

# みんなのスポーツ

秋田県総合公社主催事業広報誌

## 入門スポーツ教室 (幼児・小学生・中学生)

問合せ・受付については裏面をご覧ください

**総合プール** **わんぱく水泳教室** 幼児 (年少～年長児) ☎ (向浜)

水に慣れながら水で遊ぶことの楽しさを学びます。

<b>1回目</b> 開催時期：5月25日～6月11日(月・木) 申込期間：4月27日(月)から	<b>2回目</b> 開催時期：6月18日～7月9日(月・木) 申込期間：5月25日(月)から
<b>3回目</b> 開催時期：8月24日～9月10日(月・木) 申込期間：7月27日(月)から	<b>4回目</b> 開催時期：10月26日～11月12日(月・木) 申込期間：9月28日(月)から

時 間：15：30～16：30 回 数：各6回  
参加料：各3,800円 定 員：各40名  
講 師：(公財)日本体育協会公認指導員及び水泳指導員 ほか

**総合プール** **ジュニア水泳教室** 小学生 ☎ (向浜)

水で遊ぶことの楽しさを学び、水泳の基礎を身につけます。

<b>1回目</b> 開催時期：5月25日～6月11日(月・木) 申込期間：4月30日(木)から	<b>2回目</b> 開催時期：6月18日～7月9日(月・木) 申込期間：5月28日(木)から
<b>3回目</b> 開催時期：8月24日～9月10日(月・木) 申込期間：7月30日(木)から	<b>4回目</b> 開催時期：10月26日～11月12日(月・木) 申込期間：10月1日(木)から

時 間：17：00～18：00 回 数：各6回  
参加料：各3,800円 定 員：各40名  
講 師：(公財)日本体育協会公認指導員及び水泳指導員 ほか

**総合プール** **すまいるキッズスイミング** 幼児 (年少～年長児) 往復 はがき

水に慣れ、水で遊ぶことの楽しさを学びながら水泳の基礎を身につけます。年間を通して活動し基礎体力の向上を図ります。

開催時期：5月～3月 毎週水曜日  
時 間：15：30～16：30  
月 謝：2,900円(8・1・2月は1,500円) 定 員：45名  
講 師：(公財)日本体育協会公認指導員及び水泳指導員 ほか



申込者多数の場合は抽選となります。  
申込方法：往復はがき  
(詳細はお問合せいただくか、ウェブサイトをご覧ください)  
申込期間：4月1日(月)から15日(水)必着

**総合プール** **ジュニアスイミング** 小学生 往復 はがき

水に慣れ、水で遊ぶことの楽しさを学びながら水泳の基礎を身につけます。年間を通して活動し基礎体力の向上を図ります。

開催時期：5月～3月 毎週水曜日  
時 間：17：00～18：00  
月 謝：3,500円(8・1・2月は1,800円) 定 員：70名  
講 師：(公財)日本体育協会公認指導員及び水泳指導員 ほか




**武道館** **初心者空手道教室** 幼児～中学生 ☎ (武道)

空手の基礎及び基本を通して、礼儀とルールを学びます。身体を動かすことから、心と体を鍛えます。

開催時期：6月9日～6月26日(火・金)  
申込期間：5月11日(月)から  
時 間：17：00～18：30  
回 数：全6回

参加料：3,500円  
定 員：20名  
講 師：石塚 司(秋田県空手道連盟理事長 剛柔会忍会主席師範)



**武道館** **初心者柔道教室** 幼児～中学生 ☎ (武道)

柔道の礼儀作法と基本的な技を学びます。柔道の技やゲームを取り入れた運動で、楽しみながら身体を動かし心技体を鍛えます。

<b>前期</b> 開催時期：6月9日～6月25日(火・木) 申込期間：5月11日(月)から	<b>後期</b> 開催時期：10月6日～10月22日(火・木) 申込期間：9月4日(金)から
--	---

時 間：17：00～18：30  
回 数：各6回  
参加料：各3,500円  
定 員：各20名  
講 師：小川正悦  
(秋田県柔道連盟 講道館柔道七段)



一般財団法人秋田県総合公社

<http://www.akisouko.com/>

※掲載しています教室や大会等の内容に変更が生じる場合があります。また、教室参加の申込みが少ない場合、中止させていただくことがあります。詳しくは各受付までお問い合わせいただくか、ウェブサイトをご覧ください。



# 入門スポーツ教室(一般) 楽しく健康づくり♪

武道館

【初級】 通年剣道教室

年長児以上

☎  
(武道)

剣道を通して強くたくましい心と体を養い、礼法を身につけます。竹刀・防具完備。これから剣道を始めるお子さんにもオススメです。

開催時期：毎週水曜日  
 申込期間：随時  
 時 間：17:30～18:45  
 回 数：年間全40回  
 参加料：12,000円  
 定 員：30名  
 講 師：秋田県剣道連盟副会長範士八段 目黒 大作 他2名



武道館

【上級】 通年剣道教室

16歳以上

☎  
(武道)

剣道は生涯スポーツとして幅広い年齢層に親しまれています。昇段を目指す方、中断していて再開される方など様々ですが共に稽古しています。

開催時期：毎週水曜日  
 申込期間：随時  
 時 間：19:00～20:30  
 回 数：年間全40回  
 参加料：12,000円  
 定 員：30名  
 講 師：秋田県剣道連盟副会長範士八段 目黒 大作 他2名



武道館

少林寺拳法で護身術体験教室

小学生以上

☎  
(武道)

少林寺拳法は守りと反撃からなる護身術です。危険から安全に逃れる方法を少林寺拳法の基礎・基本を活かして学びます。

開催時期：8月4日～9月1日(火)  
 申込期間：7月6日(月)から  
 時 間：18:00～19:00  
 回 数：全5回  
 参加料：3,300円  
 定 員：20名  
 講 師：少林寺拳法 大拳士五段 保坂はるみ



向浜  
運動広場

向浜テニス教室

16歳以上

☎  
(向浜)

県民を対象にテニス教室を開催し、スポーツの楽しさ、仲間との出会いを通じて生涯スポーツの推進を図ります。

**1回目**  
 開催時期：5月20日～6月24日(水)  
 申込期間：4月28日(火)から

**2回目**  
 開催時期：7月8日～8月19日(水)  
 申込期間：6月16日(火)から

**3回目**  
 開催時期：9月2日～10月7日(水)  
 申込期間：8月4日(火)から

時間：19:00～21:00  
 回数：各6回 参加料：各6,200円  
 定員：各30名 講 師：秋田県テニス協会



体育館

ソフトエアロビクス教室Ⅰ

16歳以上

☎  
(県体)

音楽に合わせてウォーキングエクササイズやストレッチ運動を行います。有酸素運動で健康増進を図りましょう。

開催時期：6月4日～7月9日(木)  
 申込期間：5月7日(木)から  
 時 間：13:00～14:15  
 回 数：全6回  
 参加料：3,000円  
 定 員：15名  
 講 師：森本さおり(社日本エアロビクス協会公認エアロビクスインストラクター)



体育館

卓球教室

中学生以上

☎  
(県体)

どなたでも気軽に参加できる教室です。技の習得を通して卓球の楽しさを味わいませんか。

開催時期：9月17日～10月22日(木)  
 申込期間：8月3日(月)から  
 時 間：18:30～20:30  
 回 数：全6回  
 参加料：中学生2,000円  
           高専大2,500円  
           一 般3,000円  
 定 員：20名  
 講 師：秋田県卓球協会推薦講師



武道館

フラダンス教室

16歳以上

☎  
(武道)

5日間の短期教室で、楽しく1曲マスターします。スカートの貸出もありますので、初心者さんも気軽に参加出来ます。

**前期**  
 開催時期：6月9日～6月23日(火・木)  
 申込期間：5月11日(月)から

**中期**  
 開催時期：9月1日～9月15日(火・木)  
 申込期間：8月3日(月)から

時間：13:30～14:30  
 回数：各5回  
 参加料：各3,300円  
 定員：各20名  
 講師：菊地美栄子(フラ ハラウ オ メレ アロハ 代表ほか)



武道館

太極拳教室

16歳以上

☎  
(武道)

5日間の短期教室です。柔らかい動きとゆっくりとした呼吸で心と体を健康に鍛えます。

開催時期：7月9日～8月6日(木)  
 申込期間：6月8日(月)から  
 時 間：10:00～11:30  
 回 数：全5回  
 参加料：3,300円  
 定 員：20名  
 講 師：高橋アヤ子(日本武術太極拳連盟3段・A級指導員)



# 水泳・水中運動教室(一般)

(向浜)

通年	<b>水中運動教室</b> 16歳以上 水中運動を通し、日々の健康維持・増進及び生涯スポーツの推進を図ります。 開催時期：4月～3月(毎週水曜日) 時間：13:00～14:30 参加料：1回800円(定期券550円) 定員：30名 講師：藤原敦子(水中運動指導員)	<b>水泳ステップアップ教室</b> 16歳以上 基本的な泳法を身につけ、健康の維持・増進及び生涯スポーツの推進を図る 年間を通して活動し基礎体力の向上を図ります。 開催時期：5月～3月(毎週木曜日) 時間：14:00～15:00 月謝：4,000円(定期券3,000円)※8・1・2月は半額 定員：30名 講師：(公財)日本体育協会公認指導員及び水泳指導員 ほか
	<b>初級アクア運動</b> 16歳以上 水の中で体を動かし、健康の維持・増進及び生涯スポーツの推進を図ります。水中運動初心者向けです。 開催時期：5月28日～6月18日(木) 参加料：3,000円(定期券2,000円) 申込期間：4月21日(火)から 定員：20名 時間：10:30～11:30 回数：全4回 講師：殿村美和子((公財)日本体育協会公認指導員)	<b>大人のための水泳教室</b> 16歳以上 基本的な泳法を身につけ、健康の維持・増進及び生涯スポーツの推進を図ります。 1回目 開催時期：6月2日～6月19日(火・金) 申込期間：5月1日(金)から 2回目 開催時期：9月25日～10月13日(火・金) 申込期間：8月21日(金)から 時間：13:30～14:30 回数：各6回 定員：各30名 参加料：各4,500円(定期券3,400円) 講師：(公財)日本体育協会公認指導員・水泳指導員
	<b>アクアエクササイズ</b> 16歳以上 気軽に取り組める水中運動を通し、健康の維持・増進及び生涯スポーツの推進を図ります。 1回目 開催時期：6月1日～6月29日(月) 申込期間：4月28日(火)から 2回目 開催時期：8月24日～9月14日(月) 申込期間：7月21日(火)から 時間：19:00～20:00 回数：各4回 定員：各30名 参加料：各3,000円(定期券2,000円) 講師：藤原敦子(水中運動指導員)	<b>Let's エンジョイ 健康教室 ～転倒予防のコツ伝授～</b> 55歳以上 日々の生活における転倒や骨折、寝たきりの予防を目的とし、バランス感覚と体力を養います。 1回目 開催時期：6月9日～6月30日(火) 申込期間：5月12日(火)から 2回目 開催時期：9月1日～9月29日(火) 申込期間：7月28日(火)から 時間：10:30～11:30 回数：各4回 定員：各30名 参加料：各3,000円(定期券2,000円) 講師：藤原敦子(転倒予防普及員)



# 親子で参加できるスポーツ教室(乳幼児～小学生)

<b>武道館</b> <b>ベビーマッサージ&amp;ファーストサイン教室</b> 生後2か月～1歳までの乳幼児と保護者 (武道) オイルを使って優しく赤ちゃんにマッサージするほか、簡単なファーストサインの実践とお歌を交えて楽しく親子のコミュニケーションを図ります。 前期 開催時期：5月14日～6月18日(木) 申込期間：4月13日(月)から 中期 開催時期：8月27日～10月1日(木) 申込期間：7月21日(火)から 時間：10:30～12:00 回数：各6回 参加料：各1組3,500円 定員：各15組 講師：中川典子 (ロイヤルセラピスト協会認定講師)	<b>武道館</b> <b>親子スポーツチャンバラ教室(前期)</b> 幼児～小学生と保護者 (武道) チャンバラごっこをアレンジした楽しいスポーツ。子供同士の対戦や親子対戦で、スキンシップを図りながら遊びのルールを学び心技体を鍛えます。 開催時期：7月28日～8月18日(火・金) 申込期間：6月29日(月)から 時間：10:00～11:30 回数：全6回 参加料：各1組3,500円 (お子様1人追加につき+1,000円) 定員：全20組 講師：工藤佑八 (秋田県スポーツチャンバラ協会会長)
---	---



<b>武道館</b> <b>幼児教室</b> 1歳～3歳までの乳幼児と保護者 (武道) 歌や手遊び、ボールやフラフープを使っての体を動かす遊びを通して、親子のコミュニケーションを図り、お友達と一緒に遊ぶことで社会性を育みます。 開催時期：6月10日～7月22日(水) 申込期間：5月11日(月)から 参加料：1組3,500円 定員：17組 時間：10:30～12:00 回数：全6回 講師：中川典子(ロイヤルセラピスト協会認定講師)
--

<b>総合プール</b> <b>ベブースイミング教室</b> 生後6ヶ月～2歳までの乳幼児と保護者 (向浜) 水で遊ぶことの楽しさを学びながら、親子のふれあいを深めます。
1回目 開催時期：6月3日(水) 申込期間：5月11日(月)から 2回目 開催時期：7月15日(水) 申込期間：6月22日(月)から 3回目 開催時期：7月29日(水) 申込期間：7月6日(月)から 4回目 開催時期：8月5日(水) 申込期間：7月13日(月)から 5回目 開催時期：8月26日(水) 申込期間：8月3日(月)から 6回目 開催時期：9月2日(水) 申込期間：8月10日(月)から 7回目 開催時期：9月9日(水) 申込期間：8月17日(月)から 8回目 開催時期：9月30日(水) 申込期間：9月7日(月)から
時間：10:30～11:30 参加料：各1組600円 定員：各40組 講師：池本かおる 殿村美和子 新号芳恵 ((公財)日本体育協会公認指導員・水泳指導員)



# スポーツ交流大会

体育館

## 【ニュースポーツ交流大会】 ターゲット・バードゴルフ大会

一般男女

☎  
(県体)

ニュースポーツの普及・振興を図り、健康・体力づくりや参加者相互の親睦を深めましょう。

場 所：県立中央公園 運動広場  
日 時：6月28日(日)

### 募 集 要 項

申込期間：5月11日(月)から  
参加資格：一般男女  
定 員：72名  
大会参加費：1人 1,500円



中央公園

## 第22回県立中央公園 女子ミニバスケットボール交流会

小学生

☎  
(中央)

今回で22回目となる女子ミニバスケットボールの交流会です。県内各地域からたくさんのチームが参加します。

場 所：県営トレーニングセンター(アリーナ)  
日 時：5月9日(土)・10日(日) 9:00~17:00

### 募 集 要 項

申込期間：3月9日(月)から  
参加資格：秋田県内の小学生(女子)チーム  
定 員：12チーム(先着順)  
大会参加費：1チーム 5,000円



中央公園

## 第23回県立中央公園 女子ミニバスケットボール交流会

小学生

☎  
(中央)

今回で23回目となる女子ミニバスケットボールの交流会です。県内各地域からたくさんのチームが参加します。

場 所：県営トレーニングセンター(アリーナ)  
日 時：9月12日(土)・13日(日) 9:00~17:00

### 募 集 要 項

申込期間：7月6日(月)から  
参加資格：秋田県内の小学生(女子)チーム  
定 員：12チーム(先着順)  
大会参加費：1チーム 5,000円



中央公園

## 中央公園ウォーク

4歳以上  
(幼児、児童は  
保護者同伴)

☎  
(中央)

新緑の季節に中央公園内の自然に親しみながらウォーキングをしてみませんか？

5kmコースと10kmコースの2つからお選びいただけます。

開催時期：6月27日(土)  
申込期間：5月25日(月)から  
参加費：300円  
講 師：秋田県ウォーキング協会



# 夏休みイベント

総合  
プール

長崎宏子の  
「SWIM TO SMILE!」

詳細は  
お問合せください (向浜)

名誉館長である長崎宏子さんによる教室を開催します。親子の絆を深めるとともに、健康に対する意識の向上を図ります。

日 時：8月1日(土)・2日(日)  
申込期間：7月1日(水)から  
参加料：500円



総合  
プール

親子deレスキュー  
～水上安全法を学ぼう～

年長児以上 (向浜)

着衣水泳の体験を通して、水の事故における知識・技術や安全な水泳法、救助法を学びませんか。

日 時：8月8日(土)  
申込期間：7月7日(火)から  
参加料：600円  
定員：20名  
講師：日本赤十字社 秋田県支部指導員



こまち  
スタジアム

夏休み 親子思い出づくり隊!

小学生と  
その保護者 (向浜)

プロ野球観戦と絡め、向浜スポーツゾーン各施設において親子で体を動かすなどのコンテンツを用意し、親子の絆を深め「一生の思い出」に繋げるほか、地域スポーツの普及・推進を図ります。



日 時：7月28日(土) 申込期間：6月中旬頃～  
定員：20組

中央  
公園

中央公園  
ミステリーウォーク2015

どなたでも  
(幼児、児童は  
保護者同伴) 当日

なぞときをしながら、園内を歩くことによって、体力づくりをすることができます。抽選でQUOカードなどの賞品が当たりますよ♪

日 時：7月下旬～8月上旬(予定) 申込期間：開催期間中随時(受付窓口まで)  
時間：9:00～15:00 参加料：200円

# 施設開放

体育館

「スポーツを楽しむ日」

個人利用のため県立体育館を一般開放しています。気軽にスポーツをお楽しみください。

月	開放日
4月	2(木)・7(火)・9(木)・14(火)・16(木)・21(火)・23(木)・30(木)
5月	7(木)・12(火)・14(木)・19(火)・21(木)
6月	4(木)・11(木)・16(火)・18(木)・25(木)・30(火)
7月	2(木)・※7(火)・9(木)
8月・9月	LED照明交換工事の為、使用出来ません。
使用料	小・中学生 50円 高校・大学生 110円 一般 230円

時間帯	
【火曜日】	10時～13時、14時～17時 17時～20時
【木曜日】	17時～20時
活動種目	
・バスケットボール ・バドミントン ・ウエイトトレーニング	・ジョギング ・ミニテニス ・卓球 など

(小・中学生の方々は保護者の同伴がない場合には、19時までのご利用とさせていただきます。)

(入場の際は、内履きをご持参ください。)  
※7/7の開場時間は17:00～20:00

こまち  
スタジアム

県民開放日

県内在住の方 抽選

県民のみなさまに、県立野球場(こまちスタジアム)の利用機会を提供(開放)し、生涯スポーツの推進を図ります。

日 時：6月～10月の指定日 申込期間：4月上旬頃～  
応募方法や詳細については、向浜スポーツゾーン総合事務所までお問い合わせください。

向浜  
スポーツ  
ゾーン

向浜子どもスタンプラリー

どなたでも  
(スタンプラリー  
は中学生まで) 当日

県立総合プール・県立野球場・県立武道館を会場に様々なスポーツが体験できます。お子様とゴールデンウィークの思い出にいかがでしょうか。

参加料：無料  
日 時：5月5日(火・祝) 時間：10:00～16:00

# 無料開放

5月5日(火・祝) (こどもの日)	「向浜子どもスタンプラリー」	10:00～16:00	県立総合プール 県立武道館 こまちスタジアム(県立野球場)
	「こどもの日」 施設無料開放	10:00～17:00 9:00～17:00	県立総合プール 県立中央公園 ※制限有
8月29日(土) (県民の日)	「県の記念日」 施設無料開放	10:00～17:00	県立総合プール
		9:00～17:00	向浜運動広場(テニスコート) 県立中央公園 ※制限有

## 松竹大歌舞伎

出演 中村橋之助ほか

**日時** 平成27年7月8日(水) **会場** 秋田県民会館 大ホール

昼の部午後2時・夜の部午後6時30分開演

※6月6日(土)には「歌舞伎プレセミナー in秋田」を開催。

**演目** (一) 河竹黙阿弥作 天衣紛上野初花 河内山 質見世より玄関先まで (二) 藤娘 芝翫奴

### 第19回 あきた寄席 秋田県出身 三人落語会

【日時】平成27年9月20日(日)  
【会場】秋田県民会館小ホール(ジョイナス内)

### わくわく探検ツアー

県民会館の舞台裏を  
ご案内します。  
※平成27年 夏 開催予定

### 西本智実指揮オーケストラ公演

【日時】平成27年11月29日(日)  
【会場】秋田県民会館大ホール

### 倶楽部ジョイナス

#### 流木アート教室

平成27年7月開催予定  
日本海に流れ着いた流木をつかって  
創作活動をしてみませんか。



#### クレイクラフト教室

平成27年7月・11月、  
平成28年2月開催予定  
軽量粘土を使用した作品の創作教室です。



### 問い合わせ先

#### 県立中央公園 【中央】018-886-4141

秋田市雄和椿川字駒坂台4-1

フィールドアスレチックの開園情報をブログにアップしています。皆さまのご来園お待ちしております。ウエイトトレーニング機器が充実しているトレーニングルームも穴場です。



#### 県民会館(ジョイナス) 【県民】018-834-5055

秋田市千秋明德町2-52

秋田駅から徒歩10分。  
千秋公園の豊かな自然に囲まれた静かな環境です。  
各種余暇活動や、研修・会議の会場としてご利用いただけます。夜11時まで営業、月曜休館。



#### 県立体育館 【県体】018-862-3782

秋田市八橋運動公園1-12

ニュースポーツ用具を貸出しています。地域や仲間同士のレクリエーションにどうぞ。(グラウンドゴルフ・ユニホック・インディアカ・パタンク・ユニカールなど)



#### 県立武道館 【武道】018-862-6651

秋田市新屋町字砂奴寄2-2

放課後から参加できる初心者教室は、これから武道を始めたいお子様におすすめです。大道場や小道場は武道やスポーツの他、多目的な利用も可能です。



### 向浜スポーツゾーン総合事務所 【向浜】018-895-5056 秋田市新屋町字砂奴寄4-6

#### 県立総合プール

平日の日中に、水中ウォーキングを楽しむ方が増えています。夜8時30分まで営業(日曜・祝日除く)。仕事帰りに、泳ぐもよし、ウォーキングするもよし。



#### 県立向浜運動広場

テニスコートは、夜9時30分まで利用できます。お仕事帰りに、いかがですか四面野球広場は、夜だけでなく早朝(5時)も利用できます。早朝野球に、どうぞ。



#### 県立野球場 こまちスタジアム

全国規模の大会やプロ野球公式戦が開催できる、県内最大の本格的な野球場で県民開放日をはじめ公社主催イベントには是非ご参加ください。



### MAP

