

公益財団法人

八幡市公園施設事業団だより

〒614-8196 八幡市野尻正畑 12

TEL 075-981-6111

http://www.yawatataikukan.jp

FAX 075-981-6820

第 183 号

令和 7 年 9 月

発行

ホームページ



Instagram



寄せ植え教室開催のお知らせ

今回は観葉植物で寄せ植えを作ります。

緑化推進事業

日時 9月16日(火) 13:30から15:00まで

会場 八幡市民体育館会議室

参加費 1,000円

講師 西村利志子先生

持ち物 エプロン、スリッパ、持ち帰り用袋

定員 20名

申込

9月9日(火) 9:00より電話による先着順受付

申込先:075-981-6111



スポーツを楽しむ日を開催します！

日時 11月 15日(土) 10:00から15:00まで

会場 八幡市民体育館

参加費 無 料

施設開放型事業

屋内シューズが必要です！

競技用具は準備してます！

※内容を変更することがあります。

直接、市民体育館におこしてください。

体育館でできるスポーツ

- ・卓球
- ・バドミントン
- ・ソフトバレー
- ・ショートテニス



令和7年度八幡市民体育館 秋季スポーツ・健康運動教室参加者募集

申し込み/問い合わせ TEL075-981-6111(八幡市民体育館)

※募集要領・注意事項をご確認の上、応募お願いいたします。

曜日	教室	時間	期間	休み	金額	回数	定員	講師
月	トータルエクササイズ	10:00~11:15	10/6~12/22	10/13、11/3	4,200円	7回	30名	芝崎美幸先生 健康運動指導士 京都府糖尿病療養指導士
	プラチナビクス	11:40~13:10		11/10・24、12/8	4,900円	7回	20名	
火	ヨガ	10:00~11:15	10/7~12/23	10/14	6,600円	11回	20名	木村千保先生 池村美保先生
	シニアスポーツクラブ	10:00~11:15			6,050円 両日 12,000円	11回	30名	
水	トータルエクササイズ+プラス	10:00~11:30	10/1~12/24	なし	7,800円	13回	30名	芝崎美幸先生
	男性トレーニング & 女性シェイプアップ	男性 9:00~10:45 女性 10:45~12:30			11,700円	13回	各15名	
木	ピラティス	10:00~11:00	10/2~12/25	10/23	7,200円	12回	30名	前田瑞穂先生
	女性のためのラテンエクササイズ	11:15~12:15			7,200円	12回	30名	
	ヨガ	13:15~14:30	10/2~12/25	なし	7,800円	13回	20名	木村千保先生 池村美保先生
	ピラティス	19:00~20:00	10/2~12/25		7,800円	13回	20名	中島悦子先生
金	気功と太極拳	9:30~11:15	10/3~12/26	12/26	7,200円	12回	20名	高瀬よりえ先生 楠田節子先生
	シニアスポーツクラブ	10:00~11:15	10/3~12/26	なし	7,150円 両日 12,000円	13回	30名	川原崎浩介先生 ウエジメディカル(株)所属
	リンパドレナージュ & フェイストレーニング	11:30~12:30			7,800円	13回	20名	安里寛子先生

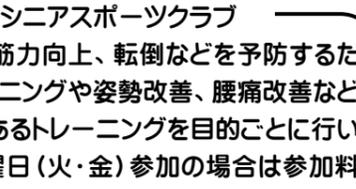
トータルエクササイズ
バランスボールを使い、全身の引き締め効果をねらうエクササイズを行います。

プラチナビクス
椅子を使う有酸素運動「すわりズム体操」を行います。太ももやふくらはぎなどの筋力と同時に、口腔機能向上なども行います。足腰に負担をかけたくない人におすすめです！

トータルエクササイズ+プラス
バランスボールを使つての運動や立位での簡単な有酸素運動・筋力も行います。初心者の方でも参加しやすい教室となっております。



シニアスポーツクラブ
柔軟性や筋力向上、転倒などを予防するためのトレーニングや姿勢改善、腰痛改善などに効果のあるトレーニングを目的に行います。両曜日(火・金)参加の場合は参加料が1,200円お得になっています！



男性トレーニング & 女性シェイプアップ
トレーニングルームのマシンを使い、筋力アップや脂肪の燃焼をねらいます。また、個人別メニューでゴムチューブや椅子などを使うトレーニングも行います。



募集要領

- 9月10日(水)までに、市民体育館の窓口・電話・FAX のいずれかでご応募ください。
- 応募多数の場合は、締切後に八幡市在住・在勤の方を優先の上、抽選させていただきます。結果は、抽選に漏れた方のみご連絡します。(連絡がなければ参加決定となります。)
- 定員に満たなかった教室は9月11日(木)から再募集し、定員になり次第締切ます。

注意事項

- 応募が少数の教室(コース含む)は、開催しない場合があります。
- 都合により日程の変更や休止・休講、講師の代行や会場が変更になる場合があります。
- 参加決定後のキャンセルは、参加料実費分のキャンセル料をいただきます。
- 一旦納入された参加料は、当事業団の都合によるもの以外は返金できませんので、予めご了承ください。また、他の教室(コースを含む)に変更することや代理受講することもできません。
- 屋内シューズを持参してください。

令和7年度 10月~3月分施設利用にかかる電子抽選のお知らせ

抽選対象団体	八幡市公園施設事業団スポーツクラブ登録団体
抽選対象利用日	令和7年10月1日(水)から令和8年3月31日(火) ※大会等により使用できない日があります。
抽選申込期間	令和7年9月1日(月)から令和7年9月5日(金)
抽選日	令和7年9月6日(土)
当選振替期間	抽選終了後から9月9日(火) ※必ず期間中に操作を行ってください。
注意事項	<ul style="list-style-type: none"> ●本抽選は、施設案内予約システムの電子抽選機能を利用しています。抽選申込から当選振替までの操作は、各抽選参加団体によりインターネット上で行ってください。各期間中に行われない場合は、無効となります。 ●くすのき・さつき近隣公園両施設における電子抽選後の予約取消や変更手続きは、各現地管理事務所で行ってください。 ●八幡市民スポーツ公園グラウンドは、異種競技による利用を防ぐため半面のみ予約可能となります。(全面予約の場合は、窓口又は電話のみ)

令和7年度 10月~3月分一般利用施設予約のお知らせ

公園施設名	受付開始日時		受付方法
・八幡市民スポーツ公園 (グラウンド・テニスコート) ・川口市民公園 ・馬場市民公園(Bコート)	インターネット	9月10日(水)	午前0時から 午前9時から
	窓口・電話		
男山レクリエーションセンター (テニスコート・フットサルコート)	インターネット	9月10日(水)	午前0時から 午前9時から
	窓口・電話		
くすのき近隣公園	軟式野球場	9月15日(月)	午前9時から
	テニスコート	9月16日(火)	
さつき近隣公園	グラウンド	9月15日(月)	午前9時から
	テニスコート	9月16日(火)	

・左記のいずれも先着順受付となります。
・お電話の場合は八幡市民体育館(TEL981-6111)へお申し込みください。
・八幡市民スポーツ公園グラウンドは、異種競技による利用を防ぐため半面のみ予約可能となります。
(全面予約の場合は、窓口又は電話のみ)

・左記のいずれも先着順受付となります。
・お電話の場合は現地管理事務所(TEL983-1611)へお申し込みください。

・左記のいずれも先着順受付となります。各現地事務所へ直接お申し込みください。インターネットでの一般受付はありません。
・グラウンド・テニスコートとも、受付初日に限り電話での受付はいたしません。また、混雑予想されるため受付件数を制限する場合があります。

2025年度 男山レクリエーションセンター

秋季スポーツ・健康運動教室 参加者募集!

硬式テニス (定員 10名)

曜日	対象	実施期間	実施回数	実施時間	休み	講師名	会費
火曜日	初級	10/7~12/23	各10回	9:15~10:45	10/14, 10/28	伊藤 竜哉	15,000円
	中級			11:00~12:30	予備日: なし	伊藤 竜哉	15,000円
水曜日	初級	10/1~12/3	各10回	9:15~10:45	12/24	杉本 まゆみ	15,000円
	初中級			11:00~12:30	予備日: 12/10, 12/17	杉本 まゆみ	15,000円
木曜日	初中級	10/2~12/4	各10回	9:15~10:45	12/25	杉本 まゆみ	15,000円
	初中級			11:00~12:30	予備日: 12/11, 12/18	杉本 まゆみ	15,000円
金曜日	初級	10/3~12/12	各10回	9:15~10:45	10/24, 12/26	杉本 まゆみ	15,000円
	初心			11:00~12:30	予備日: 12/19 10/31	伊藤 竜哉	15,000円
					予備日: 12/19, 12/26		

伊東 竜哉コーチ (公社) 日本プロテニス協会認定プロフェッショナル2

※技術・体力・知識でクラスを編成する為、コーチの判断でクラスを変更して戴く場合があります。

- ・初級 初めてテニスをされる方やプランクがある方
- ・初級 テニス経験が少しある方
- ・初中級 基本“6ショット”が打てて、簡単なダブルスゲームが出来る方
- ・中級 さらに技術の向上を図り、実践的なゲーム展開を学ぶ



健康運動 (各クラス定員 15名)

曜日	健康運動種目	実施期間	実施回数	実施時間	休み	講師名	会費
月曜日	姿勢改善体幹 トレーニング	10/6~12/22	7回	9:30~10:45	10/13, 11/3, 11/10, 11/24,	雲井 淑絵 (健康運動指導士)	4,200円
	女性のための 運動教室		7回	11:00~12:15	12/8		4,200円
火曜日	太極拳 (気功)	10/7~12/23	10回	9:30~10:45	10/14, 11/18	高瀬 よりえ 楠田 節子 (日本健康太極拳協会 師範)	6,000円
	気功 (太極拳)		10回	11:00~12:15			6,000円
木曜日	レイ・ストレッチヨガ	10/2~12/25	13回	9:30~10:45	なし	木村 千保 (シニアヨガインストラクター)	7,800円
	ストレッチヨガ		13回	11:00~12:15			池村 美保 (筋肉調整ヨガインストラクター)
金曜日	骨格調整ヨガ	10/3~12/26	13回	9:30~10:45	なし	田中 真弓 (RYT200 終了済み)	7,800円

- 応募のご案内
- ◆ 9月16日(火)までに、窓口・電話・FAXにてご応募ください。(但し、先着順ではありません)
 - ◆ 京都府八幡市に在住・在勤の方を優先します。
 - ◆ 応募者多数の場合は抽選とさせていただきます。※参加できない方のみご連絡を致します。
 - ◆ 各教室が定員未満の場合は、再募集を行います。
 - ◆ 各教室とも応募者が少数の場合は、開催しない場合があります。
 - ◆ 講師や日程が変更になる場合があります。
 - ◆ 参加決定後のキャンセルは、キャンセル料が発生します。

お問い合わせ・応募先 男山レクリエーションセンター TEL・FAX 075-983-1611