

# TASA

TAJIMI  
AMATEUR  
SPORTS  
ASSOCIATION

発行/多治見市スポーツ協会  
多治見市笠原町2072-5 笠原体育館内  
TEL.0572-43-6285

多治見市スポーツ協会



参加無料  
申込不要

## スポーツ体験 フェスティバル 2024

3月17日(日) 10:00~12:00  
13:00~15:00  
笠原体育館



スポーツグッズ  
マーケット  
同時開催

スポーツ  
×  
SDGs

楽しみながら体を動かしませんか

本格的な競技スポーツからゲーム感覚のものまで、たっぷり楽しめます♪  
ご家族で、友だち同士で、もちろん1人でも大歓迎。お気軽にお越しください。

### CONTENTS

スポーツ体験フェスティバル.....	1
スポーツ協会だより .....	2
スポーツ協会だより、種目協会だより .....	3
種目協会だより、保健センターだより .....	4
多治見市文化スポーツ課からのお知らせ .....	5
感謝と挑戦の TYK 体育館だより.....	6
屋外スポーツ施設だより .....	7
スポ少だより、スポ推だより .....	8
市内公民館だより .....	9
春のスポーツ教室 .....	10~12

開催内容：バスケットボール・バドミントン・親子体操・空手道・  
(予定) 合気道・ストラックアウト・その他軽スポーツ  
※種目は変更になる場合があります。

主な対象：幼児～小学生と保護者

運営：(公財)多治見市文化振興事業団・笠原体育館

協力：多治見市スポーツ協会・多治見市スポーツ推進委員・  
多治見市スポーツ少年団・オハナスポーツ

問合せ：笠原体育館 ☎43-6285

※金額標記のある場合、金額はすべて税込みです。  
※掲載するすべてのイベントにつきましては内容が中止・変更となる可能性があります。詳細はスポーツ協会または主催者へお問合せください。



2024年3月1日



# 1,013人が激走！ たじみ健康マラソン2023

12月17(日)、時折雪が舞う寒空の下、全国からランナーが集い「たじみ健康マラソン」が盛大に開催されました。タイムレース全14部門の入賞者は、以下のとおりです。おめでとうございます。

(敬称略)

## 第1部 (10km男子～34歳)



- 【1位】 小嶋 太 聖
- 【2位】 高垣 大 樹
- 【3位】 青木 泰 達
- 【4位】 三宅 翔 一
- 【5位】 相原 風 太
- 【6位】 深澤 伊 稔

## 第2部 (10km男子35歳～)



- 【1位】 安藤 雅 紀
- 【2位】 山田 大 介
- 【3位】 藤井 雅 之
- 【4位】 中尾 元 成
- 【5位】 榎木 伴 司
- 【6位】 屋上 政 司

## 第3部 (10km男子50歳～)



- 【1位】 押谷 昌 之
- 【2位】 磯部 健 馬
- 【3位】 木野 生 健
- 【4位】 水野 野 一
- 【5位】 牧野 築
- 【6位】 土井 伸 一

## 第4部 (10km男子60歳～)



- 【1位】 伊藤 藤 雄
- 【2位】 松葉 桂 二
- 【3位】 清水 秀 紀
- 【4位】 鈴木 晃 二
- 【5位】 鈴古 博 文
- 【6位】 内田 武 史

## 第5部 (10km女子～39歳)



- 【1位】 番雪 枝
- 【2位】 平富 美香
- 【3位】 工藤 裕 美
- 【4位】 井口 早 霧
- 【5位】 岩本 有 莉
- 【6位】 仙石 智 恵

## 第6部 (10km女子40歳～)



- 【1位】 水野 多 恵
- 【2位】 生田 宏 美
- 【3位】 早川 岐 美
- 【4位】 堀部 美 和
- 【5位】 岡野 絵 美
- 【6位】 三宅 恵 美

## 第7部 (10km女子50歳～)



- 【1位】 伊藤 早 子
- 【2位】 伊藤 智 子
- 【3位】 寺岡 由 美
- 【4位】 榎原 由 紀
- 【5位】 水野 浩 美
- 【6位】 豊田 幸 枝

## 第8部 (5km中学生男子)



- 【1位】 橋本 彪 我
- 【2位】 吹春 瞬
- 【3位】 池之端 琉 月
- 【4位】 北島 俊 太
- 【5位】 加藤 蒼 翔
- 【6位】 福島 慶 哉

## 第9部 (5km一般男子)



- 【1位】 笠原 健
- 【2位】 横矢 直
- 【3位】 村吉 辰 哉
- 【4位】 宮園 翼
- 【5位】 奥村 幸 大
- 【6位】 岩井 颯 汰

## 第10部 (5km一般女子)



- 【1位】 加納 里 美
- 【2位】 伊藤 万 己
- 【3位】 富田 素 世
- 【4位】 柴田 千 穂
- 【5位】 加藤 あゆ 子
- 【6位】 加藤 朋 子

## 第11部 (3km一般男子)



- 【1位】 本田 将 浩
- 【2位】 額高 寛
- 【3位】 佐藤 誠 美
- 【4位】 小島 雄 悟
- 【5位】 小栗 漱 也
- 【6位】 大島 彪 以

## 第12部 (3km一般女子)



- 【1位】 梅澤 未 空
- 【2位】 加藤 花 音
- 【3位】 登海 彩
- 【4位】 水野 はる 華
- 【5位】 加藤 花 梨
- 【6位】 木野本 紗 和

## 第13部 (3km小学4～6年男子)



- 【1位】 高崎 暖 己
- 【2位】 安藤 蒼 真
- 【3位】 松田 陽 葵
- 【4位】 山口 陽 叶
- 【5位】 加藤 藤 雅 人
- 【6位】 佐藤 藤 新 太

## 第14部 (3km小学4～6年女子)



- 【1位】 伊佐次 心
- 【2位】 久保田 ひかり
- 【3位】 具志堅 七 海
- 【4位】 大野 心 桜
- 【5位】 清水 美 湖
- 【6位】 荒川 留 奈

# 令和6年度 第65回市民スポーツ大会 春季大会 開幕

多治見市内に在住・在勤・在学の方ならどなたでも参加できます。1年の練習の成果をぜひ発揮しませんか？種目によっては体験会なども開催します。

## ● 総合開会式 ●

日時：5月12日(日) 8:30～

場所：感謝と挑戦のTYK 体育館 第1競技場



▲昨年の総合開会式の様子

## ● 開催予定種目 ●

陸上・サッカー・軟式野球・バスケットボール・バドミントン・体操・剣道・空手道・柔道・弓道・テニス・ソフトテニス・ソフトボール・バレーボール・卓球・アーチェリー・射撃・ハンドボール・インディアカ・パドルテニス・テニポン・合気道

※種目は変更になる場合があります。

## ● 場所 ●

多治見市内スポーツ施設にて 各競技順次開催

## ● 要項 ●

4月1日(月) から多治見市スポーツ協会ホームページ (tajimi-sports.com) に掲載します。申し込み方法、申込先などは要項をご覧ください。

## 4年ぶりに開催！

### 多治見市ソフトボール協会 総合クリニック (12月10日)

第一線で活躍するプロ選手らを講師として招聘する、毎年人気の当教室。しかし近年は感染症予防の観点から実施を見合わせており、今回は実に4年ぶりの開催でした。期待の高さは参加者数にも表れ、小中学生60人、高校生30人、指導者も合わせると総勢100人もの大人数で賑わいました。

暖かな日差しをいっぱい受け、広いグラウンドの中、参加者、指導者ともに楽しくソフトボールを体験することができました。「ソフトボールって楽しい！」を実感した1日となりました。

ソフトボールをやってみたい人、ご連絡をお待ちしています。【問合せ】原 国夫 ☎27-3991



スポーツ協会・種目協会だより

## 多治見 ジュニアテニス クラブ 会員募集！

小学1年生～中学生の会員を募集しています。硬式テニスを楽しみたい方、大会に出場したい方、是非一度無料体験にお越しください。4クラス5名のコーチでレッスンしています。よろしくお願いたします。

【活動日時】 主に毎週土曜日  
8:00～11:00

【活動場所】 星ヶ台第1テニスコート

【問合せ】 西尾正文  
☎090-4261-0620



## 多治見 ミニバスケットボール クラブ 会員募集

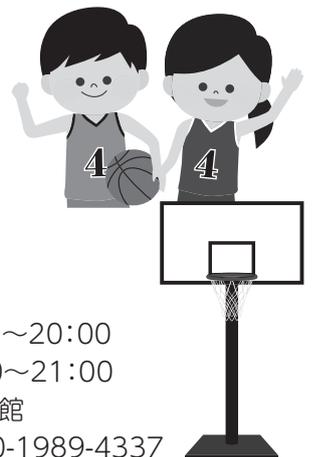
私たちは市内外の1～6年生で楽しくミニバスケットをしています！練習を通じて仲良くなりますし、試合や楽しいイベントもあります。新しい仲間大募集中なので、ぜひ一度体験に来てください！

【活動日時】 土曜日 17:00～20:00

月曜日 18:00～21:00

【活動場所】 昭和小学校体育館

【問合せ】 牧田信行 ☎090-1989-4337



# 岐阜県地域スポーツ功労賞

## 松原さん(スキー協会)が受賞!

令和5年度岐阜県地域スポーツ功労賞被表彰者の発表があり、多治見市からはスキー協会所属の松原昭武まつばらてるたけさんの受賞が決定しました。

これは地域スポーツの推進に理解と熱意があり、長年にわたり指導者または審判員を務めている社会的信望の厚い人に贈られるものです。

松原さんは、50年以上もの長きにわたり多治見市スキー協会に所属。特に平成25～令和4年度の10年間は、会長として多治見市のスキー振興に多大な功績を残しました。今なお現役選手として、岐阜県スポーツ大会などの各種大会に出場しています。

このたびの受賞、おめでとうございます。



## 各地で大会を開催! 参加してみませんか?



### ☆各種目情報☆

方法、申込先などは要項をご覧ください。

期日	競技	大会名	場所	参加	観覧
3月 3日(日)	グラウンド・ゴルフ	第24回多治見市民グラウンド・ゴルフ大会	旭ヶ丘運動広場		○
3月10日(日)	テニス	多治見ミックスダブルステニス大会	星ヶ台第1テニスコート	○	○
6月 9日(日)	テニス	多治見オープンダブルステニス大会	星ヶ台第1テニスコート	○	○

## 保健センター 健康だより

多治見市では市民が健康でいきいきと暮らすことができるまちを目指して、「たじみ健康ハッピープラン」を推進しています。「食生活」「運動」「喫煙対策」を3本柱に、年代別の行動目標を掲げています。

### 保健センターで 健康チェックをしよう!

保健センターでは、体内成分測定ができる“健康相談”や骨密度を簡単に測ることができる“骨密度測定”を定期的に開催しています。

日頃の運動や生活習慣の成果を測りにぜひお越しください♪

#### ●健康相談(体内成分測定)

- 【日 時】 毎月第3金曜日 13:30~15:00
- 【場 所】 保健センター(音羽町1-233 多治見市役所 駅北庁舎3階)
- 【申 込 み】 不要 ※医師への相談のみ予約制(14:00まで)
- 【参 加 費】 無料
- 【備 考】 ペースメーカーを挿入している方や妊娠中の方は測定できません。

体内成分測定以外にも、健診結果など健康に関するお悩みや質問を個別で保健師や栄養士に相談できます。詳細は右の二次元コードを参照ください。



#### ●骨密度測定

- 【日 時】 月1~2回程度 ※時間は予約時にお知らせします(詳細は二次元コードを参照ください)。
- 【場 所】 保健センター(音羽町1-233 多治見市役所 駅北庁舎3階)
- 【申 込 み】 電話(☎23-5960)または保健センター窓口にて
- 【参 加 費】 無料
- 【所要時間】 30分程度
- 【備 考】 足のかかとで測定します。素足になりやすい格好でお越しください。素足で測定しますので、足に怪我や感染性の疾患(水虫等)がある方は測定できません。



#### 体内成分測定って?

体内成分測定とは、自身の筋肉量や脂肪量、内臓脂肪レベルなど、体を構成する成分量の測定です。体重計のように機械に乗って簡単に測定できます。左右の足や腕、体幹など、細かい部位別の筋肉量も分かります。

運動を継続している方、これから運動を始める方にピッタリの測定です。



#### 骨密度測定って?

骨密度測定とは、足の踵に超音波を当てることで骨密度を測るもので、妊娠の可能性のある方も測定できます。

計測することで、骨がもろくなり骨折しやすくなる「骨粗しょう症」のリスクを知ることができます。



たじみすこやかタイムズ  
(日・多治見市保健センターLINE)  
健康情報発信中

月1~2回程度、健康に関する多治見の情報をLINEにて配信しています。オンライン予約の総合窓口にもなっています。友だち登録お待ちしております♪



# 多治見市文化スポーツ課からのお知らせ

【問合せ】文化スポーツ課 ☎22-1191

## コパンで プールで泳ごう！「COPIN de プール」

多治見市では、株式会社コパンの協力により、民間プール施設の一般開放を行います。  
年間を通じてコパンスポーツクラブのプールを楽しみましょう。

施設名	コパンスポーツクラブ多治見店（光ヶ丘2-60-1）			コパンスポーツクラブ多治見南店（平和町4-48-3）		
	通常開放	特別開放		通常開放	特別開放	
開放種別	通常開放	特別開放		通常開放	特別開放	
開放日	第2日曜日	お盆期間	全コース開放日	第4日曜日	お盆期間	全コース開放日
開放時間	14:00~17:30	14:00~17:30	12:00~17:30	14:00~17:30	14:00~17:30	12:00~17:30
4月	14	水上遊具の 設置時間は 12:00~14:00	30(日) 水上遊具 31(水)	28	水上遊具の 設置時間は 12:00~14:00	29(月) 水上遊具
5月	12			26		
6月	9			23		
7月	14			28		
8月	11			25		
9月	8	13(火)、14(水)	15(木) 水上遊具	22	13(火)~15(木)	
10月	13			27	全コース開放日は 15:00~15:30に 「子ども水泳教室」を開催！	
11月	10		24			
12月	8		22			
1月	12		26			
2月	9		23			
3月	9		23			

【利用料金】 大人220円、高校生110円、中学生以下無料

【利用上注意すること】

- 利用者は多治見市内在住、在学、在勤であること。
- 小学3年生以下は、成人の保護者と同伴で入場（入水）が必要です。
- おむつがとれていない乳幼児の入水はできません。
- 水着、スイミングキャップの着用が必要です。

- 浮き輪(直径60cm以内)は使用できません。ボール、シュノーケル、足ひれ、ゴムボートは使用できません。
- 水中メガネ（スイミングゴーグル）は、プラスチック製のみ使用できます。
- 各施設のサウナやミストルームなどの施設利用はできません（更衣室とプールのみ利用）。
- 化粧、貴金属をしたままの利用はできません。

## スポーツ振興くじ助成金を活用し、施設・備品の整備を行いました

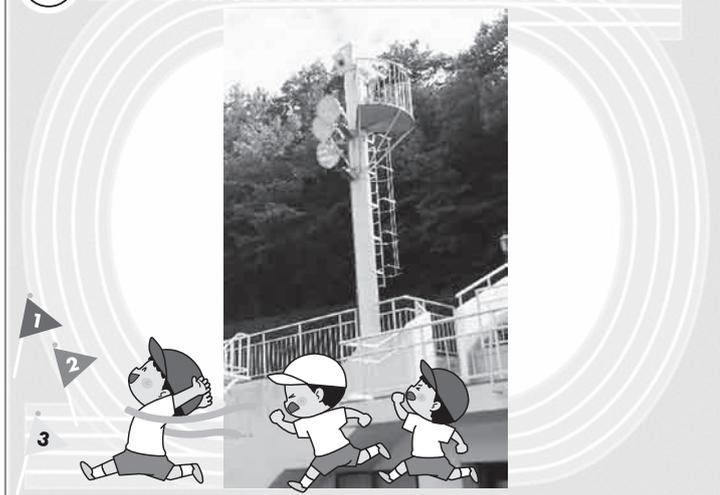
スポーツ振興くじ助成金は、スポーツくじの販売により得られる収益をもとに、地方公共団体やスポーツ団体の事業に対して独立行政法人日本スポーツ振興センターが行う助成事業です。

多治見市では、令和5年度にスポーツ振興くじ助成金を活用し、以下の事業を行いました。

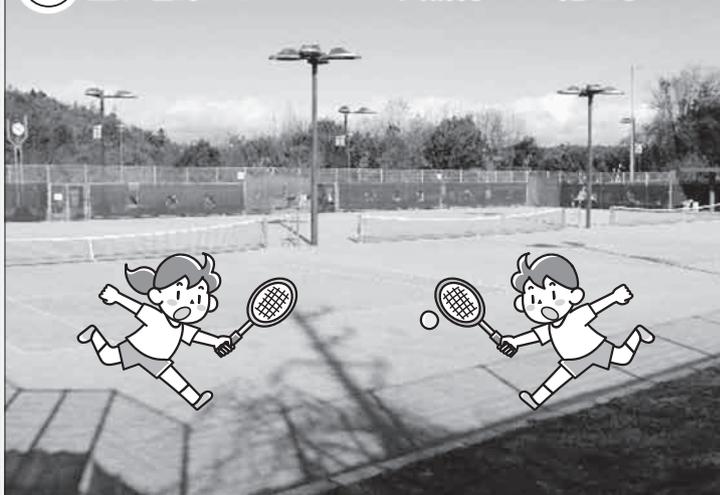
# スポーツくじ



### ① 星ヶ台競技場写真判定装置設置事業



### ② 星ヶ台第1テニスコート照明LED化工事



感謝と  
挑戦の

# TYK 体育館

多治見市総合体育館

# だより

TAJIMI CITY TYK GENERAL GYMNASIUM

まもなく新年度が始まります。運動習慣も身につけて、充実した新生活を送りましょう！  
まずは、グループレッスンからはじめてみませんか。

## こども教室

### コーディネーション運動教室

運動能力を伸ばす教室です。  
楽しみながら身体を動かし、バランス力などを身につけていきます。

- 曜日 金曜日
- 時間 ①16:00～16:50  
②17:00～17:50  
③18:00～18:50
- 対象 ①年中～小2  
②小1～小4  
③小2～小6
- 参加費 5,200円  
全4回1カ月



### わくわく体育教室

鉄棒や跳び箱、マットを使用した体育教室です。  
楽しく苦手も克服しましょう♪

- 曜日 金曜日
- 時間 幼児①16:30～17:20  
児童②17:30～18:20
- 対象 ①幼保育園児、②小1～小6
- 参加費 4,400円 全3回1カ月

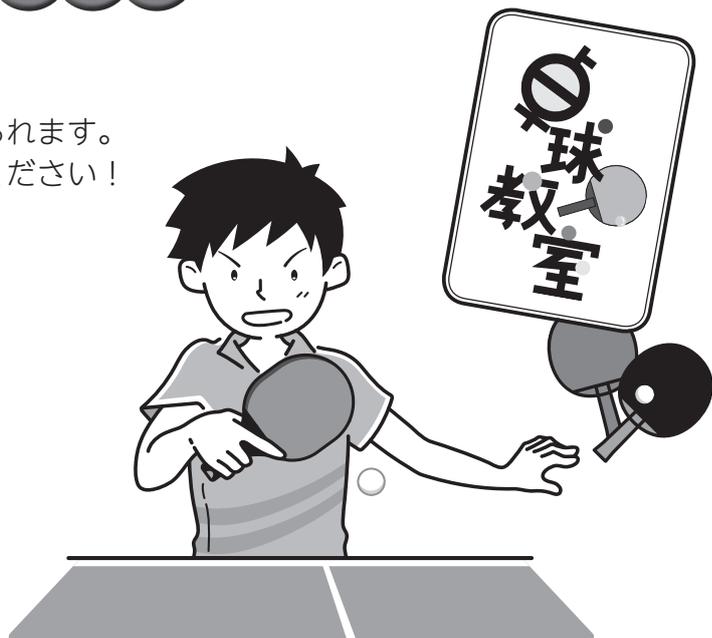


## おとな教室

### 卓球教室

多治見市卓球協会・加藤芳久先生から指導が受けられます。  
生涯スポーツとして人気の卓球を、一度体験してください！

- 曜日 水曜日
- 時間 1部13:15～14:15  
2部14:30～15:30
- 対象 高校生以上
- 講師 加藤芳久（多治見市卓球協会）
- 参加費 8,800円 全8回2カ月1クール



問合せ  
申込先

感謝と挑戦の TYK 体育館  
☎22-4111（火曜日休館）  
多治見市大畑町2-150



施設  
ホームページ



イベントは  
こちら



教室は  
こちら

# 屋外 スポーツ施設だより



## イベント参加者募集中！！

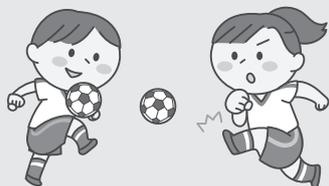


楽しいイベント盛りだくさん！親子揃って楽しめますよ。

### KGIボンネーラ サッカー教室

Jリーグを目指すFC.Bombonera (ボンボネーラ) サッカーチームの現役選手が楽しくテクニックを指導する、本格的なサッカースクールです。  
無料体験(1回限り)ができます。

- 【日 程】 2カ月8回コース 第4期開校中  
(途中からの参加OK)
- 【曜 日】 火曜日
- 【時 間】 18:30~19:30 (小学1年生~3年生)  
19:45~20:45 (小学4年生~6年生)
- 【場 所】 旭ヶ丘運動広場
- 【対 象】 小学生
- 【参加費】 1,500円/回、8回コース12,000円  
(途中から参加される方ご相談ください)
- 【持ち物】 運動靴、飲み物、  
タオル、  
サッカーボール



### 無料市民広場

広～い競技場の真ん中で元気に体を動かそう！  
さまざまな軽スポーツを用意して待っています。おひとりでも、大勢でも楽しめます。

- 【日 時】 3月9日(土) 9:00~12:00 ※雨天中止
- 【対 象】 どなたでも
- 【場 所】 星ヶ台競技場 (現地に直接お越しください)
- 【内 容】 グラウンド・ゴルフ、ディスクゴルフ、輪投げなど、  
軽スポーツの無料体験ができます

※貸出用のスポーツ用具を用意しています(無料)。  
※数に限りがございますので、譲り合ってください。



屋外スポーツ施設だより

### KGIテニス教室

リーズナブルにできるテニス教室！2カ月8回1クール制  
指導者はプロテニス協会認定で安心！

無料体験も随時受付中！  
お試しください！！  
※おひとり様1回限り



曜 日	コート	クラス名	対 象	開催時間	担 当	開催日
木曜日	星ヶ台	ステップアップ	初級~中上級	10:00~11:20	曾我	1,100円×回数
		ゲーム	初級~中上級	11:30~12:50		
		エンジョイナイター	初心~中 級	19:00~20:20		
金曜日	脇之島	ステップアップ	初級~中上級	11:30~12:50	酒井	日程詳細は お問合せください
	共 栄	ステップアップナイター	初心~中 級	19:00~20:20	曾我	
		ジュニア	小学生	17:00~18:20		

問合せ  
申込先

星ヶ台管理事務所

☎22-2564 (受付時間 9:00~19:30)

多治見市星ヶ台3-20



施設案内

スポーツを通して子どもの  
こころとからだを育てます

# スポ少だより



## イマドキの広報は「Instagram」です

多治見市のスポーツ少年団は3つの単位団から構成されており、普段はそれぞれの団で活動をしています。



3団とも野球団体のため活動は野球の練習が中心ですが、夏になるとキャンプや水遊び、冬はクリスマス会、年度末はボウリングなどもおこない、子どもたちは日々楽しみながら協調性を養っています。



日々の活動の様子は、どの少年団もInstagramで積極的に発信しています。スポーツ少年団に興味のある人、野球に興味のある人、そうでなくともお時間のある人！みなさんぜひ一度覗いてみてください。

日々の活動の様子は、どの少年団もInstagramで積極的に発信しています。スポーツ少年団に興味のある人、野球に興味のある人、そうでなくともお時間のある人！みなさんぜひ一度覗いてみてください。

毎回好評

## バットでボールを打つ快感を実感しよう 春の野球体験教室

遊びながらバッティングやキャッチボールをしてみよう。毎回男女問わず多数の子が参加しています。手ぶらで気軽にお越しください。

【日時】 5月12日(日) 13:00~15:00  
※雨天中止

【場所】 脇之島運動広場  
【講師】 スポーツ少年団指導者

【参加費】 無料

【対象】 年中~小学4年生(4月の学年)

【申込み】 電話または下の二次元コードから



【問合せ】 スポーツ少年団事務局 猪野 ☎ 43-6285 (笠原体育館内)

私たちが運動の場を  
作るお手伝いをします

# スポ推だより



## 小さなお子さんから高齢者まで幅広く楽しめる ディスゲッター9

軽いお皿のようなもの(フライングディスク)を投げて9枚のパネルを射抜く軽スポーツです。

この「フライングディスク」の原型である「フリスビー」は1940年代アメリカのコネチカット州で「フリスビーパイ」のパイ皿を投げて遊んだことに始まると言われます。

最近、地域の行事などでよく見かけますね。だれでも簡単にやることができ、ルールも自由に変えて楽しめます。

あるとき、地域の行事で「ディスゲッター9」を楽しんでみえた家族がありました。その家族、子どもさんは1枚も射抜くことができませんでした。その後お父さんにかわると4枚も射抜き、「パパ、スゴイ！」と子どもさんが大喜び。お父さんも「やったー！」という顔をされて、とても微笑ましい場面でした。



このように家族そろって楽しむことができるので、皆さんも一度やってみてはいかがでしょうか！

ディスゲッター9のほか、30種類以上の軽スポーツ用具がどなたも無料で利用できます。星ヶ台管理事務所(☎0572-22-2564)または多治見市役所文化スポーツ課(☎0572-22-1191)までお問い合わせください。

(スポーツ推進委員 片山 あけ美)



詳しい遊び方は  
YouTube [tasaTV] を  
みてね！



【問合せ】 スポーツ推進委員事務局 茂木 ☎ 43-6285 (笠原体育館内)

スポ少だより、スポ推だより



市内各地で開催される健康講座のご案内です。地域外の人でも参加できますので、ぜひご参加ください。

## 旭ヶ丘公民館

### ラジオ体操で楽しいひとときを

毎日の習慣にラジオ体操はとてもオススメ！認知症予防にもつながりますよ。

【日 時】 毎週月～木曜日

①9:20～

②9:40～

(入替制)

【場 所】 旭ヶ丘公民館  
大ホール

【対 象】 どなたでも

【参加費】 無料

【申込み】 不要。直接お越しください

【問合せ】 旭ヶ丘公民館 ☎27-6826



## 小泉公民館

### 認知症予防講座・春 「笑顔で脳トレ★コグニサイズ」

脳トレをしながら体を動かします。間違えても笑って楽しみましょう。

【日 時】 4/5 金曜日 10:00～11:30

【場 所】 小泉公民館 大ホール

【対 象】 どなたでも 【定 員】 30人程度

【講師】 板倉倫子 【参加費】 無料

【持ち物】 運動できる服装、室内シューズ、飲み物、タオル

【申込み】 受付中

【共 催】 多治見市役所高齢福祉課

【問合せ】 小泉公民館 ☎29-1377

## 脇之島公民館

### はつらつ体操で認知症予防！

頭の体操をとり入れた正しい知識と楽しい体操で活き活きライフを！！

【日 時】 5/13、6/10、7/8、8/12、

9/9、10/14 月曜日

全6回 13:30～15:00

【場 所】 脇之島公民館 大ホール

【対 象】 一般成人 【定 員】 15人

【講師】 丹羽恵美 【参加費】 3,600円

【持ち物】 室内シューズ、タオル、飲み物

【申込み】 受付中

【問合せ】 脇之島公民館 ☎25-5611

## 南姫公民館

### 音楽療法でリフレッシュしましょう

認知症予防に効果がある音楽療法を体験します。楽しく体を動かしながら歌を歌って、心も体もリフレッシュしましょう。

【日 時】 6/5 水曜日 14:00～15:30

【場 所】 南姫公民館

大ホール

【対 象】 60歳～

【定 員】 20人程度

【講師】 羽山園美

【参加費】 無料

【持ち物】 室内シューズ、タオル、飲み物

【申込み】 4/6(土) 9:00～窓口

10:00～電話予約

【問合せ】 南姫公民館 ☎29-4880



## 勤労者センター

### 健康寿命を延ばす 「大人のゆる筋トレ入門」

筋肉は何才からでも増やせます。1日10分の続けられる筋トレで健康で自立した100才を目指しましょう。

【日 時】 3/12、3/19 火曜日

全2回 13:30～15:00

【場 所】 勤労者センター 2階大ホール

【対 象】 どなたでも

【定 員】 20人 【講師】 岡田麻衣

【参加費】 1,000円

【持ち物】 運動できる服装、タオル、飲み物

【申込み】 受付中

【問合せ】 勤労者センター ☎29-2283

## 根本交流センター

### らくらく筋力アップ体操

多治見市健康づくり推進員が健康体操を紹介합니다。お気軽にご参加ください。

【日 時】 毎月第2月曜日 10:00～11:30

※8月は休み

【場 所】 根本交流センター 遊戯室

【対 象】 どなたでも

【定 員】 40人

【講師】 多治見市健康づくり推進員

【参加費】 無料

【持ち物】 タオル、飲み物、室内シューズ、

ヨガマットまたはバスタオル

【申込み】 当日会場にて受付

【問合せ】 根本交流センター ☎27-5500

## 市之倉公民館

### いちのくら日曜卓球部

中学生からシニアまで気軽に楽しく卓球が楽しめます。講師の指導も受けられます。

【日 時】 4/14、4/28、5/12、5/26、

6/9、6/23、7/7、7/28

日曜日 全8回 14:00～16:00

【場 所】 市之倉公民館 大ホール

【対 象】 中学生以上 【定 員】 15人程度

【講師】 奥 政利 【参加費】 3,200円

【持ち物】 室内シューズ、飲み物、タオル、ラケット (貸出あり)

【申込み】 3/25(月) 9:00～窓口

10:00～電話予約

【問合せ】 市之倉公民館 ☎22-3776

## 精華交流センター

### さわやか体操♪春

椅子に座ってできる運動、3Bをとり入れた体操で無理なく体を動かし笑顔でさわやかな1日を過ごしましょう！

【日 時】 4/15、5/20、6/3、6/17、7/1

月曜日 全5回 13:30～15:00

【場 所】 精華交流センター 大ホール

【対 象】 どなたでも 【定 員】 30人

【講師】 阪井睦子 【参加費】 2,500円

【持ち物】 室内シューズ、飲み物、

ヨガマットまたはバスタオル

【申込み】 受付中

【問合せ】 精華交流センター ☎25-1533

### コグニサイズで健康長寿・春

頭と体を同時に動かすことで、認知機能の維持や向上効果が期待されるコグニサイズ。皆で楽しく笑って楽しみましょう！

【日 時】 4/10、4/24、5/22、6/26

水曜日 全4回 10:00～11:30

【場 所】 精華交流センター 大ホール

【対 象】 どなたでも

【定 員】 20人 【講師】 深尾由美

【参加費】 2,000円

【持ち物】 室内シューズ、飲み物、タオル

【申込み】 受付中

【問合せ】 精華交流センター ☎25-1533

# スポーツ教室

参加者募集

申込み方法は11ページをご覧ください

## 山登りを始めようと思っているあなたへ

山に登ったことのない人、集まれ！今回は超初心者のための教室です。安全に登るための知識を得て、自然を満喫しませんか。和気あいあいとした雰囲気の楽しい教室です。

### 講義

【日にち】3/24 日曜日

【時間】9:30～16:00(45分昼食タイムあり)

【場所】感謝と挑戦のTYK体育館 研修棟

【内容】登山と健康、事前の準備、計画の立て方、地図の見方、怪我対応等



### 実技

【日にち】4/7、4/21、5/12、5/19 日曜日 全4回

【場所】多治見近郊の里山(実技の持ち物は座学で説明)

【内容】足の運び方、水分の取り方、岩場の登り方等を現地で実習

【対象】これから山登りを始めようとする初心者の方(車で現地集合が可能な方)

【定員】10人 【参加費】1,000円(資料代他)

【講師】多治見市  
山岳連盟



3/16±  
締切

## 弓道教室

弓道は、年齢に関係なく取り組める競技です。一度も弓を引いたことがない人でも最後はきちんと引けるようになります。この機会に武道に触れてみませんか？

【日にち】4/6～6/15 毎週土曜日 全10回  
※5/4休み

【時間】16:30～18:30

【場所】旭ヶ丘弓道場

【対象】中学生以上

※中学生は市内在住者で保護者が同伴できる方に限ります。保護者は一緒に受講するか、教室中は弓道場内に待機してください。

※定員超過の場合は未経験者を優先します。

【定員】15人 【参加費】5,000円

【講師】多治見市弓道連盟

【持ち物】運動ができる服装(胸ポケットや襟のないもの)、靴下、飲み物、タオル(※無料貸出用具あり)



3/24日  
締切



## バドミントン教室

成人が主な対象の初心者向け教室です。のんびり楽しみたい人、ぜひお気軽にご参加ください。お子さんで体験を希望する場合は「多治見ジュニアバドミントンクラブ」の無料体験を紹介します。

【日にち】5/11～6/15 毎週土曜日 全5回  
※6/8は休み

【時間】9:30～11:30

【場所】感謝と挑戦のTYK体育館 第2競技場

【対象】一般男女 【定員】20人 【参加費】3,000円

【講師】多治見市バドミントン協会

【持ち物】室内シューズ、飲み物、タオル、ラケット(無料貸出あり/要申込)



## 楽しい走り方教室

好評につきこの春も開催します！

開催要望の多かった、高学年向けの教室もあります。「楽しかった率100%」の人気コーチと一緒に、遊び感覚で正しい走り方のフォームを身につけよう。

【日にち】3/23 土曜日

【時間】①9:30～10:30 ②11:00～12:00

【場所】笠原体育館 第2競技場

【対象】①年長～小学3年生 ②小学4～6年生

【定員】各15人 【参加費】800円

【講師】山口翔太(フェゴスポーツ)

【持ち物】室内シューズ、飲み物、タオル



3/16±  
締切



## 3月3日(日) 7:00~ インターネットにて受付開始

各コース案内文中の二次元コードからお申し込みください(パソコンの場合は「多治見市スポーツ協会」で検索)。  
定員に余裕のある場合、翌日3/4(月) 9:00以降に電話でも受け付けます。



### 春季親子テニス教室

子どもと大人に分かれて学びます。子どもはラケットの握り方から始まり、最後はコート内にボールを打ちこめるまで上達する子が多いです。その間、大人のみなさんはテニスを目いっぱい楽しめます。

【日にち】 4/6~5/25 毎週土曜日 全8回

【時間】 13:00~15:00

【場所】 向島テニスコート

【対象】 幼児~小学生の親子 【定員】 25組

【参加費】 1組6,000円 (1人追加ごとに+2,000円)

【講師】 多治見市テニス協会

【持ち物】 飲み物、タオル、ラケット(無料貸出あり/要申込)



### 春季レディーステニス教室

テニスを始めてみたい女性に最適の教室。一度もラケットを握ったことがない人でも、練習を重ねることによってラリーが打てるようになります。レベルに合わせて初心者~中級まで分かれてレッスンします。

【日にち】 4/10~5/29 毎週水曜日 全8回

【時間】 10:00~12:00

【場所】 星ヶ台第1テニスコート

【対象】 一般女性 【定員】 30人

【参加費】 5,500円

【講師】 多治見市テニス協会

【持ち物】 飲み物、タオル、ラケット(無料貸出あり/要申込)



### 市民ナイターテニス教室

暑い時期の教室ですが、夜におこなうことで気温も下がり、爽やかに楽しめます。終わったら帰宅してすぐシャワーを浴びて一杯...なんて楽しみ方もできる講座。おひとりでも、仲間と一緒にでも大歓迎!

【日にち】 6/6~7/25 毎週木曜日 全8回

【時間】 19:00~21:00

【場所】 星ヶ台第1テニスコート

【対象】 中学生以上 【定員】 30人

【参加費】 5,500円

【講師】 多治見市テニス協会

【持ち物】 飲み物、タオル、ラケット(無料貸出あり/要申込)



### いきいき健康ボウリング教室・春

ボウリングは余暇のイメージが強いですが、腕や足を使った全身運動として体力維持に役立ちます。プロから本格的に学びながら仲間づくりもできる、楽しい教室です。

【日にち】 5/10~6/14 毎週金曜日 全6回

【時間】 10:00~12:00

【場所】 多治見パークレーンズ  
(大畑町5-156)

【対象】 どなたでも 【定員】 20人

【参加費】 6,000円 (貸靴・教材費込)

【講師】 森ルミ(多治見パークレーンズ所属プロボウラー)

【持ち物】 タオル、飲み物



問合せ  
申込先

笠原体育館

TEL 43-6285 FAX 43-6286

多治見市笠原町2072-5 (9:00~21:00)



Instagram

@tajimi\_sports



Facebook

TAJIMI.A.S.A



X

@tajimi\_sports

3月3日(日) 7:00~ インターネットにて受付開始

各コース案内文中の二次元コードからお申し込みください(パソコンの場合は「多治見市スポーツ協会」で検索)。定員に余裕のある場合、翌日3/4(月) 9:00以降に電話でも受け付けます。



新生活が始まる季節…新しいことを始めませんか？

## 10代応援！笠原体育館トレーニング室がお得な春休み

新高1生  
限定

### 無料トレーニング室講習会

高校生からは、効果的な体作りに筋トレを導入する人が多いです。普段スポーツをしない人も、やってみると楽しく感じるかもしれません。入学前の3日間だけの限定講習ですので、お早めにお申し込みください。

【日にち】 4/2(火)、4/3(水)、4/4(木)

【時間】 ① 9:00~10:00  
② 11:00~12:00

【場所】 笠原体育館トレーニング室

【対象】 2024年4月2日時点で15歳の人

【定員】 各回とも 4人

【参加費】 無料

【持ち物】 運動のできる服装、室内シューズ、飲み物



まずはこれをやってみよう！

トレーニング室にはマシンが多数ありますが、まずは「ウォーキングマシン(トレッドミル)」をやってみよう。体力のある人は傾斜をつけたり、速度を上げたり、ジョギングしたりできます。



16~19歳  
限定

### トレーニング室1回無料券プレゼント

トレーニング室の利用1回につき、無料券1枚をプレゼント♪先着サービスですので、お早めにお越しください。

【期間】 3/25(月)~3/31(日)

【内容】 有料利用1回につき無料券1枚を進呈(先着50人)  
※有効期限 4/15

【対象】 笠原体育館トレーニング室を利用する16~19歳  
※年齢を証明するものを提示してください。



### トレーニング室特別講習会

【日にち】 3/27(水)、3/29(金)

【時間】 11:00~12:00 13:30~14:30

【場所】 笠原体育館トレーニング室

【対象】 2024年4月2日時点で16~19歳の人

【定員】 各回とも 4人

【参加費】 500円

【持ち物】 運動のできる服装、室内シューズ、飲み物

【特典】 トレーニング室1回無料券プレゼント  
※有効期限 4/15



## 毎月恒例★予約不要で気軽に楽しめる

### 鉄棒・跳び箱の日

鉄棒・跳び箱の練習が自由にできます。

16:00~17:00は先生のアドバイスもあります。

【日時】 3/18、4/15、5/20 毎月第3月曜日  
15:00~18:00

【場所】 笠原体育館第3競技場

【対象】 小学6年生以下  
(3年生以下は保護者同伴)

【参加費】 50円/1時間  
(大人の付添いは無料)

※基本的に職員は常駐しません。



申込  
不要

### 卓球の日

卓球台を自由に使えます。

友だちや親子と一緒に卓球を楽しみましょう。

【日時】 3/16、4/20、5/18 毎月第3土曜日  
① 13:00~15:00 ② 15:00~17:00

【場所】 笠原体育館第3競技場

【対象】 ①小学生以下の親子、及び先生のアドバイスを希望する人  
②どなたでも

【参加費】 110円/1時間  
(高校生以下は50円)



申込  
不要

問合せ  
申込先

笠原体育館

TEL 43-6285 FAX 43-6286

多治見市笠原町2072-5 (9:00~21:00)



Instagram

@tajimi\_sports



Facebook

TAJIMI.A.S.A



X

@tajimi\_sports