

ダッシュコ!

健康長寿のまち・京都

いきいきポイント対象事業

第11回

京都ツデー ウォーク



「歩くまち・京都」

参加者大募集

開催日 2020年 3/7 土・8 日

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・JR梅小路京都西駅徒歩5分)



申込締切 2020年 2月19日(水)まで

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
<https://moshicom.com/35875>



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。

日程及びコース

		仁和寺・洛西コース	受付	出発式	スタート
3/7 土		(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)			
	30km	梅小路公園・西本願寺・二条城・京都アスニー・妙心寺・仁和寺・大覚寺・嵐山・阪急嵐山駅・松尾大社・梅宮大社・西京極総合運動公園・京都アクアリーナ・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・妙心寺・仁和寺・東映太秦映画村・広隆寺・西京極総合運動公園・京都アクアリーナ・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
3/8 日		北山・東山コース	受付	出発式	スタート
	30km	梅小路公園・京都御苑・相国寺・賀茂川・上賀茂神社・宝が池公園・曼珠院・詩仙堂・銀閣寺・哲学の道・大豊神社・平安神宮・知恩院・円山公園・高台寺公園・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・銀閣寺・哲学の道・大豊神社・平安神宮・知恩院・円山公園・高台寺公園・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・知恩院・円山公園・高台寺公園・清水寺・三十三間堂・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 大会バッジ、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!

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

〈発行・編集〉



公益財団法人 Kyoto city Sport Association

京都市スポーツ協会

〈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/



2019～2020シーズン SKI&スノーボードスポーツ教室 第二弾 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・スノーボードを通じて体力向上、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が皆様をお待ちしています。

① ジュニアスノースポーツキャンプ(スキー・スノーボード教室ツアー)
対象 小学4年生～中学生、高校生
○スノーボードは小学4～6年生の初心者に限ります。
参加料 小学生36,000円 中学生・高校生43,000円
(バス交通費・宿泊代・朝夕4食事代・全リフト代・講習代込)

② スキー塾 in 志賀高原(一般スキー教室ツアー)
～充実したスキーライフの為に～
対象 16歳以上の方
参加料 42,000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「京都ジュニアスノースポーツキャンプ」に参加の場合、32,000円
○現地集合コース;土日の2日間(現地集合)のコースもあります。

◆開催日 ①②3月20日(金・祝)～22日(日)
【貸切乗合バスでの2泊3日】

◆行先 長野県志賀高原一の瀬他

◆申込期限 3月6日(金)

※市スキー協会まで電話にてご連絡ください。



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

健康づくり! 仲間づくり! ウォーキング!!

お問合せ NPO法人京都府ウォーキング協会

TEL:075-353-6464 FAX:075-352-4600

2月22日 牛若丸と弁慶の (土) 出会い散策ウォーク

◆ 集合場所: JR嵯峨野線 二条駅 9:45

◆ 距離: 14キロ

◆ 解散場所: JR京都駅 14:30頃

◆ 参加費: 500円(中学生以下は無料)



JR二条駅～神泉苑～
高松殿跡～弁慶石～
六波羅蜜寺～五条大橋～
弁慶と牛若丸の像～
五条天神～左女牛井の跡碑～
若宮八幡宮～JR京都駅



吉祥院公園 グラウンドゴルフ 一般開放

事前申込みは不要。当日、吉祥院公園受付窓口にお越しください。

月・木曜日
9～12時
最終受付11時

2020年2月 開催予定 場所: 球技場
3日(月)、6日(木)、10日(月)、13日(木)、
17日(月)、20日(木)、27日(木)

16ホールを制限時間内であれば
何度でもご利用いただけます。

広～い16ホール
グラウンドで

料金500円



お一人からでも
プレーできます!



道具をお持ちで無い方にはレンタルもごさいます!

レンタル料金520円/1セット

●クラブ ●ボール ●マーカー

★雨天の場合は中止になる場合がございます。

★12時からの施設の利用がある場合、12時まで一部撤去作業に入らせていただきますのでご了承願います。

有料駐車場あり(第1P 38台、第2P 85台)

お問合せ: 吉祥院公園 TEL:075-691-2814
〒601-8380 京都市南区吉祥院新田下ノ向町

第18回 京都市民総合体育大会

卓球競技の部

日 程 3月7日(土) 競技開始 9:00

場 所 伏見港公園 体育館

参加対象 京都市在住か、在勤・在学の方
または京都卓球協会会員

内 容 ①一般男子 ②一般女子
③40歳代男子 ④50歳代男子
⑤50歳代女子 ⑥60歳代男子
⑦60歳以上女子 ⑧70歳以上男子

参加料 一般 1,200円 大学生 1,000円
高校生以下 600円

申込締切日 2020年2月26日(水)

申込方法 大会申込書を郵送
送金方法等、詳細はお問合せください。

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



〒605-0981

京都市東山区本町9-108-1 小寺光昭 方

TEL: 075-561-2354

お申込み
お問合せ

2019年度 公益財団法人京都市スポーツ協会 表彰式

2019年度 公益財団法人京都市スポーツ協会 表彰式を、1月11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12名、優秀サポート賞10名が受賞されました。



功労賞(12名)		
岡西 秀明	特定非営利活動法人NPO京都市陸上競技協会	
福田 浩二	京都市水泳協会	
水田 雅博	京都市ソフトテニス連盟	
坂口 久雄	特定非営利活動法人京都市サッカー協会	
鈴木 剛史	京都市剣道協会	
宮田 功	京都市相撲連盟	
伊藤 哲也	京都市ハンドボール協会	
中塚 清	京都市空手道連盟	
鈴木 和弥	京都市ベタンク・ブル連盟	
南 道雄	京都市合気道連盟	
湯浅 稠	特定非営利活動法人京都ダンス振興協会	
鴨志田泰彦	京都市スポーツ少年団	

優秀サポート賞(10名)	
藤木 良夫	特定非営利活動法人NPO京都市陸上競技協会
虫明 憲史	京都市水泳協会
原 和道	京都市ソフトテニス連盟
八倉伊佐夫	京都市相撲連盟
古川 訓子	京都市なぎなた連盟
小寺 修好	京都市空手道連盟
廣瀬 道代	京都市ベタンク・ブル連盟
干場 昭洋	京都市ターゲット・バードゴルフ協会
荒木 正巳	京都市グラウンド・ゴルフ協会
関 桂	特定非営利活動法人京都ダンス振興協会

(敬称略)

体育館バスケットボール 一般開放

料金 大人(高校生以上) 200円 こども(小・中学生) 100円

持ち物 バスケットボール、体育館シューズ、飲みもの、タオル

その他 予約不要、当日施設窓口にてお支払いください。
 (ハンナリーズアリーナは市民スポーツ会館窓口が受付となります)
 準備されているのはコート、ゴールのみになります。
 室内用のバスケットボールを、各自でご用意ください。
 体育館シューズがなければ利用をお断りします。
 ゴミは必ずお持ち帰りください。



☆登録不要! 誰でも利用できます☆

ハンナリーズアリーナ

日時 2月2日(日)
 18:00~21:00
 右京区西京極新明町1番地
 西京極総合運動公園内
 TEL: 075-315-3741

横大路体育館

日時 2月17日(月)
 18:00~21:00
 伏見区横大路下ノ坪1
 横大路運動公園内
 TEL: 075-611-9796

地域体育館スポーツ教室2月体験参加者募集!!

東山地域体育館 お申込みお問合せ 075-532-0474

教室名	曜日	日時・2月日程	体験料金(1回)
ハワイアンフラ	火	9:30~10:30 (60分) 4日、18日、25日	1,100円
やさしいヨーガ	水	9:00~10:00 (60分) 5日、12日、19日、26日	1,100円
健康ストレッチ	木	9:30~10:50 (80分) 6日、13日、20日、27日	1,260円
骨盤体操	木	19:10~20:30 (80分) 6日、13日、20日、27日	1,260円
かんたんピラティス	金	9:00~10:00 (60分) 7日、14日、21日、28日	1,100円
リラックスヨーガ	金	10:00~11:00 (60分) 7日、14日、21日、28日	1,100円



下京地域体育館 お申込みお問合せ 075-351-7510

教室名	曜日	日時・2月日程	体験料金(1回)
はじめよう! セルフメンテナンスヨガ	金	10:30~11:30 (60分) 7日、14日、21日、28日	1,100円

吉祥院地域体育館 お申込みお問合せ 075-691-1271

教室名	曜日	日時・2月日程	体験料金(1回)
健康ヨガ	水	9:30~10:30 (60分) 5日、12日、19日、26日	1,100円

今月の

大会情報

2020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。

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
8日(土)	18:05ティップオフ	有料 B1リーグ 京都ハンナリーズ vs サンロッカーズ渋谷
9日(日)	14:05ティップオフ	
11日(火・祝)	9:00~21:00	京都府社会人バスケットボール リーグ戦(京都府バスケットボール協会)
12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)
22日(土)・23日(日・祝)	9:00~21:00	第35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)
24日(月・休)	9:00~21:00	京都府社会人バスケットボール リーグ戦(京都府バスケットボール協会)
29日(土)	18:05ティップオフ	有料 B1リーグ 京都ハンナリーズ vs レバンガ北海道

たけびしスタジアム京都(陸上競技場兼球技場)・補助競技場

主…陸上競技場兼球技場 補…補助競技場

〒615-0864 京都市右京区西京極新明町29

日	時間	場所	大会内容
2日(日)	9:00~17:00	主	サンガカップ 第42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)
	9:00~17:00	補	京都フットボールリーグ/シニア(京都府サッカー協会)
16日(日)	—	主	京都マラソン2020(京都マラソン実行委員会) 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

補助競技場 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

4日(火)~6日(木)、10日(月)、12日(水)、17日(月)、
18日(火)、21日(金)、24日(月・休)~26日(水)、28日(金)

●芝生養生の為、一部立ち入り禁止部分があります。ご了承くださいませようお願いします。



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
お問合せ/TEL:075-315-4583

2月休講日 11日(火・祝)、14日(金)、24日(月・休)

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



京都マラソン2020

令和2年2月16日(日)開催

9:00に、たけびしスタジアム京都(西京極総合運動公園内)

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して、大会を盛り上げます。

大会前(2/14(金)・2/15(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… [京都マラソン](#)

検索

2020年2月 大会情報

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

主…メインリンク 補…サブプール

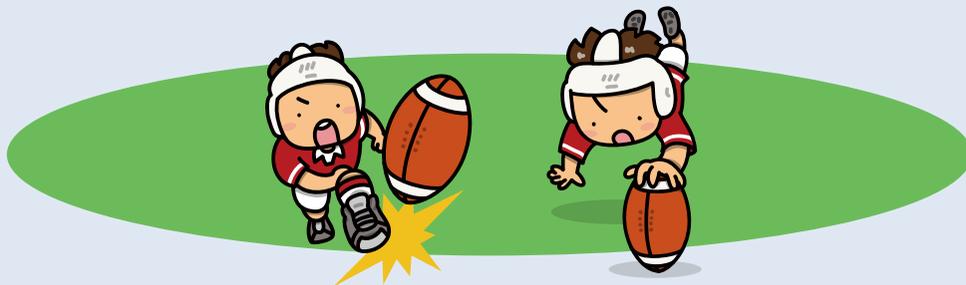
〒615-0846 京都市右京区西京極徳大寺団子田町64番地

日	時間	場所	大会内容
9日(日)	9:00~18:00	補	第39回京都府高等学校室内選手権水泳競技大会(高体連)
11日(火・祝)	9:00~21:00	主	エンゼル杯ジュニアホッケー*サブリンク (京都府アイスホッケー連盟)
16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 (京都水泳協会)
22日(土)	9:00~18:00	補	近畿ジュニア選手権水球競技 (近畿水泳連盟)
23日(日・祝)			
29日(土)	9:00~21:00	主	関西学生ショートトラック選手権 (関西学生氷上競技連盟)
29日(土)	9:00~18:00	補	第42回関西学生春季室内選手権水泳競技大会(関西学生連盟)
3月1日(日)			

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
1日(土)	9:00~17:00	2019京都少年フットサル順正カップ(U12・U11・U10)(京都市サッカー協会)
2日(日)	—	第71回近畿高等学校ラグビーフットボール大会 京都府予選(京都府ラグビーフットボール協会) 13:00~ 第1試合 14:20~ 第2試合
8日(土)	9:00~17:00	高円宮杯 JFA U-15サッカーリーグ2020京都(京都府サッカー協会)
9日(日)	9:00~17:00	京都府高校サッカー新人大会 準々決勝(京都府サッカー協会)
11日(火・祝)	9:00~17:00	高円宮杯 JFA U-15サッカーリーグ2020京都(京都府サッカー協会)
15日(土)	8:00~17:00	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)
22日(土)、23日(日・祝)	8:00~17:00	第71回近畿高等学校ラグビーフットボール大会(京都府ラグビーフットボール協会)
29日(土)	14:00キックオフ	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

主…主競技場 補…補助競技場 補…旧武徳殿 補…弓道場

〒606-8323 京都市左京区聖護院円頓美町46-2

日	時間	場所	大会内容
9日(日)	9:00~17:00	武	第5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)
	9:00~17:00	弓	京都府公立高等学校弓道大会(京都府高体連弓道専門部)
11日(火・祝)	10:30~17:00	主補	京都府柔道選手権大会(京都府柔道連盟)
	9:00~17:00	弓	建国記念弓道大会(京都府弓道連盟)
22日(土)	9:00~15:00	武	第27回耐寒学童柔道大会(京都府柔道連盟)
23日(日・祝)	9:00~17:00	主	第20回中京区民卓球大会(中京区体育振興会連合会)

※2020年2月7日まで、弓道場工事の為、共用停止とさせていただきます。

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
1日(土)、 8日(土)、9日(日)、 11日(火・祝)、 15日(土)、16日(日)、 22日(土)、23日(日・祝)、 29日(土)	9:00~21:00	京都府社会人バスケットボールリーグ戦(京都府バスケットボール協会)
2日(日)	8:00~17:00	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)

2020
2

ミスノスクール ピックアップ!!

※体験がある教室は、初めて参加される方1回限り。

西京極総合運動公園

プレゼント付き(ミスノ商品) 走り方教室

2月11日(火・祝)

時間 ①4歳~小学1年生 9:00~10:15
②小学生 10:30~11:45

参加費 2,500円(税込)

定員 各20名 **予約受付中**

場所 市民スポーツ会館

跳び箱教室

2月22日(土)

時間 ①幼児(4歳~) 9:15~10:45
②小学生 11:00~12:30

参加費 1,100円(税込)

定員 各14名 **2/1 9:00~予約開始**

場所 ハンナリーズアリーナ 2F多目的室

お申込み・お問合せ:市民スポーツ会館 TEL:075-315-3741

横大路運動公園

個人バスケット交流会&バドミントン教室

2月21日(金) 19:00~21:00

場所 横大路体育館 対象 18歳以上 定員 各20名

参加費 バドミントン教室:1,500円

バスケット交流会:1,000円

※同時開催の為、両方のご参加はできません。

楽しく体を動かそう!

お申込み・お問合せ:横大路運動公園 TEL:075-611-9796

宝が池公園運動施設

ミスノ流忍者学校

2月24日(月・休) **2月1日から予約開始**

時間 ①幼児の部: 9:00~10:30
②小学生の部: 11:00~12:30

場所 宝が池公園運動施設体育館

対象 ①4歳~年長②小学1年生~小学3年生

参加費 Tシャツ付き 2,200円

Tシャツなし 1,100円(既にお持ちの方のみ)

定員 各クラス30名(先着)

お申込み・お問合せ:宝が池公園運動施設体育館 TEL:075-746-3222

骨盤ゆらぎ体操

寝転がってゆらゆらと身体を揺すり、全身の筋肉をほぐします。身体骨格の歪み、肩こり、腰痛、不眠の改善を目指します!

2月24日(月・休) 10:00~11:00

場所 宝が池公園クラブハウス2階多目的室

対象 18歳以上 定員 20名(先着)

参加費 一般:880円

宝が池ミスノ教室生:550円

お申込み・お問合せ:宝が池公園運動施設テニス事務所 TEL:075-712-3300

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

ESTATE TOKYU
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



ERP下鴨南治療院
接骨・鍼灸

コンタクトレンズで部活生の視力をサポート!
部活のミカタ
部活応援学割
アイケアコンタクト四条
https://www.eyecare-c.jp

マンションの総合管理
Global Community
Daiwa House Group®

京都の中心地で九十年の歴史を誇る弓道場
審正館
http://shinseikan.main.jp

スポーツくじ
Loto BIG
スポーツは育てることができる。
スポーツくじ(Loto・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。

公益財団法人 京都市スポーツ協会 賛助会員募集中

京都のスポーツを応援していただける団体・法人、個人のみなさまを随時募集中。年会費は京都のスポーツ振興を目的とした事業に使用いたします。

特典あり!

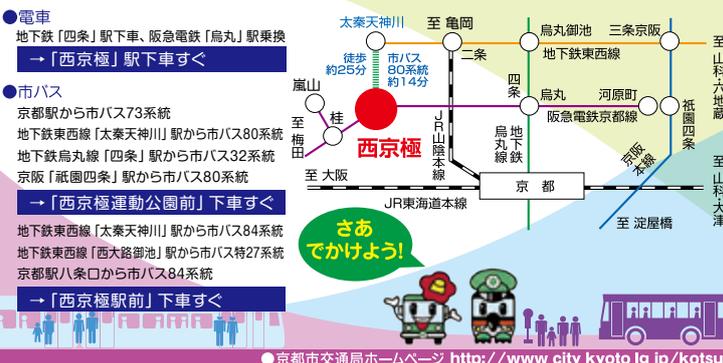
会費 法人・団体/10 個人/10
10,000円から **5,000円**から

申込・問合せ (公財)京都市スポーツ協会賛助会員担当

TEL:075-315-4561



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!!



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!

京都市スポーツ協会

検索