

2026年度 高槻市体力づくり教室日程表

《開催場所》 高槻市立総合スポーツセンター

教室名	内容	時間	曜日	回数	対象者	料金	期間
親子ではじめるスポーツ	いろんな体育道具を使い、親子で楽しく身体を動かします。	10:30～11:30	木	各10	2・3歳児 (2022年 4月 2日～ 2024年 4月 1日生まれ) と保護者	4,000円	春季 (4月～6月) 秋季 (10月～12月)
		10:40～11:40	土				夏季 (7月～9月) 冬季 (1月～3月)
健康維持スポーツ	レクリエーションスポーツや卓球など、いろんなスポーツを実施します。スポーツを通じて同じ年代の仲間と楽しく身体を動かします。	13:15～14:45	木	各10	60歳以上	4,000円	春季 (4月～6月) 秋季 (10月～12月) 冬季 (1月～3月)
幼児体育教室	マット運動や鉄棒などの基本技術やボール運動や走り方といった運動を行い、習得を目指します。	15:40～16:40	金	各10	4・5歳児 (2020年 4月 2日～ 2022年 4月 1日生まれ)	3,000円	春季 (4月～6月) 夏季 (7月～9月) 秋季 (10月～12月) 冬季 (1月～3月)
ジュニアスポーツ	小学1年～6年までの様々な学年と交流しながら、いろんなスポーツを一緒に楽しみます。	9:15～10:25	土	各10	小学生 (全学年)	3,000円	春季 (4月～6月) 夏季 (7月～9月) 秋季 (10月～12月) 冬季 (1月～3月)
障がい児親子体育教室 ※①	いろんな体育道具を使い、「走る」「跳ぶ」「投げる」など運動の基本的な動作を、『遊び』を通して習得し、親子で楽しく身体を動かします。	10:35～11:50	土	各10	3歳(教室の開始日までに)～小学6年生の障がい児と保護者	1,000円	春季 (4月～6月) 秋季 (10月～12月)
★障がい児・者スポーツ教室 ※②	フライングディスクやトランポリン、その他様々な球技をみんなと一緒に楽しみます。	10:00～11:30	金	20	障がい児・者 (小学生以上)	1回 100円 小中学生 50円	年間通じて20回
★みんなでパラスポーツを楽しもう！ ※②	車いすスポーツやポッチャなどの障がい者スポーツが体験できる教室です。	19:00～20:30	月	5	どなたでも (小学生以上)	無料	年間通じて5回

※① 障がい児親子体育教室

子ども1人に対して、保護者1人での参加になります。抱っこ紐などで子どもを抱きかかえてのご参加は、危険ですのご遠慮下さい。

申込者多数で抽選となった場合は、障がい者手帳をお持ちの方を優先させていただきます。

※② 障がい児・者スポーツ教室、みんなでパラスポーツを楽しもう！は当日、窓口でお申込みください。

■参加対象について

・高槻市内在住、通勤、通学の方に限ります。
詳しくは『高槻市立総合スポーツセンター』のホームページ
(<https://shisetsu-mizuno.jp/m-7202>)をご覧ください。



【申込方法】

「高槻市立総合スポーツセンターホームページ」から申込をお願いします。

◇申込多数の場合は抽選となります。

◇申込期間

春季：3/10～3/20 夏季：6/10～6/20 秋季：9/10～9/20 冬季：12/10～12/20

〒569-0823 芝生町4丁目1-1 高槻市立総合スポーツセンター

☎072-677-8200 休館日毎月第2火曜日（祝日の場合は翌平日）

主催・運営：高槻みらい創造パートナーズ