

平成30年度版

スポーツ推進事業



公益財団法人

金沢市スポーツ事業団

スポーツ推進事業とは…

市民の心身の健全な発達と健康で活力ある生活の形成を図ることを目的とした公益事業です。

▶ 高齢者健康活動支援事業 ……………P.2

元気で健康的な日常生活を営むために、寝たきり予防や認知症予防等を目的とした運動プログラムを提供します。また身体の機能改善・回復を目的とした教室、余暇時間に楽しく運動やスポーツをする教室を開催します。



転ばん元気な体づくり教室

▶ 地域健康スポーツ活動支援事業 ……………P.3～6

地域や地区校下又は市内企業等へ、スポーツ用具の貸出やスポーツ指導者の派遣、体力測定を開催し、市民の健康スポーツ活動をサポートします。また、市体育施設で健康・体づくりを目的とした、さまざまな健康スポーツ教室を開催し、市民の運動・スポーツ実施率向上を目指します。



ポールウォーキング&ポールピラティス

▶ 子どもの身体づくり支援事業 ……………P.7～8

幼児や子どもを対象に、心身の健全な発育発達を目的にさまざまなスポーツ教室を開催します。また、リズム感や身体のしなやかさを養うためのダンスやバレエ教室なども開催。幼児期、児童期の子どもの成長にあわせた身体づくりをサポートします。



ジュニアチャレンジ体育教室

▶ ジュニアアスリート競技力向上サポート事業 ……P.10

ジュニアアスリートの競技力向上を目的に、専門知識を有する指導者による各種スポーツ教室を開催します。



ジュニアスキルアップテニス

▶ 障がい者スポーツ活動支援事業 ……………P.10

専門指導者を派遣し、障がい者の健康活動やスポーツ活動をサポートします。

▶ 金沢マラソンサポート事業 ……………P.10

金沢マラソンへの参加を目指す市民ランナーや、これからランニングを始める初心者等が参加できるマラソン教室を開催し、市民ランナーやランニング愛好者をサポートします。

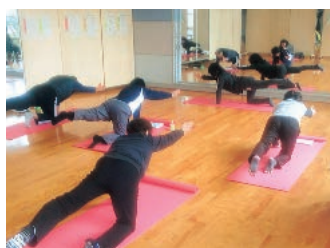


サタデーラン教室

▶ 施設一覧 ……………P.11～12

高齢者健康活動支援事業

	教室名	内容	曜日	時間	受講料	会場
◇寝たきり予防や認知症予防等を目的にした運動を行います。						
①	中央健康体操 年36回開催	簡単な体操やストレッチ、軽運動で身体を動かします。	月クラス 木クラス	10:00～11:30	各クラス 月額 2,050円	中央市民体育館
②	城東健康体操 年36回開催		火	10:00～11:30	月額 2,050円	城東市民体育館
③	鳴和台健康体操 年33回開催		水	13:15～14:45	月額 2,050円	鳴和台市民 体育館
④	西部健康体操 年36回開催		木	13:15～14:45	月額 2,050円	西部市民 憩いの家
⑤	森本健康教室 年36回開催	ウォーキングやソフトバレーボール 等で楽しく身体を動かします。	金	10:15～11:45	1回 820円	森本市民体育館
⑥	城西いきいき3B教室 年36回開催	ボール、ベル、ベルターの3つの補助具 を使用して、音楽に合わせて楽しく身 体を動かします。 ※補助具代が別途必要	月	13:30～15:00	月額 2,770円	城西市民体育館
⑦	総合いきいき3B教室 年36回開催		火	10:00～11:30	月額 2,770円	総合体育館
⑧	中央いきいき3B教室 年36回開催		水	13:30～15:00	月額 2,770円	中央市民体育館
⑨	額谷いきいき3B教室 年36回開催		木	10:00～11:00	月額 2,360円	額谷ふれあい 体育館
◇余暇時間を使って、好きな運動で運動不足解消に…、また新しい趣味の発見やお友達づくりに…。						
⑩	ゆったりスイミング 年36回開催	余暇時間を利用して、全身運動である 水泳で身体を動かしましょう！	月クラス 木クラス	月 13:00～14:30 木 10:30～12:00	月額 1クラス 4,110円 2クラス 5,140円	西部市民プール
⑪	中央かんたんヨガ 年36回開催	無理な姿勢を取る必要はなく、可能な 範囲で身体を動かします。	火	10:00～11:15	月額 3,080円	中央市民体育館
⑫	城東かんたんヨガ 年30回開催		水	10:00～11:15	月額 3,080円	城東市民体育館
⑬	鳴和台かんたん アロマヨガ 年33回開催	無理な姿勢を取る必要はなく、可能な 範囲で身体を動かします。またアロマ の香りで心もリフレッシュしましょう！	火	13:30～14:30	月額 3,080円	鳴和台市民 体育館
⑭	太極拳健康教室 年36回開催	太極拳の動きで身体を動かしましょう！	木	10:00～11:30	月額 2,770円	総合体育館
⑮	スマイル ファンソン気功 年36回開催	気功の動きで心も身体もリラックス (ファンソン)しましょう！	金	10:00～11:30	月額 1,640円	中央市民体育館
⑯	シニアのための テニスレッスン 年8回開催	テニスを生涯スポーツとして元気に仲良く楽しみ ましょう！ラリーコートやレッスンコート等に分 かれます。 開催日などの詳細は事前にお問い合わせください。		9:00～12:00	1回 500円	城北市民 テニスコート



かんたんヨガ



ゆったりスイミング



シニアのためのテニスレッスン

地域健康スポーツ活動支援事業

	教室名	内容	曜日	時間	受講料	会場
◇市体育施設で一般の方を対象に健康・体力づくりを目的とした、さまざまな健康教室を開催します。						
①	健康体力づくり教室 [総合体育館]	有酸素運動、筋力アップ運動、ストレッチ等28レッスン開催しています。 ※詳細は事前にお問い合わせください。	平日	30分～40分 レッスンによって 異なります	月額 3,330円 28レッスンどれを受けてもOK	総合体育館
②	健康体力づくり教室 [鳴和台市民体育会館]	有酸素運動、筋力アップ運動、アクアエクササイズや水泳ワンポイント等計10レッスン開催しています。 ※詳細は事前にお問い合わせください。	平日	20分～40分 レッスンによって 異なります	月額 2,850円 10レッスンどれを受けてもOK	鳴和台市民 体育館 プール
③	ビューティ3B体操 年36回開催	ボール、ベル、ベルターの3つの補助具を使用して、音楽に合わせて楽しく身体を動かします。 ※補助具代が別途必要	月	13:30～15:00	月額 2,770円	総合体育館
④			水	15:00～16:00	月額 2,360円	
⑤			金	14:00～15:30	月額 2,770円	
⑥	フラダンス教室 年36回開催	年齢や経験に関係なく、どなたでも踊れます。お気軽にご参加ください。	水	10:00～11:30	月額 3,080円	中央市民体育館
⑦	癒しのアロマヨガ 年36回開催	アロマの香りに包まれ、ヨガで気持ち良く身体を動かして、心と身体をリラックスさせましょう！	木	13:30～14:30	月額 3,080円	総合体育館
⑧	アロマトレッチヨガ 年36回開催		木	18:30～19:20	月額 3,000円	総合体育館
⑨	アロマヨガ 年42回開催		木	19:30～20:30	月額 3,600円	総合体育館
⑩	ボディデザインヨガ 年36回開催	ヨガの動きで心と身体を見つめ、理想の身体へ整え(デザイン)しましょう！	金	20:10～21:10	月額 3,080円	総合体育館
⑪	クラシックバレエ フリークラス 年46回開催	スタイル、姿勢、身のこなし等、身体づくりだけでなく心も豊かに穏やかに… ※中学生以上の経験者対象	水	19:30～21:00	月額 4,520円	総合体育館
⑫	ウォーク& スイミング教室 年27回開催(10～12月休講)	一般初級者を対象にした水泳教室です。仕事帰りにスイミングで、リフレッシュしましょう！	火	19:00～20:00	月額 4,110円	鳴和台市民 プール
⑬	ナイトスイミング教室 年33回開催		木	19:00～20:00	月額 4,110円	西部市民 プール
⑭	ポールウォーキング & ポールピラティス	歩く姿勢を見直そう！ 2本のポールを使うことで、4点支持になり姿勢が安定し、全身の筋肉の90%を使うことができます。姿勢を改善し、きれいな歩き方を目指しましょう！[定員 各日30名]	月1回開催 開催日程は事前にお問い合わせください。 金曜 10:00～11:00 参加料 1回 600円 ポールレンタル 1回 300円 ※事前申込が必要です。			総合 体育館他
⑮	NEW! 骨盤 リセットヨガ	日常生活の小さなクセの積み重ねで歪んでしまった骨盤を整えていきましょう！骨盤周りの筋肉を緩めたり、鍛えたりしながら筋バランスを整えていきます。 [定員 各日15名]	月1回開催 開催日程は事前にお問い合わせください。 金曜 10:00～11:00 参加料 1回 800円 ※事前申込が必要です。			総合 体育館



健康体力づくり教室



ポールウォーキング&ポールピラティス



地域健康スポーツ活動支援事業

教室名		内容				受講料			会場	
◇市体育施設で一般の方を対象に健康・体力づくりを目的とした、テニス教室(通年)を開催します。										
⑬	大人のエンジョイテニス教室 [総合テニス]	初めてクラスから実践クラスまで多数あり、さまざまなレベルの方が受講できます。 (定員に空きがあるクラスではワンレッスンでの受講も可能です。)				1クラス 月額 3,590円 ワンレッスン1,230円でも受講可			総合体育館	
		レベル	クラス	曜日	時間	定員	レベル	クラス	曜日	時間
	初めて	T24	火	13:15~14:30	10名	ビギナー③	T12	月	10:40~11:55	10名
ビギナー①	T21	火	9:15~10:30	10名	T14		月	13:15~14:30	10名	
	T37	水	14:40~15:55	10名	T22		火	10:40~11:55	10名	
	T52	金	10:40~11:55	10名	T32		水	10:40~11:55	10名	
	T57	金	14:40~15:55	10名	T35		水	13:15~14:30	10名	
ビギナー②	T11	月	9:15~10:30	10名	ビギナー③ ゲーム	T41	木	9:15~10:30	10名	
	T25	火	14:40~15:55	10名		T55	金	13:15~14:30	10名	
	T34	水	13:15~14:30	10名		T13	月	12:00~13:00	5名	
	T42	木	10:40~11:55	10名		T23	火	12:00~13:00	5名	
	T44	木	13:15~14:30	10名		T15	月	14:40~15:55	10名	
ビギナー② ラリー&ゲーム	T33	水	12:00~13:10	8名	実 践	T31	水	9:15~10:30	10名	
ビギナー② ゲーム	T43	木	12:00~13:00	5名		T36	水	13:15~14:30	10名	
	T53	金	12:00~13:00	5名		T38	水	14:40~15:55	10名	
テニスレベル内容についてはP6を参照ください。						T45	木	14:40~15:55	10名	
						T56	金	13:15~14:30	10名	
T58	金	14:40~15:55	10名							
⑭	大人のエンジョイテニス教室[安原テニス]	初級者を対象として6クラス開催しています。各クラス定員は少人数で数多く打てます。 (定員に空きがあるクラスではワンレッスンでの受講も可能です。)				1クラス 月額 3,230円 ワンレッスン1,070円でも受講可			安原 スポーツ広場	
		レベル	クラス	曜日	時間	定員	レベル	クラス	曜日	時間
ビギナー①	Y21	火	9:45~10:45	6名	ビギナー②	Y31	水	9:45~10:45	6名	
	Y22	火	11:00~12:00	6名		Y52	金	11:00~12:00	6名	
	Y32	水	11:00~12:00	6名	テニスレベル内容についてはP6を参照ください。					
	Y51	金	9:45~10:45	6名						
⑮	東金沢エンジョイテニス活動	一般の初級者から中級者を対象としたテニス交流活動です。テニスを通じて多くの人と交流を深め、テニス仲間の輪を広げましょう！ 別途開催要項がありますので、事前にお問い合わせください。				月2回程度 日曜 開催 13:00~17:00		年間登録料 4,000円 当日参加料 1,000円		東金沢 スポーツ 広場

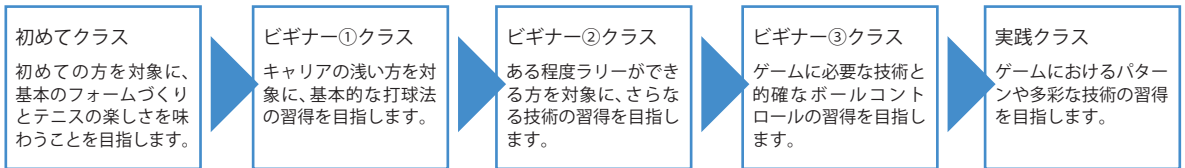
地域健康スポーツ活動支援事業

教室名	レベル	曜日	時間	開催期(申込締切日)		受講料	会場	
◇市体育施設で一般の方を対象に健康・体力づくりを目的とした、テニス教室(短期)を開催します。 ※⑱～㉓の短期テニス教室はハガキ又はFAXでのお申込みとなります。P15参照 定員各教室・各期10名								
⑱	鳴和台テニス	初めて	木	13:15～14:45	1期 4/19～6/21(4/5) 2期 7/12～9/20(6/28)	3期 10/11～12/13(9/27) ※3期は城北体育館で開催 4期 1/17～3/14(1/3)	各期(9回開催) 9,030円	鳴和台 市民 体育館他
⑳	西部テニス	初めて	金	10:15～11:45	1期 4/20～6/22(4/6) 2期 7/20～9/21(7/6)	3期 10/12～12/21(9/28) 4期 1/18～3/15(1/4)	各期(9回開催) 9,030円	西部市民 体育館
㉑	城東テニス	ビギナー ①	月	10:15～11:45	1期 4/16～6/18(4/2) 2期 7/2～9/10(6/18)	3期 10/15～12/10(10/1) 4期 1/21～3/25(1/7)	各期(9回開催) 9,030円	城東市民 体育館
㉒	城北テニス	ビギナー ①	月	13:15～14:45	1期 4/16～6/18(4/2) 2期 7/2～9/10(6/18)	3期 10/15～12/10(10/1) 4期 1/21～3/25(1/7)	各期(9回開催) 9,030円	城北市民 体育館
㉓	森本テニス	ビギナー ①	火	10:15～11:45	1期 4/17～6/26(4/3) 2期 7/10～9/18(6/26)	3期 10/16～12/11(10/2) 4期 1/15～3/12(1/3)	各期(9回開催) 9,030円	森本市民 体育館
㉔	西部テニス	ビギナー ①	水	13:15～14:45	1期 4/18～6/20(4/4) 2期 7/4～9/12(6/20)	3期 10/10～12/12(9/26) 4期 1/16～3/13(1/3)	各期(9回開催) 9,030円	西部市民 体育館
㉕	額谷テニス	ビギナー ②	月	13:15～14:45	1期 4/16～6/18(4/2) 2期 7/2～9/10(6/18)	3期 10/15～12/10(10/1) 4期 1/21～3/25(1/7)	各期(9回開催) 9,030円	額谷 ふれあい 体育館
㉖	城東テニス	ビギナー ②	火	13:15～14:45	1期 4/17～6/19(4/3) 2期 7/10～9/18(6/26)	3期 10/16～12/11(10/2) 4期 1/15～3/12(1/3)	各期(9回開催) 9,030円	城東市民 体育館
㉗	西部テニス	ビギナー ②	水	10:15～11:45	1期 4/18～6/20(4/4) 2期 7/4～9/12(6/20)	3期 10/10～12/12(9/26) 4期 1/16～3/13(1/3)	各期(9回開催) 9,030円	西部市民 体育館
㉘	城西テニス	ビギナー ②	木	13:15～14:45	1期 4/19～6/21(4/5) 2期 7/12～9/20(6/28)	3期 10/11～12/13(9/27) 4期 1/17～3/14(1/3)	各期(9回開催) 9,030円	城西市民 体育館
㉙	中央テニス	ビギナー ②	金	10:15～11:45	1期 4/13～6/29(4/2) 2期 7/13～9/21(6/29)	3期 10/5～12/14(9/21) ※2019年1～3月は中央体育館改修工 事のため、3期までの開催になります。	各期(9回開催) 9,030円	中央市民 体育館
㉚	城北テニス	ビギナー ③	火	13:15～14:45	1期 4/17～6/26(4/3) 2期 7/10～9/18(6/26)	3期 10/16～12/11(10/2) 4期 1/15～3/12(1/3)	各期(9回開催) 9,030円	城北市民 体育館
㉛	中央テニス	ビギナー ③	火	15:15～16:45	1期 4/17～6/19(4/3) 2期 7/10～9/25(6/26)	3期 10/16～12/11(10/2) ※2019年1～3月は中央体育館改修工 事のため、3期までの開催になります。	各期(9回開催) 9,030円	中央市民 体育館
㉜	城西テニス	ビギナー ③	木	10:15～11:45	1期 4/19～6/21(4/5) 2期 7/12～9/20(6/28)	3期 10/11～12/13(9/27) 4期 1/17～3/14(1/3)	各期(9回開催) 9,030円	城西市民 体育館
㉝	浅野川テニス	ビギナー ③	金	10:15～11:45	1期 4/20～6/22(4/6) 2期 7/20～9/21(7/6)	3期 10/12～12/14(9/28) 4期 1/18～3/15(1/4)	各期(9回開催) 9,030円	浅野川 市民 体育館

地域健康スポーツ活動支援事業

	教室名	レベル	曜日	時間	開催期(申込締切日)	受講料	会場
◇市体育施設で一般の方を対象に健康・体力づくりを目的とした、テニス教室(短期)を開催します。 ※⑬～⑳の短期テニス教室はハガキ又はFAXでのお申込みとなります。P15参照 定員各教室・各期10名							
⑳	総合ナイター テニス	ビギナー ①	月	19:20～20:50	1期 4/16～5/28(4/2) 2期 6/4～7/9(5/21) 3期 9/3～10/29(8/20) 4期 11/5～12/17(10/22) 5期 1/21～3/4(1/7)	各期 7,200円 (6回)	総合 体育館
㉑	額谷ナイター テニス	ビギナー ②	水	19:20～20:50	1期 4/18～5/30(4/4) 2期 6/13～7/25(5/30) 3期 8/1～9/19(7/18) 4期 10/3～11/21(9/19) 5期 12/5～1/30(11/21) 6期 2/6～3/20(1/23)	各期 8,400円 (7回)	額谷 ふれあい 体育館
㉒	浅野川ナイター テニス	ビギナー ③	月	19:20～20:50	1期 4/16～6/4(4/2) 2期 6/18～8/6(6/4) 3期 8/20～10/22(8/6) 4期 11/5～12/17(10/22) 5期 1/21～3/11(1/7)	各期 8,400円 (7回)	浅野川市民 体育館

テニスレベル内容



私たちは地域の健康活動をサポートします！

あなたのどうしよう？を解決します！

地域での活動等で「指導者が見つからない」「スポーツ用具がない」「町内で体力測定をしたい」等、お困りごと等がありましたら、お気軽にご相談ください。

スポーツ用具を貸出します！

地域サークル活動や会社のレクリエーション活動へスポーツ用具を無料で貸出します。
グラウンドゴルフやソフトボール等の用具があります。
○問合せ・申込み先 陸上競技場 TEL(076)241-0049
※ご希望の日時や用具等、事前にご相談ください。

スポーツ指導者を派遣します！

ストレッチ体操やエアロビクス等地域サークル活動や会社のレクリエーション活動等へスポーツ指導者を派遣します。
(有料) ※ご希望の日時等、事前にご相談ください。

出張で体力測定をします！

団体やグループを対象に、出張して体力測定をします。体組成や握力、垂直跳び、長座体前屈等を測定します。
地域や職場の健康づくりや健康増進にご活用ください。
(有料) ※ご希望の日時等、事前にご相談ください。



出張体力測定

(公財)金沢勤労者福祉サービスセンターからのお知らせ

◆1プログラム・教室につき 2,000円 を助成！

(公財)金沢勤労者福祉サービスセンターの会員の方が受講された場合は助成が受けられます。
(1年度3回まで、受講料1回2,000円未満は実費を助成)

◆金沢市体育施設使用回数券が、500円 割引に！

同会員の方は金沢市体育施設使用回数券を500円割引
で購入することができます。(1年度6回まで)

私たちは福利厚生「応援隊」です！



Tel(076)234-7871

URL / <https://www.k-ksc.jp>



子どもの身体づくり支援事業

	教室名	対象	クラス(曜日)	時間	受講料(月額)	回数/年	会場
◇幼児や子どもを対象に心身の健全な発育発達を目的にさまざまなスポーツ教室を開催します。							
①	西部スイミング キッズ	年少～年長	月・火・木・金	14:45～15:45	1クラス 3,900円 2クラス 4,930円	各 クラス 36回	西部市民 プール ※2月は熱源 停止による プール休業の ため、教室は 休講となりま す。
②	西部スイミング ジュニアⅠ	小学1・2年生	月・火・木・金	15:45～17:00	1クラス 3,900円 2クラス 4,930円		
③	西部スイミング ジュニアⅡ	小学3～6年生	月・火・木・金	17:00～18:15	1クラス 3,900円 2クラス 4,930円		
④	西部スイミング サタデージュニア	小学生	土	10:00～11:00	3,900円		
⑤	鳴和台スイミング キッズ	年少～年長	月・火・水・金	15:45～16:45	1クラス 3,900円 2クラス 4,930円	各 クラス 27回	鳴和台市民 プール ※10～12月は 改修工事等による プール休業の ため、教室は 休講となります。
⑥	鳴和台スイミング ジュニアⅠ	小学1・2年生	月・火・水・金	16:45～17:45	1クラス 3,900円 2クラス 4,930円		
⑦	鳴和台スイミング ジュニアⅡ	小学3～6年生	月・火・水・金	17:45～18:45	1クラス 3,900円 2クラス 4,930円		
⑧	クラシックバレエ 幼児クラス	年少～小学2年生	水	17:00～18:00	4,520円	46回	総合体育館
⑨	クラシックバレエ 児童クラス	小学5年生以上 又は経験者	水	18:00～19:30	4,520円	46回	
⑩	キッズダンス教室	年長～小学4年生	火	17:00～17:50	3,420円	36回	
⑪	鳴和台キッズ チャレンジ体育教室	年中・年長	水	15:10～16:10	3,340円	40回	鳴和台市民 体育館
⑫	総合キッズ チャレンジ体育教室	年中・年長	金	15:10～16:10	3,000円	36回	総合体育館
⑬	鳴和台ジュニア チャレンジ体育教室	小学1～3年生	水	16:30～17:30	3,340円	40回	鳴和台市民 体育館
⑭	総合ジュニア チャレンジ体育教室	小学1・2年生	金	16:30～17:30	3,000円	36回	総合体育館
⑮	総合ジュニア チャレンジスポーツ教室	小学3～6年生	金	16:30～17:30	3,000円	36回	



スイミング教室



チャレンジ体育教室



ジュニアテニス

子どもの身体づくり支援事業

	教室名	対象	クラス	曜日	時間	受講料(月額)	回数/年	会場	
◇幼児や子どもを対象に心身の健全な発育発達を目的にさまざまなスポーツ教室を開催します。									
⑯	総合 キッズテニス	年中・年長	H41	木	15:10～16:10	3,000円	36回	総合体育館	
⑰	総合 ジュニアテニスⅠ	小学1・2年生	H42	木	16:20～17:30	3,000円	36回	総合体育館	
⑱	総合 ジュニアテニスⅡ	小学3・4年生	H43	木	16:20～17:30	3,000円	36回	総合体育館	
⑲	総合 キッズサッカー	年中・年長	F11	月	15:10～16:10	3,340円	40回	総合体育館	
⑳	安原 キッズサッカー	年中・年長	F41	木	15:10～16:10	3,340円	40回	安原スポーツ 広場	
㉑	総合 ジュニアサッカーⅠ	小学1・2年生	F12	月	16:30～17:30	3,340円	40回	総合体育館	
㉒	安原 ジュニアサッカー	小学1・2年生	F42	木	16:20～17:20	3,340円	40回	安原スポーツ 広場	
㉓	総合 ジュニアサッカーⅡ	小学3～6年生	F23	火	16:20～17:30	3,000円	36回	総合体育館	
◇短期集中の体験型のスポーツ教室です。また運動の苦手克服を目的としたパーソナル型の教室も開催します。									
夏休み期間に短期集中レッスン！									
㉔	夏休みジュニア スイミング[西部]	小学生	▶開催日 1期-7/31～8/3 2期-8/6～8/8, 8/10 3期-8/20～8/22, 8/24 ※お申込み方法につきましては事前にお問い合わせください。		▶時間-10:00～11:30 ▶受講料-各期 3,490円			西部市民プール	
ウインタースポーツを楽しもう！									
㉕	初心者スキー教室	小学生以上の 初心者	開講日程等詳細が決定しだい、申込受付を予定しています。					医王山スキー場	
㉖	初心者スノーボード 教室	小学生以上の 初心者							
苦手な水泳を克服しよう！ 得意な泳法をさらにレベルアップさせよう！ 専門指導員が個別に指導します。									
㉗	ジュニアスイミング パーソナルレッスン	小学生	日時等は事前にご相談ください。 1回 60分 3,290円					西部市民プール 又は 鳴和台市民プール	
好きなスポーツを見つけよう！									
㉘	多種目体験型 スポーツイベント スポだめし！	小学 4～6年生	バレーボール、バスケットボール、サッカー、卓球、バドミントン、ハンドボール、ソフトテニス、体操といったスポーツをお試しで体験するスポーツイベントです。冬季に開催を予定しています。						総合体育館

わくわく子育て支援事業

教室名	
◇親子一緒に楽しめるスポーツ教室を開催します。	
① 親子ふれあい教室	<p>ボール遊びやマット運動・鉄棒運動などで親子で一緒に楽しく身体を動かします。</p> <p>▶対象-2,3歳と親 ▶曜日-水曜(年40回開催) ▶時間-10:30~11:30 ▶受講料-2,840円(月額) ▶会場-総合体育館</p> 
② すくすくベビーサイン教室	<p>ベビーサインとは、まだうまく話せない赤ちゃんとは簡単な手話やジェスチャーを使って『お話し』する育児法です。ベビーサインで、赤ちゃんとのコミュニケーションをとりましょう！</p> <p>▶対象-6ヶ月~1歳半の乳幼児と親 ▶開催日-①6/13(水) ②12/12(水) ▶時間-10:00~11:00 ▶参加料-1回 600円(事前に申込みが必要です) ▶会場-総合体育館</p> 
◇親子一緒に楽しめるスポーツイベントを開催します。	
③ 親子わくわく春のお花見散策	<p>桜の開花にあわせて、陸上競技場を無料開放します。 満開の桜並木の下を親子一緒に散歩しませんか？ 無料開放の期間につきましては、桜の開花前に「かなざわスポーツねっと」にてお知らせいたしますので、事前にご確認ください。</p> 
④ 親子わくわく春のテニスイベント	<p>テニスレッスンやターゲットゲーム等で楽しくテニスをしましょう！ レッスンでは幼児、小学生、中学生、高校生、一般と各クラスに分かれて指導します。 (レッスンは事前申込必要) 5月6日(日)に城北市民テニスコートで開催予定です。詳細は事前にお問い合わせください。</p> 
⑤ 親子わくわくスポーツフェスタ	<p>親子で楽しめるスポーツイベントです。 トランポリン体験やストラックアウト等いろいろなゲームが盛りだくさん！ 夏季に開催を予定しています。</p> 

内川スポーツ広場、市営のプールでは
『かなざわ子育てすまいるクーポン』が
使えます！

利用できる市営体育施設

- ・内川スポーツ広場
- ・西部市民プール
- ・鳴和台市民プール
- ・金沢プール



※平成 27 年 6 月 30 日以前誕生のお子様対象の「かなざわ子育て虹色クーポン」も使えます。

「かなざわ子育てすまいるクーポン」「のびのび〜ノ」
「金沢子育てアプリ」についてのお問い合わせは…
こども政策推進課 ☎076(220)2299

『のびのび〜ノ』には、子育てに
役立ついろいろな情報が満載！

金沢子育てお役立ちウェブ



※冊子版は、赤ちゃん訪問時にもらえます。

子育て中の方に役立つ
金沢市の子育てアプリ！

金沢子育てアプリ

ダウンロードはこちら！



iPhone の方



Android の方

ジュニアアスリート競技力向上サポート事業

	教室名	対象	クラス	曜日	時間	受講料	担当コーチ	会場
◇ジュニアアスリートの競技力向上を目的に専門知識を有する指導者による各種スポーツ教室を開催します。								
①	東金沢ジュニア スキルアップテニス	小・中学生	A11	月	17:30~19:00	1,540円(1回)	金沢市 テニス協会	東金沢スポーツ 広場他
②	総合ジュニア スキルアップテニス 年間37回開催	小学5・6年生	A12	月	17:30~19:00	5,130円(月額)		総合体育館
③	額谷ジュニア スキルアップテニス 年間46回開催	小学4~6年生	A21	火	17:30~19:00	5,900円(月額)		額谷ふれあい 体育館
④	城東ジュニア スキルアップテニス	小・中学生	A22	火	17:00~19:00	1,540円(1回)		城東テニスコート他
			A51	金	17:00~19:00	1,540円(1回)		城東テニスコート他
⑤	大徳ジュニア スキルアップテニス	小学生	A62	土	15:30~17:00	1,540円(1回)		大徳テニスコート 又は 城西市民体育館
⑥	サマージュニアテニス	小・中学生	開講日(全7回) 7/25, 26, 30, 31 8/1~3		9:00~11:00	1,540円(1回)	東金沢スポーツ 広場	
⑦	ジュニアスキルアップ ソフトテニス	小学生	A61	土	17:00~19:00	630円(1回)	金沢市 ソフト テニス協会	城北市民 テニスコート他

障がい者スポーツ活動支援事業

◇専門指導者を派遣し、障がい者の健康活動やスポーツ活動をサポートします。		
①	指導者派遣	団体活動の場に、専門の指導者を派遣いたします。(有料)※ご希望の日時等、事前にご相談ください。
②	障がい者スポーツ 出前体験講座	2020年東京オリンピック・パラリンピックに向け、障がい者スポーツへの理解と普及・促進を目的として小学校で出前体験講座を開催します。パラリンピック正式種目である「ボッチャ」等を体験し、障がい者スポーツの魅力を伝えます。派遣料は無料です。お気軽にご相談ください。
③	卓球バレー大会	卓球バレーとは障がい者スポーツの一つで6人制バレーボールのルールを元に考案され、卓球台を使いネットを挟んで椅子に座ってピンポン球を転がし、相手コートへ3打以内で打ち返すゲームです。高齢者から子ども、障がいをお持ちの方、どなたでも参加可能です。冬季開催を予定しており、詳細が決まりしだい、参加受付を予定しています。大会参加費は無料です。お気軽にご参加ください。

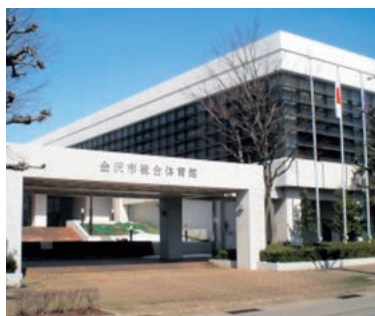


金沢マラソンサポート事業

	教室名	対象	
◇金沢マラソンへの参加を目指す市民ランナーや、これからランニングを始める初心者が参加できるマラソン教室を開催します。			
①	サタデーラン教室	一般 中級者	各教室の開催日程等が決まりしだい、申込受付開始を予定しています。
②	ナイトラン教室	一般 中・上級者	
③	シニア&ビギナーズ ラン教室	一般 初心者または 50歳以上	



開催会場マップ



①総合体育館



②中央市民体育館



⑪鳴和台市民体育館

施設一覧

	施設名	住所	TEL
①	総合体育館	金沢市泉野出町3丁目8番1号	(076) 247-0088
②	中央市民体育館	金沢市長町3丁目3番3号	(076) 260-4554
③	城北市民体育館	金沢市鳴和2丁目10番44号	(076) 251-0853
④	城東市民体育館	金沢市土清水2丁目346番地	(076) 229-3230
⑤	城南市民体育館	金沢市若草町1番60号	(076) 244-1843
⑥	城西市民体育館	金沢市木曳野1丁目3番地	(076) 268-3899
⑦	森本市民体育館	金沢市弥勒町ヨ50番地1	(076) 257-1906
⑧	浅野川市民体育館	金沢市大河端西1丁目96番地	(076) 238-0277
⑨	額谷ふれあい体育館	金沢市額谷町ヌ16番地	(076) 296-1123
⑩	西部市民体育会館(体育館・プール)	金沢市東力町ハ250番地	(076) 291-6450
⑪	鳴和台市民体育会館(体育館・プール)	金沢市鳴和台285番地	(076) 251-3963
⑫	城北市民テニスコート	金沢市松寺町西90番地1	(076) 237-6028
⑬	東金沢スポーツ広場	金沢市三池町240番地1	(076) 252-0318
⑭	西金沢テニスコート	金沢市西金沢3丁目684番地	(076) 240-3848
⑮	大徳テニスコート	金沢市観音堂町ト1番地1	(076) 266-1122
⑯	城東テニスコート	金沢市土清水2丁目346番地	(076) 229-3230
⑰	陸上競技場	金沢市弥生3丁目5番1号	(076) 241-0049
⑱	球技場	金沢市富樫3丁目8番10号	(076) 241-0049
⑲	安原スポーツ広場	金沢市下安原町東1127番地	(076) 240-2098
⑳	医王山スキー場	金沢市俵町テ甲21番地	(076) 229-0209
㉑	内川スポーツ広場	金沢市山川町1の1番地	(076) 229-4013
㉒	戸室スポーツ広場	金沢市戸室新保ト35番地	(076) 236-1322
㉓	西部市民憩いの家	金沢市東力町ハ256番地	(076) 291-4520
㉔	金沢プール	金沢市磯部町ハ55番地	(076) 251-3535

スポーツごころを世界に。



ヨネックス株式会社
TEL.03-3838-1221 (代)
www.yonex.co.jp





TASTE THE FEELING



北陸コカ・コーラボトリング株式会社

HISABE ECU-COLA BOTTLING CO., LTD. (株)北陸コカ・コーラボトリング
Coca-ColaはThe Coca-Cola Companyの登録商標です。



まち 都市が元気だから 会社も元気

○ 建築付帯電気設備

○ 電力施設

○ 電線線・情報通信

○ エコ事業

○ 総合メンテナンス



 **米沢電気工事株式会社**

本社 金沢市進和町 32 番地 <http://www.yonezawa.co.jp>
 東京支店 / 大阪支店 / 名古屋支店 / 富山営業所 / 新潟営業所 /
 福井営業所 / 長野営業所 / 埼玉営業所 / 白山営業所 / 小松営業所



いろいろなお仕事
あります！

会員
募集中

60 歳からの
「働きたい」
をサポート

公益社団法人
金沢市シルバー人材センター
 〒920-0051 金沢市二口町ニ 24-5
 TEL 076-222-2411 FAX 076-224-0774

HIRASAWA BUSINESS
(有)平澤ビジネス

 OA 機器  事務用品・ギフト用品
 オフィス家具  インテリア

☎ 076-243-2647 FAX:076-245-3889



〒921-8102 金沢市西大桑町17-25
E-mail:h-business@nsknet.or.jp



総合ビルメンテナンス
 (以下 ISO9001 適用外)
 警備 / 一般建設業 (電気工事)
 人材派遣
 白山市市営住宅指定管理業務
 クアハウス九谷指定管理業務



ビルの快適を創造する 

株式会社 ビー・エム北陸

代表取締役社長 谷本 紀子

〒921-8163 金沢市横川 6 丁目 7 0 番地
 (TEL) 076-247-2020 (FAX) 076-247-2144

白山支店 : 白山市村井町 4 8 0 - 1 (TEL) 076-275-2710
 能美支店 : 能美市吉原町 7 8 - 1 (TEL) 0761-55-0365
 小松支店 : 小松市平面町 1 5 0 - 1 (TEL) 0761-21-2490
 加賀支店 : 加賀市作見町 1 5 4 - 2 (TEL) 0761-74-0151
 富山支店 : 富山市根塚町 1 丁目 7 - 4 (TEL) 076-493-2197



・保守管理

電気・機械設備運転監視業務
 消防・防災設備定期法定点検業務
 プール水質管理業務
 各種機器点検業務

・設備設計管理

空調和
 給排水衛生
 電気設備
 環境衛生設備
 クリーンルーム設備

・建築設計監理

〒921-8116
 石川県金沢市泉野出町2丁目7番13号
 TEL: (076) 247-3251 FAX: (076) 241-7329



株式会社
ムラシマ事務所

当社はエコアクション21を取得。
 認証番号 0009660

創る力と伝える技術で、人と社会のワクワクを創出する
能登印刷株式会社
 NOTO PRINTING

代表取締役 能登 健太郎

本 社 〒920-0855 石川県金沢市武蔵町7番10号
 メディア事業部(白山工場) 〒924-0013 石川県白山市番匠町293番地
 富山営業所/東京営業所/関西営業所/シナジー株式会社/株式会社梧桐書院

太陽光発電システム(2,000kW)

電力消費量の多い公共施設・事業所などでは、社会貢献の一環としても、クリーンな太陽光発電の導入が期待されています。



空調・給排水衛生設備
 電気設備、昇降機設備
 太陽光発電、ビル監視システム
 環境システム、消融雪設備
 太陽光型植物生産事業

北菱電興株式会社

取締役社長 小倉 一郎

本 社 / 金沢市古府3丁目12番地 〒920-0362
 TEL (076) 269-8500 (代表)
 支 店 / 富山・福井 営業所 / 白山・東京

印刷は時代と共に進化する...



NAKAGAWA
 Printing
 株式会社 中川印刷



本 社 / 金沢市浅野本町2167 TEL076-252-6556代 FAX076-251-0651
 URL <http://www.nakagawa-p.jp/> E-mail: pnakagawa@yu.incl.ne.jp



ニシナガスーツ

〒921-8013 金沢市新神田4丁目5番24号
 TEL(076)292-0388(代) FAX(076)292-0588
<http://www.nishinaga.jp/>



ちゃんと、きちんと。
日新電設株式会社

代表取締役 松井 哲之
 〒921-8177 金沢市伏見台 2丁目 6-35
 TEL 076-244-0020 FAX 076-244-2672

くらしに安全を 災害の防止をとおして人命と財産の保護に貢献します

〈業務内容〉

- 各種消防設備設計、施工
- 各種消防設備定期点検
- 防犯カメラ、防犯設備設計、施工
- デジタルテレビ受信設備設計、施工
- オースコール・インターホン設備設計、施工
- 電気時計設備設計、施工
- 電話・LAN設備設計、施工



各教室のお申込みについて



▶お申込み方法

各教室の受講をご希望される方は、必ず事前にお問い合わせください。
定員に達している場合は、すぐに受講できませんのでご了承ください。

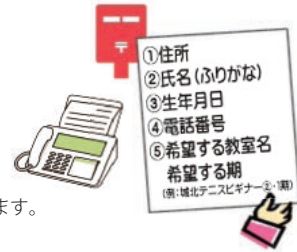
▶短期教室のお申込み方法(P5～P6)

P5～P6にあるテニス教室は短期教室になり、はがきもしくはFAXでのお申し込みとなります。
必要事項をご記入のうえ、申込締切日必着でお申し込みください。なお、お申し込み者多数の場合は抽選となりますのでご了承ください。お申し込みはお一人につき1教室1期ではがきかFAXどちらか1枚にてお申し込みください。

※事業団ホームページ「かなざわスポーツねっと」内のスポーツ推進事業に様式がありますので、ご活用ください。

【必要事項】

- ①住所
- ②氏名(ふりがな)
- ③生年月日
- ④電話番号
- ⑤希望教室名・希望する期
(例:城北テニスビギナー②・1期)



※各教室の受講料には、施設使用料、傷害保険料、消費税、諸経費等が含まれています。

問合せ・申込み先



公益財団法人 金沢市スポーツ事業団

Kanazawa Sports Facilities & Activities Foundation

〒921-8116

金沢市泉野出町3丁目8番1号(金沢市総合体育館内)

tel ☎ 076-247-9019 fax ☎ 076-247-9016

受付時間 9:00～17:30(平日)

スポーツしまっし!
スポーツ推進事業

スポーツ教室に入りたいけど、どんな教室があるのかな？
どんなスポーツチームやサークルが活動しているのかな？
金沢市内にはどんな体育施設があるのかな？

仲間同士でスポーツしたいけど、
どうすれば施設を使えるのだろう？
『かなざわスポーツねっと』
『金沢市営スポーツ施設ガイド』には、
スポーツに関するさまざまな情報が
満載です！

