

中部住民センター事業のお知らせ

洋食ランチ料理教室

スープからメイン料理まで本格的なメニューですが、ご家庭で気軽に作れる洋食メニューを元ホテルシェフが親切・丁寧に教えます。お気軽に受講ください。

元ホテルシェフが教える



●日時及び内容

回数	開催日	曜日	時間	内 容
1	11/10	火	10:00 ～12:00	・茄子の詰め物焼き ・アボガドのスープ ・牛肉のステーキ
2	12/8			・海老のグリル ・キャベツのスープ ・鶏肉のチーズ焼き
3	1/19			・マグロの香草風味 ・きのこのスープ ・ラムもも肉のロースト

対 象 市内在住・通勤・通学の方(小・中・高校生を除く。)

定 員 16名 **参加費** 6,200円(材料費6,000円 登録料200円)

その他 エプロン、食器用ふきん3枚等をご持参ください。



洋食ランチ料理イメージ

おもてなしグローバル料理教室

身近な素材で各国料理のいいところ取り、おしゃれに美しく、現代風日常食を楽しみながら作っていきます。

元ホテルシェフが教える



●日時及び内容

回数	開催日	曜日	時間	内 容
1	2/2	火	10:00 ～12:00	トルコ料理 ・たばこ型の春巻き ・レンズ豆のスープ ・鶏とマッシュルームの煮込み
2	2/23			スペイン料理 ・鱈とポテトのサラダ ・ニンニクのスープ ・牛肉とオリーブのソテー
3	3/15			フランス料理 ・帆立貝のサラダ ・海老のスープ ・若鶏のロースト

対 象 市内在住・通勤・通学の方(小・中・高校生を除く。)

定 員 16名 **参加費** 6,200円(材料費6,000円 登録料200円)

その他 エプロン、食器用ふきん3枚等をご持参ください。



おもてなしグローバル料理イメージ

ステンドグラス教室

●日時及び内容

回数	開催日	曜日	時間	内 容
1	11/19	木	9:30 ～12:00	ガラスに慣れる(箸置きなどの小物作り)
2	12/3			クリスマスの飾り
3	1/21			ブドウの窓飾り
4	2/18			時計
5	3/17			きらきら小物入れ

対 象 市内在住・通勤・通学の方(小・中・高校生を除く。)

定 員 10名 **参加費** 10,200円(材料費10,000円 登録料200円)

その他 アームカバー(または袖付きエプロン)、筆記用具をご用意ください。出来る限り、5回続けての出席をお願いします。



キラキラ小物入れ

高齢者のためのいきいき運転講座

田辺警察署の警察官から楽しく学ぶ・・・高齢ドライバーを応援する交通安全プログラム。「振り込め詐欺」などの身近な犯罪の防犯対策や健康力アップのための体操もある、メニュー盛りだくさんの講座です。

●日時及び内容

回数	開催日	曜日	時間	内 容
1	11/19	木	10:00 ～12:00	脳トレを使つての ～いきいき運転講座(全3回)～
2	12/17			
3	1/21			
4	2/18			京都府警察本部見学

交通脳トレテキスト
無料進呈します。

対 象 市内在住・通勤・通学の方 **定 員** 12名 **参加費** 200円(登録料のみ)

和風スイーツ教室

●日時及び内容

回数	開催日	曜日	時間	内 容
1	11/17	火	10:00 ～12:00	ごまのパウンドケーキ
2	12/15			さつまいものお菓子
3	1/26			柚子のお菓子
4	2/16			抹茶プリン
5	3/8			桜のお菓子

対 象 市内在住・通勤・通学の方(小・中・高校生を除く。)

定 員 16名 **参加費** 8,700円(材料費8,500円 登録料200円)

その他 お作りいただいたお菓子はお持ち帰りいただけます。お持ち帰り用の容器(18×18cm位)をご持参ください。食器用ふきん3枚をご持参ください。講師が作りましたお菓子をお茶と共にご試食いただけます。



柚子のお菓子
イメージ

申し込み方法 全講座とも往復はがきで受付します。

往復はがきの往信用に希望する講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、日中連絡のつく電話番号、保育希望の有無(希望する場合は子どもの名前と年齢)を記入してください。ただしハガキ1枚につき1人1講座とします。

申し込み締切 10月3日(土)当日消印有効

申し込み先(問合せ先) 中部住民センター(☎64-8810)

ケーキづくり教室

●日時及び内容

回数	開催日	曜日	時間	内 容
1	11/13	金	10:00 ～12:00	焼きりんごのバターケーキ
2	12/4			クリスマスケーキ
3	1/8			フロランタン
4	2/5			チョコレートのお菓子
5	3/4			いちごのケーキ

対 象 市内在住・通勤・通学の方(小・中・高校生を除く。)

定 員 16名 **参加費** 8,700円(材料費8,500円 登録料200円)

その他 お作りいただいたお菓子はお持ち帰りいただけます。お持ち帰り用の容器(18×18cm位)をご持参ください。食器用ふきん3枚をご持参ください。講師が作りましたお菓子をお茶と共に試食していただきます。



クリスマスケーキ

プリザーブドフラワーと手作り雑貨教室

●日時及び内容

回数	開催日	曜日	時間	内 容
1	11/27	金	10:00 ～12:00	クリスマス・アレンジ
2	12/18			お正月飾り
3	1/22			ウッド雑貨
4	2/26			キッチンスプーン
5	3/18			スプリングアレンジ

対 象 市内在住・通勤・通学の方(小・中・高校生を除く。)

定 員 16名

参加費 8,200円(材料費8,000円 登録料200円)

その他 クラフトバサミをご用意ください。



作品イメージ

ビューティフルアロマセラピー教室

●日時及び内容

回数	開催日	曜日	時間	内 容
1	11/12	木	10:00 ～12:00	アロマセラピーの基礎I ・アロマセラピーとは・・・・香りの吸収のメカニズム など ・アロマルームスプレー作り
2	12/10			アロマセラピーの基礎II ・アロマのプチ歴史 ・精油について ・アロマキャンドル作り
3	1/14			アロマセラピーの基礎III ・アロマでストレスケア ・タッチングの有用性 など ・アロマハンドマッサージ
4	2/4			アロマセラピーの応用編 ・アロマで冷え対策 ・乾燥肌対策 など ・アロマバスフィズ作り
5	3/10			アロマセラピーの応用編 ・花粉症対策 ・ハーブ活用法 など ・マイブレンドハーブティー作り

対 象 市内在住・通勤・通学の方(小・中・高校生を除く。)

定 員 16名 **参加費** 5,200円(材料費5,000円 登録料200円)

その他 筆記用具・フェイスタオル(1/14)



作品イメージ

花と緑の教室

初歩的な園芸について、実技指導を受けながら学習します。
苦手意識をもっていた鉢花の植え替えにもトライ!!

●日時及び内容

回数	開催日	曜日	時間	内 容
1	12/5	土	10:00 ～12:00	花の寄せ植え
2	1/16			鉢花の植え替え

対 象 市内在住・通勤・通学の方(小・中・高校生を除く。)

定 員 16名

参加費 1,200円(材料費1,000円 登録料200円)

その他 エプロン・軍手をご用意ください。

植木草花盆栽講習会

●日時及び内容

回数	開催日	曜日	時間	内 容
1	12/12	土	13:30～15:00	松竹梅の寄せ植え(お正月用)

対 象 市内在住・通勤・通学の方(小・中・高校生を除く。)

定 員 30名

材料費 2,500円(鉢なし 3,000円) ※講座登録料は不要です。

その他 各自 エプロン・軍手をご持参ください。
参加費は緑化協会から一部負担後の金額です。

※講座登録料1講座200円及び材料費等は実費負担です。
※都合により、開催日時・内容が変更となる場合があります。
※申し込み多数の場合は、抽選とします
※申し込み対象者は市内在住・通勤・通学の方(小・中・高校生を除く)とします。
※同一講座の重複申し込みはできません。
※保育対象年齢は講座開始日において、満1歳以上就学前までとします。なお、保育の定員は各講座5名です。
申し込み多数の場合は抽選とします。
また、講座申し込みハガキに保育希望の記入がない場合は受付出来ません。

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

フィットネスカウンセリング

健康
2Pt

日時 毎月 計6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
内容 現在の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。
定員 3人(40分に1名) **参加費** 1回 1,000円(トレーニング使用料300円は別途必要です。)
申込方法 電話又は来館し申し込み **申込締切** 希望日の前日の17時まで

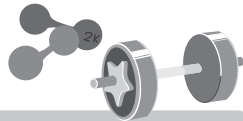
体成分測定(トレーニングルーム体成分分析測定と指導)

健康
2Pt

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、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る。
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名(1人 10分) **参加費** 1人 500円
申込方法 電話又は来館し申し込み **申込締切** 測定日前日まで

トレーニング使用者講習会

田辺中央体育館トレーニングルームを利用するには、講習会の受講が必要です。
日時 10月25日、11月8日、12月20日(いずれも日曜日) 10:00～12:00
10月2日、11月20日、12月4日(いずれも金曜日) 19:00～21:00
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** 30名
内容 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知得するため
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・勤務先又は学校名(市外在住者のみ)を、返信用に住所・氏名を記入して送付。
来館の場合… 備え付けの申込用紙に記入し申込み。
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・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。
メールで申込の方は、申込後7日以内にメールで受付けのご連絡を行う。
申込締切 各講習会開催日の7日前まで(開催日を除く)



申し込み先 (問合せ先) 田辺中央体育館 ☎62-1501
〒610-0331 京田辺市田辺丸山19番地

スポーツ教室

簡単リフレッシュ体操教室

健康
2Pt

日時 10月13日、20日、27日、11月10日、17日 全5回 各火曜日 14:40～15:40
場所 田辺中央体育館 第一会議室 **対象** 市内在住の中高年の方
内容 第1回 骨盤を引き締め代謝を促進 第2回 血液の流れを良好にする
第3回 冷え予防 第4回 膝・股関節痛の予防と緩和
第5回 アレルギーに負けない身体づくり
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 30人(申込多数の場合は抽選) **参加費** 3,000円 **申込締切** 9月29日(火)

ストリートダンス教室

日時 10月6日、13日、20日、27日 全4回 火曜日 17:30～18:30
場所 田辺中央体育館 第一会議室 **対象** 市内の小学1年生から小学6年生まで
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ショーを練習。レッスンの最後にはみんなでダンスの発表を行う。
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 30人(申込多数の場合は抽選) **参加費** 3,000円 **申込締切** 9月22日(火)

ジュニアソフトバレーボール教室

日時 11月10日・17日・24日・12月1日・8日・15日 全6回 火曜日 17:50～18:50
場所 田辺中央体育館 アリーナ **対象** 市内在住の1年生～6年生
内容 初心者・初級者を対象に、基礎的な運動(走る、跳ぶ)や動作(ボール投げ、キャッチ)から行い、ソフト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事を目標にする。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(申込多数の場合は抽選) **参加費** 3,000円 **申込締切** 10月27日(火)

ナイトヨガ教室(後期)

健康
2Pt

日時 10月26日・11月2日・9日・30日・12月7日 全5回 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る。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身体のバランスを整えるエクササイズ。
定員 30人(申込多数の場合は抽選) **参加費** 3,000円 **申込締切** 10月12日(月)

ジュニアテニス教室(経験)(後期)

日時 10月30日・11月6日・13日・20日・27日 全5回 金曜日
①16:30～17:30(市内在住の小学1年生～2年生)
②17:35～18:50(市内在住の小学3年生～6年生)
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～2年生 ②市内在住の小学3年生～6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
定員 各クラス15人(定員を超えた場合は抽選) **参加費** 6,000円 **申込締切** 10月16日(金)

ナイターテニス教室(後期)

健康
2Pt

日時 10月30日・11月6日・13日・20日・27日 全5回 金曜日19:30～21:00
場所 防賀川公園テニスコート
対象 市内在住・通勤、通学者で15歳以上(中学生を除く)
内容 初級者:簡単なダブルスのゲームが行える程度のテニスの初歩的な実技講習
中級者:基本技術の向上を図り、基本戦術から応用戦術とより実践的なゲーム展開を行う。
定員 15人(定員を超えた場合は抽選) **参加費** 7,000円 **申込締切** 10月16日(金)

らくらく健康教室

健康
2Pt

日時 4クール 10月1日・15日・11月5日・19日 全4回 第1・第3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(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。
定員 1クール 30人(定員を超えた場合は抽選を行う。)
参加費 1クール 1人3,000円 **申込締切** 各クール初回日の10日前まで

個人参加フットサル「個サル」

健康
2Pt

日時 10月14日、11月11日、12月9日 全3回 各第2水曜日 19:30～21:30
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才以上の方(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く、又フットサルを通じて多くの人と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す。
定員 各先着20名(開催人数に達し次第締め切り)
参加費 1回 1,000円(当日参加の場合1,200円) **申込締切** 開催日2日前まで

申込方法

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・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… タイトルに「〇〇教室希望」、本文に住所・氏名(ふりがな)・年齢・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問い合わせてください。
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

参加費は各教室開催の一回目に徴収します。(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事があります。

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-MAIL:gym@kyotanabe.jp

健康
2Pt

については
12面へ

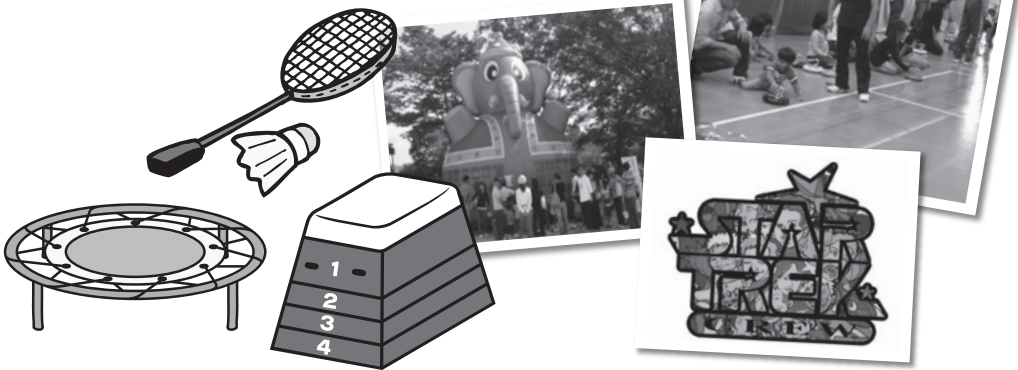
京田辺市生涯スポーツフェスティバル2015

スポーツがいっぱいの日

日 時 10月11日(日) 10:00～15:00
場 所 田辺中央体育館・多目的運動広場とその周辺
内 容 ☆スポーツ体験コーナー☆
卓球、バドミントン、フットサル、グラウンドゴルフ、ゲートボール、タナベースポール、カローリングなど
☆あそびスポーツコーナー☆
スポーツラリー、跳び箱、ミニトランポリン、平均台、エア遊具(フワフワくん)など
※内容は変更することがあります。※体育館シューズをお持ちください。
問合せ先 NPO法人京田辺市社会体育協会 ☎29-9008

スポーツゲストによるスポーツ指導

日 時 10月11日(日) 10:00～11:30
場 所 田辺中央体育館アリーナ
内 容 キッズストリートダンス スタートレックのみなさん
※体育館シューズをお持ちください。
対 象 就学前から小学校高学年と保護者(一般も可)
問合せ先 NPO法人京田辺市社会体育協会 ☎29-9008



平成27年度 秋季地域スポーツ大会 11月22日(日)に開催

地 域 名	大 住 支 部	田 辺 支 部	草 内 支 部	三 山 木 支 部	普 賢 寺 支 部
時 間	9時～	9時～	9時～	8時30分～	9時～
場 所	大住中学校他	田辺中央体育館	培良中学校他	芝山グラウンド	同志社大学サッカー場
競 技 種 目	ソフトボール	ソフトバレー	ソフトバレー	グラウンドゴルフ	グラウンドゴルフ
	卓 球		グラウンドゴルフ		
	カローリング		カローリング		
	グラウンドゴルフ				
参 加 対 象	大住地域住民	田辺地域住民	草内地域住民	三山木地域住民	普賢寺地域住民

10月～12月に行われるスポーツ

☆総体がついているのは、第30回京田辺市民総合体育大会の競技です。

総体	バレーボール競技女子の部	総体	ゴルフ競技
日 時	10月18日(日) 9:00～	日 時	11月12日(木) 7:30集合
場 所	田辺中央体育館	場 所	美加ノ原カンツリークラブ
参 加 費	全員が連盟登録チーム 1チーム2,000円 未登録チーム(未登録者が1名でもいれば) 1チーム3,000円	参 加 費	5,000円・プレー費は個人負担(12,300円) キャディ付・食事付(売店等は含まない)
参加資格	市内に在住・通勤・通学する中学生以上の人およびバレーボール連盟登録者(但し、中高生3名以内)	参加資格	市内に在住・通勤する18歳以上の人
申込締切	9月18日(金)午後5時まで	申込締切	10月12日(月・祝)午後5時まで (10/20(火)以降のキャンセルは5,000円申し受けます)
抽 選 会	10月5日(月)午後8時から田辺中央体育館		
総体	剣道競技	総体	卓球競技団体戦
日 時	11月22日(日) 9:00～	日 時	12月6日(日) 9:00～
場 所	桃園小学校体育館	場 所	田辺中央体育館
参 加 費	小中学生1人300円 大人1人500円	参 加 費	1チーム1,500円(大会当日徴収)
参加資格	市内に在住・通勤・通学する小学生以上の経験者に限る	参加資格	市内に在住・通勤・通学する人及び卓球連盟に加盟している人
申込締切	10月30日(金)午後5時まで	申込締切	11月27日(金)午後5時まで

第30回京田辺市民総合体育大会成績

春の市民登山

期 日	4月19日	参加者	41名
会 場	鎧岳～兜岳 (奈良県宇陀郡)		

木津川ロードレース大会

期 日	4月26日	参加者	26名
会 場	木津川サイクリングロード		

一般男子優勝	西村直記
壮年男子優勝	武林誠
壮年女子優勝	中島寛子

カローリング競技

期 日	5月10日	参加者	38チーム
会 場	田辺中央体育館		

優 勝	あそぼーい
準優勝	ペペリーノ京田辺
第3位	紙ヒコーキ

軟式野球競技

期 日	5月10日、17日、24日、31日、6月7日		
参加者	16チーム		
会 場	田辺公園野球場・草内木津川運動公園		

優 勝	明治
準優勝	エンジェル

軟式野球競技中学生の部

期 日	6月7日	参加者	4チーム
会 場	田辺公園野球場		
優 勝	京田辺東クラブ		

グラウンドゴルフ競技

期 日	5月24日	参加者	184人
会 場	多目的運動広場		

優 勝	荒木寛	健康村
準優勝	向井貞夫	打田
第3位	上村和平	東

ソフトテニス競技

期 日	6月14日
参加者	100チーム200名
会 場	田辺公園テニスコート

一般男子優勝	青代・谷川	京田辺市ソフトテニスクラブ
中学生男子優勝	戸邊・桐谷	大住中学校
中学生女子優勝	小平・高司	大住中学校

卓球競技個人戦

期 日	6月28日	参加者	143人
会 場	田辺中央体育館		

男子1部優勝	田中栄一 (シェイクハンド)
男子2部優勝	杉本良太 (あいすくらいまー)
初級男子優勝	山崎泰一 (clover)
70歳以上男子優勝	久保二郎 (大住クラブ)
女子1部優勝	中尾優希 (京田辺スカイ)
女子2部優勝	田中 幸 (京田辺スカイ)
初級女子優勝	辻彩結末 (clover)



バレーボール競技男子の部

期 日	5月17日	参加者	9チーム
会 場	田辺中央体育館		

優 勝	colors
準優勝	DNP (京田辺)

テニス競技個人戦

期 日	5月17日、24日、6月7日		
参加者	52人	会 場	田辺公園テニスコート

一般男子ダブルス優勝	川人一也・櫻井勇気
一般女子ダブルス優勝	石本純子・安倉千恵
混合ダブルス優勝	森島進・櫛田理恵子

ソフトボール競技男子の部

期 日	5月17日、24日	参加者	9チーム
会 場	田辺木津川運動公園		

優 勝	新興戸アンクル
準優勝	風

バドミントン競技ダブルスの部

期 日	6月7日	参加者	28チーム 56人
会 場	田辺中央体育館		

男子ダブルスA級優勝	清水英幸・佐々木泰彦 (一般)
男子ダブルスB級優勝	石川裕貴・泉祐貴 (さんだむ・一般)
女子ダブルスA級優勝	佐々木優華・谷川遥香 (一般)
女子ダブルスB級優勝	岡崎由紀子・西村妃早子 (一般)
女子ダブルスC級優勝	利倉美幸・西村晶子 (クロワッサン)
シニアダブルス優勝	上山和子・芹井幸雄 (大住)

バスケットボール競技

期 日	6月13日、20日、27日		
参加者	9チーム	会 場	田辺中学校体育館

優 勝	KINGS
準優勝	市位整骨院
第3位	ヤクドっシーズ

空手道競技

期 日	7月26日	参加者	187人
会 場	田辺中央体育館		

◆形競技

小学生1・2年生男子の部優勝	糸田啓真 (誠志館)
小学生3年生男子の部優勝	山元優輝 (興武館)
小学生4年生男子の部優勝	中村沙織 (大満塾)
小学生5年生男子の部優勝	中澤寛人 (誠志館)
小学生6年生男子の部優勝	村上弥咲 (義心館)
小学生有段の部優勝	高橋一菜美 (興武館)
中学生男子の部優勝	高谷和樹 (腕技館)
高校・成年男子の部優勝	小林未来 (林派京都)

◆組手競技

小学生1・2年生男子の部優勝	糸田啓真 (誠志館)
小学生3・4年生男子の部優勝	本田幸也 (林派京都)
小学生3・4年生女子の部優勝	岡植優有妃 (義心館)
小学生5・6年生男子の部優勝	長田大樂 (誠志館)
小学生5・6年生女子の部優勝	戸邊愛乃 (林派京都)
中学生1年生男子の部優勝	多門瞭 (大満塾)
中学生2・3年生男子の部優勝	高谷和樹 (腕技館)
高校・成年の部優勝	一瀬勇希 (腕技館)

第16回京田辺市陸上競技大会結果

期 日	平成27年6月28日(日)	場 所	太陽が丘陸上競技場	参加人数	636人
-----	---------------	-----	-----------	------	------

◆トラック

50m走	小学生 1・2年生の部	女子	第1位	松井 美都	松井ケ丘小学校2年	9 秒 1 7
			第3位	植出 茉夕琉	薪 小 学 校 2 年	9 秒 2 2
		男子	第1位	永尾 魁成	薪 小 学 校 2 年	8 秒 9 0
			第2位	田村 颯良	桃園小学校2年	9 秒 1 9
	小学生 3・4年生の部	女子	第2位	金澤 香穂	松井ケ丘小学校4年	8 秒 4 9
			第3位	佐尾山 雅奏	桃園小学校3年	8 秒 5 8
		男子	第2位	下馬場 徹也	三山木小学校4年	8 秒 3 4
	16歳～34歳	男子	第2位	長見 晋治	京 田 辺 市	6 秒 2 8
			第3位	前 野 諭	京 田 辺 市	6 秒 4 1
	35歳以上	男子	第1位	井上 友成	京 田 辺 市	6 秒 9 3
			第2位	森 崇	京 田 辺 市	7 秒 1 5
			第3位	郡 山 剛	京 田 辺 市	7 秒 6 0
100m走	小学生の部	男子	第1位	宮良 琉也	宇治城陽陸上クラブ	1 3 秒 5 2
			第2位	渡部 ここ	田辺中学校2年	1 3 秒 0 6
		女子	第3位	山口 梨花子	田辺中学校2年	1 3 秒 3 8
	中学生の部		第1位	長屋 志弘	大住中学校3年	1 1 秒 9 9
		男子	第2位	奥 村 心	大住中学校3年	1 2 秒 0 3
			第3位	濱洲 智朗	大住中学校3年	1 2 秒 0 4
	16歳～34歳	男子	第1位	長見 晋治	京 田 辺 市	1 1 秒 6 8
			第2位	前 野 諭	京 田 辺 市	1 1 秒 9 1
			第3位	保居 啓太	京 田 辺 市	1 2 秒 0 9
	35歳以上	男子	第3位	有本 光生	京 田 辺 市	1 2 秒 7 1
	中学生の部	女子	第2位	鶴田 あゆ	ライフアシスト陸上部	1分30秒45
			第1位	小川 侑真	田辺中学校3年	5 6 秒 5 6
		男子	第2位	浅田 日向	田辺中学校3年	5 7 秒 1 5
1500m走	中学生の部		第3位	長屋 志弘	大住中学校3年	5 7 秒 7 0
	16歳～34歳	男子	第1位	木田 宗兵	京 田 辺 市	1分00秒98
			第1位	橋本 充央	大住中学校1年	4分55秒87
		女子	第2位	高橋 菜奈	田辺中学校3年	4分59秒63
			第3位	工藤 愛香	大住中学校3年	5分00秒22
	35歳以上	男子	第1位	高尾 麻琳	大住中学校3年	4分32秒79
			第1位	西村 直記	京 田 辺 市	4分32秒61
			第1位	松本 良輔	京 田 辺 市	4分35秒00
		男子	第2位	井上 友成	京 田 辺 市	4分35秒49
			第3位	原田 剛史	京 田 辺 市	4分47秒04

3000m走	中学生の部	男子	第2位	森下 健暉	大住中学校3年	9分59秒40
			第3位	竹 本 創	大住中学校2年	9分59秒68
	16歳～34歳	男子	第1位	西村 直記	京 田 辺 市	9分27秒75
			第2位	栗田 祐輔	京 田 辺 市	9分55秒42
4×100m リレー	中学生の部	女子	第1位	田 辺 中 学 校 A		5 1 秒 2 2
		男子	第1位	大 住 A（大住中学校）		4 7 秒 3 9
	一般	男子	第1位	柔道整復師と患者たち		4 5 秒 8 0
			第2位	最速の栄養士と仲間たち		4 6 秒 3 6

◆フィールド

※京田辺市の入賞者のみ掲載

走り 幅跳び	小学生の部	女子	第1位	佐藤 瑞希	草内小学校6年	3 m 5 1 c m
			第2位	田中 ゆら	薪 小 学 校 5 年	3 m 4 0 c m
			第1位	ヘンブル 望安	宇治城陽陸上クラブ	3 m 9 5 c m
		男子	第2位	堀尾 優仁	松井ケ丘小学校6年	3 m 8 4 c m
			第3位	金 原 駿	草内小学校6年	3 m 8 0 c m
	中学生の部	女子	第2位	上村 ちひろ	田辺中学校2年	4 m 4 8 c m
		男子	第2位	青 木 陸	田辺中学校1年	4 m 6 4 c m
			第3位	池中 俊介	田辺中学校1年	4 m 0 8 c m
	16歳～34歳	男子	第1位	野口 朝生	京 田 辺 市	5 m 7 9 c m
	35歳以上	男子	第3位	角田 貞之	京 田 辺 市	3 m 7 2 c m
走り 高跳び	小学生の部	女子	第1位	重田 彩夏	松井ケ丘小学校6年	1 m 1 5 c m
			第3位	河口 文音	松井ケ丘小学校5年	1 m 1 5 c m
		男子	第1位	永島 大晴	三山木小学校6年	1 m 2 5 c m
			第2位	中尾 海勇	三山木小学校6年	1 m 2 0 c m
	中学生の部	女子	第1位	藤田 真央	田辺中学校2年	1 m 2 5 c m
	35歳以上	男子	第1位	坂田 直樹	京 田 辺 市	1 m 4 0 c m
砲丸投げ	中学生の部	女子	第1位	渡辺 しおり	大住中学校2年	6 m 3 7 c m
			第2位	倉内 愛弓	大住中学校2年	5 m 5 3 c m
		男子	第1位	宮良 高琉	大住中学校2年	6 m 7 3 c m



京田辺市
生涯スポーツ
フェスティバル
2015

田辺公園プール
無料開放

10月12日(月)(体育の日)

時 間 9:30～12:30
13:30～16:30 17:30～21:30

大人水泳教室・アクアビクス教室の参加者募集中です

10月13日より開始される大人の水泳・アクアビクス教室に空きがあります。
お申込みは、参加費5,150円を持参の上、直接、公園プールに来所ください。

健康2pt	成人水泳教室①	10月13日～12月1日	毎週火曜日	全8回	13:40～14:40
		(対象 おおむね15歳以上の方・中学生は除く)			
健康2pt	成人水泳教室②	10月17日～12月5日	毎週土曜日	全8回	19:00～20:00
		(対象 おおむね15歳以上の女性・中学生は除く)			
健康2pt	スイミング&水中ウォーキング教室	11月16日～12月4日	毎週金曜日	全8回	13:40～14:40
		(対象 おおむね50歳以上の方)			
健康2pt	アクアビクス教室	10月19日～12月7日	毎週月曜日	全8回	11:00～11:50
		(対象 おおむね15歳以上の方・中学生は除く)			
健康2pt	水中ウォーキング教室	10月15日～12月3日	毎週木曜日	全8回	11:00～12:00
		(対象 おおむね15歳以上の方・中学生は除く)			
健康2pt	水陸両用のびのびフィットネス教室	10月15日～12月3日	毎週木曜日	全8回	10:00～10:40
		(参加費 入場料別の場合2,000円) (対象 おおむね15歳以上の方・中学生は除く)			

講習会・イベントに参加しませんか！

ビデオクリニック

水泳フォームを撮影し、ワンポイントアドバイスをを行い、コメント付きのDVDにてお渡しします。

日 時 10月11日(日) 12:00～14:30
場 所 田辺公園プール25mプール及び2階観覧室
対 象 おおむね15歳以上の方 定 員 15名
参加費 1,000円(別にプールに入場の際の料金がかかります)
申 込 田辺公園プールに直接お申し込みください。(電話予約可能)
定員に達し次第締め切りとさせていただきます。



健康2pt については12面へ

元オリンピックスイマーによるスイムクリニック

元オリンピックスイマーであり、現在、数々のマスターズ世界記録を更新されておられる大崎喜子コーチを迎えスイムクリニックを開催いたします。

日 時 11月20日(金) 11:30～13:00 場 所 田辺公園プール25mプール
対 象 おおむね15歳以上の方、4種目25m以上泳げる方。 定 員 30名
参加費 無料(別にプールに入場の際の料金がかかります)
申 込 11月19日(木)までに田辺公園プールに電話又は直接お申し込みください。定員に達し次第締め切りとさせていただきます。

自宅でできるストレッチ、健康体操1日体験教室

自宅でできる簡単なストレッチ等のエクササイズ講座です。実技も行ないます。

日 時 12月5日(土) 13:00～14:00 場 所 田辺公園プール2階観覧室
対 象 おおむね15歳以上の方 定 員 20名 参加費 無料
申 込 12月4日(金)までに田辺公園プールに電話又は直接お申し込みください。定員に達し次第締め切りとさせていただきます。

KDSC(京たなべ・同志社スポーツクラブ)

KDSCの情報はホームページをチェック!! KDSC 検索

教室開催日一覧

教 室	チアリーディング・同志社大学野球 対外試合応援体験(全2回)	フリークライミング (全2回)	アーチェリー (全2回)	ボクシング (全2回)	陸上 (全2回)
日 時	10月3日(土) 15時～16時30分 25日(日) 13時試合開始 ※わかさスタジアムにバスで送る予定です。	10月18日・25日(各日曜日) 10時～12時	11月8日・15日(各日曜日) 13時～14時30分	10月24日・11月14日(各土曜日) 13時～14時30分	11月15日・12月13日(各日曜日) 13時30分～15時
場 所	3日 同志社大学デヴィス記念館・ 25日 わかさスタジアム(西京極)	同志社大学クライミングセンター	同志社大学アーチェリー場	同志社大学真誠館ボクシング場	同志社大学陸上競技場
対 象	幼児から高齢者	中学生以上	小学5年生以上	小学5年生以上	小学1年生～6年生
内 容	同志社・立命館の 野球応援を体験する	フリークライミング教室	アーチェリー教室	ボクササイズ教室	陸上教室
定 員	50人(申込み多数の場合は抽選)	15人(申込み多数の場合は抽選)	15人(申込み多数の場合は抽選)	15人(申込み多数の場合は抽選)	60人(申込み多数の場合は抽選)
参加費	2,400円(親子で参加の場合は3,200円)	2,400円(親子で参加の場合は3,200円)	2,400円(親子で参加の場合は3,200円)	2,400円(親子で参加の場合は3,200円)	2,400円
応募締切	9月25日(金) 必着	10月2日(金) 必着	10月23日(金) 必着	10月9日(金) 必着	10月30日(金) 必着

教 室	レスリング (全2回)	ハンドボール (全3回)	ラグビー (全3回)	バスケットボール (全2回)
日 時	11月22日・12月13日(各日曜日) 11時～13時	12月6日・13日・20日(各日曜日) 9時30分～11時	11月28日・12月5日・12日(各土曜日) 9時30分～10時30分	2016年1月10日・17日(各日曜日) 10時30分～12時
場 所	同志社大学真誠館レスリング場	同志社大学デヴィス記念館	同志社大学ラグビー場	同志社大学デヴィス記念館
対 象	幼児(年中)～小学6年生	小学1年生～小学6年生	幼児(年中)～小学6年生	小学1年生～小学6年生
内 容	レスリング教室	ハンドボール教室	ラグビー教室	バスケットボール教室
定 員	30人(申込み多数の場合は抽選)	30人(申込み多数の場合は抽選)	50人(申込み多数の場合は抽選)	30人(申込み多数の場合は抽選)
参加費	2,400円	3,600円	3,600円	2,400円
応募締切	11月6日(金) 必着	11月20日(金) 必着	11月13日(金) 必着	12月18日(金) 必着

対象 京田辺市在住・通勤・通学の方を優先しますが、定員に空きがある場合は京田辺市外の方も参加できます。

チアリーディング教室
およびサッカー教室は
2016年2月頃開催予定
(詳細は学びの情報誌
冬号に掲載)



申込方法

来庁・来館の場合・・・未記入の官製ハガキを持参のうえ、田辺中央体育館(ロビーにBOX設置)または市役所3階社会教育・スポーツ推進課で直接申し込みをしてください。
郵送の場合・・・往復ハガキの往信用の裏に、①教室名②住所③氏名(ふりがな)④性別⑤生年月日⑥電話番号・緊急連絡先電話番号⑦学校名⑧学年⑨保護者氏名(⑦⑧⑨は未成年者のみ)を記入のうえ、下記まで郵送してください。その際、復信用の両面には何も記入しないでください。(当クラブで後日印刷して返信します。)

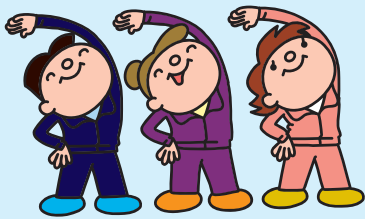
申し込み先(問合せ先)

京たなべ・同志社スポーツクラブ事務局 〒610-0331 京田辺市田辺丸山19 田辺中央体育館内
☎&㊚63-2855 事務局携帯 090-6968-9600 E-mail kdsc@kyotanabe.ne.jp

京田辺市スポーツ推進委員のご紹介

●●● 主な活動内容 ●●●

- ①市民へのスポーツ(ニュースポーツ等)の実技指導
- ②体育協会等の行うスポーツ事業への協力
- ③教育機関その他行政が行う事業への協力
- ④市民のスポーツ活動促進のための組織育成
- ⑤市民のスポーツ推進のための指導助言
- ⑥スポーツ団体の育成・指導助言



●●● 木下委員長のご挨拶 ●●●



私たちスポーツ推進委員19名は、2011年に施行されたスポーツ基本法が目指す「スポーツを通じて、全ての人が幸福で豊かな生活を営むことができる社会」の実現のために日々活動しています。今、日本は世界でも類を見ないスピードで高齢化が進み、世界一の長寿国となりました。介護が必要になる要因の1割が転倒による骨折であり、また骨粗しょう症になる人の割合は、50代女性で10人に1人、60代で3人に1人、70代で2人に1人とされています。これからのスポーツは、バリアフリーでなければいけません。

京田辺市では、「同じ長生きするなら、介護保険を利用しないで楽しい老後が送れるように、運動の日常化に努力しましょう。」という考えのもと、以前から『(高齢者向け)元氣ハツラツ教室』や『身障者スポーツ教室』を行って来ました。これからも、京田辺市民すべての方々が「いつでもどこでも誰とでも、いつまでもスポーツが出来る」ようお手伝いを続けて行きます。色々な分野のサークルの方々も、ご連絡いただきましたら身近にスポーツを感じてもらえるようにご相談に応じますので、よろしくお願い致します。



活動に関するお問合せは
社会教育・スポーツ推進課 ☎64-1394

京田辺市の歴史を語る —京田辺市・京都府立大学歴史資料共同調査報告会— 聴講者募集!

- 日程** 10月4日(日)13:30~16:00 **登壇者** 東昇(京都府立大学准教授)、竹中友里代(同大特任講師)ほか **場所** 社会福祉センター 第1研修室 ※ご来場の際は公共交通機関をご利用ください。
- 内容** 昨年度に京都府立大学と共同で実施した市所蔵歴史資料の調査結果を、市民のみなさんにわかりやすく報告します。また、地元の郷土史家を交えて京田辺市の歴史を語るパネルディスカッションも行います。調査報告「近世江津村の検地帳と頼母子講」「近世佐牙神社の祭り」
- 定員** 先着120人 **参加料** 無料 ※申込不要 **問合わせ先** 教育総務室 ☎64-1391

けんこう
パスポート
2Pt

健幸パスポート事業対象マークにお気づきになりましたか。

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、「健幸パスポート事業」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、ご自身で「健幸目標」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」ペア参加無料券をプレゼント!

対象者 20歳以上の京田辺市民 **実施期間** 平成27年4月1日~平成28年3月31日 **応募期間** ポイントがたまり次第~平成28年3月11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27年度 健幸パスポート」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

●図…中央図書館、

図書館北部分室、

図書館中部分室

●北…北部住民センター

●中…中部住民センター

●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

2015 10 October 平成27年10月

BSUN	月MON	火TUE	水WED	木THU	金FRI	土SAT
				1	2	3
4	5 公、図、北、中	6 野、体、プ	7	8	9	10
11	12 体育の日 公、図	13 図、北、中	14 野、プ	15	16	17
18	19 公、図、北、中	20 野、体、プ	21	22	23	24
25	26 公、図、北、中	27 野、プ	28	29	30 図	31

2015 11 November 平成27年11月

BSUN	月MON	火TUE	水WED	木THU	金FRI	土SAT
1	2 公、図、北、中	3 文化の日 図	4 野、体、プ	5	6	7
8	9 公、図、北、中	10	11 野、プ	12	13	14
15	16 公、図、北、中	17	18 野、体、プ	19	20	21
22	23 勤労感謝の日 公、図	24 図、北、中	25 野、プ	26	27 図	28
29	30 公、図、北、中					

2015 12 December 平成27年12月

BSUN	月MON	火TUE	水WED	木THU	金FRI	土SAT
		1	2 野、体、プ	3	4	5
6	7 公、図、北、中	8	9 野、プ	10	11	12
13	14 公、図、北、中	15	16 野、体、プ	17	18	19
20	21 公、図、北、中	22	23 天皇誕生日 図	24 野	25 図、プ	26 プ
27 プ	28 公、図、北、中、 体、プ	29 公、図、北、中、 体、プ	30 公、図、北、中、 野、体、プ	31 公、図、北、中、 体、プ		

各施設マップ

北部住民センター「とうちく」

中央公民館

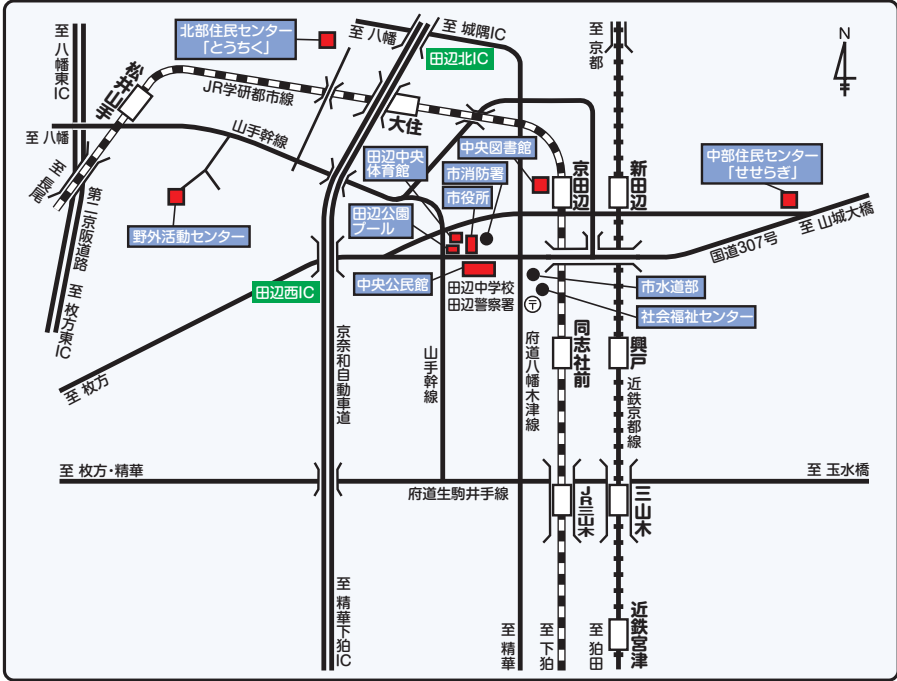
中央図書館

中部住民センター「みつなが」

田辺中央体育館

田辺公園プール

野外活動センター



講座申し込み方法

申し込みは講座を開催する施設・担当課に直接お願いします。
各講座に電話・はがき又は往復はがき・E-mail等の表示がありますので、それに従って申し込んでください。(お申し込みの際の個人情報情報は、京田辺市個人情報保護条例により適正に管理されます。)

【記入事項】

往復はがきの場合は、往信用に希望する講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を記入してください。
返信用に住所、氏名を記入してください。ただし、はがき1枚につき1人1講座とします。

ハガキの記入例

(返信用・表)	(往信用・裏)
申込者の住所・氏名	講座名 住所 氏名(ふりがな) 年齢 電話番号