

第19回 みんなの

参加費無料!!



スポーツフェスタ

市民参加型スポーツイベント!!

日程 2022年10月29日(土) 小雨決行 場所 西京極総合運動公園
9:45~15:00 (各種体験は10:00から) (京都市右京区西京極新明町1)

持ち物 体育館シューズ(室内競技)、マスク着用の上動きやすい服装でお越しください。

メインステージ【9:45~10:00オープニングセレモニー】

- ・チアダンス ・和太鼓 ・キッズダンス ・太極拳
- ・ダブルダッチ ・福澤達哉氏トークショー ・ダンス
- ・チアリーディング ・一輪車 ・金管楽器演奏 ・音楽LIVE

市民スポーツ会館

- ・フェンシング教室(申込終了)
- ・車いすバスケットボール(当日整理券配布)



落ち葉の堆肥の配布をします
当日先着 200名 園路・エコアース

園路体験ブース

- ・ペタンク ・なぎなた ・ゲートボール
- ・オリエンテーリング ・柔道 ・武術太極拳
- ・フリースロー ・スラックライン ・ダブルダッチ
- ・弓道(当日整理券配布)
- ・BMX教室(申込終了)

京都市体育館2F 多目的スタジオ

- ・ビームライフル ・ピストル(当日整理券配布)

京都市体育館(申込終了)

- ・テニス教室
- ・京都スポーツの殿堂 元男子バレーボール 日本代表 福澤達哉氏 バレーボール教室



わかさスタジアム京都 野球能力測定会

- ・投げ、打つ、走るの全能性を測定
- ・スピードガン ・ベースランニング
- ・スイングスピード ・遠投

アクアリーナ 園路

- ・ノルディックウォーク

アクアリーナ アーチェリー場

- ・アーチェリー(当日整理券配布)

スタンプラリー & 抽選会

スポーツ体験と合わせてお楽しみください!



京北特産品販売 野菜などの販売



飲食ブース

様々なキッチンカーの出店を予定しております!



詳しくはホームページをご覧ください→



※園内の検温所にて、検温及び「体調についての確認事項」をご提出された方のみ体験いただけます。 ※雨天等により、中止や変更になる場合もございます。

お問い合わせ 公益財団法人京都市スポーツ協会 〒615-0864 京都市右京区西京極新明町1番地
TEL: 075-315-4581 FAX: 075-313-6043 (平日8:30~17:00)

〈主催〉公益財団法人京都市スポーツ協会、京都スポーツネットワーク 〈共催〉京都市、アクアリーナ、西院スポーツネットワーク
〈後援〉京都市教育委員会、京都市体育振興会連合会、「ワールドマスターズゲームズ2021関西」京都市実行委員会、京都新聞、KBS京都、朝日新聞京都総局、毎日新聞京都支局、読売新聞京都総局、産経新聞社京都総局、NHK京都放送局、京都障害者スポーツ振興会、公益財団法人京都市障害者スポーツ協会(予定)

第19回 みんなのスポーツフェスタ

参加者募集!!

伏見ウォーク ~ 伏見の名水めぐり 11kmを歩く ~

日時 2022年11月13日(日)
午前9時30分スタート

集合場所 伏見港公園 芝生広場

定員 70名 ※応募多数の場合抽選 **参加料** 500円 (参加記念品含む)

申込方法 氏名・ふりがな・郵便番号・住所・電話番号・年齢を記入のうえ、電話またはFAX (所定用紙)でお申込みください。

申込方法 2022年10月1日(土) ~ 10月31日(月) <必着>

コース

伏見港公園(スタート)⇒伏水(黄桜)⇒白菊水(烏せい本店)⇒伏見桃山陵⇒桓武天皇陵⇒不二の水(藤森神社)⇒常磐の水(キンシ正宗)⇒金運清水(大黒寺)⇒三栖公園(ゴール)

お申込みお問合せ NPO法人京都府ウォーキング協会 (平日:月・水・金10時~16時)
TEL:075-353-6464 FAX:075-352-4600

・荒天の場合、中止することがあります。・参加者には参加賞、完歩された方には完歩証をお渡しいたします。・昼食は各自でご準備ください。
・新型コロナウイルス感染拡大防止について、マスクの着用、消毒、検温「体調についての確認事項」の提出等ご協力をお願いいたします。



第21回 京都市民総合体育大会

ボウリング競技

日程 11月3日(木・祝) 
集合時間 9:30~10:00 **競技時間** 10:15~12:30
場所 MKボウル上賀茂
内容 年齢別個人戦(男女混合)4G 7部門
(29歳以下、30歳代、40歳代、50歳代、60歳代、70歳代、80歳以上)
参加対象 京都市内に在住か、在勤、在学の18歳以上
参加料 2,100円 **定員** 120名(申込多数の場合抽選)
申込期間 10月1日(土)~10月23日(日)
申込方法 はがき、FAX、メール
申込必要事項 〒住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、生年月日、TEL、参加部門

お申込み・お問合せ 京都市ボウリング協会
〒607-8351 京都市山科区西野八幡田町8
TEL:090-1580-9959 FAX:075-581-2454
Mail: obarat@maia.eonet.ne.jp

ソフトボール競技

日程 12月4日(日)、11日(日)
競技時間 9:00~16:00
場所 横大路運動公園硬式野球場・多目的グラウンド
参加対象 チーム所在地が京都市で、満18歳以上の男子で構成されるチーム。
参加料 10,000円/チーム **定員** 12チーム(先着)
申込期間 10月24日(月)~11月4日(金)
申込方法 メール
申込必要事項 〒住所、氏名(ふりがな)、TEL、メール、チーム名 

お申込み・お問合せ 京都市ソフトボール協会
TEL:090-3713-7672
Mail: dkbsn606@kyoto.zaq.ne.jp

スポーツ教室 参加者募集!!

ゲートボール初心者教室

日程 11月19日(土) **時間** 8:30~15:30
場所 補助競技場(西京極総合運動公園内) **対象** 小学生低学年以上
料金 無料 **定員** 50名(先着) **持ち物等** 動きやすい服装、運動靴
申込期間 10月1日(土)~11月10日(木) **申込方法** TEL、FAX
申込必要事項 〒住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、生年月日、TEL、FAX



お申込み・お問合せ 京都市ゲートボール連合 TEL:090-7368-0744 FAX:075-882-3495

初心者の方でも
安心して
参加いただけます

地域体育館スポーツ教室

1回ずつの参加も可能です!

2022年10~12月度参加者募集!!

※3か月1クール(日程により回数変更になる場合があります) ※受講対象16歳以上



東山地域体育館 [申込・問合せ] 075-532-0474

火曜日
9:30~
10:30

ハワイアンミュージックに癒されながら年齢に関係なく幅広い世代の方に楽しんでいただけます。

ハワイアンフラ 初心者~中級者



講師 岡本 定員 30名
受講料 1,100円/1回
8,950円/10回

日程
10/4・11・18
11/1・8・15・22
12/6・13・20



申込はこちら

水曜日
9:00~
10:00

初心者の方、からだが硬い方でも安心して受講できます。深い呼吸と共に気持ちよく体を伸ばしていきます。

やさしいヨーガ 初心者



講師 進藤 定員 30名
受講料 1,100円/1回
8,800円/12回

日程
10/5・12・19・26
11/2・9・16・30
12/7・14・21・28



申込はこちら

木曜日
9:30~
10:50

まずはストレッチで身体をほぐし、使い易いからだを目指しましょう。

健康ストレッチ 初心者



講師 神田 定員 40名
受講料 1,260円/1回
9,220円/11回

日程
10/6・13・20・27
11/10・17・24
12/1・8・15・22



申込はこちら

木曜日
19:10~
20:30

ヨーガのポーズを正しく行い、体幹の強化や体のゆがみを改善していきます。

骨盤体操 初心者~中級者



講師 進藤 定員 30名
受講料 1,260円/1回
9,220円/11回

日程
10/6・13・20・27
11/10・17・24
12/1・8・15・22



申込はこちら

金曜日
9:00~
10:00

深呼吸と体幹トレーニングで本来の姿勢に戻し、筋肉の凝りからくる肩や腰の不調予防をしましょう。

はじめての体幹トレーニング 初心者



講師 坂井 定員 30名
受講料 1,100円/1回
8,800円/12回

日程
10/7・14・21・28
11/4・11・18・25
12/2・9・16・23



申込はこちら

金曜日
10:00~
11:00

呼吸と内観から自分とつながり、ポーズをとることで心と身体の調整をします。

リラックスヨガ 初心者~中級者



講師 坂井 定員 30名
受講料 1,100円/1回
8,800円/12回

日程
10/7・14・21・28
11/4・11・18・25
12/2・9・16・23



申込はこちら

下京地域体育館 [申込・問合せ] 075-351-7510

金曜日
10:00~
11:00

無理なく楽しく身体を動かし血行促進!!
もっと元気に動けるように。

からだほぐしヨガ 初心者~中級者



講師 嶋崎 定員 10名
受講料 1,100円/1回
8,800円/12回

日程
10/7・14・21・28
11/4・11・18・25
12/2・9・16・23



申込はこちら

金曜日
11:20~
12:00

自重トレーニングと有酸素運動をミックスして
無駄なく動き、引き締まった身体をつくりましょう。

引き締めトレーニング 初心者~中級者



講師 嶋崎 定員 9名
受講料 1,100円/1回
8,800円/12回

日程
10/7・14・21・28
11/4・11・18・25
12/2・9・16・23



申込はこちら

吉祥院地域体育館 [申込・問合せ] 075-691-1271

水曜日
9:30~
10:30

簡単なポーズからヨガのストレッチまで心身ともに
健康な身体づくりを目指します。

健康ヨガ 初心者~中級者



講師 上田 定員 15名
受講料 1,100円/1回
8,800円/12回

日程
10/5・12・19・26
11/2・9・16・30
12/7・14・21・28



申込はこちら

伏見北部地域体育館 [申込・問合せ] 075-643-7573

水曜日
11:30~
12:30

運動習慣のない方も安心してご参加頂けるプログラムです。
ヨガを通して健康寿命を延ばしましょう。

健康ヨガ 初心者~中級者



講師 荒田 定員 40名
受講料 1,100円/1回
7,330円/10回

日程
10/5・12・19
11/2・9・16・30
12/7・14・21



申込はこちら

2022年
10月

今月の大会情報

9月12日現在の情報です。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、急遽中止や日時の変更、または無観客試合の大会もございますので、予めご了承ください。

京都市体育館

〒615-0864 京都市右京区西京極新明町1

日	時間	大会内容
1日(土)	16:05ティップオフ	有料 B1リーグ 京都ハンナリーズ VS 仙台89ERS
2日(日)	15:05ティップオフ	
8日(土)	15:05ティップオフ	有料 B1リーグ 京都ハンナリーズ VS ファイティングイーグルス名古屋
9日(日)	13:05ティップオフ	
10日(月・祝)	8:00~17:00	京都府バスケットボール協会小学生U12ジュニア大会(京都府バスケットボール協会)
15日(土)	8:00~22:00	全日本卓球選手権大会 京都府予選(京都卓球協会)
16日(日)、30日(日)	8:00~17:00	第34回京都ミニバスケットボール少年団交流大会(京都ミニバスケットボール連盟)
22日(土)	15:05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
23日(日)	15:05ティップオフ	
26日(水)	19:05ティップオフ	有料 B1リーグ 京都ハンナリーズ VS 名古屋ダイヤモンドドルフィンズ
28日(金)	9:00~17:00	バドミントン・卓球交歓会(京都市小学校PTA連絡協議会西京東支部)
31日(月)	8:00~17:00	元七親善バレーボール大会(元七親善バレーボール)

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

〒615-0864 京都市右京区西京極新明町29

日	時間	場所	大会内容
1日(土)	9:30~17:00	主補	第22回(一財)京都陸協 京都府中学校秋季陸上競技大会(京都陸上競技協会)
2日(日)、10日(月・祝)	9:00~17:00	主	第100回関西学生サッカーリーグ(京都府サッカー協会)
8日(土)、9日(日)	9:30~17:00	主補	第57回京都府高等学校ジュニア陸上競技対校選手権大会(京都府高体連陸上競技専門部)
15日(土)	9:30~17:00	主補	第75回京都市中学校総合体育大会 男子第73回・女子第38回駅伝競走の部(京都市中体連陸上競技専門部)
16日(日)	—	主	有料 関西学生アメリカンフットボールリーグ戦(関西学生アメリカンフットボール連盟) 第1試合 12:00~ 第2試合 15:00~
	9:00~17:00	補	第57回京都フットボールリーグ2022(京都府サッカー協会)
22日(土)	8:00~17:00	主	第32回関西学生ラクロスリーグ戦 準決勝(日本ラクロス協会)
	9:00~17:00	補	京都CHIEカップ(京都府ラグビーフットボール協会)
23日(日)	9:30~17:00	主	第45回京都府民総合体育大会陸上競技の部兼第38回京都府小学生陸上競技選手権大会(京都陸上競技協会)
	8:00~17:00	補	右京区一般・シニアグラウンドゴルフ大会(右京区体育振興会連合会)
29日(土)	9:00~17:00	主補	第8回京都府中学校オータムカップ陸上競技大会(京都中体連クラブ)
30日(日)	7:00~17:00	主補	第51回京都市小学生陸上競技記録会 兼 第42回京都市小学生持久走記録会(京都市小学校スポーツ連盟)

2022.10 補助競技場 (西京極総合運動公園内) 一般開放日

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

5日(水)、11日(火)~14日(金)、17日(月) 7:00~12:00
18日(火)、24日(月)~26日(水)、31日(月) 19日(水)

●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。

卓球スタジオ ダッシュ

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

10月休講日 **28日(金)**

開館時間(月・火)10:00~18:00(水)10:00~12:00、16:30~20:00(木)10:00~20:00(金)10:00~21:00

わかさスタジアム京都

〒615-0864 京都市右京区西京極新明町29

日	時間	大会内容
1日(土)、2日(日)	—	有料 秋季京都府高等学校野球大会(京都府高等学校野球連盟) 第1試合 9:30~ 第2試合 12:00~
8日(土)、9日(日)、15日(土)	7:00~17:00	リトルシニア関西連盟第52回秋季大会(京都リトルシニア)
10日(月・祝)	7:00~17:00	京都府知事旗争奪 第8回京都ポニー大会(京都ポニー球団)
13日(木)、14日(金)、20日(木)、21日(金)	—	関西六大学準硬式野球連盟 秋季リーグ戦(関西六大学準硬式野球連盟) 第1試合 8:40~ 第2試合 11:10~ 第3試合 13:40~
16日(日)	9:00~17:00	西陣若生軟式野球大会(西陣若生軟式野球連盟)
22日(土)~24日(月)	—	有料 関西学生野球 秋季リーグ戦(関西学生野球連盟) 第1試合 10:30~ 第2試合 13:00~

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

日	時間	場所	大会内容
15日(土)、16日(日)	9:00~21:00	補	京都地域クラブ対抗戦水泳競技大会(京都SC協会)
27日(木)~30日(日)	9:00~21:00	主	第48回西日本フィギュアスケート選手権大会(日本スケート連盟)



今月の大会情報

9月12日現在の情報です。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、急遽中止や日時の変更、または無観客試合の大会もございますので、予めご了承ください。

宝が池球技場

〒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)、8日(土)、15日(土)	8:00~17:00	京都市中学校選手権大会兼京都府中学校総合体育大会 ラグビー競技の部(中体連ラグビー競技専門部)
2日(日)	9:00~17:00	U-18 女子サッカーリーグ2022関西(京都府サッカー協会)
9日(日)	8:00~17:00	第28回関西クラブチームラクロスリーグ戦(日本ラクロス協会)
10日(月・祝)	—	有料 関西学生アメリカンフットボールリーグ戦(関西学生アメリカンフットボール連盟) 第1試合 10:30~ 第2試合 12:50~ 第3試合 15:10~
16日(日)、23日(日)、29日(土)	8:00~17:00	全国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)
22日(土)	8:00~17:00	ロータリークラブ小学生タグラグビー選手権(京都府ラグビーフットボール協会)
30日(日)	8:00~18:00	有料 関西大学Aリーグ(関西ラグビーフットボール協会) 第1試合 11:45~ 第2試合 14:00~

京都市武道センター

主競技場 補補助競技場 旧武徳殿 弓道場 相撲場
〒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
2日(日)	9:00~17:00	主補武	第30回千葉真一総裁杯少年少女オープン空手道大会(京都少年少女空手道錬成振興会)
	9:00~17:00	弓	第45回京都府民総合体育大会 弓道競技の部(京都府弓道連盟)
9日(日)	9:00~21:00	主補	常盤野少年50周年記念少年剣道錬成大会(京都府剣道連盟)
	9:00~12:00	武	第21回京都市民総合体育大会 なぎなた競技の部(京都市なぎなた連盟)
10日(月・祝)	9:00~17:00	主	居合道定例段位審査会(京都府剣道連盟)
		武	京都府実業団剣道大会(京都府剣道連盟)
15日(土)	9:00~17:00	主	令和4年度京都府高等学校柔道選手権大会(個人試合)兼第64回近畿高等学校柔道新人大会 京都府予選(個人試合)(京都府高体連柔道専門部)
		武	秋の高段者審査会(大日本武徳会)
16日(日)	9:00~17:00	主	第21回京都市民総合体育大会 剣道競技の部(京都市剣道協会)
23日(日)、30日(日)	9:00~17:00	弓	全国高等学校弓道選抜大会京都府個人1次予選会兼近畿高等学校弓道選抜大会京都府個人1次予選会 (京都府高体連弓道専門部)
29日(土)	9:30~12:00	相	全国高等学校相撲選抜大会 京都府予選(京都府相撲連盟)
29日(土)	9:00~21:00	補武	京都市中学校秋季選手権大会 柔道競技の部(中体連柔道専門部)
30日(日)	9:00~17:00	補武	

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(日)、9日(日)、23日(日)	9:00~21:00	全日本社会人バスケットボール選手権大会 京都府予選(京都府社会人バスケットボール連盟)
10日(月・祝)、29日(土) 30日(日)	9:30~21:00	京都府社会人バスケットボールリーグ戦(京都府社会人バスケットボール協会)
16日(日)	10:00~21:00	第15回若龍杯空手道選手権大会(昇気館)

2022年10月度 施設一般開放「みんなのスポーツ広場」

申込不要!! 小学生以上ならどなたでも参加できます!!
当日施設の受付窓口へお越しください!!



施設	京都市体育館 ☎075-315-3741	横大路体育館 ☎075-611-9796	京都市武道センター ☎075-751-1255	吉祥院公園 球技場 ☎075-691-2814	新型コロナウイルス感染拡大防止についてご協力をお願い
種目	バスケットボール	バドミントン	バドミントン	グラウンド・ゴルフ	<ul style="list-style-type: none"> ・利用当日の体調確認の為「スポーツ施設利用に係る確認事項」を画面でご提出いただけますのでご承下さい。 ・混雑時は密を避けるため入場制限をする場合があります。 ・マスク着用のご協力をお願いします。
日程	19日(水)	24日(月)	27日(木)	3日(月)、6日(木)、13日(木)、17日(月)、20日(木)、24日(月)、27日(木)、31日(月)	
時間	13:00~17:00	9:00~12:00	13:00~17:00	9:00~12:00(最終受付11:00)	
料金	大(高校生以上)200円 小(小・中学生)100円			大(高校生以上)500円 小(小・中学生)200円	
持ち物	体育館シューズ、ボール	体育館シューズ、ラケット、シャトル		クラブ、ボール、マーカー(レンタルは520円/1セット)	
注意事項	<ul style="list-style-type: none"> ・準備されているのは、コート、ネットのみとなります。各自競技用具はお持ちください。 ・体育館シューズがなければ利用をお断りします。・ごみは必ずお持ち帰りください。・こまめに水分補給を行ってください。 ・新型コロナウイルスの影響にともなう社会情勢により、中止または時間変更する場合があります。 				雨天の場合は中止になることがあります。

ミスノスポーツ教室

注意 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開催中止または、日程変更される場合があります。予めご了承ください。

西京極総合運動公園

バドミントン個人交遊会

10月14日(金) 19:00~21:00

場所 京都市体育館

対象 一般(16歳以上)

参加費 1,500円(税込)

持ち物 運動できる服装・室内シューズ・タオル・飲み物・マスク・ラケット

定員 20名(先着順)

予約受付中!



当日集まったメンバーと楽しくゲームをしましょう! どなたでもご参加いただけます! ぜひこの機会にバドミントン仲間をつくりませんか?

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

苦手克服! てつぼう教室!

10月15日(土) ① 9:30~10:45 ② 11:15~12:30

場所 横大路運動公園 2階トレーニングルーム

対象 ① 幼児(4歳~年長) ② 小学1~3年生

参加費 1,500円(税込)

持ち物 室内シューズ・タオル・飲み物・マスク

定員 各12名(先着順)

予約受付中!



てつぼうが苦手なお子さまを対象とした教室です。運動が好きになるよう指導します。

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

フットサル教室

10月3・17・24・31日(月)

① 15:10~16:00 ② 16:15~17:15 ③ 17:30~18:45

場所 宝が池公園運動施設体育館

対象 ① 幼児(5歳~年長) ② 小学1~3年生 ③ 小学4~6年生

参加費 体験料1,100円(税込)

持ち物 運動できる服装・室内シューズ・タオル・飲み物・マスク

定員 幼児、小学4~6年生クラス 各15名(先着順) 小学1~3年生クラス 20名(先着順)



予約受付中! どんどん上達! みんなで楽しく!

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

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



田中セツ子
京都結婚塾

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

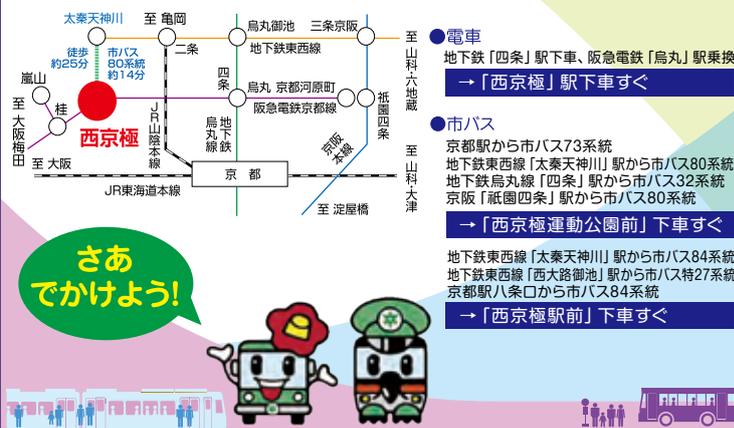
公益社団法人
京都府鍼灸マッサージ師会
TEL: 075-803-6078
<https://ksmk.jp>

ERP下鴨南治療院
接骨・鍼灸

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!!

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>

健康と快適の明日を考える
ワタキュー セイモア株式会社



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/>

スポーツCLUB



スポーツは育てることができる。
スポーツクラブ(TOGO・BIG)の取組は、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 **賛助会員募集中**
京都市スポーツ協会
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。
会費
法人/団体/10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



この印刷物が不要になれば、「雑がみ」として古紙回収へ!



Instagram



Facebook



京都市スポーツ協会HP
KYOTO C.S.A.

