

発行／京田辺市
生涯学習推進本部
編集／社会教育課
☎0774-64-1394

生涯学習に関する情報のうち、スポーツや学びに関する教室、イベントなどを偶数月にお知らせします。
それ以外の生涯学習情報は「広報ほっと京たなべ」本紙に掲載しています。

本年度から生涯学習だよりをリニューアルしました！

生涯学習だよりは、A4冊子版にコンパクト化し、発行回数を増やして広報ほっと京たなべに挟み込むリニューアルを行いました。これにより、広報紙ひとつで最新の生涯学習情報を知ることができます。また、スマートフォン等からも見やすくなっています。



学びの教室

水彩画教室

初心者を対象に水彩画の描き方の基礎技術を学習します。専用道具が必要な教室です。花・野菜・果物などを透明水彩絵の具で描きます。

時①6月14日(火) ②6月28日(火) ③7月12日(火) ④7月26日(火)
⑤8月9日(火) ⑥8月23日(火) ⑦9月27日(火) ⑧11月8日(火)
⑨11月22日(火)⑩11月29日(火) 午後1時半～4時

対18歳以上 市内

定15人 抽選

¥3,200円(講座登録料含む)

他水彩画道具(一式9,000円)が必要です。不要な場合は、申し込み時に「道具不要」と必ず記入してください。専用道具等の詳細はお問合せください。

申 申込方法《学びの教室》

5月5日(木)必着

所 問 中央公民館



菊づくり教室

初心者を対象に菊づくり(三本立て他)の基礎を学習します。

内①土づくり・さし芽 ②仮植え・摘芯定植 ③病害虫の防除
④柳葉とつばみの見分け方 ⑤開花前の手入れ

時①5月26日(木)②6月23日(木)③7月14日(木)④8月25日(木)
⑤10月13日(木) 午前10時～11時半

対18歳以上 市内

定10人 抽選

¥2,200円(講座登録料含む)

申 申込方法《学びの教室》

5月5日(木)必着

所 問 中央公民館



書道教室(初級漢字)

初心者を対象に初歩的な毛筆書を学び、書道の基本を学習します。

時①6月7日(火) ②6月14日(火) ③6月21日(火) ④6月28日(火)
⑤7月5日(火) ⑥7月12日(火) ⑦7月19日(火) ⑧9月6日(火)
⑨9月13日(火) ⑩9月20日(火) ⑪9月27日(火) ⑫10月4日(火)
⑬10月11日(火)⑭10月18日(火)⑮10月25日(火)⑯11月1日(火)
⑰11月8日(火) ⑱11月15日(火)⑲11月22日(火)⑳11月29日(火)
午前9時半～11時半

対18歳以上 市内

定18人 抽選

¥1,000円

(講座登録料含む)

申 申込方法《学びの教室》

5月5日(木)必着

所 問 中央公民館



韓国語教室

初心者を対象に韓国語で初歩的な会話ができるよう学習します。

時6月4日～8月6日の
毎週土曜日(全10回)
午前10時～11時半

対18歳以上 市内

定10人 抽選

¥2,400円

(テキスト代2,200円、
講座登録料200円)

他テキストは、「できる韓国語 初級I」(アスク出版)を使用します。お申し込み後のテキストのキャンセルはできませんので、テキストをお持ちの方は、申し込み時に「テキスト不要」と必ず記入してください。

申 申込方法《学びの教室》5月5日(木)必着

所 問 中央公民館



手づくりパン教室

初心者を中心に、パンづくりの基礎から学習します。

内①パンについての基礎知識、

ハムロール・セサミブレッド・水ようかん

②マヨネーズパン・シナモンロール・プチマドレーヌ

③あんパン・ピザ・ソフトプリン

④メロンパン・チーズスティック・ロールケーキ

⑤クリームパン・トールパン・蒸しパン

時6～10月の第1金曜日(全5回)午前9時半～12時半

対18歳以上(高校生を除く) **市内**

定10人 **抽選**

¥4,200円(講座登録料含む)

申申込方法《学びの教室》5月6日(金)必着

所問 北部住民センター

書道教室(かな)

書道のかな文字を中心に、毛筆書の美しさや歴史について学習します。

時①6月7日(火) ②6月21日(火) ③7月5日(火) ④7月12日(火)

⑤8月2日(火) ⑥8月16日(火) ⑦9月6日(火) ⑧9月13日(火)

⑨10月4日(火) ⑩10月18日(火) ⑪11月1日(火) ⑫11月15日(火)

⑬12月6日(火) ⑭12月20日(火) ⑮1月17日(火) ⑯1月24日(火)

⑰2月7日(火) ⑱2月21日(火) ⑲3月7日(火) ⑳3月14日(火)

午前9時半～11時半

対18歳以上(高校生を除く) **市内**

定20人 **抽選**

¥3,500円(講座登録料含む)

申申込方法《学びの教室》5月6日(金)必着【保育の実施なし】

所問 北部住民センター

家庭で簡単にできる中華料理教室

初心者を中心に、中華料理の基礎から学習します。

内①チャーハン・唐揚げ・春雨サラダ

②チンジャオロース・春巻・棒棒鶏

③鶏とカシューナッツのピリ辛・焼売・帆立と冬瓜のうま煮

④麻婆茄子・焼き餃子・千切り大根の醤油漬け

⑤エビのチリソース煮・豚肉とキャベツの蒸し物・
ラーパーサイ

時6～11月(8月は除く)の第2金曜日(全5回)

午前9時半～12時半

対18歳以上(高校生を除く) **市内**

定10人 **抽選**

¥4,200円(講座登録料含む)

申申込方法《学びの教室》5月6日(金)必着

所問 北部住民センター



ふれあいセミナー

豊かな日常生活を築くために、学習を通じて人と人との生き方について見聞を広めます。

内①自然の癒す楽器で、心豊かに ②記憶力を鍛えるには!

③熱中症と心肺蘇生について ④脳が喜ぶ健康体操

⑤社会見学

時6～10月の第1水曜日(全5回) 午前10時～11時半

対18歳以上(高校生を除く) **市内**

定20人 **抽選**

¥200円(講座登録料)

申申込方法《学びの教室》5月6日(金)必着【保育の実施なし】

所問 北部住民センター

ヨガ教室(前期)

初心者を中心に、ヨガ体操の基礎から学習し基本的な技術を習得します。

内①呼吸法とゆったりヨガ ②太陽礼拝をやってみよう

③ストレッチヨガでの一ひのび

④基本のポーズをやってみよう

⑤楽しいヨガで心も体もすっきりしよう

時6月4日～7月2日の毎週土曜日(全5回)

午前10時～11時半

対18歳以上(高校生を除く) **市内**

定30人 **抽選**

¥200円(講座登録料)

申申込方法《学びの教室》5月6日(金)必着【保育の実施なし】

所問 北部住民センター

茶道教室(裏千家)

茶道の初歩的な作法を習得し、伝統文化を学びます。

時①6月14日(火) ②6月28日(火) ③7月12日(火) ④7月26日(火)

⑤8月9日(火) ⑥8月23日(火) ⑦9月13日(火) ⑧9月27日(火)

⑨10月18日(火) ⑩10月25日(火) ⑪11月8日(火) ⑫11月22日(火)

⑬12月13日(火) ⑭12月20日(火) ⑮1月17日(火) ⑯1月24日(火)

⑰2月14日(火) ⑱2月28日(火) ⑲3月14日(火) ⑳3月28日(火)

午前9時半～正午

対18歳以上(高校生を除く) **市内**

定8人 **抽選**

¥7,200円(講座登録料含む)

申申込方法《学びの教室》5月6日(金)必着【保育の実施なし】

所問 北部住民センター

着付け教室

着付けの基礎、基本を通じて住民の親睦を図ります。

内①着付けの基礎 ②なごや帯(おたいこ)

③ふくろ帯(二重たいこ)

時6～12月の第3水曜日(全7回) 午前9時半～11時半

対18歳以上(高校生を除く) **市内**

定10人 **抽選**

¥200円(講座登録料)

申申込方法《学びの教室》5月6日(金)必着

所問 北部住民センター

ケーキづくり教室

季節の食材を使ったケーキを中心としたお菓子作りを学びます。レシピ本ではわからないちょっとしたコツがマスターできます。

内①キャラメルバナナケーキ

- ②抹茶のティラミス
- ③タルトタン風タルト
- ④マロンパイ

時①6月3日(金)②7月1日(金)③9月2日(金)④10月14日(金)

午前10時～正午

対18歳以上(高校生を除く) 市内

定8人 抽選

¥8,000円(講座登録料含む)

申申込方法《学びの教室》5月6日(金)必着

持エプロン・食器用ふきん3枚

他完成後の料理はすべて持ち帰り。(箱付き)

所 間 中部住民センター

おうちごはん教室

基本的な家庭メニューからおもてなし料理まで、多彩なジャンルの料理に挑戦します。メニューに応じた調理法や盛り付けのコツを学んで、いつものおうちごはんアレンジを効かせましょう。

内①ミラノ風カツレツ・ズッキーニのオムレツ・マリネ

- ②豚まん・甘辛手羽先・和え物
- ③スペアリブのグリル・ラタトゥユ・魚介のゼリー寄せ
- ④揚げ鮭のトマト風ソース・かぼちゃのそぼろ煮・田楽

時①6月21日(火)②7月12日(火)③9月13日(火)④10月18日(火)

午前10時～正午

対18歳以上(高校生を除く) 市内

定8人 抽選

¥9,200円(講座登録料含む)

申申込方法《学びの教室》5月6日(金)必着

持エプロン・食器用ふきん3枚

他完成後の料理はすべて持ち帰り。各回講師の手作りデザート付き。

所 間 中部住民センター

ホームケアアロマセラピー教室

アロマセラピーを実践して、楽しみながら家族や自分のための健康づくりに役立てましょう。

内①アロマセラピーとは(ルームスプレー作り)

- ②精油について(芳香剤作り)
- ③タッチングについてなど(ハンド・フット)
- ④アロマでストレスケア(ワックスバー作り)
- ⑤秋の夜長のアロマライフ(マイブレンドハーブティー作り)

時6～10月の第2水曜日(全5回) 午前10時～正午

対18歳以上(高校生を除く) 市内

定8人 抽選

¥5,200円(講座登録料含む)

申申込方法《学びの教室》5月6日(金)必着

持筆記用具

所 間 中部住民センター



ガラスアクセサリ教室

ベネチアンガラスとミルフィオリ(干の花)を使った自分だけのオリジナルアクセサリ作り。ガラス工芸初心者でも安心して作れます。

内①ベネチアンガラスの箸置き(2個)

- ②ミルフィオリ(干の花)ガラスの指輪
- ③ループ型ペンダントトップ
- ④モザイク模様のガラスイヤリングorピアス
- ⑤とんぼ玉(ガラスビーズ)で組むオリジナルネックレス

時6～10月の第3木曜日(全5回)

午前10時～正午

対18歳以上(高校生を除く) 市内

定8人 抽選

¥10,000円(講座登録料含む)

申申込方法《学びの教室》5月6日(金)必着

持エプロン・タオル

他ガラスビーズは完成品を使用

所 間 中部住民センター



申 込 方 法 《 学 び の 教 室 》

申 込	往復はがきの往信用に①講座名②郵便番号③住所④氏名(ふりがな)⑤年齢⑥電話番号⑦保育(各講座開始日において満1歳～就学前。抽選で5人)を希望する人は子どもの名前と年齢を、返信用に郵便番号・住所・氏名を書いて郵送。
注 意 事 項	※はがき1枚につき1人1講座。講座申込はがきに保育希望の記入がない場合並びに講座途中等からの申込受付不可。来所申込の場合はがき持参。企業等からの申込受付不可。申込多数の場合は前回受講していない人を優先し抽選。締切後、定員に達しない講座は受付可能。(電話でお問合せください)



スポーツ教室

はじめてのジュニアテニス教室 (1)

テニスに興味を持っていただくことから始め、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。

時5月9日～6月6日の毎週月曜日(全5回)

(予備日:①6月13日(月)②6月20日(月)③6月27日(月))

午後5時35分～6時50分

所防賀川公園第2コート

対小学4～6年生 **市内**

定10人 **抽選**

¥6,000円

申申込方法《スポーツ教室》5月1日(日)締切

問中央体育館

ジュニアテニス教室 (2)

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。

時6月3日～7月1日の毎週金曜日(全5回)

(予備日:①7月8日(金)②7月15日(金)③7月22日(金))

①午後4時半～5時半(小学1～3年生)

②午後5時35分～6時50分(小学4～6年生)

所防賀川公園第2コート

対①小学1～3年生②小学4～6年生 **市内**

定各クラス15人 **抽選**

¥各クラス6,000円

申申込方法《スポーツ教室》5月26日(木)締切

問中央体育館

こどもフットサル教室 (1)

初心者・初級者を対象にボールを蹴る、止めるという基本技術の習得を行い、実戦形式のゲームを行います。

時5月14日～6月11日の毎週土曜日(全5回)

(予備日:①6月18日(土)②6月25日(土)③7月2日(土))

午前9時半～10時45分

所防賀川公園第1コート

対小学1～3年生 **市内**

定20人 **抽選**

¥3,000円

申申込方法《スポーツ教室》5月6日(金)締切

問中央体育館

身障者スポーツ教室 (1)

軽体操・ストレッチ・ニュースポーツなどを行います。

時①5月9日(月)②7月4日(月)③9月5日(月)④11月14日(月)

⑤1月16日(月)⑥3月6日(月) 午後2時～3時

所中央体育館アリーナ・第1会議室

対療育手帳保持者 **市内**

定20人

申申込方法《スポーツ教室》5月1日(日)締切

問中央体育館

身障者スポーツ教室 (2)

軽体操・ストレッチ・ニュースポーツなどを行います。

時6月2日～6月16日の毎週木曜日(全3回) 午後2時～3時

所中央体育館アリーナ

対身体に障がいのある人(療育者を除く) **市内**

定20人

申申込方法《スポーツ教室》5月25日(水)締切

問中央体育館

親子ソフトバレーボール教室

「親子で元気に楽しもう」をテーマに、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、親子で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ことを目標にします。

時6月14日～7月12日の毎週火曜日(全5回)

午後4時45分～5時45分

所中央体育館アリーナ

対小学1～6年生とその保護者 **市内**

定15組 **抽選**

¥3,000円(子ども1人につき)

申申込方法《スポーツ教室》6月6日(月)締切

他教室終了後はサークルに入り活動可能。

問中央体育館

親子バドミントン教室 (1)

初心者・初級者を対象にシャトルを打つ、レシーブするという基本技術の習得を行い、簡単なラリーが続けられる程度の実技講習を行います。

時5月9日～6月13日(※5月16日は除く)の毎週月曜日

(全5回) 午後7時半～9時

所中央体育館アリーナ

対小学1～6年生とその保護者 **市内**

定20組 **抽選**

¥3,000円(子ども1人につき)

申申込方法《スポーツ教室》5月1日(日)締切

問中央体育館



はじめてのナイターテニス教室 (1)

テニス初心者向けの講習を少人数で開催し、基本的な技術を指導します。

時 5月9日～6月6日の毎週月曜日(全5回)

(予備日: ①6月13日(月)②6月20日(月)③6月27日(月))

午後7時20分～8時50分

所 防賀川公園第2コート

対 15歳以上(中学生を除く)のテニス初心者 **市内**

定 10人 **抽選**

¥7,000円

申 申込方法《スポーツ教室》5月1日(日)締切

問 中央体育館

ナイターテニス教室 (2)

初級者は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です。中級者は基本技術の向上を図り、基本戦術から応用戦術へとより実践的なゲーム展開を行います。

時 6月3日～7月1日の毎週金曜日(全5回)

(予備日: ①7月8日(金)7月15日(金)7月22日(金))

午後7時20分～8時50分

所 防賀川公園第2コート

対 15歳以上(中学生を除く)のテニス経験者 **市内**

定 15人 **抽選**

¥7,000円

申 申込方法《スポーツ教室》5月26日(木)締切

問 中央体育館

からだリメイクレッスン (2)

血行を良くして、からだを整えていく優しいプログラム。冷え、むくみ改善に効果的なヨガストレッチ。体幹を鍛えて美しい姿勢に導きます。

時 5月30日～6月27日の毎週月曜日(全4回)

(6月13日を除く) 午前10時～11時半

所 中央体育館第1会議室

対 20歳以上の女性 **市内**

定 20人 **抽選**

¥2,000円

申 申込方法《スポーツ教室》5月22日(日)締切

問 中央体育館

鍼灸師が教える「ボールで整体つぼ体操」 (午後クラス1)

①腰・足(ひざ痛・坐骨神経痛など)改善つぼ体操

②肩(コリ・五十肩・シビレ)改善つぼ体操

③体幹内蔵を整えるつぼ体操(便秘・頭痛・冷え・不眠など)

時 5月12日～5月26日の毎週木曜日(全3回)

午後1時半～2時40分

所 中央体育館第1会議室

対 15歳以上(中学生を除く) **市内**

定 15人 **抽選**

¥2,400円

申 申込方法《スポーツ教室》5月4日(水)締切

問 中央体育館

こども新体操 (1)

ストレッチからの柔軟運動、逆立ち、前転、スキップ、ジャンプなどの基本運動とボールやリボンを使った運動、音楽に合わせて楽しく踊るリズム運動です。

時 5月6日～6月3日の毎週金曜日(全5回)

午後4時10分～4時55分

所 中央体育館アリーナ

対 平成28年4月2日～平成30年4月1日生まれの子ども

市内

定 15人 **抽選**

¥3,000円

申 申込方法《スポーツ教室》4月28日(木)締切

問 中央体育館

運動が好きになる!「体育教室」(1)

リズム体操、体幹トレーニング、ステップなどの基礎からボールなど道具を使った練習・ゲームまで。様々な種類の運動を行うことで、遊び・体育スポーツにつなげる動きの元を作っていきます。

時 5月10日～6月7日の毎週火曜日(全5回)

午後5時半～6時45分

所 中央体育館アリーナ

対 小学1～3年生 **市内**

定 20人 **抽選**

¥3,000円

申 申込方法《スポーツ教室》5月2日(月)締切

問 中央体育館

ジュニアバレーボール教室

初心者・初級者を対象に、基礎運動から、バレーボールのパスやサーブを中心に、最後は試合形式を目標とします。

時 5月12日～6月9日の毎週木曜日(全5回)

午後7時10分～8時10分

所 中央体育館アリーナ

対 小学3～6年生 **市内**

定 20人 **抽選**

¥2,500円

申 申込方法《スポーツ教室》5月4日(水)締切

問 中央体育館

アフタヌーンテニス教室 (2) (初級・中級クラス)

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と基本技術の向上を図り、基本戦術から応用戦術へとより実践的なゲーム展開を行います。

時 6月3日～7月1日の毎週金曜日(全5回)

(予備日: ①7月8日(金)②7月15日(金)③7月22日(金))

午後1時10分～2時40分

所 防賀川公園第2コート

対 15歳以上(中学生を除く)の初級者・中級者 **市内**

定 10人 **抽選**

¥7,000円

申 申込方法《スポーツ教室》5月26日(木)締切

問 中央体育館

リラックスピラティス

ストレッチをしながら骨格や筋肉に意識を向け、インナーマッスルや骨格のバランスを整えます。健康的な体をつくる機能的なエクササイズを行います。

時5月12日～6月16日(6月9日は除く)の毎週木曜日(全5回)
午前9時10分～10時20分

所中央体育館第1会議室

対15歳以上(中学生を除く) 市内

定20人 抽選

¥3,000円

申申込方法《スポーツ教室》5月4日(水)締切

問中央体育館

個人参加ソフトバレーボール「個人ソフバ」

簡単なパス練習の後、チームを作り試合を行います。

時①4月18日(月)②5月23日(月) 午後7時半～9時半

所中央体育館アリーナ

対15歳以上(中学生を除く) 市内

定各24人 先着

¥1回500円

申申込方法《スポーツ教室》開催日2日前締切

他毎月1回開催

問中央体育館

個人参加バドミントン「個バド」

個人で集まったメンバーで、ペアを作りゲームを行います。

時①4月27日(水)②5月25日(水) 午後7時半～9時半

所中央体育館アリーナ

対15歳以上(中学生を除く) 市内

定各24人 先着

¥1回500円

申申込方法《スポーツ教室》開催日2日前締切

他毎月1回開催

問中央体育館

個人参加フットサル「個サル」

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することで応用力が身につく、また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ことで技術力の向上を目指します。

時①4月13日(水)②5月11日(水)③6月8日(水)

午後7時45分～9時45分

所中央体育館アリーナ

対15歳以上(中学生を除く) 市内

定各25人 先着

¥1回1,000円

申申込方法《スポーツ教室》開催日2日前締切

他毎月1回開催

問中央体育館

らくらく健康教室 2期

運動に慣れていない方でもできる、簡単で効果的なストレッチや筋力トレーニングを行い、『体力UP』『膝痛や腰痛等の予防・改善』を目指します。

時①6月2日(木)②6月16日(木)③7月14日(木)④7月28日(木)
午前11時～正午

所中央体育館第1会議室

対15歳以上(中学生を除く) 市内

定20人 抽選

¥2,000円(途中参加の場合、1回600円)

申申込方法《スポーツ教室》5月25日(水)締切

問中央体育館

らくらく健康教室ステップアップ

「長時間歩いても疲れない」「一日中、良い姿勢を維持できる」体力のある体づくりを目指して、少し強度の高いトレーニングを行います。

時①4月28日(木)②5月26日(木) 午前10時半～正午

所中央体育館第1会議室

対15歳以上(中学生を除く) 市内

定各20人 先着

¥各回750円

申申込方法《スポーツ教室》開催日2日前締切

問中央体育館

ナイトヨガ教室(1)

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体のバランスを整えるエクササイズをします。

時5月23日～6月27日(6月6日は除く)の毎週月曜日(全5回)
午後7時半～8時半

所中央体育館第1会議室

対15歳以上(中学生を除く) 市内

定20人 抽選

¥3,000円

申申込方法《スポーツ教室》5月15日(日)締切

問中央体育館



申 込 方 法 《 ス ポ ー ツ 教 室 》

中央体育館HPの申込フォームより、必要項目を入力し送信。
確認メールが届かない場合は電話でお問合せください。
来館申込受付可。(はがきを持参)





プール教室

障がい児水泳教室

こども

時5月7日～6月25日の毎週土曜日(全8回)

午前11時10分～午後0時10分

所公園プール

対障がいのある幼児(年中以上)～中学生 **市内**

定10人

¥無料(キャップ代520円)

申申込方法《プール教室》

他介助が必要な人は介助者が一緒に入水してください。

初級ウェーブストレッチ教室

ウェーブリングを使ったストレッチ・体操を行います。

時5月12日～6月30日の毎週木曜日(全8回)

午後1時～1時45分

所公園プール2階観覧室

対15歳以上(中学生を除く) **市内**

定15人

¥3,570円

申申込方法《プール教室》

他プールには入りません。

問公園プール

ウェーブストレッチ教室

ウェーブリングを使ったストレッチ・体操を行います。

時5月 9日～6月27日の毎週月曜日(全8回)

午前10時～11時

所公園プール2階観覧室

対15歳以上(中学生を除く) **市内**

定15人

¥5,250円

申申込方法《プール教室》

他プールには入りません。

問公園プール

アクアビクス教室

時5月9日～6月27日の毎週月曜日(全8回)

午前11時20分～午後0時10分

対15歳以上(中学生を除く) **市内**

定20人

¥5,250円

申申込方法《プール教室》

所問公園プール

水中健康体操教室

時5月12日～6月30日の毎週木曜日(全8回)

午後0時20分～1時20分

対15歳以上(中学生を除く) **市内**

定12人

¥5,250円

申申込方法《プール教室》

所問公園プール

ベビースイミング教室(火)(金)

こども

時5月10日～6月28日の毎週火曜日(全8回) /

5月6日～6月24日の毎週金曜日(全8回)

午前11時10分～正午

対ベビー(6ヶ月～3歳)と保護者 **市内**

定各20組

¥5,250円

申申込方法《プール教室》

他1つの曜日のみ申込可

所問公園プール

4歳児水慣れ教室

こども

時5月6日～6月24日の毎週金曜日(全8回)

午後3時20分～4時20分

対平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれの幼児 **市内**

定12人

¥5,250円(別途指定キャップ代520円)

申申込方法《プール教室》

所問公園プール

幼児水泳教室(月)(火)(木)

こども

時5月9日～6月27日の毎週月曜日(全8回) /

5月10日～6月28日の毎週火曜日(全8回) /

5月12日～6月30日の毎週木曜日(全8回)

午後3時20分～4時20分

対平成28年4月2日～平成30年4月1日生まれの幼児 **市内**

定各37人

¥5,250円(別途指定キャップ代520円)

申申込方法《プール教室》

他1つの曜日のみ申込可

所問公園プール

小学生水泳教室(月)(火)(木)(金)(土)

こども

時5月9日～6月27日の毎週月曜日(全8回) /

5月10日～6月28日の毎週火曜日(全8回) /

5月12日～6月30日の毎週木曜日(全8回) /

5月 6日～6月24日の毎週金曜日(全8回)

午後4時半～5時半 /

5月7日～6月25日の毎週土曜日(全8回)

午後0時20分～1時20分

対小学生 **市内**

定各55人

¥5,250円(別途指定キャップ代520円)

申申込方法《プール教室》

他1つの曜日のみ申込可

所問公園プール



のびのびフィットネス教室

ストレッチ等を行います。

時5月6日～6月24日の毎週金曜日(全8回)

午前10～10時45分

所公園プール2階観覧室

対15歳以上(中学生を除く) 市内

定15人

¥3,570円

申申込方法《プール教室》

他プールには入りません。

問公園プール

肩・腰・膝の運動教室

時5月6日～6月24日の毎週金曜日(全8回)

午後0時20分～0時40分

対15歳以上(中学生を除く) 市内

定12人

¥1,980円

申申込方法《プール教室》

所問公園プール

障がい者水泳教室

時5月9日～6月27日の毎週月曜日(全8回)

午後5時半～6時半

対身体障害者手帳・療育手帳および精神障害者保健福祉手帳保持者で15歳以上(中学生以上) 市内

定10人

¥無料(キャップ代520円)

申申込方法《プール教室》

他介助が必要な人は介助者が一緒に入水してください。

所問公園プール



成人初級水泳教室(木)(土)

水泳を初めて習う人でも大丈夫!顔つけからクロール、その他3種目を基礎から練習するクラスです。

時5月12日～6月30日の毎週木曜日(全8回)

午後0時20分～1時20分/

5月7日～6月25日の毎週土曜日(全8回)

午後4時20分～5時20分

対15歳以上(中学生を除く) 市内

定各24人

¥5,250円

申申込方法《プール教室》

所問公園プール

種目別水泳教室

今期は、平泳ぎです。平泳ぎを基礎から学びたい、レベルアップしたい人におすすめです!

時5月10日～6月28日の毎週火曜日(全8回)

午後0時20分～1時20分

対15歳以上(中学生を除く)でクロールが25m泳げる人 市内

定24人

¥5,250円

申申込方法《プール教室》

所問公園プール

初級のびのびフィットネス教室

ストレッチ等を行います。

時5月12日～6月30日毎週木曜日(全8回)

午前10時～10時45分

所公園プール2階観覧室

対15歳以上(中学生を除く) 市内

定15人

¥3,570円

申申込方法《プール教室》

他プールには入りません。

問公園プール

申 込 方 法 《 プ ー ル 教 室 》

申 込 方 法	はがき	往復はがきの往信用の裏に ①受講希望教室名 ②郵便番号 ③住所 ④氏名(ふりがな) ⑤ペビーは生年月日・保護者の氏名・年齢・電話番号・{幼児・小学生は生年月日・泳力(顔つけができない・できる・浮くことができる等の泳力、以前水泳教室に参加し練習のあゆみの認定級)を、返信用に郵便番号・住所・氏名を書いて郵送。(返信用の裏面は白紙)
	来 所	プール利用時間内にはがき持参。
	HP	公園プールHPの申込フォームより、必要項目を入力し送信。 ※重複申込不可(申込受付期間後定員に満たない教室については重複申込可)
申込受付期間		4月8日(金)～ 4月16日(土) 必着 ※申込多数の場合は4月18日(月)に抽選により決定 (数日たっても通知が届かない場合は電話でお問合せください)
受講料納入期間		受講決定者は4月21日(木)～ 4月30日(土)の間に公園プールで受講料を納入願います。 ※期間内に納入されない場合は受講資格取消





催し

Sport

トレーニングルーム利用講習会

開催日	1部	2部
①4月4日(月)	午後7時～8時半	午後8時～9時半
②4月17日(日)	午前9時半～11時	午前10時半～正午
③4月22日(金)	午後7時～8時半	午後8時～9時半
④5月1日(日)	午前9時半～11時	午前10時半～正午
⑤5月17日(火)	午後7時～8時半	午後8時～9時半
⑥5月27日(金)	午後7時～8時半	午後8時～9時半
⑦6月5日(日)	午前9時半～11時	午前10時半～正午

¥1,000円

対15歳以上(中学生を除く) 市内

申来館の場合は、①希望日時②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号⑥勤務先か学校名(市外の人)を記入し提出。HPの場合は申込フォームから。メールの返信がない場合は電話でお問合せください。各開催日の2日前締切

定各部8人 先着

他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。1日2回開催(入替制)

所 中央体育館



女性対象 レディースタイム

トレーニングルームではレディースタイムを設けています。

時 毎月第1・2・4・5水曜日

午前9時15分～正午、午後7時～10時

所 中央体育館トレーニングルーム

他 男性のご利用は12時～19時

間 中央体育館

第23回京田辺市陸上競技大会

時 6月12日(日) 午前9時半～

所 山城総合運動公園陸上競技場(太陽が丘)

競技種目 (トラック)	50m	①小学3～4年生 ②16～34歳 ③35歳以上
	100m	①小学5・6年生 ②中学生 ③16～34歳 ④35歳以上
	400m	①中学生 ②16～34歳 ③35歳以上
	1500m	①中学生 ②16～34歳 ③35歳以上
	3000m	①中学生男子 ②16～34歳 ③35歳以上
	4×100m リレー	①小学生5・6年生 ②中学生 ③一般(16歳以上)

対 十分な健康管理のもと競技に支障がないと自己が認めた方

¥ 1人1種目400円 リレーは1チーム500円

小学生は全種目無料

申 申込書(窓口備え付け、HP)を持参・郵送・メール。小・中学生は保護者の承諾書(様式あり)提出。メール申込には2日以内(土日除く)に受付連絡します。

4月25日(月)～5月18日(水)午後5時必着

他 2種目まで参加可(リレーを除く)

間 社会体育協会



スポーツに親しむ日

時間内は体育館アリーナでバドミントン、卓球、カローリングを楽しむことができます。

時 ①4月9日(土)②5月14日(土)③6月4日(土) 午前9時半～正午

¥ 1人100円(4月9日(土)・6月4日(土)は小学生未満無料、5月14日(土)は児童福祉週間のため小学生以下無料)

持 上靴

所 中央体育館

フィットネスカウンセリング

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、ニーズに合った効果的なトレーニングメニューを提供します。

時 トレーニングルーム日程表参照

①午前10時～10時40分・午前10時40分～11時20分・午前11時20分～正午 ②午後4時～4時40分・午後4時40分～5時20分・午後5時20分～6時 ③午後6時～6時40分・午後6時40分～7時20分・午後7時20分～8時

所 中央体育館トレーニングルーム

対 トレーニングルーム使用承認証保持者

定 3人(1人40分) 先着

¥ 1回1,000円(トレーニング使用料300円は別途必要)

申 直接又は電話

間 中央体育館

体成分測定

(トレーニングルーム体成分分析測定と指導)

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ます。

時 トレーニングルーム日程表参照

①午前9時20分～9時50分・午前10時20分～10時50分 ②午前10時～10時半・午前11時半～正午 ③午後6時～6時半・午後7時半～8時

所 中央体育館トレーニングルーム

対 トレーニングルーム使用承認証保持者

定 6人(1人10分) 先着

¥ 1人500円(トレーニング使用料300円は別途必要)

申 直接又は電話

間 中央体育館

卓球の日

内 卓数1卓貸出(1時間単位)

時 ①4月2日(土)②4月23日(土)③4月30日(土)④5月2日(月) ⑤5月7日(土)⑥5月16日(月)⑦5月23日(月)⑧5月28日(土) 午前9時～午後4時

所 中央体育館第1会議室

¥ 1台1時間500円

他 時間制限はありませんが、希望者が多い場合は連続使用をお断りすることあり。ラケット、ピン球は無料貸し出し。

間 中央体育館

市民総体 グラウンド・ゴルフ競技

時5月17日(火) 午前8時15分～

所田辺公園野球場

対高校生以上 **市内**

¥1人300円

(京田辺市グラウンド・ゴルフ協会登録者1人200円)

申申込方法《社会体育協会》4月27日(水)午後5時締切

問社会体育協会

**市民総体 バドミントン競技 兼
府民総体京田辺市選考会**

時5月22日(日) 午前9時～

所中央体育館

対小学生以上 **市内**

¥1人1,500円(事前振込)

申申込方法《社会体育協会》4月27日(水)午後5時締切

問社会体育協会

**市民総体 テニス競技個人戦 兼
府民総体京田辺市選考会**

時①5月22日(日)②5月29日(日)③6月5日(日) 午前9時半～

所田辺公園テニスコート

対高校生以上 **市内**

¥1ペア3,000円(当日納入)

(2022年度京田辺市テニス協会登録者1人1,200円)

申申込方法《社会体育協会》4月28日(木)午後5時締切

問社会体育協会

**府民総体 ソフトバレーボール競技
京田辺市予選会**

時5月29日(日) 午前9時～

所中央体育館

対下記条件を満たし審判ができるチーム **市内**

成年の部:

30歳代男女3～4名と40歳以上男女3～4名の計6～8名

壮年の部:

40歳代男女3～4名と50歳以上男女3～4名の計6～8名

¥1チーム2,500円(京田辺市ソフトバレーボール連盟登録
1チーム1,500円)

申申込方法《社会体育協会》5月10日(火)午後5時締切

問社会体育協会

市民総体 バスケットボール競技

時①6月4日(土) 午後7時～②6月5日(日) 午前9時半～

所中央体育館

対代表者が高校生以上のチーム **市内**

¥1チーム2,000円(試合当日納入)

申申込方法《社会体育協会》5月20日(金)午後5時締切

他構成:小学生の部・中高生の部・男子の部・女子の部

問社会体育協会

市民総体 カローリング競技

時4月24日(日) 午後1時～

所中央体育館

対どなたでも **市内**

¥一般1人500円・小中学生1人300円(クラブ員は300円)

(当日納入)

申申込方法《社会体育協会》4月10日(日)午後5時締切

問社会体育協会

**市民総体 軟式野球競技 兼
府民総体京田辺市予選会**

時①5月8日(日)②5月15日(日) 午前8時半～

所田辺公園野球場

対高校生以上のチーム **市内**

¥1チーム 3,000円(抽選会当日納入)

申申込方法《社会体育協会》4月21日(木)午後5時締切

他抽選会:4月24日(日)午後6時 中央体育館第二会議室

問社会体育協会

**市民総体 ソフトボール競技男子の部 兼
府民総体京田辺市選考会**

時①5月8日(日)②5月15日(日) 午前9時～

所田辺木津川運動公園

対18歳以上 **市内**

¥1チーム1,000円(抽選会当日納入)

申申込方法《社会体育協会》4月28日(木)午後5時締切

他抽選会:4月30日(土)午後7時 中央体育館第二会議室

問社会体育協会

**市民総体 卓球競技個人戦 兼
府民総体京田辺市予選会**

時5月8日(日) 午前9時～

所中央体育館

対どなたでも **市内**

¥1人500円(郵便局払込票にて払込み)

申申込方法《社会体育協会》4月20日(水)午後5時締切

問社会体育協会

**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**

時5月15日(日) 午前9時～

所中央体育館

対中学生以上のチーム **市内**¥1チーム3,000円(全員がバレーボール連盟登録者チーム
1チーム2,000円)

申申込方法《社会体育協会》4月28日(木)午後5時締切

他チーム構成:

中学生以上12名以内(但し中・高校生3名以内)

監督・コーチ・マネージャー各1名(なくても可)

問社会体育協会

市民総体 空手道競技

時6月26日(日) 午前9時半～

所中央体育館

対5歳以上の経験者 市内

他種目：個人形及び組手競技

¥1人1種目3,000円(空手道連盟加盟者2,000円)
(事前振込)

申申込方法《社会体育協会》4月25日(月)午後5時締切

問社会体育協会

府民総体 グラウンド・ゴルフ競技
京田辺市予選会時①6月14日(火)②6月20日(月)③7月13日(水)④7月19日(火)
⑤8月10日(水)⑥8月23日(火) 午前8時50分～

所田辺公園野球場

対中学生以上 市内

¥1人300円

(京田辺市グラウンド・ゴルフ協会登録者1人100円)

申申込方法《社会体育協会》5月31日(火)午後5時締切

問社会体育協会

申込方法 《社会体育協会》

申込書(体育館窓口備え付け、HPより取得)に必要な事項を記入し、持参・郵送・FAX・メールのいずれかで申込。FAX・メールで申込みした場合、土日祝を含まない3日以内に受付済の連絡がなければ電話でお問合せください)



プール無料開放

時5月5日(木) ①午前9時半～0時半

②午後1時半～4時半 ③午後5時半～9時半

対中学生まで ※小学校3年生以下の午後5時半以降の入場
は保護者同伴(付き添い人数の規定あり)

定各部80人 抽選

¥無料(大人は有料)

持水着・水泳キャップ

他チェックリストの記入が必要。各終了10分前にプールから退水。完全予約制。定期券や回数券を利用される場合も事前予約が必要。当日当選ハガキ・メール及び引換券をご持参ください。

所 公園プール

申込方法 《プール無料開放》	はがき	往復はがきの往信用の裏に①郵便番号②住所③電話番号④参加者名⑤年齢(学年)を、返信用に郵便番号・住所・氏名を書いて郵送。(返信用の裏面は白紙)※重複申込可・はがき1枚で何名でも応募可
	来所	プール利用時間内にはがき持参。
	HP	公園プールHPの申込フォームより、必要項目を入力し送信。※重複申込可



4月15日(金)～4月22日(金)必着 ※申込多数の場合は4月23日(土)にはがき1枚で1回の抽選を行い4月25日(月)午前11時以降に当選結果を発表。(当選者には引換券を渡しますので受付までお越しください。数日たっても通知が届かない場合はお問合せください)

Culture

第36回市民舞踊発表会の出演者募集

時6月12日(日) 午前11時(予定)

所中央公民館大ホール

対どなたでも 市内

他【演目】古典舞踊・歌謡舞踊・民謡踊り・バレエなど

【出演時間】1グループ25分以内・個人5分以内

申文化協会(中央公民館内)の申込用紙に必要な事項を記入し提出。4月20日(水)正午締切

問文化協会

第29回定期演奏会

大住シンフォニックバンドは、「第29回定期演奏会」を開きます。バレエ音楽「ガイーヌ」よりラプソディア・ボレアリス(客演奏者：京都市交響楽団首席トロンボーン奏者 岡本哲)など

時4月24日(日) 午後2時開演(午後1時開場)

所八幡市文化センター大ホール

¥無料(要チケット)

問大住シンフォニックバンド ☎090-4289-9763

第9回京田辺市民文化芸術鑑賞会

内篠笛コンサート「篠笛の音色と初夏の昼下がりを」

時6月19日(日) 午後2時～3時(予定)

所中央公民館大ホール

対どなたでも 市内

出比江嶋さとる氏他

定80人

¥参加協力金500円

申申込フォームか、往復はがきの往信用に①文化芸術鑑賞会希望②郵便番号③住所④氏名⑤年齢⑥電話番号を、返信用に郵便番号・住所・氏名を書いて郵送。(はがき1枚につき家族のみ2名可) 5月31日(火)締切

問文化協会



サークル交流会「第30回青葉の集い」

内舞台発表(合唱・居合演武・日本舞踏など)
展示(鉄道模型・陶芸作品など)

時5月15日(日) 午前10時～午後4時

所中央公民館大ホール他

¥観覧無料

申文化協会





お知らせ

市民総体卓球競技団体戦結果 (12/5)

男子1部

- 【1位】佛教大学・上宮高校・久御山明伸館(古賀・古賀・古賀)
 【2位】シェイクハンド(塚本・八木・田中)
 【3位】一休ヶ丘クラブA(坂本・吉岡・松林)

男子2部

- 【1位】一休ヶ丘クラブB(井上・何・下村)
 【2位】clover B(吉原・西川・増田・新井)
 【3位】思い出なんかいらん(竹田・谷田・森田)/
 シルバー(山下・佐藤・安岡)

女子1部

- 【1位】チェルシー(長榮・小川・下村)
 【2位】mark(藤野・上田・高島・渡邊)

女子2部

- 【1位】一休ヶ丘クラブA(田崎・草川・村山)
 【2位】シルバー(橋本・岸・中下・上杉)
 【3位】DON(米田・神田・橋本・原田)

関社会体育協会



第44回京都府民総合体育大会結果

- ゴルフ競技……………優勝
 ボウリング競技……………第3位
 ゲートボール競技男子…第3位
 ゲートボール競技女子…第8位
 ゴルフ競技マスターズ…第6位

市民総体秋山登山結果 (11/21)

養老山(岐阜・西濃)
 参加人数41人

市民総体剣道競技結果 (11/28)

小学1・2年生の部

- 【1位】柳生 正裕(鹿志館) 【2位】本田 さくら(鹿志館)
 【3位】柳生 真歩(鹿志館)

小学3年生の部

- 【1位】岡田 祐哲(鹿志館) 【2位】高田 柚樹(田辺剣友会)
 【3位】浅井 泰介(鹿志館)/ブライヤー・ウィリアム(鹿志館)

小学4年生の部

- 【1位】大隈 康介(田辺剣友会) 【2位】矢賀谷 隼士(鹿志館)
 【3位】道久田 歩(田辺剣友会)

小学5・6年生の部

- 【1位】木原 結人(鹿志館) 【2位】濱名 陽佑(鹿志館)
 【3位】鈴木 啓太(鹿志館)/大黒 奏音(田辺剣友会)

中学生女子の部

- 【1位】大隈 梨恵(田辺剣友会) 【2位】富山 楓菜(田辺剣友会)
 【3位】山田 優花(田辺中)/橋川 紗奈(田辺中)

中学生男子段外の部

- 【1位】浅井 威一朗(鹿志館) 【2位】楠 侑馬(鹿志館)
 【3位】小川 兼直(田辺中)/井上 志音(田辺中)

中学生男子有段の部

- 【1位】高橋 遼真(田辺中) 【2位】角田 知優(鹿志館)
 【3位】金子 恵大(田辺剣友会)/窪田 大悟(田辺剣友会)

一般の部

- 【1位】金子 輝(田辺剣友会) 【2位】小泉 優心(鹿志館)
 【3位】加藤 愛子(田辺剣友会)

関社会体育協会

各施設・団体の問合せ先



施設・団体名	住 所	電話番号・FAX	メールアドレス
社会教育課	〒610-0393 田辺80	☎64-1394 FAX 64-1390	syakyo@city.kyotanabe.lg.jp
文化・スポーツ振興課	〒610-0393 田辺80	☎64-1302 FAX 64-1305	bunka@city.kyotanabe.lg.jp
中央公民館	〒610-0331 田辺丸山214	☎62-2552 FAX 62-2519	koumin-kan@city.kyotanabe.lg.jp
北部住民センター	〒610-034 大住内山1-1	☎63-7955 FAX 63-7956	toutiku@city.kyotanabe.lg.jp
中部住民センター	〒610-0311 草内美泥22-2	☎64-8810 FAX 64-8820	seseragi@city.kyotanabe.lg.jp
田辺中央体育館	〒610-0331 田辺丸山19	☎62-1501 FAX 62-1534	sec@kyotanabe-gym.jp
田辺公園プール	〒610-0331 田辺丸山8	☎65-3113 FAX 65-3223	pool@city.kyotanabe.lg.jp
一般社団法人 京田辺市文化協会	〒610-0331 田辺丸山214	☎62-2552 FAX 62-2519	info@kyotanabe-bunka.jp
NPO法人京田辺市 社会体育協会	〒610-0331 田辺丸山19	☎29-9008 FAX 62-1534	jimukyoku@kyotanabe-taikyo.jp
KDSC	〒610-0331 田辺丸山19	☎090-6968-9600	info@kdsc.jp

注) 都合により開催日時・内容が変更することがあります。上記連絡先へお問合せ下さい。