

ダッシュ!

2026.10
vol.253



ホッケー

やってみよう!



剣道

体験型スポーツイベント

第23回

みんなの スポーツフェスタ in 西京極



スポーツくじ
NPO 京都スポーツ振興くじ助成事業

ボルダリング

みんなであそぼう!



スカッシュ

ワールドマスターズゲームズ
2027競技種目

年に一度のスポーツの祭典!

家族や友達と一緒に、スポーツを見て、体験して、思い切り楽しもう!

参加
無料

日程 **11月23日(月・祝)** 10:00~15:00

9:30~ 開会セレモニー

場所 **西京極総合運動公園一帯** (京都市右京区西京極新明町)

事前申込制 スポーツ体験会 参加者募集中!!

お申込みはコチラ▶



フェンシング



時間 ① 10:00~11:00
② 11:30~12:30
③ 13:30~14:30

ダブルダッチ



時間 ① 11:40~12:20
② 13:50~14:30

ブレیکن



時間 ① 11:00~11:40
② 13:10~13:50

3×3



時間 ① 10:10~11:00
② 12:20~13:10

スポーツ体験コーナー 申込不要!

※内容は変更になる場合があります

弓道・剣道・なぎなた・柔道・スカッシュ・ゲートボール・相撲・スクエアボッチャ・オリエンテーリング・
ホッケー・アーチェリー・ボルダリング・アメフト・インクルーシブサイクリング・フライングディスク・ピックルボール・モルック

家族やお友達と一緒に
みんなで楽しもう!

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
お問合せ 公益財団法人京都市スポーツ協会 TEL: 075-315-4581
(平日8:30~17:15)



応募締切
10/21(水)

第55回 日本男子ソフトボールリーグ 決勝トーナメント

観戦チケットプレゼント!!
抽選で40組80名様に当たる!



「ソフトボールって、こんなに速いの!?!」
男子トップ選手による、迫力満点のプレーが京都に集結!!
野球とはひと味違うスピードと熱戦を、
ぜひ会場でお楽しみください!!

大会スケジュール

11/7(土)・8(日)

会場：わかさスタジアム京都

11/7(土) 1回戦・2回戦・準決勝

11/8(日) 3位決定戦・決勝

9:30~
リーグ4位 vs リーグ5位 ①

10:00~
②の敗者 vs ③の勝者 ④

12:00~
リーグ1位 vs リーグ2位 ②

13:00~
②の勝者 vs ④の勝者

14:30~
リーグ3位 vs ①の勝者 ③

お問合せ 公益財団法人 京都市スポーツ協会 スポーツプロモーション室「観戦チケットプレゼント係」
☎ 075-315-4581 (平日8:30~17:15) ✉ dash@kyoto-sports.or.jp

申し込みは
コチラから➡



地域における健康づくり事業 (ちょいチャレ企画)

ヒット曲の
サビを
楽しく踊って、
心も体も
リフレッシュ!

完コピDANCE教室

「ダンスはちょっと苦手...!」という方も大歓迎! 誰もが知っているヒット曲のサビの振り付けを、楽しく覚えて踊ります。
音楽に合わせて体を動かし、楽しく健康づくりを始めてみませんか?

1日1曲!
サビを
完コピ!!

運動不足を解消!
楽しく動いて
体力アップ!



リズムに合わせて
心もリフレッシュ!

ダンスで楽しく、健康づくり!!



有酸素運動で体力アップ!



生活習慣病の予防に!

日時 11月4日(水)・25日(水)
14:00~15:30 ※健康講和15分+振り付けレッスン75分

参加費 3,000円/2回

講師 U-KO (ウルトラダンスマーケット代表)

持ち物 動きやすい服装、室内シューズ、タオル、飲み物

申込締切 10月30日(金)



会場 にっしんでんきアリーナ京都
2F 多目的室 (西京極総合運動公園内)

対象 40歳以上の方 ※運動制限のない方

定員 20名 (先着順)

お問合せ 公益財団法人京都市スポーツ協会
TEL: 075-315-4581
(平日8:30~17:15)



▲お申込みはコチラ

完コピ曲名 「好きすぎて滅! (M!LK)」 「A・RA・SHI (嵐)」

楽しく体を動かして、
いつまでも元気に!!



主催/公益財団法人京都市スポーツ協会

第25回 京都市民総合体育大会

参加者募集!!

太極拳競技

日程 1月23日(土) **場所** 武道センター 主競技場
受付時間 13:00~ **競技時間** 13:30~17:00
参加対象 京都市在住・在勤・在学
内容 簡化24式太極拳 (70歳以上/69歳以下)
 32式剣・集団 (年齢制限なし/4~10人のチーム)
参加料 個人 3,000円/人、集団5,000円/チーム※個人は1人1種目まで
申込締切 10月25日(日)
申込方法 FAX、郵送 ※京都市武術太極拳協会までお問合せいただき
 ましたら、後日申込書を送付いたしますので、ご返送ください。
申込必要事項 〒住所、氏名(ふりがな)、年齢、生年月日、TEL、FAX



お問合せ 京都市武術太極拳協会

TEL/FAX: 075-662-2662

〒601-8047京都市南区東九条下殿田町70 京都府スポーツセンター内
 MAIL: kyoto-26taiyokuken@sky.plala.or.jp

10月イチ企画!

参加無料!!!

トップアスリートと一緒に、アーバンスポーツに挑戦しよう!

月に一度、西京極総合運動公園内「SPORTS BASE NISHIKYOGOKU」にて、アーバンスポーツを気軽に体験!

開催場所/ SPORTS BASE NISHIKYOGOKU (西京極総合運動公園内)

10/12 mon.

お申込みは
10月5日(月) 12:00まで!



10月の体験種目/ 3×3、スケートボード 対象/ 小学生以上
 講師/ 3×3バスケ KYOTO BB / スケートボード LEAPS SKATE SHOP

詳細・お申し込みはコチラ▶

11/29 sun.

お申込みは
11月16日(月) 12:00まで!



11月の体験種目/ プレイキン、ダブルダッチ、3×3バスケ、スケートボード
 対象/ 小学生以上
 講師/ プレイキン MORTAL COMBAT / ダブルダッチ NEWTRAD /
 3×3バスケ KYOTO BB / スケートボード LEAPS SKATE SHOP

詳細・お申し込みはコチラ▶

ミズノスポーツ教室

お申込み・お問合せ 京都市市民スポーツ会館
 Tel: 075-315-3741 (8:00~22:00)

※参加料は当日、京都市市民スポーツ会館1F受付にて現金でお支払いください。

個人参加型グラウンド・ゴルフ

芝生の上で思いっきり体を動かしながら、グラウンド・ゴルフを楽しみませんか? 初心者の方も大歓迎! 仲間と一緒に、気持ちのよい汗を流して、楽しくリフレッシュしましょう!

10月20日(火) 9:00~12:00

場所 東寺ハウジングフィールド西京極
 (西京極・補助競技場)

対象 16歳以上 **定員** なし

参加料 500円 ※当日、現地に現金でお支払いください。

持ち物 運動できる服装、クラブ、タオル、飲み物等
 ※クラブの貸出はありません。



申込不要

ピックルボール体験会

今話題の「ピックルボール」を体験してみませんか? テニス・卓球・バドミントンの要素を組み合わせた、今注目の新感覚スポーツ! 初心者の方も、経験者の方も大歓迎!
 まずは気軽に体験して、ピックルボールの楽しさを味わってみませんか?



10月25日(日) [1部] 9:30~11:30 [2部] 18:00~20:00

場所 京都市市民スポーツ会館 **対象** 16歳以上

参加料 1,500円 ※当日、京都市市民スポーツ会館1F受付にて現金でお支払いください。

定員 各部16名(先着順)

持ち物 運動できる服装、室内シューズ、タオル、飲み物等
 パドル(レンタルあり・500円)

10月2日(金)
 10:00~
 申込開始!!

1日体験受付中!! お気軽にお問合せください。

スポーツ教室参加者募集!!

教室開催時は各施設にお申込み・お問合せください。その他平日は公益財団法人京都市スポーツ協会まで (075-315-4581)

横大路運動公園 【お申込み・お問合せ】 075-611-9796 ※教室開催時のみ

火曜日 18:00~19:20 **バスケットボール** (ハンナリススポーツ教室) **小学3年~6年生**
定員 32名
受講料 10月 8,000円/4回 11月 8,000円/4回
 ※体験会1,100円 ※入会金5,500円 ※保険料800円
日程 10/6・13・20・27、11/3・10・17・24
 申込はこちら

火曜日 19:30~21:30 **バドミントン** **一般**
定員 24名
受講料 10月 6,000円/4回 11月 6,000円/4回
日程 10/6・13・20・27、11/3・10・17・24
 申込はこちら

水曜日 19:00~21:00 **ソフトテニス** **小学4年~中学生**
定員 30名
受講料 10月 6,000円/4回 11月 6,000円/4回
日程 10/7・14・21・28、11/4・11・18・25
 申込はこちら

木曜日 17:15~18:25 **バレーボール** **小学3年~6年生(入門クラス)**
定員 20名
受講料 10月 7,500円/5回 11月 4,500円/3回
日程 10/1・8・15・22・29、11/5・19・26
 申込はこちら

木曜日 18:30~20:00 **バレーボール** **小学5年~中学生(経験者クラス)**
定員 20名
受講料 10月 7,500円/5回 11月 4,500円/3回
日程 10/1・8・15・22・29、11/5・19・26
 申込はこちら

木曜日 19:00~21:00 **バドミントン** **小学4年~中学生**
定員 24名
受講料 10月 6,000円/4回 11月 6,000円/4回
日程 10/1・8・15・22、11/5・12・19・26
 申込はこちら

3×3 (KYOTOBBスクール) **※各教室 定員 30名**
金曜日 18:00~19:30 **小学4年~中学生**
受講料 10月 4,000円/2回 11月 6,000円/3回
 ※体験会2,000円 ※入会金3,000円 ※保険料500円/月
20:00~21:30 一般(15歳以上中学生不可)
受講料 3,000円/1回
 ※体験会3,000円 ※入会金3,000円 ※保険料500円/月
日程 10/23・30、11/6・20・27

伏見北部地域体育館 【お申込み・お問合せ】 075-643-7573

水曜日 11:30~12:30 **健康ヨガ** **16歳以上**
定員 40名
受講料 10月 4,000円/4回 11月 4,000円/4回
 ※体験料金 1,000円
日程 10/7・14・21・28、11/4・11・18・25
 申込はこちら

お申込み
スクール申込みは
こちらから

一般クラス

小学生クラス

小・中学生クラス

お問合せ
KYOTO BB公式
Instagram
DMからお問合せください!

2026年10月 今月の大会情報

掲載内容は作成時点の予定です。雨天順延等により、開催日程が変更となる場合があります。開催日時などの詳細は、主催者の公式ホームページ等でご確認ください。

今月の大会ピックアップ!

2年ぶり西京極での開催!

藤ノ川の他、京都出身力士も出場予定!!

大相撲京都場所

2026年10月16日(金) 9:00~14:30

場所 **にっしんでんきアリーナ京都** (京都市体育館・西京極総合運動公園) ※入場には事前にチケット購入が必要となります。



にっしんでんきアリーナ京都 (京都市体育館)

日	大会内容
3日(土)、4日(日)	有料 Bリーグ 14:35 TO 京都ハンナリーズ vs 長崎ヴェルカ
9日(金)	有料 Bリーグ 19:15 TO 京都ハンナリーズ vs 横浜ビー・コルセアーズ
11日(日)	有料 Bリーグ 14:35 TO 京都ハンナリーズ vs シーホース三河
12日(月・祝)	第9回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協会)
16日(金)	有料 大相撲京都場所 (大相撲京都場所実行委員会) 大会ピックアップ!
18日(日)	有料 Bリーグ 14:35 TO 京都ハンナリーズ vs 佐賀バルーンズ
24日(土)	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)
26日(月)	有料 Bリーグ 19:15 TO 京都ハンナリーズ vs 秋田ノーザンハピネッツ

たけびスタジアム京都 (陸上競技場兼球技場)・東寺ハウジングフィールド西京極 (補助競技場)

主…陸上競技場兼球技場
補…補助競技場

たけびスタジアム京都
北スタンドの開放日は
こちらから▶



日	場所	大会内容
2日(金)	主	有料 明治安田J3リーグ 第9節 19:00KO レイラック滋賀 vs ロアッソ熊本
3日(土)、4日(日)	主 補	第61回京都府高等学校ジュニア陸上競技対校選手権大会 (高体連陸上競技専門部)
9日(金)	主	有料 明治安田J3リーグ 第10節 19:00KO FC大阪 vs ツェゲン金沢
10日(土)	主 補	第79回京都市中学校選手権総合体育大会 男子第77回・女子第42回駅伝競走の部 (中体連陸上競技専門部)
11日(日)	主 補	第46回全京都障害者総合スポーツ大会 陸上競技大会 (京都障害者スポーツ振興会)
12日(月・祝)	主	2026 The KSL アストエンジ Cup (関西サッカー協会)
	補	関西学生アメリカンフットボールリーグ Div.4B (関西学生アメリカンフットボール連盟)
17日(土)、31日(土)	主	有料 関西学生アメリカンフットボールリーグ Div.1 (関西学生アメリカンフットボール連盟)
17日(土)	補	マツケンカップ2026 (京都府ラグビーフットボール協会)
18日(日)	主 補	第42回京都府小学生陸上競技選手権大会 兼 第49回京都府民総合体育大会陸上競技 (京都陸上競技協会)
25日(日)	主	第55回京都市小学生陸上競技記録会・京都府小学生持久走記録会 (京都陸上競技協会)
	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(木)	補	向日市小学校陸上運動交歓記録会 (向日市教育委員会)

わかさスタジアム京都 (野球場)

外野開放: ご自由にお入りいただけます。

日	大会内容
1日(木)、2日(金)、	第51回日本選手権大会近畿地区最終予選 (JABA近畿地区連盟) 外野開放
3日(土)、4日(日)	有料 令和8年度秋季京都府高等学校野球大会 (京都府高等学校野球連盟)
10日(土)、11日(日)	有料 関西六大学野球連盟 秋季リーグ戦 (関西六大学野球連盟)
17日(土)、18日(日)、 24日(土)、25日(日)、 31日(土)、11月1日(日)	有料 令和8年度秋季近畿地区高等学校野球大会 (近畿地区高等学校野球連盟)
21日(水)~23日(金)	有料 関西学生野球連盟 秋季リーグ戦 (関西学生野球連盟)

大興設備開発 京都アクアリーナ

10月は、メインプール転換工事およびサブプール閉鎖に伴うプール休業のため、予定されていた大会はすべて中止となりました。
また、アーチェリー場での大会予定もございません。

2026年10月 今月の大会情報

掲載内容は作成時点の予定です。雨天順延等により、開催日程が変更となる場合があります。開催日時などの詳細は、主催者の公式ホームページ等でご確認ください。

京都市武道センター

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	場所	大会内容
4日(日)	主補武 弓相	第31回全日本女子相撲選手権大会／第29回全日本小学生女子相撲大会 ／第23回全日本中学校女子相撲大会(日本女子相撲連盟)
10日(土)	武	第25回京都市民総合体育大会 なぎなた競技 兼 第2回段級審査会(京都なぎなた連盟)
11日(日)	主 武	京都府高等学校柔道選手権大会(個人試合)(京都府柔道連盟) 洛北地区剣道練成会(京都府剣道連盟)
12日(月・祝)	主 武	居合道定例段位審査会(京都府剣道連盟) 第3回昭道館合気道京都演武会(昭道館合気道連盟)
17日(土)	主補	京滋学生剣道新人大会(京滋学生剣道連盟)
18日(日)	主補	常磐野少年剣道部創立55周年記念 少年剣道錬成大会(常磐野少年剣道部)
24日(土)	主補 武 弓	京都市中学校秋季新人剣道大会(個人)(中体連剣道専門部) 京都府実業団剣道大会(京都府実業団剣道連盟) 全国高等学校弓道選抜大会京都府個人予選会 兼 近畿高等学校弓道選抜大会京都府個人予選会(高体連弓道専門部)
25日(日)	主 弓	第25回京都市市民総合体育大会 剣道競技(京都市剣道協会) 全国高等学校弓道選抜大会京都府団体予選会 兼 近畿高等学校弓道選抜大会京都府団体予選会(高体連弓道専門部)
31日(土)	主	奉納太極拳演武(京都府武術太極拳連盟)

横大路体育館

日	大会内容
3日(土)、4日(日)、 10日(土)	第9回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)
11日(日)、12日(月・祝) 17日(土)	京都市中学校秋季総合体育大会 バスケットボール競技(中体連バスケットボール専門部)
18日(日)	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)
24日(土)	京都市新人大会卓球団体の部(中体連卓球専門部)
25日(日)	第19回若龍杯空手道選手権大会(全日本空手道論道会 昇気館)
31日(土)	U15 JSC 強化交流京都府大会(京都府ハンドボール協会)

2026年10月 東寺ハウジングフィールド西京極 一般開放日

(西京極総合運動公園内補助競技場)

利用料金／一般(高校生以上) 310円 回数券:3,100円／11枚
中学生以下 150円 回数券:1,500円／11枚

※高校生とその他学生が回数券を購入、利用する際は、高校生2枚、大学生及び専門学生には1枚、無料チケットを追加します。

時間／ 7:00～21:00 5日(月)、6日(火)、13日(火)、14日(水)、16日(金)、
19日(月)、21日(水)、22日(木)、26日(月)、27日(火)

●芝生養生の為、一部立ち入り禁止部分があります。ご了承いただけますようお願い致します。

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月の休講日 2日(金)、5日(月)～9日(金)

※休業日:土、日、祝

開館時間 (月・火) 10:00～18:00 (水) 10:00～12:00、15:00～20:00
(木) 10:00～18:30 (金) 10:00～21:00

2026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	につしんでんきアリーナ京都(京都市体育館) ☎075-315-3741	京都市武道センター ☎075-751-1255	横大路体育館 ☎075-611-9796	SBSロジコム吉祥院公園球技場(吉祥院球技場) ☎075-691-2814
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
日程	14日(水)	21日(水)	8日(木)	1日(木)、5日(月)、8日(木)、15日(木)、 19日(月)、22日(木)、26日(月)、29日(木)
時間	13:00～17:00	13:00～17:00	13:00～17:00	9:00～12:00
料金	大人(高校生以上) 200円 こども(小・中学生) 100円	大人(高校生以上) 200円 こども(小・中学生) 100円	大人(高校生以上) 200円 こども(小・中学生) 100円	大人(高校生以上) 510円 こども(小・中学生) 200円
持参物	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	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550円/1セット)
注意事項	- 準備されているのは、コート、ネット、ゴールのみとなります。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。・最終受付は、終了時間30分前になります。・混雑時はゆずりあってご利用ください。			雨天の場合は中止になる ことがあります。

情報誌「ダッシュ!」はHPからもご覧いただけます!!



Instagram 随時更新中!!

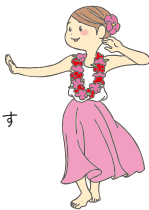


スポーツイベントや大会、教室などの情報を配信中!
東寺ハウジングフィールド西京極(補助競技場)の一般開放日のご案内も!!

楽しく始めよう!ダンス講習会(併催:ダンスの祭典IN京都)

フラダンスを初めて体験する方を対象とした初心者向けの講習会です。基本的なステップやハンドモーションを楽しく学びながら、音楽に合わせて体を動かしてみませんか?!経験者はもちろん、フラダンスが初めての方も大歓迎です。ご家族やお友達と一緒に、楽しくフラダンスを始めてみましょう!

日程 10/11(日)
受付時間 12:00~ **講習時間** 13:30~14:00
会場 ラポール京都2F(四条通り御前西入る)
対象 おおむね小学生以上
料金 無料※併催イベントへの参加は別途2,200円が必要です
持ち物等 動きやすい服装、運動しやすい靴
申込方法 TEL・MAIL ※当日参加OK!



お申込みお問合せ NPO法人京都ダンス振興協会
 TEL:075-602-1088
 MAIL:info@kyotodance.com

かんたん太極拳(秋季)

ゆったりとした動きで心と体を整える太極拳。初めての方でも無理なく取り組める内容で、健康づくりやリフレッシュにおすすめです。

日程 11/6、13、20、27(金曜日・全4回)
時間 10:00~12:00
会場 京都市武道センター 補助競技場
対象 30歳以上 **料金** 3,000円(4回)
定員 30名(先着順)
持ち物等 運動できる服装、室内シューズ、飲み物
申込期間 10/1(木)~10/30(金)
申込方法 TEL・FAX
【申込時必要事項】〒住所、氏名(ふりがな)、年齢、TEL



お申込みお問合せ 京都市武術太極拳協会
 TEL/FAX:075-662-2662
 MAIL:kyoto-26taiyokukuen@sky.plala.or.jp

ペタンク普及練習会 in 京都御苑

ペタンクをもっと身近に、もっと楽しく!京都市ペタンク・ブール連盟では、ペタンク愛好者の皆さんに向けて、定期的な練習場所の提供を行っています。また、未経験者・初心者の方も大歓迎!ルールや基本の投げ方から丁寧に教えます!



日程 土・日・祝日(但し市連盟や府連盟の大会や行事が無い時)
時間 受付/9:30~10:00 練習会/10:00~12:00
会場 京都御苑 ゲートボール場
対象 京都市在住のペタンク未経験者・初心者・愛好者
料金 無料(ただし、4月と翌年3月は50円。※体験は無料です)
申込方法 申し込みは不要です。
 当日9:30~10:00までに開催場所に
 お集まりください。

詳細は京都市ペタンクブール連盟HPから▶



お申込みお問合せ 京都市ペタンク・ブール連盟(担当:安田)
 TEL:090-9250-8654

テニス子どもふれあい広場 2026

初心者でも安心!みんなで楽しくテニス体験!

日程 11/28(土)
時間 第1部:10:00~12:00 第2部:13:00~15:00
会場 宝が池公園運動施設 体育館
対象 年中~年長、小学1~4年生(初心者)
料金 500円(当日お支払いいただきます)
定員 各部24名
持ち物等 体育館シューズ、飲み物、着替え等
 ※ラケット貸出あり。
 ※保護者は上履きをご持参ください。
申込締切 11/20(金)



詳細・お申込みは京都市テニス協会HPから▶



お申込みお問合せ 京都市テニス協会
 E-mail:kcta2025@kyoto-tennis.org

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



CCEW
 お出かけに便利な
 電動アシスト自転車の
 シェアサービス、クルー!

スポーツクルー
 BIG 1000 WINNER PUNK
 すべてのスポーツにエールを
 スポーツクルーの取組は、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。

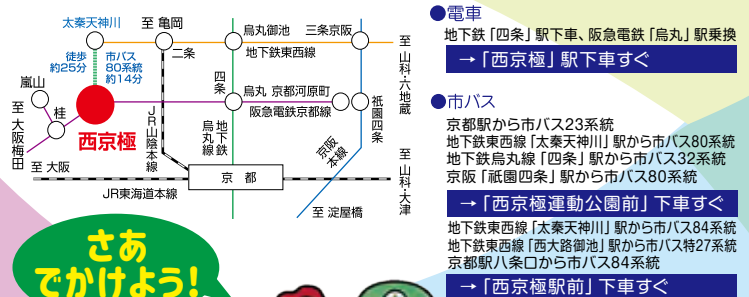
法人・団体/10 個人/10
 会費 **10,000円**から **5,000円**から
申込お問合せ (公財)京都市スポーツ協会賛助会員担当 **TEL:075-315-4561**



部活のミカタ
 SUKATSU NO MIKATA
 部活生なら当店最安値の部活割価格!
 アイケアコンタクト四条
 阪急丸太町駅/地下鉄四条駅 徒歩2分



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!!



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/>

