

# ダッシュニュース!



あなたは  
どう歩く  
?

## 平成30年度 スポーツ講座



**第1弾** 基礎からしっかり学ぶ!

### 歩きの基本

～身体の動きを引き出すために～

ウォーキングの動作を基礎からしっかり学びます。正しい歩き方で身体の動きを引き出し、カッコよく歩きましょう。



日時 **2月27日(水)**  
18:00～19:30

講師 **井上 護氏**  
(ERP下鴨南治療院 院長)

定員 **80名**

申込締切 **2月20日(水)**  
(応募者多数の場合、抽選)

詳細は  
こちらから



**第2弾** 一度やってみたかった!

### ノルディック ウォーキング入門

ポールを使って効率よく全身運動。初めてでも気軽に参加できるノルディックウォーキングの入門講座です。



日時 **3月29日(金)**  
18:00～19:30

講師 **山内 正太氏**  
(ミズノ株式会社 健康運動指導士)

定員 **60名**

申込締切 **3月21日(木)**  
(応募者多数の場合、抽選)

詳細は  
こちらから



会場 **市民スポーツ会館 (京都市右京区西京極新明町32)**

応募方法 **①ホームページ申込みフォーム ②はがき または FAX**

記載事項 **氏名(ふりがな)・〒住所・年齢・性別・電話番号・参加を希望する講座名(歩きの基本/ノルディック)・講座を通して解決したい悩み、講師に聞きたいこと**

申込・問合せ先 **〒615-0864 京都市右京区西京極新明町1「スポーツ講座」係  
FAX:075-315-4521 TEL:075-315-4581**

【主催】公益財団法人京都市体育協会 【共催】京都市 【後援】京都新聞、KBS京都

**参加無料**



〈発行・編集〉  
公益財団法人

未来につなごう、京都のスポーツ  
Kyoto city Sports Association

# 京都市体育協会

〈総合案内〉市民スポーツ会館  
〒615-0864 京都市右京区西京極新明町32番地  
TEL:075-313-9131 FAX:075-313-9191  
Mail: dash@kyoto-sports.or.jp  
URL: http://www.kyoto-sports.or.jp/



京都駅  
発着!!



# みんなで楽しむ日帰りスキースクール

## 初めてでも滑れる! みんなで楽しめる!

京都駅からバスでラクラク移動。経験豊富なインストラクターが、基礎から丁寧に分かりやすく指導します! 経験者を対象にしたクラスもあり。スクールに参加せず思う存分滑るのがOK! 親子、友達、お一人で。みんなで丸一日スキーを楽しみましょう!



**日程** 2月24日(日) 京都駅八条口アバンティ前集合 6:30出発 19:15帰着(予定)

**参加費** 往復バス・実技講習代 大人1名 7,000円 小人1名 3,500円 (中学生以上)

**場所** 今庄365スキー場 (福井県南越前町)

**申込締切** 2月15日(金) (先着順・キャンセル待ちあり)

詳細はホームページで

**対象** 小学3年生以上 (中学生以下は保護者同伴)

**定員** 40名 (最少催行人員20名)

**申込方法** 株式会社JTB京都支店 (TEL:075-365-7722) に電話で。後日、詳細のご案内、申込書をお送りいたします。お気軽にお問合せ下さい。

〈お問合せ〉 株式会社JTB 京都支店  
〒600-8023 京都市下京区河原町通松原上ル2丁目富永町338 京阪四条河原町ビル7階  
TEL:075-365-7722 FAX:075-365-7713  
【営業時間】9:30~17:30(定休日:土・日・祝、12/30~1/3)  
総合旅行業務取扱管理者:中尾太輔 担当:豊山秀男

※参加費に含まれるもの:往復バス代、実技講習代  
参加費に含まれないもの:リフト代、レンタルスキー・ウェア代、食事代  
※スクールへの参加を希望されない方はバス移動のみでもご参加いただけます。  
※食事条件:食事は含まれません。 ※取消料:旅行出発の10日前から取消料が発生します。  
※参加条件:各自でスキー中の事故に対応した傷害保険に事前に入っている方が対象となります。希望者には申込みの際に同時に加入いただけます。(別料金、1名300円)

企画協力 / 公益財団法人京都市体育協会、京都市スキー協会



## 2019シーズン スキー教室 参加者募集!!

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** 3月23日(土)~25日(月) ※2泊3日 **申込締切** 3月7日(木)

**場所** 長野県志賀高原(貸切乗合バス)

### 京都ジュニアスノースポーツキャンプ《ジュニアスキー教室》

**対象** 京都市在住・在学の小学4年生~高校生

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

### スキー塾 in 志賀高原《スキー教室ツアー》~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)  
※ お子様がお子様同日程のジュニアスキー教室に参加の場合、30,000円

**備考** 現地集合コースもあります。(土日の2日間)

**申込方法** 京都市スキー協会まで電話でお問合せください。※要項・申込書等を送付いたします。

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

## 第17回京都市民総合体育大会

# オリエンテーリング大会

### 兼 山本昇記念大会

**日程** 3月23日(土) **場所** 宝が池公園 憩の森

**受付時間** 12:00~13:00 **競技時間** 13:30~14:30

**競技形式** スコアオリエンテーリング形式(点数形式)

**参加対象** 京都市内在住か、在勤・在学の小学生以上

**参加クラス** MA、MV、MB、WA、WV、WB、N、G  
※詳細はお問い合わせください。

**参加料** A・Vクラス 事前申込1,300円 当日1,800円  
B・Nクラス 事前申込1,000円 当日1,500円  
Gクラス 無 料 (高校生以下は無料)

**申込期間** 2月14日(木)~3月14日(木) **申込方法** メール

**申込必要事項** 参加クラス、所属(クラブ又は学校名)、〒住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、生年月日、電話番号

**お申込み** みやこオリエンテーリングクラブ事務局  
Mail: k\_asu\_clover@yahoo.co.jp (担当: 中島明日香)

**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町189-3 近藤方  
TEL: 075-541-8863

# 健康づくり! 仲間づくり! ウオーキング!!



お問合せ NPO法人京都府ウオーキング協会

TEL:075-353-6464

FAX:075-352-4600

## 2月11日(月・祝) ちょっと早いバレンタインデー 師団街道 遺構めぐり

- ◆ 集合場所: JR(京都駅) 中央口駅前広場(東側) 9:45
- ◆ 距離: 10km
- ◆ 解散場所: JR桃山駅 14:30頃
- ◆ 参加費: 500円(中学生以下は無料)

**コース** JR・京都駅~塩小路橋~第一軍道~第二軍道~聖母学院本館(旧陸軍第十六師団)~第三軍道~墨染橋~伏見インクライン~JR・桃山駅

## 2月23日(土) 桓武天皇と早良親王 ゆかりの地を訪ねて

- ◆ 集合場所: 宝が池公園 9:45 (地下鉄・国際会館駅より徒歩約5分)
- ◆ 距離: 14km
- ◆ 解散場所: 京阪神宮丸太町駅 14:30頃
- ◆ 参加費: 500円(中学生以下は無料)

**コース** 宝が池公園~崇道神社~下鴨神社~上御霊神社~京都御苑~下御霊神社~京阪・神宮丸太町駅

## 2月25日(月) 第170回「KWA特別基地」 「北野天満宮梅花祭」観賞w

- ◆ 集合場所: JR(京都駅) 中央口駅前広場(東側) 9:45
- ◆ 距離: 14km
- ◆ 解散場所: JR円町駅 14:30頃
- ◆ 参加費: 300円(中学生以下は無料)

**コース** JR・京都駅~鴨川河川敷~荒神橋~京都御苑~翔鸞児童公園~北野天満宮~JR・円町駅

# 平成30年度 公益財団法人京都市体育協会 表彰式

平成30年度 公益財団法人京都市体育協会 表彰式を、1月12日、京都ホテルオークラ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13名、優秀サポート賞9名が受賞されました。



功労賞(13名)		
相模 浩史	特定非営利活動法人 NPO京都市陸上競技協会	
森田 基嗣	京都市水泳協会	
松井 繁	京都市ソフトテニス連盟	
將野 義雄	京都市バレーボール協会	
西澤 文生	京都市バスケットボール協会	
辻 幸博	特定非営利活動法人 京都市サッカー協会	
岩田 和義	京都市相撲連盟	
矢田 全邦	京都市弓道協会	
平井 靖之	京都市ソフトボール協会	
宮野 正喜	京都市ホッケー協会	
渡部 健一	京都市武術太極拳協会	
佐藤 和夫	京都市合気道連盟	
三谷 規之	JAWA京都市アームレスリング連盟	

優秀サポート賞(9名)		
張 正子	特定非営利活動法人NPO京都市陸上競技協会	
宇野 浩	京都市水泳協会	
壬生美智子	京都市バレーボール協会	
藤田 俊子	京都市柔道連盟	
西本 茂	京都市ソフトボール協会	
田中 裕理	京都市なぎなた連盟	
伊藤真里子	京都市自転車競技連盟	
田畑 麗子	京都市ペタンク・ブル連盟	
宮脇 智幸	JAWA京都市アームレスリング連盟	

(敬称略)

第10回 「歩くまち・京都」

# 京都ツデーウォーク

参加者大募集

2019年 3/2 土・3 日

メイン会場 梅小路公園 (最寄り駅:JR京都駅徒歩10分) **雨天決行**

申込締切 2月18日(月)

申込方法 ①または②からお申込みください。  
 ① JTBスポーツステーション <https://jtb sports.jp/>  
 ② ウォーキング モシコム <http://www.walking.or.jp/>

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船屋町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

## 3世代合同スポーツイベント開催!

親子や祖父母・孫等、3世代でスポーツを満喫しましょう☆  
 お子様向けには、走り方教室と、苦手克服教室(鉄棒・跳び箱)を実施。  
 一般の方向けには、個人フットサル、ウォーキング、グラウンド・ゴルフを実施します!

日程 2月23日(土) 申込受付 2月1日(金) 8:30~ 電話予約 先着順

会場 西京極総合運動公園 補助競技場

対象	幼児	小学生	16歳以上		
9:15 9:30	①走り方教室 [定員50名]	①苦手克服教室 [鉄棒・跳び箱] [定員各25名]	個人フットサル [定員20名]	グラウンドゴルフ [定員64名]	ウォーキング [定員20名] 9:30~10:30
10:15 10:30	休憩				
10:30 11:30	②苦手克服教室 [鉄棒・跳び箱] [定員各25名]	②走り方教室 [定員50名]	9:30~11:30	9:30~11:30	※クラブ・ボール持参
11:30					
料金	1,000円 ①②両方参加は1,500円		1,000円	500円	500円

お申込みお問合せ 市民スポーツ会館 TEL:075-315-3741

2019年2月

# 大会情報

## ハンナリーズアリーナ

〒615-0864 京都市右京区西京極新明町1

日	時間	大会内容
2日(土)	18:05ティップオフ	<b>有料</b> B1リーグ 京都ハンナリーズ vs 川崎ブレイブサンダース
3日(日)	14:05ティップオフ	
9日(土)	10:30~16:00	西京ブロックドッジボール大会 (京都市榎原児童館)
10日(日)	9:10~16:30	右京区民ソフトバレーボール大会 (右京区体育振興会連合会)
13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)
23日(土)~24日(日)	9:00~21:00	第33回京都府小学生バレーボール新人大大会 (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	大会内容
3日(日)	9:00~17:00	主	サンガカップ 第41回京都少年サッカー選手権大会 決勝 (京都府サッカー協会)
10日(日)	9:00~17:00	補	第53回京都フットボールリーグ(シニア) (京都府サッカー協会)
11日(月・祝)	9:00~17:00	補	平成30年度 京都高校サッカー新人大大会 (京都府サッカー協会)
17日(日)	—	主	京都マラソン2019 (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
23日(土)	9:00~17:00	主	平成30年度 京都高校サッカー新人大大会 (京都府サッカー協会)
24日(日)	14:00キックオフ	主	<b>有料</b> 2019明治安田生命J2リーグ 第1節 京都サンガF.C. vs アルビレックス新潟
	9:00~17:00	補	第53回京都フットボールリーグ(シニア) (京都府サッカー協会)

補 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

1日(金)、4日(月)、6日(水)、8日(金)、  
12日(火)、13日(水)、18日(月)~20日(水)、  
22日(金)、25日(月)、26日(火)~28日(木)

**卓球スタジオ グリッチ** お問合せ/  
TEL:075-315-4583

陸上競技場兼球技場内のスタジオで、卓球のフリー利用や、各種レッスンを実施しています

2月休調日 11日(月・祝)・15日(金)・27日(水)

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

## 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

補:サブプール

日	時間	競技場	大会内容
10日(日)	9:00~18:00	補	第38回京都府高等学校室内選手権水泳競技大会 (京都府高体連)
17日(日)	9:00~18:00	補	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)
23日(土)~24日(日)	9:00~18:00	補	近畿ジュニア選手権水泳競技大会水球競技 (近畿水泳連盟)

京都マラソン  
2019

# 京都マラソン2019

平成31年2月17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「治道盛り上げ隊」も、熱いパフォーマンスを披露して、  
大会を盛り上げます。

大会前(2/15(金)・2/16(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。

詳しくは… **京都マラソン**

検索

歩行者の横断は歩道橋、地下鉄出入口をご利用ください。

2019年2月

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。

## 宝が池公園球技場

〒606-0923 京都市左京区松ヶ崎東池ノ内町

日	時間	大会内容
2日(土)	8:00~17:00	高円宮杯 JFA 第30回全日本U-15 サッカー選手権大会2019京都 (京都府サッカー協会)
3日(日)	13:00~17:00	第70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)
9日(土)	12:30~17:00	京都市中学校新人戦 準々決勝 (京都府ラグビーフットボール協会)
10日(日)	8:00~17:00	第70回近畿高等学校ラグビーフットボール大会 京都府予選 3位決定戦 (京都府ラグビーフットボール協会)
11日(月・祝)	9:00~17:00	平成30年度 京都高校サッカー新人大会 (京都府サッカー協会)
16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)
23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)
24日(日)	9:00~17:00	第53回京都フットボールリーグ(シニア) (京都府サッカー協会)



## 京都市武道センター

〒606-8323 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	大会内容
1日(金)~3日(日)	9:00~17:00	主補武	第60回近畿高等学校柔道新人大会 (京都府柔道連盟)
9日(土)~10日(日)	9:00~17:00	主補武	京都府中学校強化錬成大会 (京都府剣道連盟)
10日(日)	9:00~17:00	弓	京都府公立高等学校弓道大会 (京都府弓道連盟)
11日(月・祝)	10:30~17:00	主補	第32回京都府柔道選手権大会 (京都府柔道連盟)
	9:00~17:00	武弓	建国記念弓道大会 (京都府弓道連盟)
23日(土)	9:00~17:00	武	第26回耐寒学童柔道大会 (京都府柔道連盟)
24日(日)	9:00~16:00	主	第19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 京都市伏見区横大路下ノ坪1

日	時間	大会内容
2日(土)	9:00~21:00	京都府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)
3日(日)	9:00~15:00	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)
9日(土)~10日(日) 16日(土)	9:00~21:00	京都府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(日)	8:00~17:00	U18リーグ (京都府バスケットボール協会)
23日(土)~24日(日)	9:00~21:00	京都府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)

## 体育館 一般開放

利用登録・予約は不要、当日の受付のみで気軽に体育館をご利用いただけます!  
(利用料金) 一般 (高校生以上) 200円、中学生以下 100円

開放場所 **ハンナリーズアリーナ** 利用種目 **バドミントン** ※種目限定、用具持参

開放日時 **2月17日(日) 18:00~21:00**

お問合せ:公益財団法人京都市体育協会 事業運営課  
TEL:075-313-9134 (平日8:30~17:00)  
当日お問合せ:市民スポーツ会館 075-315-3741



※体験がある教室は、初めて参加される方1回限り。

## 京都アクアリーナ

### 骨密度測定会

自分の踵骨で骨密度測定を行います。



**2月6日(水)~8日(金)**

時間 10:00~12:00  
13:00~15:00

**予約不要**  
開催時間内にお越しください

場所 京都アクアリーナ1Fインフォメーション前

対象 中学生以上 料金 300円

備考 裸足で測定します。(タイツ・ストッキング不可)

### ミズノランニングクリニック

みんなでランニングフォームのチェックをしながら6km程度走ります。

**3月10日(日)**

申込受付  
2/20(金)  
9:00~



時間 10:00~12:00

場所 京都アクアリーナ1F 会議室 集合(屋外を走ります)

対象 高校生以上 定員 20名(先着)

料金 1,080円 備考 雨天中止(前日18時の予約で判断)

お申込み・お問合せ: 京都アクアリーナ TEL:075-315-4800 (火曜日休館)

## 宝が池公園運動施設

### 骨盤ゆらぎ体操教室



寝転がってゆらゆらと身体を揺すり、全身の筋肉をほぐすことで、身体骨格の歪み、肩こり、腰痛、不眠の改善を目指します! 体力に自信のない方、運動経験の無い方でもお気軽にご参加いただけます!

**2月11日(月・祝)** 時間 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(先着)

料金 500円 持ち物 ヨガマット(無ければ大きめのタオル)

申込受付  
2/1(金)  
9:00~

お申込み・お問合せ: 宝が池公園運動施設 TEL:075-712-3300

## 横大路運動公園

### 本気のレッスン! マジバド

ミズノオリジナルのバドミントン教室 ☆3期目開催決定

**金曜日 2月1日、15日、22日**  
**3月8日、15日、22日**

**要予約**

時間 9:00 ~ 12:00 場所 横大路体育館

対象 16歳以上 定員 16名(先着)

料金 全日程6回 16,200円/単発参加3,000円



お申込み・お問合せ: 横大路運動公園 TEL:075-611-9796

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



スポーツ選手を応援!  
西京極での宿泊・合宿に

**エステイト東久 西京極**  
TEL:075-323-2111  
https://www.estatetokyu.com/

学校法人 **大和学園**



2018年4月太秦キャンパス開設



**田中セツ子**  
**京都結婚塾**

TEL:075-681-7575  
http://www.tanakasetsuko.com

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

### 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/10  
**10,000円**から  
個人/10  
**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



ERP下鴨南治療院  
接骨・鍼灸

**スポーツクリ**



スポーツは育てることができる。

スポーツクリ(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  
地下鉄丸太線「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



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!

京都市体育協会

検索