

Friend

久御山町ふれあい交流館ゆうホール | 久御山町総合体育館

2023. APRIL

No.25

久御山中央公園野球場 | 久御山中央公園庭球場 | 久御山町立町民プール
久御山町立町民プール庭球場 | 木津川河川敷運動広場野球場 | 木津川河川敷運動広場球技場

健康



趣味



体験



皆さんの地域交流活動をサポート!



*メイン・サブアリーナは休日は割増料金になります。

部屋名	収容人数	使用料(円)		
		午前	午後	夜間
2F				
交流ホール (平日)	240	6,600	8,800	8,800
(土・日・祝日)		7,900	10,500	10,500
ボランティアルーム	16	600	800	800
3F				
創作活動室	30	1,200	1,600	1,600
ミーティングルーム	24	900	1,200	1,200
視聴覚室	30	900	1,200	1,200
交遊室	30	1,500	2,000	2,000

※この料金は、基本料金のため、冷暖房費、町外者・営業等の利用については別途料金となります。

部屋名	収容人数(区分)	使用料(円)		
		午前	午後	夜間
1F				
サブアリーナ*	(小)	600	800	800
	(大)	900	1,200	1,200
会議室1・2	18	600	800	800
ミーティングルーム	8	600	800	800
トレーニングルーム	1回につき300円(3時間まで)			
2F				
メインアリーナ*	(全面)	3,600	4,800	4,800
	(半面)	1,800	2,400	2,400
	(1/3面)	1,200	1,600	1,600

ご意見・ご要望・
お問い合わせは…

公益財団法人 久御山町文化スポーツ事業団

<http://kumiyama-bunka-sports.jp/>



●ゆうホール

〒613-0031 久御山町佐古外屋敷235番地
TEL. 0774-45-0002 FAX. 0774-46-5610
E-mail: youhall@kumiyama-bunka-sports.jp

開館時間 午前9時から午後10時まで

休館日 毎週月曜日(祝日の場合は開館) / 12月28日から1月4日

●総合体育館

〒613-0022 久御山町市田新珠城313番地
TEL. 0774-44-3700 FAX. 0774-44-2203
E-mail: taiikukan@kumiyama-bunka-sports.jp

開館時間 午前9時から午後10時まで

休館日 毎週水曜日(祝日の場合は開館) / 12月29日から1月3日



交流ホール



創作活動室



視聴堂室 ボランティアルーム ミーティングルーム 交遊室 コスモドーム

総合体育館

もっと元気に、もっと楽しく、スポーツライフを満足させる。日々の暮らしの中で、健康づくりに励む人たちの楽しい表情があります。より快適なスポーツライフをサポートするためのステージとしてご利用ください。



メインアリーナ



トレーニングルーム



トレーニングルーム シャワールーム ミーティングルーム 会議室 サブアリーナ

令和5年度 ゆうホール 事業計画

住民の皆さんが互いに交流できる生涯学習施設として 幼児向けから一般向けの体験教室を開催します。

事業内容を中止・変更する可能性があります。詳細は、広報くみやま1日号をご覧ください。

ものづくり

プランターで 野菜を育てる教室



プランターで花や野菜を栽培し、土に触れる体験と収穫を楽しみます。

回数 年2回 期間 4・10月

フラワー アレンジメント教室



季節の草花を使って時節にちなんだ作品を作ります。

回数 年2回 期間 10・2月

小学生の部／大人の部

幼児からの 物づくり教室

親子で楽しいおもちゃなどを作ります。

回数 年1回 期間 8月

小学生もの作り教室



いろいろな材料を使って、楽しいものづくりを体験します。回数 毎月1回

夏休み工作教室

夏休みの自由研究として工作に取り組みます。

回数 年1回 期間 夏休み中

陶芸チャレンジ教室

陶芸サークルの方から焼き物作りを教わります。

回数 年1回 期間 7月

お絵かき教室

レイアウトや遠近法など絵の描き方の基本を学びます。

回数 3回コース

野外活動

親子デイキャンプ教室

デイキャンプ場等へ行き、親子で野外炊飯を体験します。

回数 年1回 期間 10月

歩き遠足



自然を観察しながら楽しく歩いていく遠足です。

回数 年2回 期間 5・11月

科学・観察

週末の星空観察会

週末に望遠鏡や双眼鏡で星や星座など天体を観察します。

回数 毎月2回

小学生(親子)科学教室



科学の不思議や面白さを体験します。

回数 年6回

親子で天体教室



星座や星の見つけ方、天体望遠鏡などの扱い方を学びます。

回数 年1回

身近な野鳥観察会



身近にいる野鳥を季節ごとに観察します。

回数 年3回
期間 4・8・1月

木津川観察教室

川の流れや石ころ、生き物などを観察します。

回数 年1回
期間 5月

料理

おうちごはんの達人

調理器具の使い方や包丁での飾り切りなどと、ひと手間加えてプロの味のノウハウを学びます。

回数 年3回

手作りお菓子教室



季節にあったお洒落なスイーツ作りを学びます。

回数 年3回
期間 8・10・2月

男の料理教室



男女共同参画のもと料理を作る楽しさを学びます。

回数 年5回

食文化講座

久御山町に伝わる伝統食を学びます。

回数 年2回

加工食品教室



地元の人材と食材を活用し、健康食を作ります。

回数 年1回

くらし

コーヒーセミナー



コーヒー豆の産地や、焙煎時間による味の違いと、おいしいいれ方を学びます。

回数 年1回

お茶セミナー

お茶の歴史や淹れ方などと山城特産のお茶について学びます。

回数 年1回

きもの着付け教室



着物の美しい着付けと和装のマナーを学びます。

回数 年1回(3回連続コース)
期間 11月

手作りアロマ教室



好みの香りでアロマグッズを作ります。

回数 年2回

スマホ

スマホ相談会

携帯ショップに行くまでもないが、ちょっと聞きたいなど、スマホの使い方の方の個人相談会を開催します。

回数 毎月2回

趣味

ちぎり絵教室



初心者でも始められるちぎり絵の体験し、迎春を飾る作品を作ります。

回数 年1回 期間 12月

名作ビデオ鑑賞会



自然・紀行・映画などの作品を鑑賞します。

回数 毎月1回

レトロ音楽教室

昔懐かしい曲を聴きながら歌います。

回数 年1回 期間 10月

寄せ植え教室



季節の草花で寄せ植えを楽しみます。

回数 年3回

樹木ウォッチング教室

専門家の案内で樹木ウォッチングを楽しみます。

回数 年2回 期間 11・2月

童謡を楽しむ会

ピアノにあわせ、童謡などを楽しく歌います。(おおむね50歳以上)

回数 毎月2回

脳若返りプロジェクト

楽しい学習プログラムで脳の活性を図り、若返りを目指します。(おおむね50歳以上)

回数 毎月1回

大人ものづくり教室



いろいろな材料を使い、楽しいもの作りを体験します。

回数 年6回

大人ものづくり教室

(夜間開催)

昼間の教室に参加が困難な方に、楽しい工作づくりの参加の機会を提供します。(内容は大人ものづくり教室と同様)

回数 年5回

見学会

博物館見学ツアー



博物館や科学館の展示を観覧します。(小学3～6年生)

回数 年2回

文化施設見学会

博物館や美術館、建造物などに訪ずれ展示作品を鑑賞します。

回数 年1回

イベント

音楽出前コンサート

町内3小学校に出向き、音楽コンサートを開催します。

回数 各校1回 期間 10～3月

子どもフェスタ

様々なコーナーにおいて、ものづくりの体験やアニメ映画大会を開催します。

回数 年1回 期間 10月

お申し込みについて

* 受付期間

毎月2日～8日(*2日が月曜日の場合は3日～になります。)
午前9時～午後9時

* 申込方法

電話または来館のうえ、参加者本人か保護者が申し込んでください。

* 参加費について

来館申込時か開催日当日にゆうホール窓口(午前9時～午後9時)でお支払いください。

[お問い合わせ]

ゆうホール
TEL:0774-45-0002
毎週月曜日休館
(祝日の場合は開館)

HPはこちらから



令和5年度 総合体育館 事業計画

事業内容を変更する可能性があります。詳細は、広報くみやま1日号をご覧ください。

各種スポーツ事業の拠点である総合体育館では、地域スポーツの振興と体育・スポーツ活動の充実を図ります。

幼児・小学生向け

幼児体操教室

マット運動などを通して体力づくりをします。(年中・年長)
期間 5月～(3回コース)

キッズダンス教室



バックダンサーのような振り付けで踊ります。(年長～小学生)
期間 10月～(8回コース)

小学生バスケットボール教室



バスケットボールの基本技術を習得します。(小学4年生～6年生)
期間 11月～(5回コース)

小学生卓球教室

卓球の基本技術を習得します。(小学4年生～6年生)
期間 2月～(5回コース)

小学生バレーボール教室

バレーボールの基本技術を習得します。(小学3年生～6年生)
期間 5月～(7回コース)

小学生サッカー教室



サッカーの基本技術を習得します。(小学生) 期間 5月～(7回コース)

小学生バドミントン教室

バドミントンの基本技術を習得します。(小学生) 期間 9月～(6回コース)

小学生ソフトテニス教室



ソフトテニスの基本技術を習得します。(小学3年生～6年生)
期間 9月～(6回コース)

小学生フットサル教室

フットサルの基本技術を習得します。(小学3年生～6年生)
期間 1月～(5回コース)

健康

ランニング教室



ランニングのフォームや走り方を習得します。 期間 10月～(2回コース)

ピラティス教室



呼吸法を活用しながら体幹をゆるやかに鍛えます。
期間 前期:4月～/中期:8月～/後期:12月～/夜間の部:11月～(それぞれ8回コース)

ヨガ教室

ヨガとストレッチを組み合わせて体操をします。
期間 夜間の部:8月～(8回コース)

健康エクササイズ教室

有酸素運動とストレッチによって体力の向上や健康の保持増進を図ります。
期間 夜間の部:1月～(7回コース)

体幹トレーニング教室

腹筋や背筋などの体幹をバランスよく鍛えます。
期間 夜間の部:4月～/午前の部:1月～(それぞれ8回コース)

健康体操教室



ストレッチとゆるやかな動きにより健康の保持増進を図ります。
期間 前期:4月～/中期:8月～/後期:12月～(それぞれ8回コース)

ヨガ・ストレッチ教室



ヨガとストレッチを組み合わせて体操をします。
期間 春季:4月～/夏季:7月～/秋季:10月～/冬季:1月～(それぞれ10回コース)

フラダンス教室



フラダンスの動きによって、ウエストを引き締めて大腰筋を鍛えます。
期間 春季:4月～/夏季:7月～/秋季:10月～/冬季:1月～/夜間の部:6月～(春季・夜間の部8回コース、夏季・秋季・冬季10回コース)

エアロビクス&ナチュラルエクササイズ教室

有酸素運動とストレッチによって体力の向上や健康の保持増進を図ります。
期間 5月～(8回コース)

トレーニング機器使用講習会&相談日

トレーニングの基礎知識や使用方法を説明します。
回数 午前の部・夜間の部:毎月各2回

イベント

スポーツに親しむ日

気軽に参加できるスポーツを提供し、健康づくりのきっかけにさせていただきます。
回数 年2回 期間 6月・11月

体育館開放スポーツデー

第2土曜日の午前中、メインアリーナを無料で開放します。バスケットボール、小学生用バスケットボール、バドミントン、卓球など
期間 毎月第2土曜日(8月を除く)

お申し込みについて

*受付期間

毎月2日～(*2日が水曜日の場合は3日～になります)
午前9時～

*申込方法

電話または来館のうえ、参加者本人が保護者が申し込んでください。

*参加費について

来館申込時か開催日当日に総合体育館窓口にてお支払いください。

[お問い合わせ]

総合体育館
TEL:0774-44-3700
毎週水曜日休館
(祝日の場合は開館)

HPはこちらから

