

# 和泉市立

平成26年9月1日発行  
和泉市教育委員会  
生涯学習部スポーツ振興課

たいいっくかん

# 体育館だより

# No.10

おんすい  
和泉市温水プール（サン燦プール）

和泉市上町584-1でんわ 46-3131



か  
ミスノスイミングスクールが10月から変わります！

くわ うらめん らん  
詳しくは裏面をご覧ください！

さんさんぷーる た すほーつきょうしつ  
サンサンプルその他のスポーツ教室はこちら！

スポーツ塾	対象	曜日	時間	定員	料金
	ねんちゅう しょうがく ねんせい 年中～小学3年生	毎週 (月)(金)	16:00～16:50	15名	月謝制 1回あたり 1,080円
と ばこ てつぼう がっこうたいいく しゅもく ちゅうしん あそ なか き そたいりょく 跳び箱、マット、鉄棒など学校体育の種目を中心に遊びやゲームの中で基礎体力づくりを！					
チアダンス	対象	曜日	時間	定員	料金
	年中～小学1年生	毎週(木)	16:30～17:30	20名	月謝制
	低学年(2～4年生)		17:35～18:35	20名	
小学5年生～中学3年生	18:45～19:45		20名	1回あたり 1,080円	
まわ えがお げんき ゆうき おうえん まな おも きょうちようせい 周りを笑顔と元気で勇気づけ、応援するチアリーダー。チームワークを学び、思いやりや協調性も学びます。					
キッズダンス	対象	曜日	時間	定員	料金
	年長～小学3年生	毎週(火)	17:00～18:00	20名	月謝制
小学4年生～中学3年生	18:05～19:05		20名	1回あたり 1,080円	
ちゅうがっこう ひっすかもく おど たの 中学校でも必須科目とされているダンス。踊る楽しさを学びませんか？					

※持ち物：運動できる服装、室内用シューズ、タオル

## 《申込方法》

けいぞくうけつけ うけつけかいし げんざいさんか  
継続受付…毎月10日から受付開始※現在参加されている方が継続して参加するための受付です。

新規受付…毎月25日から受付開始

ゆめ  
「夢」をかなえたい！

もとにほんだいいひょうせんしゆ

元日本代表選手のお話を聞いて、みんなも自分の夢をかなえよう！

対象：小学5年生～中学2年生

定員：40名

日時：11月16日（日）午後1時～

場所：コミュニティ体育館

内容：個々の「夢」がかなうように講師の経験談を皆さんに伝えます。

申込：9月16日（火）午前10時から定員に達するまで電話受付



夢先生

★問い合わせ★  
スポーツ振興課  
99-8162



講師：いのあきこ  
バレーボール元日本代表

東京都出身。小学4年生でバレーボールを始め、誠英高校時代に全国高校バレーボール選手権大会やインターハイなどに出場。卒業後の2005年にVリーグの日立佐和リヴァール（現 日立リヴァール）に加入しました。2006年には、全日本に初選出され、ワールドグランプリに出場しました。2010年には11月の世界選手権に出場し、銅メダル獲得に貢献しました。2014年1月に現役引退を発表しました。

第62回 2015・1・11(日)  
信太山クロスカントリー大会  
参加者募集！ in大阪和泉

参加者にチキンラーメン（4000個）...

無料配布！【提供：日清食品㈱】...



オリジナルTシャツプレゼント！

(20km参加者)



申込受付：平成26年10月1日(水)

～11月19日(水)

会場：陸上自衛隊信太山演習場

申込方法：A インターネット・携帯サイト

B 郵便振替口座への払込取扱票（専用振替用紙）

種目：20km・10km・5km・3km・ファミリーの部

お問合せ：信太山クロスカントリー大会委員会事務局

TEL 99-8162

親子山登り教室

自然に触れて  
山登りの醍醐味を  
味わいましょう



和泉市の代表的な山で自然に触れ、親子でもらうため山登り教室を開催します。

<日時> 11月16日（日）9時～15時

<対象> 小学1～6年生の子どもとその親

<定員> 親子10組 <参加費> 無料

<参加資格> ・原則市内在住・在勤・在学者

・完歩でき、ルールを守る親子

<コース> 和泉市榎尾山音無川

<集合、解散> 榎尾山バス停 9時集合

<申し込み> 親子（小学生以上親一人につき子ども2名まで）の氏名・年齢・住所・連絡先を記入のうえ11月7日までスポーツ振興課に直接（FAX可 41-0599）

定員に達するまで先着順

問：スポーツ振興課 99-8162

## スポーツ教室受講生随時募集中

下記の教室はただいま、受講生の随時募集をしています。



■キッズダンス教室（対象：小学生4年から6年生）

毎週月曜日 午後3時30分から午後4時40分

ダンスが初めての方でも大歓迎！先生が基本から丁寧に教えてくれます。  
始めはリズムにのれないキッズでも回数を重ねるごとに、リズムにあわせ自然と体が動き、  
みんなと楽しく、愉快地元気にダンスをしよう。

■こども剣道教室（対象：小・中学生） 毎週日曜日 午後1時から午後3時

初心者大歓迎、礼儀作法もバッチリ！初めて教室に参加したころは、返事する声も  
小さく先生に注意されていたことも、稽古を重ねるごとに、しっかり返事もでき、  
素振りも大きく、速くできるようになってきたように感じます。

みなさんも、ぜひ一度稽古を見学に来ていただき、教室生の一員になって下さい。



■こども空手道教室（対象：小・中学生） 毎週木曜日 午後5時から午後7時

初心者の方でも大丈夫！現在、教室は小学生だけですが、みなさん楽しく、時にはきび  
しく稽古をしております。時間は2時間です、大人でも2時間続けることは容易なことでは  
ありません、まして小学生、講師の方が工夫され、時には遊びも入れ2時間、元気に声をだ  
し稽古に励んでおります。

ぜひ、一度、稽古を見学に来て教室の一員になってください、お待ちしております。

■バドミントンC教室（対象：中学生以上） 毎週火曜日 午後7時から午後9時

初心者でも大丈夫！講師がラケット選びからゲームの進め方まで指導もバッチリ！  
夜の時間帯ですが、いろいろな職業の方から学生さんまで幅広く参加されております、  
あなたもバドミントン教室に参加してコミュニケーションの場を広げませんか。



■女性硬式テニス教室（対象：高校生以上の女性） 毎週水曜日 午前10時から午後0時

初心者大歓迎、女性コーチ陣でラケットの握り方からルール及びゲームができるまで親  
切に指導いたします。

いい汗を流し、健康で活力に満ちた日常生活を送り、またダイエット効果にもいい教室で  
はないかと思えます。みなさん、誘い合って教室に参加しませんか。

ミズノテニススクール大好評募集中！ 光明池球技場 でんわ 55-3130

	実施時間	時間	対象	金額	定員
木曜日	16:00~16:55	55分	Jr (小中学生)	4,000円	10名/1コート
	17:00~17:55	55分	Jr (小中学生)	4,000円	10名/1コート
土曜日	16:00~16:55	55分	Jr (小中学生)	4,000円	10名/1コート
	17:00~17:55	55分	Jr (小中学生)	4,000円	10名/1コート

## ☆スイミング 泳げる楽しさを学び、挨拶や礼儀なども身につけよう！

水なれから少しずつスタート！きれいなフォームを習得し4泳法をマスターしていきましょう！

ミズノスイミングスクールのクラス編成が10月から変わります！より上達できるように、今までの学年別のクラスから、泳力レベル別のクラスになり、専門的な指導が受けられるようになります。

※2ヶ月に1回の進級テストのため、偶数月からのご入会になりますのでご注意ください。詳しくは施設にお問合せください。

【対象】満4歳～小学6年生

クラス	曜日	時間	定員	料金
Aクラス	毎週 (月)(火)(木)(金)(土)	15:55～16:55	25名	4,320円/ 月4回
Bクラス		16:55～17:55	40名	
Cクラス		17:55～18:55	25名	

※持ち物：水着、ゴーグル、帽子、タオル

### 《タイムスケジュール》

	月	火	木	金	土	
16:00	Aクラス	Aクラス	Aクラス	Aクラス	Aクラス	16:00
16:55	(カニ～16級)	(カニ～16級)	(カニ～16級)	(カニ～16級)	(カニ～16級)	16:55
17:00	Bクラス	Bクラス	Bクラス	Bクラス	Bクラス	17:00
17:55	(15級～2級)	(15級～2級)	(15級～2級)	(15級～2級)	(15級～2級)	17:55
18:00	Cクラス	Cクラス	Cクラス	Cクラス	Cクラス	18:00
18:55	(4～1級)	(4～1級)	(4～1級)	(4～1級)	(4～1級)	18:55

※初回受講時に泳力認定を実施いたします。泳力によってはご希望のクラスを変更いただく場合がございます。また、各クラス定員の関係で上の級より順次優先的にクラス分けをさせていただきます。クラスの変動がある可能性がございますので、あらかじめご了承くださいませ。

※クラスによっては定員のため、空きが出るまでお待ちいただく場合があります。空いた級の補充となりますので、ご案内の順番が待機の申込の順番とは前後する場合がございます。

### 《クラス分け》

級	概	要	
1	4種目および個人メドレーのタイムトライアル		↑ ↓ Cクラス
2・3・4	バタフライ	12.5m	
5・6	平泳ぎ	25m	↑ ↓ Bクラス
7・8	背泳ぎ	25m	
9	クロール	50m	
10	クロール	25m	
11・12	息つきクロール	15m	
13・14・15	面クロール	7m	↑ ↓ Aクラス
16・17	バタ足	5m	
18・イルカ	伏し浮き	10秒	
カニ・アシカ・ラッコ	水なれ・水中に潜る・自由泳ぎ		

※クラスのレベルは目安です。各クラスとも若干レベルの幅を持たせております。

※奇数月の最終練習日に進級テストを行います。