協会) |
| 24日(土) | 13:00~17:00 | 京都市中学校新人戦 決勝(京都府ラグビーフットボール協会) |



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 【武】…旧武徳殿 【弓】…弓道場 【相】…相撲場

| 日 | 時間 | 競技場 | 内容 |
|----------|------------|-----|--|
| 4日(日) | 9:00~17:00 | 弓 | 京都府公立高校弓道大会(京都府高体連) |
| 11日(日・祝) | 9:00~17:00 | 主 補 | 第31回京都府柔道選手権大会 兼 第38回全国少年柔道大会 京都府予選(京都市柔道連盟) |
| | | 武 弓 | 建国記念弓道大会(京都府弓道連盟) |
| 12日(月・休) | 9:00~17:00 | 武 | 第3回京都市ジュニアなぎなた交流大会(京都市なぎなた連盟) |
| 19日(月) | 9:00~17:00 | 主 | 五都市消防剣道大会(京都市剣道協会) |
| 24日(土) | 9:00~17:00 | 武 | 第25回耐寒学童柔道大会(京都市柔道連盟) |
| 25日(日) | 9:00~16:00 | 主 | 第18回中京区民卓球大会(中京区体育振興会連合会) |

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 |
|-----------------|------------|---|
| 3日(土) | 9:00~21:00 | 第65回京都府高等学校新人大会 兼 第28回近畿高等学校新人大会 京都府予選(京都府バスケットボール協会) |
| 4日(日) | 8:00~17:00 | 第20回場内親善ソフトバレーボール大会(京都市中央卸売市場体育連盟) |
| 10日(土)~12日(月・休) | 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) |
| 17日(土) | | |
| 18日(日) | 9:30~12:30 | 第67回京都府ダンススポーツ競技会(京都市ダンススポーツ連盟) |
| 24日(土) | 9:00~21:00 | 第33回京都府小学生バレーボール新人大会(京都府バレーボール協会) |
| 25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) |

ミズノスクール

2月のピックアップ!!

※各教室の体験は、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。

西京極総合運動公園

お申込み
お問合せ

市民スポーツ会館

TEL:075-315-3741

チアダンス教室

無料体験あり

チアダンスを通じて身体能力向上と、チームワークに大切な精神・思いやり・感謝の気持ちを身に付けます。

日時 月曜日 2月5日、19日、26日
18:00 ~ 19:30

場所 ハンナリーズアリーナ
2F多目的室

定員 15名(先着) 対象 小学生・中学生

料金 5,670円/月3回(月謝)



楽しくストレッチ体操教室

呼吸法を意識して行う、ゆるやかな気持ちのいい体操です。
ゆったりと楽しく姿勢を整えましょう☆

日時 水曜日 2月7日、14日、21日
11:00 ~ 12:00

場所 ハンナリーズアリーナ
2F多目的室

定員 25名(先着) 対象 16歳以上

料金 2,160円/月3回(月謝)

無料体験あり



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ために補強運動、ストレッチも
行います。

日時 毎週水曜日 ※祝日除く 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 対象 16歳以上

定員 各クラス20名(先着) 料金 510円/回

宝が池公園運動施設

ストレッチ&トレーニング教室

3月からの新規開講教室
500円体験会

日程 2月24日(土) 10:00~11:00

場所 宝が池公園クラブハウス 2F多目的室

対象 16歳以上 定員 20名

さまざまなポーズや呼吸法により、筋力UP・姿勢改善を行います。
平日運動できない方は是非、ご参加ください☆初心者の方にもおすすめ健康教室です。

3月~ 日時 毎週土曜日 10:00~11:00

料金 4,320円/月4回(月謝) ※開催日数により変動あり

お申込み・お問合せ: 宝が池公園運動施設 TEL:075-712-3300

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/

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.tanakasetsuko.com>



学校法人 大和学園

2018年4月
新キャンパス開設予定

公益社団法人 京都府鍼灸マッサージ師会

TEL:075-803-6078

<https://ksmk.jp>

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!!

