



スポーツを通して健やかで楽しい毎日を

# 運動はええよ



体育協会 各競技スポーツ団体で組織しています。「体育協会へ」となっている大会などは、郵送かファックス(〒564・0036寿町1・1・1寿ビル3階)☎6381・9011☎6381・9022=午前9時～午後5時)で申し込んでください。土・日曜日、祝・休日は休み。

文化スポーツ推進室	☎6384・2431	☎6368・9908	〒564・8550	泉町1・3・40
片山	☎6389・2681	☎6389・2682	〒564・0072	出口町31・2
北千里	☎6833・8105	☎6833・8106	〒565・0873	藤白台5・5・1
山田	☎6876・8855	☎6876・8764	〒565・0824	山田西3・84・1
南吹田	☎6386・7050	☎6386・7703	〒564・0043	南吹田5・34・1
目依	☎6383・3017	☎6383・3073	〒564・0021	目依町1・11
総合運動場	☎6386・5635	☎6386・6286	〒565・0835	竹谷町37・1
武道館「洗心館」	☎6877・6211	☎6877・7375	〒565・0825	山田北2・1
片山市民プール	☎6388・4496	☎6385・1595	〒564・0072	出口町31・1

☎=市主催・共催の事業 ☎=市後援の事業 ☎=各施設指定管理事業者の事業 ☎=健康づくり推進事業団の事業

ジョイフルランニング ジョギングからマラソンまで。時 ¥ ◆月・木曜日(の週2日) 6000円、中学生4000円。◆月・木曜日(の週1日) 3000円、中学生2000円。いずれも午後6時30分～8時。対中学生以上。定各先着20人。申3月3日(金)から電話で同運動場へ。

ジュニア陸上競技 時 ¥ ◆基礎コース 金曜日午後5時50分～7時。2800円。◆強化コース 火・金曜日午後5時50分～7時30分。4800円。対定各コース合わせて4年生40人、5年生5人、6年生5人。多数抽選。申3月31日(金)午後5時40分～6時に直接、同運動場へ。

小学生ラグビー教室 時 ¥ ◆4月から1年間。土曜日午前9時30分～11時30分。21回。対小学生。定先着50人。¥4200円。申3月1日(水)から電話で体育協会へ。

トリアスロン教室 時 ¥ ◆火・水・金曜日(の週3日) 1万4750円。小中学生9800円。◆火・金曜日(の週2日) 1万3250円。小中学生8000円。◆火・水・金曜日(いずれか) 1日 1万1750円。小中学生6200円。いずれも午後6時30分～8時30分。対火曜日は総合運動場。水・金曜日は片山市民プー

## お知らせ

### 南正雀スポーツグラウンド テニスコート利用開始

4月から利用できます。☎同施設 ☎6317・3914。

### 府立高校

### 運動場・テニスコートを開放

サッカーやソフトボール、少年軟式野球、テニスなどに利用できます。事前に団体登録・管理指導員届出書の提出が必要です。対4月～6月の各校が指定する土・日曜日、祝日の午前9時～正午(午後1時～4時)。土曜日は指導者同伴の児童・生徒の団体が優先。所山田・吹田・千里・北千里高校。申3月15日(水)午後1時30分にメイシアター集会室へ。☎文化スポーツ推進室。

### スポーツ大会参加経費助成

国・地方公共団体か社会教育関係団体が主催か共催で行う全国的な規模のスポーツ大会に参加する人に経費の一部を助成します。申請は大会最終日から30日以内。☎文化スポーツ推進室。

## 催し・教室

### 面すいた笑顔体操 時 所 ◆3月7日(火)、21日(火) 千里南公園。◆3月9日(木)、23日(木) 中の島公園。いずれも午前9時45分～10時。雨天中止。対中学生以下は除く。☎文化スポーツ推進室。

面すいた笑顔体操 時 所 ◆3月7日(火) 午前10時～11時。雨天中止。所千里南公園。対中学生以下は除く。☎文化スポーツ推進室。

### 市市民スポーツ講座・運動はええよ

生活習慣病予防について。時 3月9日(木)、16日(木)、23日(木) 午前10時～11時30分。実技あり。所千里山コミュニティセンター。対中学生以下は除く。定各先着80人。申3月2日(水)から直接か電話で文化スポーツ推進室へ。

22日(水)、23日(木) 午後3時45分～5時。所片山市民体育館。対とび箱が苦手な小学1～3年生。定先着20人。¥140円。申3月7日(火)～11日(土)に直接か電話で同館へ。

### 市市民スポーツ講座・運動はええよ

生活習慣病予防について。時 3月9日(木)、16日(木)、23日(木) 午前10時～11時30分。実技あり。所千里山コミュニティセンター。対中学生以下は除く。定各先着80人。申3月2日(水)から直接か電話で文化スポーツ推進室へ。



## 市民 テニス教室

**運時**4月～6月。10回。多数抽選。**対**市内在住・在勤の人。**¥**6000円。**申**表の受け付け時間に費用を持ってメイシアター集会室へ。☆は総合運動場へ。**固**体育協会。

ところ	教室名	とき	対象・定員	受け付け	
南正雀 テニスコート	月曜	9:00～11:00	初・中級 30人	3月9日(休)	
	水曜1		中・上級 各30人		
	水曜2	11:00～13:00	9:00～11:00		9:00～9:15
山田 テニスコート	月曜1	11:00～13:00	初・中級 30人	10:10～10:25	
	月曜2		11:00～13:00	9:35～9:50	
桃山台 テニスコート	月曜1	9:00～11:00	初心～上級 各30人	10:45～11:00	
	月曜2		11:00～13:00		11:20～11:35
	木曜1	9:00～11:00	初心～上級 各60人		10:00～10:15
	木曜2	11:00～13:00	☆3月14日(火)		
火曜	9:00～11:00	初心～上級 60人			

## 千里山武道教室 4月～6月

**運**。先着順。**¥**2700円。**申**3月の各教室実施日に直接、会場へ。**固**文化スポーツ推進室。



教室名・ところ	とき	対象・定員
剣道 千里第二小学校 体育館	日	18:00～19:00 小学生以上の初心者 20人 19:00～20:45 小学2年生以上の中習者 20人
	木	18:00～19:00 小中学生 5人
合気道 千里山・佐井寺 図書館多目的室	金	18:30～20:45 小中学生 10人 中学生以下除く 10人
	火	18:30～20:00 小中学生 5人 19:30～20:45 中学生以下除く 5人

## 市民体育館の スポーツ教室

**運**。多数抽選。**申**3月11日(出)～17日(金)に直接か、はがき(消印有効)、ファックスに◆と教室名、生年月日(子ども体操は新学年)、新規か前回参加を書いて各館へ。片山はメンテナンスのため、13日(月)は午後6時～9時のみ開館。抽選会(参加自由)は4月4日(火)午後1時30分から。結果は4月8日(土)まで館内に掲示、電話での問い合わせは不可。掲示期間内の午後8時まで各館で手続きをしてください。  
◇は平成23年4月2日～25年4月1日生まれ  
◆は平成25年4月2日～27年4月1日生まれの幼児と保護者

教室名	とき	対象・定員	費用
片山	高齢者スポーツ	4/13～7/6 木	13:30～14:45 65歳以上 各120人 1800円
		4/11～7/4 火	13:30～15:00 中学生以下除く 各120人 1800円
	リフレッシュ体操	4/12～7/5 水	16:00～17:00 小学1～3年生 50人 840円
		4/11～5/23 火	10:00～11:00 ◆ 30組 900円
	子ども体操	4/14～5/26 金	15:45～16:45 ◇ 各50人 420円
		4/11～5/23 火	15:45～16:45 ◇ 各50人 420円
北千里	高齢者スポーツ	4/12～7/5 水	13:30～14:45 65歳以上 各120人 1800円
		4/13～7/6 木	13:30～15:00 中学生以下除く 各120人 1800円
	リフレッシュ体操	4/14～5/26 金	10:50～11:50 ◆ 40組 900円
		4/13～5/25 木	15:45～16:45 ◇ 各50人 420円
	子ども体操	4/14～5/26 金	15:45～16:45 ◇ 各50人 420円
		4/14～5/26 金	15:45～16:45 ◇ 各50人 420円
山田	高齢者スポーツ	4/13～7/6 木	13:30～14:45 65歳以上 各120人 1800円
		4/12～7/5 水	13:30～15:00 中学生以下除く 各120人 1800円
	リフレッシュ体操	4/15～5/27 土	10:50～11:50 ◆ 50組 900円
		4/11～5/23 火	15:45～16:45 ◇ 各50人 420円
	子ども体操	4/14～5/26 金	15:45～16:45 ◇ 各50人 420円
		4/14～5/26 金	15:45～16:45 ◇ 各50人 420円
南吹田	高齢者スポーツ	4/12～7/5 水	13:30～14:45 65歳以上 100人 1800円
		4/14～7/7 金	16:00～17:00 小学1～3年生 50人 840円
	子ども体操	4/11～5/23 火	10:50～11:50 ◆ 30組 900円
		4/13～5/25 木	15:45～16:45 ◇ 各50人 420円
	親子体操	4/11～5/23 火	15:45～16:45 ◇ 各50人 420円
		4/13～5/25 木	15:45～16:45 ◇ 各50人 420円
目黒	高齢者スポーツ	4/14～7/7 金	13:30～14:45 65歳以上 120人 1800円
		4/12～7/5 水	16:00～17:00 小学1～3年生 50人 840円
	子ども体操	4/12～5/24 火	10:00～11:00 ◆ 30組 900円
		4/11～5/23 火	15:45～16:45 ◇ 各50人 420円
	親子体操	4/11～5/23 火	15:45～16:45 ◇ 各50人 420円
		4/13～5/25 木	15:45～16:45 ◇ 各50人 420円

前ページの続き  
**自太極拳教室** **運時**4月～6月の木曜日午前10時～11時30分。**所**片山市民プールトレーニング室。**対**中学生以下は除く。**定**50人。多数抽選。**¥**5000円。**申**3月23日(休)正午に直接、同プールへ。  
**健康づくり推進事業団の教室**  
**運時**4月～6月に開催。いずれも多数抽選。**対**16歳以上。高校生は除く。**固**同事業団(TEL)63330・9966)。  
**ヘルストレーニング** ランニングや筋力運動で生活習慣病予防を。**時**(1)月・木曜日午後6時～8時15分のうち90分。(2)水・金曜日午前10時～11時30分、女性が対象。**所**片山市民プールトレーニング室。**定**各20人。**¥**5400円。**申**(1)は3月16日(休)午後6時～7時、(2)は3月17日(金)午前10時に直接、同プールトレーニング室へ。  
**ヘルシーウォーキング** ウォーキングの基本とダンベル体操。**時**火曜日午前10時～11時30分。**所**総合運動場。**定**15人。**¥**3600円。**申**3月10日(金)までに電話で同事業団へ。  
**シェイプアップ体操** リズムに乗って汗を流しましょう。**時**水曜日午後1時30分～3時。**所**片山市民プールトレーニング室。**定**10人。

**大 会**  
**雨ポールルームダンス大会** **時**3月5日(日)午前10時～午後4時。**所**目黒市民体育館。**申**3月3日(金)までに体育協会へ。  
**市フォークダンスフェスティバル** 日本民謡や阿波踊り、ラウンドダンスなど。**時**3月19日(日)午後1時～4時。**所**目黒市民体育館。**固**体育協会。  
**雨春季市民テニス大会** いずれもダブルス。**時**◇4月1日(出)◇一般女子A・B級。◇4月2日(日)◇一般男子A・B級。◇4月9日(日)◇壮年男女(45歳以上男女別)・ベテラン(55歳以上男女別)と残り試合。**所**万博テニスガーデン。**対**市内在住・在勤の人。学生は除く。**¥**1組1500円。**申**3月3日(金)～5日(日)午後1時30分～4時30分に直接、総合運動場へ。  
**市前期サッカー大会** **時**所**対**◇社会人の部◇4月～8月の日曜日、祝日。総合運動場や市内の中学・高校など。市内在住・在勤者のチーム。選手登録が必要。1万円。◇40歳以上の部◇4月～10月の土・日曜日、祝日。総合運動場。市内

在住・在勤の40歳以上。選手登録が必要。1人2000円。**申**3月11日(出)午後7時～8時に所定の用紙と費用を同運動場へ。  
**雨春季ゲートボール大会** **時**4月8日(出)。**所**高野台コート。**対**市内在住・在勤の8人以内で構成したチームか個人。**¥**1人500円。**申**4月3日(月)までに体育協会へ。  
**雨ソフトテニス大会** 中学生の部。**時**4月8日(出)、9日(日)。**所**古江台中学校。**申**3月20日(月)・祝)◇22日(水)に所定の用紙を体育協会へ。  
**雨春季ママさんバレーボール大会** 9人制。**時**所◇4月16日(日)◇片山市民体育館。◇4月23日(日)◇山田市民体育館。**¥**4000円。**申**3月17日(金)～23日(休)に所定の用紙を体育協会へ。  
**雨春季陸上競技大会** 壮年、一般・高校生、中学生、小学生の男女各部。**時**4月16日(日)。**所**総合運動場。**対**小学4年生以上。1人2種目まで。**申**3月31日(金)までに所定の用紙を体育協会へ。  
**雨春季市民バドミントン大会** 団体戦。**時**4月16日(日)、23日(日)。**所**目黒市民体育館。**¥**1チーム5000円。**申**4月6日(休)午後7時～8時に所定の用紙と費用を片山市民体育館へ。

**雨春季少年柔道大会・重量別柔道大会** 小学生、中学生、一般・壮年の各部。**時**4月23日(日)。**所**武道館「洗心館」。**対**小学生以上。**申**3月15日(水)～4月2日(日)に所定の用紙を体育協会へ。  
**雨春季弓道大会** 一般男女の部。**時**4月29日(土)・祝)。**所**武道館「洗心館」。**対**中学生以下は除く。**申**3月31日(金)までに所定の用紙を体育協会へ。  
**雨前期グラウンド・ゴルフ大会** **時**5月20日(出)。**所**桃山台スポーツグラウンド。**対**市内在住・在勤の人。**定**先着450人。**¥**500円。**申**所定の用紙と費用を3月22日(水)午後6時～6時50分にメイシアター大ホールか3月1日(水)～22日(水)に体育協会へ。  
**雨レスリング選手権大会** **時**3月12日(日)。**所**武道館「洗心館」。**対**中学生以上。**¥**500円。**申**当日午前9時まで直接、会場へ。**固**体育協会。  
**雨ラウンドダンス大会** 中・上級者向け講習。**時**3月26日(日)午前10時～午後4時。**所**片山市民体育館。**¥**2500円。**申**吹田市フォークダンス連盟・寺田(TEL)6835・5332に夜間へ。





各施設の連絡先は42ページをご覧ください。

## 共催スポーツ教室 4月～6月 市民体育館

いずれも**運**多数抽選。**申**3月8日(水)～15日(水)に各館へ。片山はメンテナンスのため13日(月)は午後6時～9時のみ開館。

南吹田市民体育館		
剣道	小学生初心者20人 小学生経験者20人 中学生以上経験者20人	18:15～19:30 火・金 19:30～20:45
柔道	小学生20人 中学生以上20人	18:30～19:45 水・土 19:45～20:45
空手道	小中学生20人 中学生以下除く20人	月・水 18:30～20:45
日本拳法	小学生20人 中学生以上20人	火・金 18:30～19:45 19:45～20:45
少林寺拳法	小中学生20人 中学生以上20人	月・木 18:30～20:00 19:15～20:45
合気道	小中学生20人 中学生以上20人	日 18:00～19:00 19:30～20:30
レスリング	4歳～中学生20人	金 18:30～20:30
バドミントン	中学生以下除く20人	月 18:45～20:15
ヘルストレーニング	中学生以下除く20人	月・水 18:30～20:00
バスケットボール	中高生を除く15歳以上の初心者10人	水 18:30～20:45

目黒市民体育館		
剣道	小学生30人 中学生20人 中学生以下除く10人	日・木 18:30～20:45
柔道	小中学生20人 中学生以下除く20人	水・土 19:00～20:00 20:00～20:45
空手道	小中学生10人 中学生以下除く10人	火・土 18:30～20:40
日本拳法	小中学生20人 中学生以下除く20人	日・木 19:00～20:45
少林寺拳法	小中学生10人 中学生以下除く10人	月・金 18:30～19:45 19:30～20:45
なぎなた	小中学生10人 中学生以下除く10人	水 19:00～20:30
太極拳	中学生以下除く10人	土 9:30～11:00
ヨーガ	小学4年生以上60人 (小学生は親子ペアに限る)	土 10:00～11:30
バレーボール	中学生以下除く10人	水 18:30～20:45
ソフトテニス	中学生以上5人	金 18:30～20:30
バスケットボール	小学5年生10人 小学6年生5人 中学生5人 中高生を除く15歳以上5人	土 17:30～19:00 19:00～20:45
インディアカ	中学生以下除く20人	金 19:00～20:45
ヘルストレーニング	中学生以下除く20人	火・金 18:30～20:00
ボールルームダンス	20人 18歳以上 15人	月 19:00～20:30 木
フォークダンス	中学生以上40人 中学生以下除く40人	水 18:45～20:45 金 13:30～15:30
ラウンドダンス	中学生以下除く30人	火 13:15～16:45
日本民謡	中学生以下除く40人	木 9:45～11:45
インドアクライミング	中学生以下除く20人	月 19:00～20:45
卓球	中学生以下除く3人	火 10:00～11:30

北千里市民体育館		
剣道	小中学生20人 中学生以下除く20人	月・水 18:30～19:30 19:00～20:45
柔道	小学生15人 中学生以上15人	月・金 18:30～19:30 19:40～20:45
空手道	小中学生20人 中学生以下除く10人	火・金 18:30～20:45
日本拳法	小中学生10人 中学生以下除く10人	火・木 19:00～20:50
レスリング	4歳～小学生10人 中学生以上10人	土 14:00～15:00 15:00～17:00
バドミントン	中学生以下除く60歳未満30人	火 18:45～20:15
バレーボール	中学生以下除く20人	金 18:45～20:45
ソフトテニス	中学生2人 18歳以上3人	月 18:30～20:30
バスケットボール	中高生を除く15歳以上20人	火 18:30～20:45
卓球	小中学生2人 中学生以下除く3人	月・木 18:30～20:00
ヘルストレーニング	中学生以下除く20人	水・金 18:30～20:00
ヨーガ	中学生以下除く50人	木 10:00～11:30

山田市民体育館		
剣道	小学生初心者10人 小学生経験者10人 中学生以上経験者10人	日・水 18:30～19:30 19:30～20:45
柔道	小中学生20人 中学生以下除く20人	火・木 18:30～19:30 19:40～20:45
空手道	小中学生20人 中学生以下除く20人	月・金 18:30～20:00 19:00～20:45
日本拳法	小中学生10人 中学生以下除く10人	月・金 18:15～19:20 19:30～20:45
少林寺拳法	小中学生10人 中学生以下除く10人	日・水 18:30～20:00 19:30～20:45
合気道	小中学生10人 中学生以下除く10人	土 18:00～19:00 19:30～20:30
レスリング	4歳児～小学3年生20人 小学4～6年生20人 中学生以上20人	火・木 18:30～19:30 19:30～20:30
バレーボール	中学生以下除く20人 小学4年～中学生5人 中学生以下除く5人	木 18:45～20:45 土 18:00～19:00 19:00～20:45
バドミントン	6300円 9300円	小学3～6年生10人 中学生以下除く初心者25人 月・金 18:00～19:30 18:45～20:15
ソフトテニス	中学生5人 18歳以上10人	火 18:30～20:30
卓球	小学5年～中学生3人 中学生以下除く5人	火・金 18:30～20:00
ヘルストレーニング	中学生以下除く20人	火・木 18:30～20:00
レディーストレーニング	中学生以下除く女性20人	火・木 10:00～11:30
ヨーガ	3000円	中学生以下除く各55人 金 9:15～10:30 10:30～11:45
ボールルームダンス	3000円	中学生以下除く10人 火 13:00～15:00
バスケットボール	2700円	中高生除く15歳以上10人 木 18:30～20:45

片山市民体育館		
剣道	小学生20人 中学生以上20人	日・土 18:00～19:30 19:30～20:45
居合道	中学生以上5人	火 18:30～20:00
柔道	小学生20人 中学生以上20人	木・土 18:30～19:30 19:45～20:45
空手道	小学生10人 中学生以上10人	水・金 18:30～19:45 19:45～20:45
日本拳法	小中学生10人 中学生以下除く10人	水・金 18:30～20:00 19:30～20:45
少林寺拳法	小中学生30人 中学生以下除く各30人	日・火 18:30～20:00 19:30～20:45 日 18:30～20:00
バレーボール	小学4年～中学生10人 中学生以下除く20人	月 18:00～19:15 19:15～20:45
ママバレーボール	子どものいる女性が30歳以上の既婚女性5人	土 15:00～17:00
バドミントン	中学生以下除く15人	木 18:30～20:00
バスケットボール	中高生を除く15歳以上10人	土 18:30～20:45
ソフトテニス	中学生10人 中学生以下除く5人	日 18:30～20:30
卓球	中学生以下除く1人	火・金 18:30～20:00
阿波踊り	4歳～中学生20人 中学生以下除く30人	月 19:00～20:30

## 武道館「洗心館」の教室

**運**。4月～6月に開催。多数抽選。**申**3月8日(水)～15日(水)に武道館「洗心館」へ。電話、ファックスでも受け付けます。

剣道	小学生20人 中学生以上20人	火・金 19:00～20:00 19:00～20:30
居合道	中学生以上10人	水 18:30～20:30
柔道	小中学生30人 中学生以下除く30人	水・土 18:30～20:30
空手道	小中学生30人 中学生以下除く30人	木・土 18:30～19:30 19:30～20:45
日本拳法	小中学生10人 中学生以下除く10人	月・木 19:00～20:00 19:45～20:45
少林寺拳法	小学生30人 中学生以上30人	木・土 18:30～19:30 19:30～20:45
合気道	中学生以下除く30人	水 10:00～11:30
レスリング	4・5歳20人 小学生20人 中学生20人	日 14:00～15:30 15:00～16:30
ヨーガ	3000円	中学生以下除く各60人 火 10:00～11:30 水
ファミリーヨーガ	3000円	小学4年生以上60人 土 10:00～11:30
弓道	5400円	中学生以下除く20人 水・土 10:00～12:00
なぎなた	2700円	小中学生10人 中学生以下除く10人 水 18:30～20:30
太極拳	2700円	中学生以下除く10人 金 10:00～11:30