

スポーツ

第67回 市民 体育祭

弓道大会

とき 9月13日(日) 午前10時30分から(雨天実施)
 ところ 小金井神社弓道場
 対象 市内在住・在勤・在学の方
 競技方法 段位別3部制、8射的中制
 定員 40人(申込順)
 申込方法 当日午前9時30分～10時に直接会場へ。
 主管・問合先 市弓道連盟・鎌田(☎042-301-6825)



市民健康づくり ラジオ体操大会

ラジオ体操第1・第2およびみんなの体操の指導を行います。
 とき 9月19日(土) 午前10時～正午(受け付けは9時30分から)
 ところ 総合体育館大体育室
 講師 全国ラジオ体操連盟1・2級指導士
 対象 市内在住・在勤・在学の方
 その他 室内用運動靴とタオルを持参してください。
 申込方法 当日直接会場へ。
 主管・問合先 市ラジオ体操会連盟・須田(☎042-478-1375)

ウォーキング大会

歩きませんか
 緑陰の遊歩道を
 井の頭公園まで

とき 9月20日(日)、雨天実施
 集散時間・場所 ①貫井大橋 午前6時40分②市役所本庁舎 7時③JR東小金井駅南口7時30分集合④11時30分ごろ井の頭池解散
 コース 梶野公園、桜堤遊歩道、玉川上水、三鷹駅、風の散歩道
 距離 約9・6キロ
 その他 帽子、水筒は必ず持参してください。
 申込方法 当日直接各集合場所へ。
 主管・問合先 市ウォーキング協会事務局・浜園(☎042-381-2200)

空手道大会

とき 9月21日(祝) 午前10時～午後5時
 ところ 総合体育館小体育室
 対象 市内在住・在勤・在学の小学生以上の方
 競技部門 小学生の部、中学生の部、一般男子の部、一般女子の部
 競技方法 形、組手試合(日本空手協会の規定による)
 主管・申込 9月10日まで、電話で市空手道連盟・矢口(☎042-22-32-4750)へ。

陸上競技大会

とき 11月8日(日) 午後1時から
 ところ 東京学芸大学陸上競技場
 対象 市内在住・在勤・在学の小学校4年生以上の方
 競技種目
 ▽ 小学校4・5・6年生の部(いずれも60分、100分、

4×100リレー

▽ 中学校1年生・共通(2・3年生)の部(いずれも100分、200分、4×100リレー、走り幅跳び、砲丸投げ)

▽ 高校生・大学生・一般の部(いずれも100分、200分、4×100リレー、走り幅跳び、砲丸投げ)
 ※ 1人2種目まで(リレーを除く)
 その他 ▽小学生のスパイクは禁止します。▽ナンバードは、各自ご用意ください。(縦20センチ×横24センチを2枚)
 主管・申込 9月26日(必着)までに、直接または郵送で所定の用紙(総合体育館および市陸上競技協会事務局で配布)に必要事項を明記し、同協会事務局・藤川(〒184-0004本町1-19-12亀屋ビル2階 ☎042-381-1157)へ。



体育の日 みんなで楽しむ キッズテニス

とき 10月12日(祝) 午前9時30分～午後0時30分
 ところ 総合体育館大体育室
 指導 NPO法人レッツ
 対象 市内在住・在勤・在学で、小学生以上の親子・兄弟姉妹・友達などのペア(2人1組)
 定員 80組(多数抽選)
 申込 9月15日(必着)までに、往復はがきに2人分の住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を明記し、体育

協会「キッズテニス係」

(〒184-0001関野町1-13-1総合体育館内 ☎042-384-4001)へ。



親子体操教室(後期)

とき 10月1日～11月19日の毎週木曜日午前10時30分～11時30分(全8回)
 ところ 総合体育館小体育室
 内容 リズム体操、マット運動などの親子体操
 対象 市内在住・在勤の保護者と平成27年9月1日現在2歳以上の未就学児(2人まで)
 定員 40組(多数抽選)
 参加費 1回200円(施設利用料)
 申込 9月15日(必着)までに、往復はがきに住所・親子の氏名(ふりがな)・子どもの生年月日・性別・電話番号を明記し、体育協会「親子体操教室係」(〒184-0000関野町1-13-1総合体育館内 ☎042-384-4001)へ。

市テニスコート場を無料開放

市テニスコート場7面を2時間1枠として無料開放します。
 とき 10月12日(祝)
 時間 午前9時～11時、午前11時～午後1時、午後1時～3時、午後3時～5時
 対象 市内在住・在勤・在学の方
 申込 9月10日(必着)までに、往復はがき(1人1

通)に住所・氏名・電話番号・希望時間を明記し、生涯学習課スポーツ振興係「体育の日」の市テニスコート無料開放係(〒184-8504住所不要 ☎042-386-2462)へ。

学芸大クラブ サッカー教室(後期)
 人工芝で思いっきりサッカーを楽しみましょう。
 とき 10月8日～11月26日の毎週木曜日午後4時30分～5時45分(予備日12月3日、10日、17日。全8回)
 ところ 東京学芸大学サッカー場
 講師 同大学サッカー部コーチ
 対象 小学生
 定員 各学年16人(多数抽選)
 参加費 8千400円(保険代を含む)
 その他 ▽車での来場はご遠慮ください。▽サッカーボール(4号球)1個をご用意ください。
 主催 学芸大クラブ
 申込方法 9月10日(必着)までに、往復はがきに住所・氏名(ふりがな)・学年・性別・電話番号(緊急連絡先)を明記し、生涯学習課スポーツ振興係「学芸大クラブサッカー教室係」(〒184-8504住所不要)へ。
 問合先 同大学地域連携係(☎042-329-7119)
 ※ この事業は、東京学芸大学、FC東京との連携事業です。



スポーツの秋! スポーツ団体と開催事業のご案内

市内には、ごなたでもスポーツを楽しみ、健康増進に取り組める環境があります。ここでは、皆さんの生涯学習としてのスポーツへの取り組みをお手伝いする活動をしている団体と開催事業を紹介します。

体育協会

体育協会は、体育運動を振興して市民の体力の向上を図

総合型地域スポーツクラブ 黄金井倶楽部

総合型地域スポーツクラブは、誰もがスポーツを楽しみ、健康増進、潤いのある地域づくりをめざし、国や都、

表1 体育協会 主な開催事業(後期)

事業名	とき	ところ
市民体育祭	9月を中心に開催(9月13日に総合開会式)	総合体育館、上水公園運動施設グラウンドほか
ヘルシーフィットネス教室	9月	総合体育館小体育室
市民スポーツレクリエーションの集い(キッズテニス)	10月12日(祝)	総合体育館大体育室
市民スケート教室	12月	BIGBOX東大和スケートセンター(大型バス使用)
多摩・島しょ振興事業 キッズテニスUP	平成28年1月16日	総合体育館大体育室
市民スキー教室	平成28年1月	志賀高原一の瀬スキー場

※ 内容、実施日等は変更する場合があります。詳細は別途市報等でお知らせします。また、このほかにもさまざまな事業を行っています。

表2 黄金井倶楽部 開催事業

教室名	曜日・日程	時間	月額	備考
リフレッシュくらぶ	月(第1を除く)	9:30~11:00	2,500円	簡単体操やミニゲームなど
はじめてのフラ	火	12:00~12:50	2,000円	基本から練習します 経験者クラスあり
卓球教室 火曜クラス	水	12:00~15:00	3,000円	基礎から練習します
リラククス・ヨガ	木	13:45~14:45	2,000円	ゆったり行うヨガ
セラピー・ヨガ	木	9:00~10:00	2,000円	やさしい動きと呼吸法のヨガ
コンディショニング・ヨガ	木	10:15~11:45	3,000円	積極的に体を動かし整える
親子スキンシップ体操(ひよこクラス)	金	11:00~11:50	2,000円	1歳10か月以上
スポーツ吹矢	金	10:00~11:30	2,000円	腹式呼吸を使います

※ いずれも無料体験可。このほかにもさまざまな教室やイベントを行っています。

市の支援を受けて活動しています。普段、運動になじまない方もぜひ心身のリフレッシュに挑戦し、ふれあいの場を広げてみませんか。
 開催教室 表2のとおり
 開催場所 総合体育館
 その他 随時受け付けていますが、満員の際はお待ちいただくことがあります。
 申込方法 電話でNPO法人黄金井倶楽部(☎042-406-2280)へ。
 問合先 生涯学習課スポーツ振興係(☎042-386-2462)