

NPO法人京田辺市社会体育協会(田辺中央体育館内)

〒610-0331 京田辺市田辺丸山19番地
☎29-9008 ㊚62-1534 Eメール jimukyoku@kyotanabe-taikyo.jp

第31回京田辺市民総合体育大会成績

剣道競技

開催日 11月20日 参加者 99人 会場 田辺小学校体育館

小学2年生男子女子の部優勝	松崎次郎(田辺剣友会)	中学生男子女子段外の部優勝	石田瑞貴(鹿志館)
小学3年生男子の部優勝	濱名晴太郎(鹿志館)	中学生男子有段の部優勝	中村 隼也(鹿志館)
小学4年生男子の部優勝	野見山慧(鹿志館)	中学生・高校生女子有段の部優勝	泉尾仁美(田辺中学校)
小学3・4年生女子の部優勝	竹林芙矩(鹿志館)	一般女子の部優勝	吉留沙緒里(田辺剣友会)
小学5年生男子女子の部優勝	竹林知宏(鹿志館)	一般男子の部優勝	藤原徳人(田辺剣友会)
小学6年生男子女子の部優勝	市川健太(鹿志館)		

卓球競技団体戦

開催日 12月4日 参加者 73チーム243人

会場 田辺中央体育館

男子1部優勝	同志社大学(鶴雄・中田・田中)
男子2部優勝	cloverF(奥崎・柳田・坂本)
初級男子の部優勝	cloverG(古川・辻・丸谷)
女子1部優勝	酔卓会A(北村・香島・桑尾)
女子2部優勝	ぴーちクラブA(江口・渡瀬・山村)

フットサル競技

開催日 2月5日 参加者 7チーム

会場 田辺中央体育館

優勝	ブチーズ
準優勝	MST

第39回京都府民総合体育大会 総合18位

	バスケットボール競技男子	8月27日	山城総合運動公園体育館
	ソフトボール競技男子	10月16日	丹波自然運動公園
優勝	卓球バレー	10月16日	京都市障害者教養文化・体育館
	テニス競技	10月22、23日	丹波自然運動公園テニスコート
	軟式野球競技	10月23日	山城総合運動公園野球場
	ソフトバレーボール競技 成年の部	10月30日	山城総合運動公園体育館
	ソフトバレーボール競技 壮年の部	10月30日	山城総合運動公園体育館
	ボウリング競技	11月6日	サンケイボウル
第4位	グラウンド・ゴルフ競技	11月7日	丹波自然運動公園
優勝	ゴルフ競技	11月9日	田辺カントリー倶楽部
第7位	ゲートボール競技成年男子	11月10日	丹波自然運動公園
	ゲートボール競技成年女子	11月10日	丹波自然運動公園
	卓球競技	11月13日	亀岡運動公園体育館
第5位	バスケットボール競技女子	11月19、20日	泉ヶ丘中学校体育館・京都府立山城勤労者福祉会館
	バドミントン競技	11月23日	山城総合運動公園体育館
第7位	バレーボール競技男子	11月26、27日	舞鶴文化公園体育館・舞鶴東体育館
中止	駅伝競技	2月11、12日	福知山市三段池公園体育館周辺

4月～7月に行われるスポーツ

市民総体 カローリング競技

日時 4月30日(日) 13:00～ 場所 田辺中央体育館
参加費 1人500円・小中学生は1人300円(京たなベカローリングクラブ登録員は300円)
参加資格 市内に在住・通勤・通学する人および京たなベカローリングクラブに加盟する人
申込締切 4月24日(月)17:00まで

市民総体 テニス競技個人戦

日時 6月4日、11日、18日(日) 9:30～ 場所 田辺公園テニスコート
参加費 1ペア3,000円(但し、2017年度京田辺市テニス協会登録者は1人1,200円)
参加資格 市内に在住・通勤・通学する高校生以上の人 [申込締切] 5月11日(木) 17:00まで

市民総体 ソフトボール競技

日時 5月14日、21日(日) 9:00～ 場所 田辺木津川運動公園グラウンド ソフトボール場
参加費 1チーム1,000円(抽選会当日徴収) [参加資格] 市内に在住・通勤・通学する18歳以上の人
申込締切 5月6日(土)<参加費は抽選会に持参のこと>
抽選会 5月6日(土)19:00～ 田辺中央体育館第2会議室

市民総体 バレーボール競技男子の部兼府民総体京田辺市予選会

日時 5月21日(日) 9:00～ 場所 田辺中央体育館
参加費 全員が連盟登録チーム 1チーム2,000円(当日徴収)
未登録チーム(未登録者が1人でもいれば)1チーム3,000円(当日徴収)
参加資格 市内に在住・通勤・通学する中学生以上の人(但し、中高校生3人以内)およびバレーボール連盟に加盟する人
申込締切 5月12日(金) 17:00まで

市民総体 グラウンド・ゴルフ競技

日時 5月23日(火) 9:30～ 場所 田辺公園野球場
参加費 市グラウンド・ゴルフクラブ協会登録者1人200円 市グラウンド・ゴルフクラブ協会未登録者1人300円
参加資格 市内に在住・通勤・通学する高校生以上の人 [申込締切] 4月28日(金) 17:00まで

府民総体ソフトバレーボール競技(京田辺市予選会)

日時 5月28日(日) 9:00～ 場所 田辺中央体育館
参加費 ソフトバレーボール連盟登録クラブは1チーム1,500円
その他は1チーム2,500円(当日受付時徴収)
参加資格 市内に在住・通勤・通学する人で下記条件を満たすチーム
・成年の部:30歳代(男女3~4人)40歳以上(男女3~4人)の計6~8人のチーム
・壮年の部:40歳代(男女3~4人)50歳以上(男女3~4人)の計6~8人のチーム
申込締切 5月8日(月) 17:00まで

市民総体 卓球競技個人戦

日時 5月14日(日) 9:00～ 場所 田辺中央体育館 参加費 1人500円
参加資格 市内に在住・通勤・通学する人および京田辺市卓球連盟に加盟する人
申込締切 5月5日(金) 17:00まで

市民総体 バドミントン競技

日時 6月4日(日) 10:00～ 場所 田辺中央体育館
参加費 1人1,500円
参加資格 市内に在住・通勤・通学する小学生以上の人
申込締切 5月19日(金) 17:00まで

市民総体 バスケットボール競技

日時 6月3・10・17・24日(土) 19:00～ 場所 田辺中学校体育館
種目 男子の部・女子の部・中学生の部 参加費 1チーム 2,000円(試合当日徴収)
参加資格 代表者及びチームの過半数が市内に在住・通勤・通学する高校生以上の人
申込締切 5月20日(土) 17:00まで

市民総体 ソフトテニス競技

日時 5月21日(日) 9:00～ 場所 田辺公園テニスコート
参加費 中学生1人300円 一般1人500円(大会当日徴収)
参加資格 市内に在住・通勤・通学する中学2年生以上の人 [申込締切] 5月11日(木) 17:00まで

府民総体グラウンド・ゴルフ競技(京田辺市予選会)

日時 一次予選 6月16日(金)・25日(日) 7月14日(金)・23日(日) 8月18日(金)・27日(日)
二次予選 9月8日(金) 8:30～
場所 多目的運動広場
参加費 市グラウンド・ゴルフクラブ協会登録者1人100円
市グラウンド・ゴルフクラブ協会未登録者1人300円
参加資格 市内に在住・通勤・通学する18歳以上の人 [申込締切] 5月19日(金) 17:00まで

市民総体 空手道競技

日時 7月16日(日) 9:30～ 場所 田辺中央体育館
参加費 1人1種目 市体協空手道連盟所属部員2,000円 未所属者は3,000円(大会当日徴収)
参加資格 市内に在住・通勤・通学する5才以上の経験者 [申込締切] 6月3日(土) 17:00まで



※市民総体がついているのは、第32回京田辺市民総合体育大会の競技です。 ※要項および所定の申込用紙は、ホームページ(<http://www.kyotanabe-taikyo.jp/>)よりダウンロードできます。

第2回京田辺市スポーツ写真コンテスト入賞作品について

選定委員会にて入賞作品が決まりましたので、お知らせいたします。

1月13日をもって応募を締め切りしましたところ、38点の作品の応募をいただきました。たくさんのご応募本当にありがとうございました。

最優秀賞	題名 牽制アウト!	青山 信久様	努力賞	題名 マスゲーム	柴家 碧様
優秀賞	題名 斬!(京田辺市民大会)	片岡 泰博様	努力賞	題名 デッドヒート(ツアーオブジャパン)	山下 行男様
佳作	題名 勝利の笑顔	清水 亮平様			
佳作	題名 送球ガール	坂出 篤史様			

なお、入賞作品については田辺中央体育館に展示しておりますので、お近くにお越しの際にはぜひご覧ください。

田辺中央体育館

〒610-0331 京田辺市田辺丸山19番地
☎62-1501 FAX62-1534 Eメール gym@kyotanabe.jp

トレーニング使用者講習会

トレーニングマシンを正しく使い効率の良いトレーニングを行うため、講習会を開催し、使い方やトレーニング方法等を習得します。

- 日時** 4月28日(金) 1部 19:00~20:30、2部 20:00~21:30
5月9日(火) 1部 19:00~20:30、2部 20:00~21:30
5月19日(金) 1部 19:00~20:30、2部 20:00~21:30
5月28日(日) 1部 9:30~11:00、2部 10:30~12:00
6月2日(金) 1部 19:00~20:30、2部 20:00~21:30
6月15日(木) 1部 19:00~20:30、2部 20:00~21:30
1日2回開催(入れ替え制)

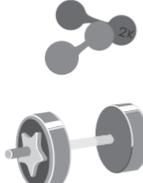
場所 田辺中央体育館トレーニングルーム

対象 市内在住、通勤、通学(15歳以上中学生除く)

定員 各部先着15人 **参加費** 1人 1,000円

申込方法 **郵送の場合** 往復はがきの往信用に「トレーニング講習会希望」と住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・受講希望日及び時間・勤務先又は学校名(市外在住者のみ)を、返信用に住所・氏名を記入して7日前までに送付。
来館の場合 備え付けの申込用紙に記入し、申し込みしてください。
Eメールの場合 タイトルに「トレーニング講習会希望」と本文に住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・受講希望日及び時間・勤務先又は学校名(市外在住者のみ)を、記入して体育館に送付。メール申し込み後返信メールのない時は電話にてお問い合わせください。

申込締切 各講習会開催日の2日前まで



体成分測定(トレーニングルーム体成分分析測定と指導)

健康 2

簡単な測定を行うだけで、体脂肪や筋力のバランス等体に関する様々な情報が得られます。情報に基づく正しい健康管理の指導を行い、隠れ肥満の早期発見や、生活習慣の改善を図るとともに健康の増進につなげます。

- 日時** 毎月8回(※詳しい日程は田辺中央体育館までお問い合わせください)
各日程 ①9:00~9:30・10:30~11:00 ②10:00~10:30・11:30~12:00
③18:00~18:30・19:30~20:00

場所 田辺中央体育館トレーニングルーム

対象 トレーニングルーム使用承認証をお持ちの方 **定員** 6人(1人10分)

参加費 1人 500円 **申込方法** 電話又は来館申し込み **申込締切** 先着1日6人

フィットネスクンセリング

健康 2

体成分を測定し総合的に判定するとともに、個別にカウンセリングをすることにより、ニーズに合った効率的なトレーニングメニューを提供します。

- 日時** 毎月 計6回~8回(※詳しい日程は田辺中央体育館までお問い合わせください)
各日程 ①10:00~10:40・10:40~11:20・11:20~12:00
②16:00~16:40・16:40~17:20・17:20~18:00
③18:00~18:40・18:40~19:20・19:20~20:00

場所 田辺中央体育館トレーニングルーム

対象 トレーニングルーム使用承認証をお持ちの方 **定員** 3人(1人40分)

参加費 1回1,000円(トレーニング使用料300円は別途必要)

申込方法 電話又は来館申し込み **申込締切** 先着1日3人

スポーツ教室

親子テニス教室

健康 2

- 日時** 5月19日、26日、6月2日、16日、23日、30日 各金曜日 16:45~17:45
場所 田辺中央体育館 アリーナ
対象 市内在住平成19年4月2日~平成25年4月1日生まれの子とその保護者
内容 子どもたちが、小さなコート・ラケット・柔らかいボールを使い楽しくテニスを始めるために、国際テニス連盟が推奨するプログラムによるレッスンをを行います。教室終了後はサークルに入って活動を続けることができます。
定員 20組(申し込み多数の場合は抽選) **参加費** 3,500円(子ども1人につき) **申込締切** 5月5日(金)

ジュニアテニス教室(初級クラスI)

- 日時** 6月9日、16日、23日、30日、7月7日 各金曜日(予備日:7月14日21日28日)
①16:30~17:30(小学1年生~小学2年生まで) ②17:35~18:50(小学3年生~小学6年生まで)
場所 防賀川公園テニスコート
対象 ①市内在住の小学1年生~小学2年生 ②市内在住の小学3年生~小学6年生
内容 テニスの楽しさを体験しながら心身ともに成長するためのクラスです。
定員 各クラス15人(申し込み多数の場合は抽選) **参加費** 6,000円 **申込締切** 5月26日(金)

中高生テニス教室

- 日時** 6月9日、16日、23日、30日、7月7日 各金曜日(予備日7月14日、21日、28日) 19:30~20:30
場所 防賀川公園テニスコート **対象** 市内の中学1年生~高校3年生
内容 テニスの楽しさを体験しながら、心身共に成長するためのクラスです。
定員 15人(申し込み多数の場合は抽選) **参加費** 6,000円 **申込締切** 5月26日(金)

ナイトヨガ教室

健康 2

- 日時** 6月5日、12日、19日、26日、7月3日 各月曜日 19:30~20:30
場所 田辺中央体育館 第一会議室 **対象** 市内在住・通勤・通学者で15歳以上の方(中学生を除く)
内容 初めての人でも取り組みやすいように体をほぐすことから始め、心と体をリラックスさせます。ゆったりとしたリズムの音楽をバックに体を動かしながら、ストレスを解消して体のバランスを整えるエクササイズを行います。
定員 20人(申し込み多数の場合は抽選) **参加費** 3,000円 **申込締切** 5月22日(月)

らくらく健康教室

健康 2

- 日時** 1クール 5月18日、25日 2クール 6月1日、15日、7月6日、20日 各木曜日 11:00~12:00
場所 田辺中央体育館 第一会議室 **対象** 市内在住・通勤・通学者で15歳以上の方(中学生を除く)
内容 生涯健康な身体作りを主な目的とし、普段から運動をしていない方でも様々なストレッチや体操を取り入れることで、運動を気軽に実施することが出来る内容です。
定員 1クール 20人(申し込み多数の場合は抽選)
参加費 1クール 1人2,000円(途中参加の場合 1回500円)
申込締切 各クール初回日の10日前まで

身障者スポーツ教室I

健康 2

- 日時** 5月1日、7月3日、9月4日、11月6日、平成30年1月15日、3月5日
各月曜日 14:00~15:30
場所 田辺中央体育館アリーナ・第1会議室 **定員** 20人
対象 市内在住・通勤・通学者で療育手帳保持者
内容 軽体操・ストレッチ・ニュースポーツなど **申込締切** 4月17日(月)

ストリートダンス教室

- 日時** 6月6日、13日、20日、27日 各火曜日 18:00~19:00
場所 田辺中央体育館 第一会議室
対象 市内在住の平成25年4月2日以降に生まれた子~小学1年生
内容 ストリートダンスの基礎となるリズムトレーニングと簡単な振り付けをもとにダンスの練習。教室終了後はサークルに入って活動することができます。
定員 20人(申し込み多数の場合は抽選) **参加費** 2,000円
申込締切 5月23日(火)

中学生バレーボール教室

- 日時** 6月2日、16日、23日、30日、7月7日 各金曜日 19:10~20:20
場所 田辺中央体育館 アリーナ **対象** 市内在住の中学1年生~中学3年生
内容 初心者・初級者を対象に、基礎的な運動(走る、飛ぶ)や動作(ボール投げ、キャッチ)から行い、バレーボールのパスやサーブを中心に実施し最後は試合形式を行うことを目標として練習します。教室終了後はサークルに入って活動を続けることができます。
定員 20人(申し込み多数の場合は抽選) **参加費** 2,500円 **申込締切** 5月22日(月)

個人参加フットサル「個サル」

健康 2

- 日時** 5月10日、6月14日の各第2水曜日 19:45~21:45
場所 田辺中央体育館 アリーナ **対象** 市内在住・通勤・通学者で15歳以上の方(中学生を除く)
内容 個人で気軽にフットサルに参加でき、いつもと違ったメンバーでプレーをすることで応用力が身につきます。又フットサルを通じて多くの人のコミュニケーションが図れる場となり、ゲームを中心に行う事で技術力の向上をめざします。
定員 各先着25人(開催人数に達し次第締め切り) **参加費** 1回 1人1,000円
申込締切 開催日2日前まで

女性フラダンス教室(昼クラス)

健康 2

- 日時** 6月7日、14日、28日、7月5日、12日 各水曜日 10:30~12:00
場所 田辺中央体育館 第1会議室
対象 市内在住、通勤、通学の15歳以上の女性の方(中学生を除く)
内容 年齢を問わず幅広く楽しんでいただける教室。ゆったりと動くことでリラックス効果もあり、心身ともにリフレッシュできる内容です。
教室終了後はサークルに入って活動を続けることができます。
定員 20人(申し込み多数の場合は抽選) **参加費** 3,000円 **申込締切** 5月24日(水)

体幹トレーニング講座

健康 2

- 日時** 5月20日、27日 各土曜日 10:30~12:00
場所 田辺中央体育館 第一会議室
対象 市内在住・通勤・通学者で15歳以上の方(中学生を除く)
内容 効果的に体幹を鍛えるための、正しいトレーニング方法の講義、実技を実施します。
定員 20人(申し込み多数の場合は抽選) **参加費** 1,000円
申込締切 5月13日(土)

身障者スポーツ教室II

健康 2

- 日時** 5月25日、6月1日、8日、15日、22日 各木曜日 13:30~15:30
場所 田辺中央体育館アリーナ・第一会議室
対象 市内在住、通勤、通学の身体に障がいのある人(療育者を除く)
内容 軽体操・ストレッチ・ニュースポーツなど **定員** 20人 **参加費** 無料 **申込締切** 5月11日(木)

申込み方法

往復はがき… 往復はがきの往信用に、受講希望教室名・郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢(学年)・電話番号・勤務先もしくは学校名(市外在住者のみ)を、返信用に住所・氏名を記入のうえ田辺中央体育館に郵送してください。
Eメールの場合… 受講希望教室名・郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢(学年)・電話番号・勤務先もしくは学校名(市外在住者のみ)を書いて送信してください。
※メールでお申し込みの方は、申し込み後7日以内にメールで受け付けの連絡をいたします。
ご連絡のない場合はお手数ですが電話にてお問い合わせください。
来館の場合… 郵便番号・住所・氏名を書いたはがきを持参し、申し込んでください。

備考

屋内施設の参加費は各教室開催の一回目に徴収します。屋外施設の参加費は各教室1回目までに来館しお支払いください。(いったん納入された受講料の返金は致しませんので、あらかじめご了承ください。)受講希望者が少数の場合、教室の開催を中止させていただくことがあります。

申込・問い合わせは、田辺中央体育館
〒610-0331 京田辺市田辺丸山19番地
☎62-1501 FAX62-1534 E-メール:gym@city.kyotanabe.lg.jp

田辺公園プール教室のお知らせ

ベビースイミング教室(火)

日時 5月9日～6月27日 毎週火曜日 全8回 11:30～12:20

ベビースイミング教室(金)

日時 5月12日～6月30日 毎週金曜日 全8回 11:30～12:20
対象 市内在住のベビー(6ヶ月～3歳)と保護者
定員 各20組 費用 5,150円

4歳児水慣れ教室

日時 5月12日～6月30日 毎週金曜日 全8回 15:20～16:20
対象 市内在住・通学の平成25年4月2日～平成26年4月1日生まれの子
定員 20人
費用 5,150円(別途指定キャップ代510円)

幼児水泳教室(月)

日時 前期 5月8日～6月5日 毎週月曜日
後期 6月12日～7月10日 毎週月曜日
各全5回 15:20～16:20

幼児水泳教室(火)

日時 前期 5月9日～6月6日 毎週火曜日
後期 6月13日～7月11日 毎週火曜日
各全5回 15:20～16:20

幼児水泳教室(木)

日時 前期 5月11日～6月8日 毎週木曜日
後期 6月15日～7月13日 毎週木曜日
各全5回 15:20～16:20
対象 市内在住の平成23年4月2日～平成25年4月1日生れの子
定員 各40人
費用 3,200円(別途指定キャップ代510円)

小学生水泳教室(月)

日時 前期 5月8日～6月5日 毎週月曜日
後期 6月12日～7月10日 毎週月曜日
各全5回 16:30～17:30

小学生水泳教室(火)

日時 前期 5月9日～6月6日 毎週火曜日
後期 6月13日～7月11日 毎週火曜日
各全5回 16:30～17:30

小学生水泳教室(木)

日時 前期 5月11日～6月8日 毎週木曜日
後期 6月15日～7月13日 毎週木曜日
各全5回 16:30～17:30

小学生水泳教室(土)

日時 前期 5月6日～6月3日 毎週土曜日
後期 6月10日～7月8日 毎週土曜日
各全5回 12:20～13:20
対象 市内在住、通学の小学生 定員 各55人
費用 3,200円(別途指定キャップ代510円)

障がい児水泳教室

日時 5月6日～6月24日 毎週土曜日 全8回
11:10～12:10
対象 市内在住・通学者で障がいのある幼児
(年中以上)児童、生徒
定員 10人
費用 無料(別途指定キャップ代510円)

簡単ウェーブストレッチ教室

日時 5月9日～6月27日 毎週火曜日 全8回
13:30～14:00
内容 2階観覧室で、ウェーブリングを使ったストレッチ・体操。プールには入りません。
対象 市内在住・通勤・通学者で18歳以上の人
定員 15人
費用 2,600円

ウェーブストレッチ教室

日時 5月8日～6月26日 毎週月曜日 全8回
10:00～11:00
内容 2階観覧室で、ウェーブリングを使ったストレッチ・体操。プールには入りません。
対象 市内在住・通勤・通学者で18歳以上の人
定員 15人
費用 5,150円

スイミング&水中ウォーキング教室

日時 5月12日～6月30日 毎週金曜日 全8回
13:40～14:40
内容 初級者向け水泳とウォーキングの基本を学ぶ教室
対象 市内在住・通勤・通学者で15歳以上の人
(中学生を除く)
定員 30人
費用 5,150円

成人水泳教室(火)

日時 5月9日～6月27日 毎週火曜日 全8回
13:00～14:00

成人水泳教室(土)

日時 5月6日～6月24日 毎週土曜日 全8回
19:00～20:00
対象 市内在住・通勤・通学者で15歳以上の人
(中学生を除く)
定員 各30人
費用 5,150円



教室の申込方法

郵送の場合

往復はがき(1人1枚に限る)の往信用の裏に郵便番号、住所、氏名(ふりがな){ベビーは保護者の氏名}、年齢、性別、電話番号、「受講希望教室名」{幼児・小学生は生年月日・泳力(顔つげができない・できる・浮くことができる・クロールが何メートルできる、以前水泳教室に参加し練習のあゆみの認定級、及びどこまで出来ると記載がある等々)}を記入。返信用の宛名欄には受講希望者の郵便番号、住所と氏名を書いて、(裏面は白紙のまま)

〒610-0331 京田辺市田辺丸山8番地 田辺公園プール宛 にお申し込みください。

※重複申込はできません。ただし、申込受付期間後定員に満たない教室については、重複して申し込みをすることができます。

来所の場合 ハガキ(1人1枚、郵便番号、住所と氏名を記入)を持参し、申込用紙に記入してください。

申込フォームの場合 田辺公園プールのホームページから教室申込を選択し、教室申込フォーマットに必要項目を入力してください。入力後送信ボタンを押してください。

申込受付期間 4月14日(金)～4月22日(土)<必着>※来所の時間 営業時間内

受講決定方法 申込多数の場合は、公開抽選(4月24日(月)午前11時から田辺公園プール)により決定いたします。

受講料納入期間 受講決定者は、4月27日(木)～5月3日(水)の間に、田辺公園プールで受講料を納入してください。なお、期間内に納入されない方は、受講資格が取消しになりますので、ご注意ください。

イベント・講習会に参加しませんか!

※詳しくは公園プールにお問い合わせください。

デイキャンプ

魚釣り&沢遊び、バーベキューでアウトドアを楽しみましょう!
田辺公園プールスタッフが引率します。

日時 6月25日(日) 8:30～17:00 田辺公園プール集合・解散
場所 朽木溪流魚センター(滋賀県高島市)
対象 5歳～小学生 定員 25人 先着順 最少催行人数18人
参加費 1人9,180円(税込)※施設使用料、交通費、昼食費、保険料等含む
申込 6月12日(月)までに田辺公園プールへ電話または直接お申し込みください。定員になり次第締め切ります。

オリンピックメダリストのスイムクリニック&着衣水泳講習会

日時 6月24日(土) 16:00～17:30 場所 田辺公園プール2階観覧室と屋内25mプール
対象 小学生 定員 60人 先着順
参加費 無料(但し、プールに入場の際の料金がかかります。)
申込 前日までに田辺公園プールへ電話または直接お申し込みください。定員になり次第締め切ります。

水泳指導者研修会

学校やプールや海等で水泳活動の指導をされる人にプール監視の基本や心肺蘇生などについての研修を行います。

日時 6月24日(土) 9:30～11:00 場所 田辺公園プール2階
定員 50人 先着順 参加費 無料
申込 前日までに田辺公園プールへ電話または直接お申し込みください。定員になり次第締め切ります。

タイム測定会

25m～100mの記録を測定し、記録証をお渡します。

日時 5月7日(日) 12:00～13:30 場所 田辺公園プール25mプール
対象 25m以上泳げる人 定員 20人 先着順
参加費 300円(別に、プールに入場の際の料金がかかります。)
申込 前日までに田辺公園プールへ電話または直接お申し込みください。定員になり次第締め切ります。

無料開放のお知らせ (児童福祉週間行事)

開催日時 5月5日(金) 9:30～12:30
13:30～16:30
こどもの日 17:30～21:30

対象 中学生まで(大人は有料です)
(小学校3年生以下と17:30以降の入場は保護者同伴)
※水着、水泳キャップが必要です。※ワンポイントレッスン(無料・自由参加)を開催いたします。

「京田辺市児童福祉週間」のお知らせ

標語:できることたくさんあるよ きみのてに

市は、子どもたちの健やかな成長を願い、4月27日(木)から5月28日(日)までを「京田辺市児童福祉週間」と定めています。親子で楽しめるイベントが盛りだくさんです。

申込方法の記載がないものは当日自由に参加いただけます。ご来場をお待ちしています。詳しくは各問い合わせ先にご確認ください。

親子ふれ愛交流

日時 4月27日(木)10:00~11:30
場所 田辺中央体育館
対象 市内に在住する乳幼児と保護者
内容 ①大きなこいのぼりをみんなで一緒にあげよう!
 ②親子でふれあい遊ぼう!
 手あそび・ミュージカル劇など
講師 チルドレン・ワークショップクッキーズ
持ち物 ※手作り用こいのぼりをプレゼント。その場で作れます。
問合せ先 子育て支援課 ☎64-1376

大住児童館1日開放の日

日時 5月5日(金・こどもの日) 9:00~17:00
場所 大住児童館
対象 市内に在住する18歳未満の子どもとその家族
内容 作ってあそぼう、昔あそび、タナレンジャーショーなど、いろんな催しをおこないます。詳しくは下記、問合せ先までお問い合わせください。
問合せ先 大住児童館 ☎68-2225

映画会

日時 5月13日(土)10:30~12:00
場所 中央図書館
対象 市内に在住、通学(園・所)の幼児・児童・生徒等 幼児のみの参加は不可とし、保護者同伴
定員 先着60人(事前申込不要)
上映作品 アニメ「おさるのジョージ」
問合せ先 中央図書館 ☎65-2500

世代間交流:「グラウンドゴルフで遊ぼう」

日時 5月13日(土)13:30~15:00(雨天中止)
場所 大住児童館
対象 市内に在住する小学1年生~18歳未満の子ども
内容 大住ヶ丘老人クラブのみなさんからグラウンドゴルフを教わり、一緒に楽しもう
定員 先着20人
申込方法 4月24日(月)10:00から電話・来館で受け付け
申込み先(問合せ先) 大住児童館 ☎68-2225

パパもママも家族と一緒にコミュニケーションヨガ&わらべ歌あそび

日にち 5月14日(日)
場所 中部住民センター
対象 市内に在住する0歳から3歳までの乳幼児とその家族
内容 家族みんなでヨガやわらべ歌、手遊びを楽しもう。パパ大歓迎!
 ①ヨガ
 時間=10:00~11:45 指導者=ヨガ講師 佐藤ひなさん
 定員=当日先着30組
 持ち物=バスタオル2枚。動きやすい服装で、飲み物をご持参ください。
 ②わらべ歌、手遊び
 時間=10:00~11:45 出入り自由
問合せ先 認定NPO法人そよかぜ子育てサポート
 子育てひろば「てふてふ」 ☎62-3731(10:00~15:00)

いつでもだれでも

日時 5月17日(水)10:00~15:00
場所 社会福祉センター
対象 市内に在住する就学前の乳幼児とその保護者・妊婦さん
内容 ・子どもフリースペース ・ママのおしゃべりスペース
問合せ先 社会福祉協議会 ☎62-2222

キッズフラダンス

日時 5月20日(土)10:30~11:30
場所 南山こどもセンター
対象 市内に在住する小・中学生
内容 講師と一緒に子ども向けフラダンスを楽しもう
講師 フラダンス講師の岡田瑞紀さん
定員 先着30人
申込方法 4月15日(土)13:00から電話・来館で受け付け
申込み先(問合せ先) 南山こどもセンター ☎62-4458



パパさんDAY「体を動かしてあそぼう!」

日時 5月20日(土)10:00~11:30
場所 普賢寺児童館 プレイルーム
対象 市内に在住する2歳~未就学児とその父親
内容 子どもと一緒に体を動かして遊ぼう
講師 K+キッズ商会 こたやん
定員 先着15組
申込方法 4月24日(月)9:00から電話・来館で受け付け
申込み先(問合せ先) 普賢寺児童館 ☎65-0153



リトミック

日時 ①5月23日(火)②5月24日(水)③5月25日(木)それぞれ10:00~11:30
場所 コミュニティホール
対象 いずれも市内に在住する
 ①2歳~3歳までとその保護者
 ②1歳2か月~2歳未満児とその保護者
 ③1歳2か月未満児とその保護者
内容 親子で音楽をきいて、スキンシップしながら身体を動かしましょう
 動きやすい服装でください
 ◎きょうだいでのご参加は年齢の高い子どもの日にちで参加してください
講師 リトミック・ピアノ講師の高津道さん
問合せ先 ①子育て支援課 ☎64-1376
 ②③地域子育て支援センター三山木保育所 ☎68-5570

ベビーちゃんの親子教室

日時 5月27日(土)10:00~11:15
場所 普賢寺児童館
対象 市内に在住する生後2~6か月までの乳児とその母親
内容 助産師による、ベビータッチ・子育てアドバイス・親子ふれあい遊びなど
講師 助産師の角田小由里さん
定員 先着15組
申込方法 4月24日(月)9:00から電話・来館で受け付け
申込み先(問合せ先) 普賢寺児童館 ☎65-0153

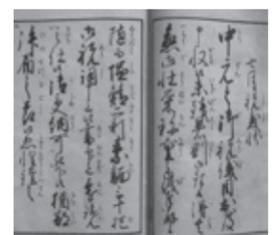
人形劇

日時 5月27日(土)10:00~11:00
場所 大住児童館
対象 市内に在住する小学生以下とその保護者
内容 人形劇「うらのはたけのおいもさん」他
出演 人形劇ユニットぷくぷく
定員 100名
問合せ先 大住児童館 ☎68-2225



平成29年度古文書解読入門講座の受講生募集!

日時 第1回 5月26日(金)19:00~20:30 第2回 6月23日(金)19:00~20:30 第3回 7月21日(金)19:00~20:30
場所 中央公民館第1研修室 **対象** 18歳以上の人(高校生除く)
内容 くずし字で書かれた江戸時代の古文書(こもんじょ)の読み方をわかりやすく解説します。
 初めて古文書を読む方、少し古文書を読める方を対象に、古文書解読の基礎知識の習得を目指します。
 テキストは入門者でも楽しめる、1820年に京都で出版された手紙の文例集を予定しています。
 なお、平成28年度受講された方はご応募できません。
講師 教育委員会職員 **定員** 15人程度(応募者多数の場合は抽選)
申込方法 5月8日(月)(当日消印有効)までに、往復はがきの往信用に、入門講座受講希望、
 (1)郵便番号、(2)住所、(3)氏名(ふりがな)、(4)電話番号を書き、返信用に申込者の郵便番号、住所、氏名を書いて郵送してください。
申込み先(問合せ先) 〒610-0331 京田辺市田辺丸山214 京田辺市教育委員会市史編さん室 ☎0774-64-1301



京田辺市スポーツ推進委員便り

ロコモ予防運動(第4回)今回は膝痛対策になる体操をご紹介します。

参考文献: ロコモパンフレット2015年度版 (ロコモチャレンジ! 推進協議会)

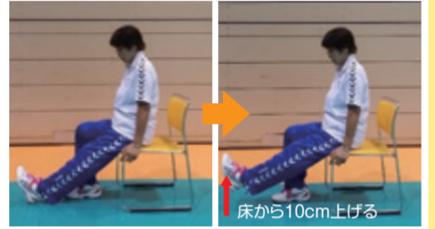
(※1)ロコモ:ロコモティブシンドローム(和名:運動器症候群)の略称、運動器(※2)の障害のために移動機能(自分の足で歩いて移動できること)の低下をきたした状態を言います。
(※2)運動器:骨・関節・筋肉・神経などの、身体を支えたり動かしたりする組織・器官の総称です。

太ももの前の筋肉(大腿四頭筋)に力をつける運動 どちらかの運動を20回を1セットとして、1日に2セット行いましょう!

仰向けに寝て片方の膝を直角以上に曲げて立てます。
もう片方の脚を、膝を伸ばしたまま床から10cmの高さまでゆっくりと上げます。
そのまま5秒間停止し、ゆっくり下ろします。
床に足を付けたら2~3秒休めます。
左右脚を替えて、反対側も同様に行います。



高めの椅子の縁につかまり、浅く腰掛けます。片方の足は床に付けたまま、もう片方は足首を直角に曲げて、膝をまっすぐ伸ばします。そのまま踵を床から10cmの高さまで上げ、5秒間停止し、その後ゆっくり下ろします。床に足を付けたら、2~3秒休めます。左右足を替えて、反対側も同様に行います。



ウェルネス教室開催

上記のような体操に加え、踏み台を使った昇降運動・軽い筋トレ・ストレッチ等を体験するウェルネス教室開催します。お気軽にお申込みください。
(日時)5月19・26日、6月2・16・23・30日、7月7・14・21・28日(全10回、金曜日の19:30~20:30)《場所》田辺中央体育館第1会議室《受講料》1,000円《定員》14名(多数の場合抽選)京田辺市内に

在住・在勤で踏み台昇降運動が無理なくできる30歳以上の方が対象です。《申込方法》往復はがきの往信用に「ウェルネス教室受講希望」、住所・氏名・年齢・性別に連絡の取れる電話番号を、返信用に返信先の住所・氏名を書いて、社会教育・スポーツ推進課へ郵送してください。はがき1枚につき1名で申込みしてください。電子メールの場合は、件名を「ウェルネス教室受講希望」、メール本文に住所・氏名・年齢・性別に連絡の取れる電話番号を記載し、syakyo-sports@city.kyotanabe.lg.jpへ送信してください。メール1件につき1名で申込みしてください。申込みのはがき及び電子メールは、平成29年4月27日(木)必着をお願いします。送付先は下記のとおりです。

☆人生の最後まで自分の足で歩く! **健康寿命**を伸ばしましょう!
☆まだ若いから関係無い? 若いうちからの**運動習慣**が大切です!

お問合せ・送付先 **社会教育・スポーツ推進課** 〒610-0393 京田辺市田辺80
☎0774-64-1394 Eメール syakyo-sports@city.kyotanabe.lg.jp

京田辺市野外活動センター

〒610-0343 京田辺市大住電王谷 9-1
☎62-2816 ☎62-2816 Eメール ryuoh@city.kyotanabe.lg.jp

「野外活動に親しむ日」にご参加を

野外活動センターは、市民の野外活動のきっかけづくりを目的に、家族やグループで自然に親しむ等のコミュニケーションの場を提供する「野外活動に親しむ日」を開催します。お誘い合わせの上、ご参加ください。

日時 5月28日(日) 10:00~15:00 場所 京田辺市野外活動センター
内容 市制施行20周年を記念して「電王カフェ」の開設や野点、利き茶体験など新しい企画を盛りだくさんを実施します。また、クレープ作りやかわいいキャラクターのクラフト制作、ミニフリークライミングなどのチャレンジコーナーも開設します。事前の申込みは不要です。入場無料。一部有料のコーナーがあります。

平成29年度わくわく体験クラブ参加者募集

野外活動センターでは、土曜日又は、日曜日に「わくわく体験クラブ」を開催します。そこで、平成29年度のわくわく体験クラブの参加者を募集します。みなさん、さそいあって参加してみませんか?



◎参加対象

- ★19歳以下で京田辺市在住又は通学・通園(所)しており、平成29年4月2日現在で満3歳以上の人
- ★ただし、年少(3歳)以下の子どもは内容により参加不可とする場合があります。

◎申込方法

申込期間内に野外活動センターへ電話でお申し込みいただくか、郵送・FAX・メールでも受け付けします。ただし、7月22日実施分●印は往復はがきで申し込みとなります。記載内容等、詳しくは上記までお問い合わせください。

◎その他

- ★1年間に10回以上のプログラムに参加すると、センター特製のオリジナル記念品がもらえます。

★申込記入内容★

- 第○回わくわく体験クラブ参加希望
- 氏名(ふりがな)・性別
- 学年・年齢
- 保護者氏名(ふりがな)
- 続柄
- 郵便番号・住所
- 電話番号・FAX番号

平成29年度 わくわく体験クラブ実施計画(5月~7月)

回	月	日(曜)	時間	内容	定員	申込期間	参加費	3歳以下の参加
1	5	14日(日)	9:30 - 11:30	ほりたての玉ねぎなど季節の野菜を使い、ピザ窯で本格ピザ作り!	40人	~ 5月2日(火)	300円	可
2	5	20日(土)	9:30 - 14:30	春の里山歩きと観察を楽しもう	30人	5月1日(月) ~ 5月13日(土)	100円	不可
3	5	21日(日)	9:30 - 11:30	竹でスコップを作ってサツマイモの苗を植えよう! ※10月29日(日)の手廻り体験に参加できる人になります。	50人	5月2日(火) ~ 5月14日(日)	300円	不可
4	6	4日(日)	9:30 - 11:30	山道コースのウォークラリーを楽しもう	30人	5月16日(火) ~ 5月28日(日)	100円	不可
5	6	10日(土)	9:30 - 11:30	こども しぜん教室①「木のかんざつかい」	30人	5月22日(月) ~ 6月3日(土)	100円	可
6	6	18日(日)	9:30 - 11:30	新玉ねぎと新ジャガイモのホイル焼きをしよう!	40人	5月30日(火) ~ 6月1日(日)	300円	可
7	6	25日(日)	9:30 - 11:30	素敵なキャラクター壁掛けづくり(ドラえもん・アンパンマンなど)	20人	6月6日(火) ~ 6月18日(日)	300円	可
8	7	2日(日)	9:30 - 11:30	たなばたかざりを作ろう	25人	6月13日(火) ~ 6月25日(日)	300円	可
9	7	8日(土)	9:30 - 11:30	こども しぜん教室②「しぜんクイズラリー」	30人	6月19日(月) ~ 7月1日(土)	100円	可
10	7	15日(土)	9:30 - 11:30	不要になったCDで独楽を作り、色の混色実験を楽しもう	15人	6月26日(月) ~ 7月8日(土)	200円	可
11	7	22日(土)	9:30 - 11:30	●竹の器を作って流しそうめん	120人	6月26日(月) ~ 7月8日(土)	500円	可
12	7	29日(土)	9:30 - 11:30	川辺で水車や竹笛・草笛を手作りしよう!	30人	7月10日(月) ~ 7月22日(土)	100円	不可

※8月~10月実施分は夏号でお知らせします。



健康パスポート事業対象マークにお気づきになりましたか。

京田辺市では、市民のみなさん一人ひとりが健康で幸せに暮らしていただくために、「健康パスポート事業」を実施しています。

内容 各種検(健)診、健康づくりに関する事業・イベントへの参加や、自分で「健康目標」をたてて健康づくりに取り組みポイントを集めます。10ポイント以上集めて応募すると、抽選ですてきな健康グッズ等が当たります!さらに、応募者全員に次年度「一休さんウォークベア参加無料券」をプレゼント!

対象者 16歳以上の京田辺市民 **ポイント対象年度** 平成29年度 **応募期間** 平成29年4月1日~平成30年3月9日(当日消印有効)

※くわしくは、4月1日に配布したリーフレット「平成29年度 健康パスポート」をご覧ください。対象となる事業の詳細・実施時期等については、本誌又は広報等でご確認ください。市ホームページにも掲載されています。

応募・問い合わせ先 健康推進課(☎0774-64-1335)



各施設休館日・休所日 カレンダー

- 公…中央公民館
- 中…中部住民センター
- 図…中央図書館、図書館北部分室、図書館中部分室
- 野…野外活動センター
- 体…田辺中央体育館
- プ…田辺公園プール
- 北…北部住民センター

2017 5 May 平成29年5月

日	MON	TUE	水	木	金	土	日
1							1
2	2	3	4	5	6	7	8
9	9	10	11	12	13	14	15
16	16	17	18	19	20	21	22
23	23	24	25	26	27	28	29
30	30	31					

2017 4 April 平成29年4月

日	MON	TUE	水	木	金	土	日
1							1
2	2	3	4	5	6	7	8
9	9	10	11	12	13	14	15
16	16	17	18	19	20	21	22
23	23	24	25	26	27	28	29
30	30						

2017 6 June 平成29年6月

日	MON	TUE	水	木	金	土	日
1							1
2	2	3	4	5	6	7	8
9	9	10	11	12	13	14	15
16	16	17	18	19	20	21	22
23	23	24	25	26	27	28	29
30	30						

