



ACTION

2025年 11月号

サカイキャニングスポーツパーク(橋本市運動公園)からのご案内 TEL.0736-33-1866

コンテンツ CONTENTS

- イベント
 - ニューイヤーコンサート
 - 運動公園フリーマーケット
 - 和歌山県美術展覧会橋本展
- 募集
 - 各種教室

橋本市運動公園 フリーマーケット開催!!



「まっせ・はしもと〜柿まつり2025」の一環として、プール前園路にて開催します。掘り出し物を見つけに来てください。

●開催日：**11月15日(土) 16日(日) 10:00~15:00** ※雨天の場合は中止します。



ノルディックウォーキング体験会

専用のポールを両手に持って、公園内を歩きます。
正しい姿勢でテンポよく歩くことで運動効果が高まります。

11月8日(土)・12月6日(土)
10:00~11:30

- 参加費：1回600円(レンタルポール不要の場合は400円)
- 集合場所：橋本市運動公園テニスコート管理棟前
- 定員：16名 ※事前にお電話でお申し込みください。

大人のためのランニングスクール



自分に合った練習法を見つけられたり、一緒に走る仲間ができたり…
初心者大歓迎!! 走ることに興味のある方はぜひ見学にお越しください。

- 開催日時：木曜19:00~20:30
- 参加費：回数券6,000円(8枚綴) ※年間6期 計48日開催します。まずは気軽に体験参加(750円)にお越しください。

硬式テニススクール



●受講料 全8回(2ヶ月)

水曜	9:30~11:00	一般初級(12,100円)
木曜	9:30~11:00	一般初級(12,100円)
金曜	19:30~21:00	一般中級(14,300円)
土曜	17:30~19:00	一般初級(14,300円)

少人数クラスなので
初心者の方も基礎からしっかり学べます

- 入会金：2,000円(初回のみ必要)
- 定員：各クラス12名
- 指導：ウッドフィールドテニスカンパニー

※その他開催希望日時がある場合はご相談ください。 ※原則3名以上で開講のため、3名に満たない場合休講となることがございます。あらかじめご了承ください。



ニューイヤーコンサート2026

●開催日時: 令和8年1月12日(月祝) ★チケット好評発売中★
開演14時00分(開場13時30分)

- 料金: 全席指定2,000円 高校生以下500円(未就学児入場不可)
- 場所: 橋本市サカイキャニング産業文化会館 大ホール
- 指揮: 木下麻由加
- 演奏: 橋本市祝祭管弦楽団
- 曲目: 幻想交響曲 op.14/ベルリオーズ

ティンパニと弦楽のための協奏曲/ネイ・ロサウロ

※ティンパニ独奏:中山直音(関西フィルハーモニー管弦楽団首席ティンパニ奏者、橋本市出身)

美しく青きドナウ op.314/ヨハン・シュトラウス2世

●チケット取扱: 橋本市サカイキャニング産業文化会館、和歌山県立橋本体育館、公社事務局

●発売開始: 10月18日(土)9:00~



スタインウェイピアノ試奏会 世界の名器を弾いてみよう♪ 映像審査の撮影にも使えます!

●日程:
令和8年2月1日(日)、2月11日(水・祝)、
2月21日(土)、2月22日(日)



●料金: 2,000円(1コマ)

●区分: 申込時点で空いている下記の時間帯からお選びください。

①9時~9時50分 ②10時~10時50分 ③11時~11時50分 ④12時~12時50分

⑤1時~1時50分 ⑥2時~2時50分 ⑦3時~3時50分 ⑧4時~4時50分

※1組につき2枠までご利用可能です(2/11は1組1枠までとさせていただきます)。

※ピアノ教室からお申込の場合でも、1名様につき1枠のご利用をお願いします。

●申込: お電話にてご予約を承ります。(0736-42-5070)

●受付: 令和7年11月15日(土)午前9時 ~ 令和8年1月18日(日)午後5時

※申込は先着順で、定員になり次第受付を終了いたします。

●その他: 当日、衣装着替えられる方のために、更衣室をご用意しております。

日本画教室 四季折々の身近に感じた花や風景を 絵にしてみませんか。 初心者大歓迎

●日程: 月1回 水曜開催(11/5、12/3、1/7、2/5、3/4) 9:30~11:30

●参加費: 1,500円/1回

※2月は講師の都合により2/5(木)の開催となります。初めてご参加の方は、事前に事務局までお問合せ願います。



レインボースイミングクラブ会員募集

子供から大人まで水泳教室を実施しています!
初心者の方も大歓迎です☆
教室以外にも一般利用としても
ご利用いただけます(^^)♪

教室内容

大人水泳教室 男性クラス(毎週火曜・木曜・土曜日)

女性クラス(毎週火曜日~土曜日)

子供クラス(毎週火曜日~土曜日)

選手・育成コース(毎週火曜日~日曜日)

●月会費: 月4回 5,940円 ~

●入会金、年会費: 各2,200円

公式HP [温水プールレインボー](#)

検索



開館時間 火~土曜日...13:00~21:00 日曜・祝日...10:00~19:00 休館日...毎週月曜日(祝日と重なっても休館)

PICK UP プログラム

※感染症の集団感染防止のため、体調不良、発熱がある場合は来館・教室参加をお控えください。

単発参加
できます!

ジュニアフットサルスクール 水曜日

運動レベル ★★★ (すばやいボールコントロールが身につきます)

開催日時 開催中 15:50~16:50 60分

- 場 所 ■ メインアリーナ
 対 象 ■ 4歳~小学校低学年
 定 員 ■ 20名(先着順)
 参 加 費 ■ 400円(ひとり1回)
 持 ち 物 ■ 体育館シューズ・タオル・飲み物など



★11・12月開催:11/5,12,19, 12/3,10,17

無料体験
随時実施中

バレエエクササイズ 金曜日

運動レベル ★★☆☆ (バレエの動きで楽しく体幹トレーニング)

開催日時 開催中~12月
10:30~12:00 90分

- 対 象 ■ 18歳以上の男女
 参 加 費 ■ 6,600円(全6回)
 持 ち 物 ■ タオル、飲み物、バレエシューズ
 または靴下(滑りにくいもの)



申込受付中
無料体験あり

トランポリン教室 隔週 日曜日

運動レベル ★★☆☆ (運動が苦手な方もOK! 体幹を鍛えます)

開催日時 11月~3月(後期) 各70分

- ①幼児クラス 13:00~14:10
 ②小学生ビギナークラス 14:25~15:35
 ③小学生レベルアップ・中高校生クラス 15:50~17:00

- 定 員 ■ ①②③各20名
 参 加 費 ■ 幼児・小学生ビギナー・
 小学生レベルアップ 6,600円
 中高校生クラス 6,600円
 持 ち 物 ■ タオル・飲み物、靴下など
 服 装 ■ ボタンなどの引っかかりのない
 動きやすい服装



太極拳教室 水曜日

運動レベル ★☆☆ (ゆったりとした動きで健康的に!)

開催日時 開催中~12月

- ①13:00~13:30 30分基本クラス
 ②13:30~15:00 90分

- 対 象 ■ どなたでも
 場 所 ■ サブアリーナ
 参 加 費 ■ ①2,500円(全10回)
 ②7,700円(全10回)、
 900円(当日参加)
 持 ち 物 ■ 体育館シューズ・飲み物・タオルなど
 そ の 他 ■ ②託児ルーム有り
 (事前申込要・有料)



単発参加
できます!

免疫アップヨガ・体操 木曜日

運動レベル ★★☆☆ (季節の変わり目も快適に) 対 象 ■ 18歳以上の方

開催日時 開催中~12月

- ①ヨガ 9:45~10:45
 ②体操 11:00~12:00

- 定 員 ■ ①②各25名
 参 加 費 ■ 7,150円(①②各全10回) 1,000円(当日各クラス)
 持 ち 物 ■ ヨガマット(お持ちであれば)・タオル・飲み物など
 そ の 他 ■ 託児ルーム有り(事前申込要・有料)



免疫をアップさせよう! 体育館で学んで、おうちでもトレーニング! 指導: 永坂文月 先生

免疫アップ ヨガ



①ぎゅっと丸まって



②ゆっくり広げていく



③完全に広げてリリース!
 ☆全身のチャクラのカラー(虹色)に広がるイメージで

免疫アップ 体操



①ぎゅっと丸めて



②むねを反らせる



③背中の下の方(腎・肝の場所)に両手で手を当て、ゆっくり呼吸
 ☆黄色のイメージで

★気象警報発令時の主催教室等について

教室開始2時間前の時点で、橋本市に警報(大雨・洪水・暴風・大雪)が発令されている場合は教室を中止とします。台風情報などご確認ください。



ほかにも主催教室や貸館教室、イベントなど開催中!
 施設の空き状況などもホームページでご覧いただけます

県立橋本体育館 検索

スマートフォンでもOK▶



県立橋本体育館からのご案内

TEL0736-32-9660(休館・火曜日)



第79回 和歌山県 美術展覧会 橋本展

県民の美術作品に対する創作意欲を盛んにして、本県における美術文化の向上と発展に資するために開催する、県内最大の公募による美術展覧会です。
同時開催される小・中学生を対象とした「ジュニア展」も、より一層充実した内容となっています。

- 開催日時：令和7年**11月20日(木)～11月24日(月祝)**
10:00～17:00
- 場 所：県立橋本体育館 サブアリーナ
- 問い合わせ 県展橋本展実行委員会事務局(生涯学習課内)
(TEL.33-3704)



市制20周年記念 みんなの はしぼう展



市内こども園・幼稚園・保育園の園児が描いたはしぼうの絵やぬりえを展示しています。
子どもたちの自由な発想で形にした作品には一人ひとりの成長の歩みや個性が表れておりますので、ぜひご覧ください。

- 開催日時：令和7年**11月20日(木)～11月24日(月祝)**
10:00～17:00
- 場 所：県立橋本体育館 サブアリーナ
(和歌山県美術展覧会橋本展内)
- 問い合わせ 県展橋本展実行委員会事務局(生涯学習課内)
(TEL.33-3704)

11・12月 大会・催しのご案内

和歌山県立橋本体育館 11・12月大会・催しのご案内

月	日	曜日	催し物	場 所	時 間	主催・お問合せ	
11	2	日	令和7年度近畿9人制バレーボールクラブ男子・女子選手権大会	メイン・サブアリーナ	8:00	和歌山県バレーボール連盟(和田)	
	3	月祝	第32回紀ノ川中学生大会／第68回紀ノ川オープン卓球大会	メインアリーナ	9:00	伊都卓球連盟(光吉)	
	9	日	令和7年度すこやか橋本まなびの日	メイン・サブアリーナ・武道室	9:30	「すこやか橋本 まなびの日」実行委員会事務局(生涯学習課内)	
	15-16	土・日	橋本市制20周年記念 第19回まっせ-はしもと～柿まつり2025～	エントランス・メインアリーナ・屋外	10:00	まっせ-はしもと実行委員会事務局(橋本市経済推進部農林振興課内)	
	17	月	それいけわんパーク	サブアリーナ	10:00	橋本市役所福祉課	
	20～24	木～月祝	第79回和歌山県美術展覧会・第11回和歌山県ジュニア美術展覧会 橋本展	サブアリーナ	10:00	県展橋本展実行委員会(橋本市教育委員会生涯学習課内)	
	23	日	橋本市制20周年記念 みんなあつまれ!橋っ子祭り2025	メインアリーナほか	9:30	橋本市教育委員会生涯学習課	
	29-30	土・日	第12回キタイカップ小学生ハンドボール大会	メイン・サブアリーナ	8:00	キタイスポーツクラブ(阪奈教室 神山)	
	12	6	土	打田カップ(ソフトテニス)	メイン・サブアリーナ	9:00	打田中学校(田村)
		7	日	第27回伊都地方中学生ソフトテニスインドア大会	メイン・サブアリーナ	9:00	伊都地方中体連ソフトテニス専門部(紀見東中学校 中西)
13-14		土・日	第61回和歌山県中学校ソフトテニスインドア新人大会	メイン・サブアリーナ	9:00	和歌山県中体連ソフトテニス専門部(東海南中学校 太田)	
13～15		土～月	「森魚嵐」展	会議室	12:00	アートウイズギャラリー	
15		月	それいけわんパーク	サブアリーナ	10:00	橋本市役所福祉課	
20		土	トッジョボール大会	メインアリーナ	13:00	はしもと児童保育の会	
21-22		日・月	第43回近畿高等学校少林寺拳法大会	サブアリーナ	8:00	神島高等学校(中西)	
23～25		火～木	近畿私学大会奈良・和歌山大会(ハンドボール)	メイン・サブアリーナ	9:00	関西福祉科学大学高等学校(小林)	
26～29		金～月	紀の国ウィンターカップ(ハンドボール)	メイン・サブアリーナ	9:00	三谷俊二	

橋本市サカイキャニング産業文化会館(アザレア) 11・12月催しのご案内

TEL.0736-42-5070(休館・月曜日)

月	日	曜日	催し物	場 所	時 間	主催・お問合せ
11	2	日	GEM STONE's vol.10	大ホール	15:30開演	RKD DANCE STUDIO 080-8316-2971
	3	月祝	橋本市民総合文化祭 橋本市合唱祭&創作ダンスと歌	大ホール	13:30開演	橋本市民総合文化祭実行委員会事務局 33-3704(橋本市生涯学習課)
	7	金	すこやか交流会	大ホール	11:30開演	橋本市老人クラブ連合会 33-0294(橋本市社会福祉協議会)
	20	木	第60回伊都地方総合文化祭 小中合同音楽会	大ホール	1部 9:30開演/2部 12:30開演	妙寺中学校 22-0159(阿波谷) ※入場は関係者のみ
	22	土	市制20周年記念 橋本からサンティアゴに繋がる「音の巡礼コンサート」	大ホール	14:00開演	邦楽家族 080-6235-1211
	23	日	2025年度 人権啓発の集い 映画「明日の記憶」	大ホール	13:30開演	橋本市人権・男女共同推進室 33-1229
	30	日	「輝」歌と踊りの集い	大ホール	10:00開演	カラオケ喫茶「輝」 090-7361-1438
	12	19	金	市制20周年記念 上方演芸会	大ホール	18:30～20:00(予定)
21		日	伊都地方アンサンブルコンテスト	大ホール	10:00開演	高野口中学校 42-5555(坂本)

サカイキャニングスポーツパーク(橋本市運動公園) 11・12月大会・催しのご案内

TEL.0736-33-1866

月	日	曜日	催し物	場 所	時 間	主催・お問合せ	
11	2	日	社会人サッカーリーグ	グラウンド	12:00～21:00	和歌山県サッカー協会(丸鬼)	
	3	月祝	キッズサッカーフェスティバル	グラウンド	9:00～17:00	橋本市少年サッカー協会	
	8	土	県中学校サッカー・新人選手権大会(紀北予選)	グラウンド	9:00～17:00	伊都地方中学校体育連盟サッカー専門部	
	9	日	「まなびの日」開催のため駐車場混雑				
	11	火	運動公園杯テニス大会(初級の部・シニアの部) ※予備日11/18	テニスコート6面	9:00～14:00	橋本市運動公園事務所	
	12	水	伊都地方中学校耐久リレー大会 ※予備日11/13	グラウンド	8:00～17:00	伊都地方中学校体育連盟陸上競技専門部	
	13	木	運動公園杯テニス大会(オープンの部) ※予備日11/20	テニスコート6面	9:00～14:00	橋本市運動公園事務所	
	15-16	土・日	「まっせ-はしもと」開催のため駐車場混雑				
	22	土	U-18サッカーリーグ	グラウンド	12:00～17:00	和歌山県サッカー協会	
	23	日	社会人サッカーリーグ	グラウンド	12:00～21:00	和歌山県サッカー協会(丸鬼)	
	30	日	社会人サッカーリーグ	グラウンド	12:00～21:00	和歌山県サッカー協会(丸鬼)	
	12	7	日	関西府県サッカーリーグ決勝大会	グラウンド	12:00～21:00	和歌山県サッカー協会(丸鬼)
		14	日	高校サッカー選手権代表壮行試合	グラウンド	12:00～17:00	和歌山県サッカー協会
		20	土	アルティメット大会	グラウンド	9:00～17:00	和歌山県フライングディスク協会
		21	日	JA全農子ビリンピック伊都予選	グラウンド	9:00～17:00	橋本市少年サッカー協会
25～28		木～日	陸上強化練習会 ※28日は12:00まで	グラウンド	9:00～17:00	橋本市陸上競技協会	