

# 甲賀市内のスポーツイベント

## ふれあいゆるスポフェスティバル(6月頃)

ゆるく、かるく、誰でも参加できるスポーツイベントです。体組成測定・ロコモ測定などで自分の筋肉量などを測定したり、有酸素運動・ポッチャ体験・カローリング体験などかるく体を動したり、普段運動に慣れていない方でも参加しやすいイベントです。



## 10時間(5時間)耐久リレーマラソン(10月)

1周約1.5Kmのコースを10時間(5時間)走り続け、周回数を競います。1グループ2人~10人のメンバーでリレー形式(走順自由)で走るか、1人でもチャレンジOK。走ることを通じて様々な楽しみを見つけましょう！



## あいの土山マラソン(11月上旬)

青土ダム周辺や壮大な茶畑の中を走る自然豊かなマラソン大会。高低差は120mと厳しいですが、沿道では地元の方々の食べ物や飲み物の提供や温かい応援により、ランナーにとって心温まるマラソン大会となっています。フル・ハーフの部とあるので、完走目指して走ってみましょう！



## 甲賀市長杯ポッチャ市民交流大会

2025年に滋賀県で開催される「わたSHIGA 輝く国スポ・障スポ」の競技種目で、甲賀市が開催地となる「ポッチャ」を体験していただくイベントです。ポッチャは世代や障がいの有無関係なく、誰でも気軽に行うことができる競技で、ポッチャの用具は水口体育館等で借りることもできます。



## アクティブウォーキング

甲賀市はゴルフ場のコース数が全国3位！そのゴルフ場をみんなで歩くイベントです。ゴルフをされない方はなかなかゴルフ場に入ることがないと思いますが、普段は体験できないロケーションでのウォーキングを楽しむことができます。



スポーツに関するお問合せ 甲賀市教育委員会事務局 社会教育スポーツ課 TEL0748-69-2249

歩み 走り 鍛え 健康への第一歩を！

甲賀市

# アクティブライフガイド



このパンフレットでは・・・

甲賀市内の主なスポーツ施設・運動ができる公園を掲載しているほか、各施設で実施している運動プログラム(実施団体・内容)を記載しています。

### マークの説明

- …本格的な運動(スポーツ)をしたい方向け施設
- …ウォーキングなど軽度な運動ができる施設
- …プール
- …トレーニングルーム
- …運動プログラム提供場所
- …詳細記載施設

総合型地域スポーツクラブの場合に記載

実施団体名

**総合型** こうかさすくらぶ  
(甲賀市総合型地域スポーツクラブ連絡協議会事務)

主な活動場所 甲賀中央公園

問合せ先 info@sast 0748-88-  
有資格者が在籍する場合には記載

在籍する指導員(有資格者) 障がい者スポーツ指導員・コーチングアシスタント

種目	活動日	活動場所	備
ゴルフ	第2・3日曜日(午後)		実施しているスポーツ教室やサークル活動

令和5年度スポーツ庁補助事業

マークの説明

- …本格的な運動(スポーツ)をしたい方
- …ウォーキングなど軽度な運動ができる
- …プール
- …トレーニングルーム
- …運動プログラム提供場所



**1 土山室内運動場**  
8:30~22:00 休館日:月曜日、年末年始

雨天を気にせず利用できる室内運動場。フットサル・ゲートボール・グラウンドゴルフなどもご利用いただけます。



**2 総合型 あいのつちやまCOZYクラブ**

主な活動場所 土山体育館 問合せ先 ty2980723@gmail.com  
 在籍する指導員(有資格者) 障がい者スポーツ指導員・コーチングアシスタント

種目	活動日	活動場所	備考
ピラティス	第1・3金曜日(夜間)	土山コミュニティセンター	
太極拳	第1・3木曜日(午前)	土山開発センター	
バウンドテニス	第1・3水曜日(夜間)	土山体育館	
げんき体操	第1・3木曜日(午前)	土山地域各公民館等	

**3 あいの森ふれあい公園・青土ダムエコーバレイ**


テントサイトやバンガローがあるキャンプ場。多様な遊戯施設があり、園内を自由に散策することもできます。





HPはこちら

**総合型** マークについて これは「総合型地域スポーツクラブ」の団体です


地域の方々が運営し、会員は身近な地域でスポーツに親しむことができる地域密着型のスポーツクラブです。いろいろな種目を、様々な人々がその興味関心や競技レベルを問わずそれぞれのスタイルで気軽に楽しむことができます。会員になるには会費の納入が必要です。各クラブで異なりますので、詳しくはそれぞれのクラブにお問い合わせください。

総合型地域スポーツクラブの詳細はこちら(甲賀市ホームページへ) 



**1 滋賀県立陶芸の森**  
9:30~17:00 休園日:月曜日(祝日の場合はその翌日)、年末年始

園内には陶芸専門の美術館のほか、陶芸家の作品の屋外展示が鑑賞できる広大な広場もあります。芸術と自然に触れながら散策してみるのも良いですね。



HPはこちら



**2 総合型 ぼぼんた倶楽部**

主な活動場所 信楽体育館 問合せ先 0748-82-0941  
 在籍する指導員(有資格者) 障がい者スポーツ指導員・コーチングアシスタント

種目	活動日	活動場所	備考
サッカー	土曜日(午後)	信楽運動公園・雲井小学校	~小学生
山歩の会	日曜日(年10回程度)	町内・外でのウォーキング	18歳~
身体ほぐし体操	木曜日(午前)	信楽体育館	中高齢者向け
健康体操教室	火曜日(午前)	信楽体育館	中高齢者向け
バドミントン	火曜日(午後)	信楽体育館	
バドミントン	金曜日(午前)	信楽体育館	
卓球	木・土曜日(午後)	信楽体育館	
バレーボール	金曜日(夜間)	信楽体育館	18歳~
ファミリーバドミントン	金曜日(午後)	信楽体育館	
ニュースポーツ	金曜日(夜間)	信楽体育館	
ヨガ	水曜日(夜間)	信楽体育館	
バウンドテニス	水曜日(夜間)	信楽体育館	
カローリング	第2・4水曜日(午後)	信楽体育館	
健康太極拳	水・木曜日(午前・夜間)	信楽開発センター	16歳~
ソフトバレーボール	水・金曜日(午前)	信楽体育館	18歳~

**信楽町**

新名神高速道路 紫香楽宮跡 雲井 勅使 信楽 信楽運動公園 信楽中学校室内温水プール(5月~10月)

窯元をめぐるようにお散歩!

『信楽焼』で有名な信楽町。窯元をめぐる散策路にもなっています。信楽町の自然や窯元の詳しい情報は信楽町観光協会のホームページをご覧ください。



信楽町観光協会HPへ

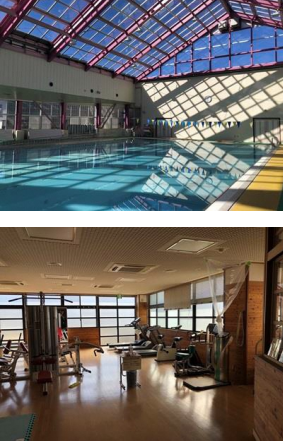
**3 信楽運動公園**

中央の広場のほか周囲園路等を自由に散策できます。サッカー場や野球場は有料施設です。



**4 信楽中学校室内温水プール・トレーニングルーム(5月~10月利用可)**

5月~10月限定で開放される室内温水プールとトレーニングルームです。指定された時間内で自由に泳いでもよし、成人向けスイムウォーク教室に参加するのもよし。自由に体を動かせます。利用日・利用時間帯については甲賀市ホームページに掲載しています。



# 甲南町

## マークの説明

- …本格的な運動(スポーツ)をしたい方
- …ウォーキングなど軽度な運動ができる
- …プール
- …トレーニングルーム
- …運動プログラム提供場所



## 1 総合型 KOHNAN忍にんスポーツクラブ

主な活動場所 問合せ先  
 甲南体育館 0748-70-0011 ninsupo@ac-koka.jp  
 在籍する指導員(有資格者)  
 障がい者スポーツ指導員・コーチングアシスタント

種目	活動日	活動場所	備考
卓球	火~土曜日(午前)	甲南体育館	
バドミントン	木・土曜日(午前)	甲南体育館	
テニス	火・木・金曜日(午前)	甲南中央運動公園テニスコート	
女性テニス	水曜日(午前)	甲南中央運動公園テニスコート	女性
パドルテニス	水・金・土曜日(午後)	甲南B&G海洋センター	
ソフトバレーボール	第1・3日曜日(夜間)	甲南体育館	
ソフトバレーボール	第2土曜日(午前)	甲南体育館	
ソフトバレーボール	第4土曜日(午前)	希望ヶ丘小学校	
Newソフトバレーボール	木曜日(午前)	甲南B&G海洋センター	50歳以上の女性
リズムウォーキング	火曜日(午後)	甲南体育館	
グラウンドゴルフ	第2・4木曜日(午前)	甲南グラウンドゴルフ場	
ダンススポーツ	木曜日(夜間)	甲南体育館	
フリースポーツデー	土曜日(夜間)	甲南体育館	

## 2 甲南中央運動公園

丘陵地帯にある公園で、公園内の周遊コースは散歩道になっています。トレーニングハウスでは、1時間200円で筋力トレーニングを行うこともできます。利用の際は公園内にある甲南B&G海洋センターにお申込みください。



# 甲賀町

## 2 甲賀B&G海洋センター 9:30~21:30 休館日:月曜日、年末年始

甲賀B&G海洋センター1階のプールや2階のスタジオでは毎週教室を開催中。プールはお手軽に一般利用をすることもできます。2階のトレーニングジムでは、筋力トレーニングと体組成計測定が可能！自分だけのトレーニングメニューも作成してもらえます(有料)。施設の初回登録料と利用料がかかります。

HPIはこちら



## 1 総合型 こうかさすけくらぶ

(甲賀市総合型地域スポーツクラブ連絡協議会事務局)  
 主な活動場所 問合せ先  
 甲賀中央公園 info@sasuke-club.jp  
 0748-88-5900(事務局)  
 在籍する指導員(有資格者)  
 障がい者スポーツ指導員・コーチングアシスタント

種目	活動日	活動場所	備考
ゴルフ	第2・3日曜日(午後)	大甲賀カントリークラブ	
登山教室	月1回		
遠足倶楽部	月1回		
バドミントン	木曜日(夜間)	甲賀中央公園体育館	
骨盤矯正エクササイズ	第2・4水・金曜日(午前・夜間)	かふか生涯学習館	
ソフトテニス教室	土曜日(夜間)	甲賀中央公園テニスコート	
釣り教室	月1回		

## 3 鹿深夢の森

広い公園内は芝生が整備されお子さんやお孫さんが走り回るのにぴったり。図書館の周辺では、春になると桜がきれいなので、季節を感じながら散歩することもできます。

## 4 高間みずべ公園

バーベキューやキャンプができる公園。ウォーターライダーを使って遊ぶこともできます。

## 甲賀市内で活動しているスポーツのサークルや団体はあるの？

筋力トレーニングやウォーキングではなく、サッカー・バスケ・バレー・卓球などのスポーツ競技をしてみたい方には、甲賀市内で活動しているスポーツの自主活動団体を紹介いたします。詳細は、教育委員会事務局社会教育スポーツ課までお問合せください。

自主活動団体一覧(甲賀市ホームページへ)



1

### さつきが丘中央公園

住宅地と工業団地の間にある公園。ウォーキングの休憩場所としても利用できます。



2

### 水口スポーツの森

陸上競技場の周りはタータンのジョギングコースです。隣には子どもと一緒に遊べる広場があります。



3

### みなくち子どもの森

9:00~16:30 休館日:月曜日(祝日除く)、祝日の翌日(土日除く)、年末年始

1周2kmの周遊コースは高低差があり平坦な道に飽きた人はチャレンジしても良いかも。自然を感じながら運動できます。



4

### 総合型 はーと貴生川スポーツクラブ

主な活動場所 貴生川小学校 問合せ先 ha.tokibukawa@gmail.com  
在籍する指導員(有資格者) 障がい者スポーツ指導員・スポーツリーダー



種目	活動日	活動場所	備考
バドミントン	火曜日(夜間)	貴生川小学校	
フリースポーツ	水曜日(午前)	宇川会館 他	
卓球	木曜日(夜間)	貴生川小学校	
パウンドテニス	金・土曜日(夜間)	柏木小学校	
バレーボール	土曜日(夜間)	貴生川小学校	
陸上教室	土曜日(午前)	貴生川小学校・甲賀市陸上競技場	
げんきっこクラブ(運動遊び)	土曜日(午前)(年10回)	貴生川小学校・サントピア水口	幼児対象
手作り教室「なごみ」	第2・第4金曜日(午後)	貴生川公民館	
里山あそび	11月頃	松尾里山	
交流カローリング大会	3月	貴生川小学校	

5

### 総合型 NPO法人 レインボークラブ

主な活動場所 柏木小学校 問合せ先 nporainbouw@arrow.ocn.ne.jp  
在籍する指導員(有資格者) 障がい者スポーツ指導員・スポーツリーダー

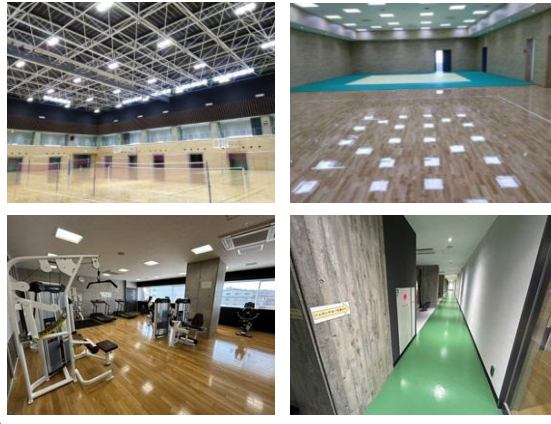


種目	活動日	活動場所	備考
健康体操	水曜日(午前)	地域の公民館	成人~
気功太極拳	第1・3木曜日(午後)	地域の公民館	中学生~
素振り剣道	土曜日(午前)	地域の公民館	成人~
パウンドテニス	金・土曜日(夜間)	柏木小学校	成人~
ゴルフ教室	不定期		中学生~
スマイルスポーツ	第2・4土曜日(午前)	柏木小学校	小学生
バスケットボール	水・木・土曜日(夜間・午後)	水口体育館	小学生
障がい者スポーツ教室	月1回	水口交流センター	障がい者会員
ファミリーウォーキング	春季		全年齢対象
ゴルフコンペ	秋季		成人~

6

### 水口体育館 8:30~22:00 休館日:月曜日、年末年始

空調完備の体育館でアリーナ、武道場、多目的室などがあります。2階のトレーニングルームは1時間300円で使用可能です。アリーナ2階席はジョギングコースとなっており、天候に関係なく無料でウォーキングやジョギングをしていただけます。



### マークの説明

- 赤い人形マーク...本格的な運動(スポーツ)をしたい方
- 緑い人形マーク...ウォーキングなど軽度な運動ができる
- 水色人形マーク...プール
- 黄色人形マーク...トレーニングルーム
- 黒い人形マーク...運動プログラム提供場所



7

### 総合型 伴谷BANBANクラブ

主な活動場所 水口交流センター 問合せ先 090-5093-8200  
在籍する指導員(有資格者) 障がい者スポーツ指導員・コーチングアシスタント

種目	活動日	活動場所	備考
ヨガ教室	金曜日(夜間)	水口交流センター	成人~
健康体操教室	水曜日(午前)(月3回)	水口交流センター	成人~
フラダンス教室	第1・3月曜日(夜間)	水口交流センター	成人~
拳法教室	土曜日(午前)(月3回)	水口交流センター	
卓球	木曜日(午前・夜間)	水口交流センター	
バドミントン	月・木曜日(夜間)	水口交流センター	
山登り	年5回	県内の山々	成人~

8

### 総合型 綾野ゆうゆうクラブ

主な活動場所 水口体育館 問合せ先 080-6143-9836 ayanoyuyu2022@gmail.com  
在籍する指導員(有資格者) コーチングアシスタント

種目	活動日	活動場所	備考
ソフトバレーボール	日曜日(夜間)	水口体育館	中学生~
バドミントン	月曜日(夜間)	水口中学校	中学生~
太極拳	火曜日(夜間)	水口中央公民館	成人~
エアロビクス教室	火曜日(午前)	水口体育館	成人~
いきいき体操クラブ	水曜日(午前)	水口体育館	成人~
ピンポン会	水曜日(午後)	水口体育館	成人~
バドミントン	水曜日(午後)	水口体育館	成人~
ソフトテニス	第1, 3, 4, 5水曜日(夜間)	水口体育館	中学生~
グラウンドゴルフ	木曜日(午前)	柏木公園グラウンド	成人~
陸上スポーツ教室	第2, 4木曜日(夜間)	綾野小学校	小学3~6年生
ビーチボールバレー	木曜日(夜間)	水口体育館	成人~
ファミリースポーツ	金曜日(夜間)	水口体育館	
ソフトテニス	土曜日(午後)	柏木公園TC・水口体育館	
ソフトミニバレーボール	土曜日(夜間)	綾野小学校	
ウォーキング	土曜日(夜間)	綾野小学校	

9

### 総合型 城山あいあいクラブ

主な活動場所 岩上体育館 問合せ先 0748-63-8177  
在籍する指導員(有資格者) コーチングアシスタント

種目	活動日	活動場所	備考
ビーチボール	土曜日(夜間)	岩上体育館	中学生~
卓球	火~土曜日(午前)	岩上体育館	50歳~
グラウンドゴルフ	火・木曜日(午前)	岩上体育館・岩上総合運動公園	50歳~