高津の元気づくりスポット

高津スポーツセンター NEWS

2026 8月号

生涯スポーツの拠点として、低料金でスポーツが楽しめます

ワンコインプラス教室　注：休館日・祝日はお休みです

教室名	対象	曜日	時間	場所	参加料(1回分)
バレエストレッチ	15歳以上	月	11：00～12：00	武道室	550円
体幹ダイエット　※要予約	15歳以上	月	19：00～19：45	ストレッチルーム	550円
太極拳	15歳以上	火	10：45～11：55	第1武道室	550円
		木	12：45～14：15	小体育室	550円
小学生エンジョイバスケ	小学生	火	16：30～17：20	大体育室	550円
ZUMBA	15歳以上	水	10：50～11：50	小体育室	550円
ハワイアンフラ	15歳以上	水	12：10～13：10	武道室	550円
雀スポ(麻雀＆スポーツ) ※要予約	20歳以上	水	12：10～15：00	研修室	550円
		金			550円
ストレッチ＆ピラトレ	15歳以上	木	10：30～11：20	小体育室	550円
パワーヨガ	15歳以上	木	10：45～11：45	武道室	550円
ハッピーフラダンス	15歳以上	木	11：30～12：30	小体育室	550円
ほどほどピラティス	15歳以上	木	18：50～19：50	小体育室	550円
骨盤姿勢改善の教室　※要予約	15歳以上	金	9：15～10：00	第1武道室	550円
元気塾　※要予約	50歳以上	金	10：15～11：00	第1武道室	550円
お昼の氣功教室　※要予約	15歳以上	金	11：15～12：00	第1武道室	550円

【注意事項】・要予約の教室は**個人登録が必要です**。学生の方は学生証のご提示をお願い致します。
・チケットはセンター内の券売機にてお求めください。・回数券は払い戻しできません。
・教室によっては開始15分以降の入室はできません。

★開館時間　8：45～21：30
★休館日　第４月曜日・年末年始（12/29～1/3）
(祝日が月曜日にあたる日は、翌日休館となります。)

Instagram フォローしてね！　TAKASPO_LIFE

公式X（旧）Twitter

道のり案内
【高津駅編】　【二子新地駅編】

TAKATSU SPORTS CENTER
高津スポーツセンター
TEL　044-813-6531　FAX　044-813-6532
〒213-0002　川崎市高津区二子３－１５－１
https://takaspo.life

高津スポーツセンターのホームページにアクセスできます

開催日 9月12日（土） in大体育室

たかすぽチャレンジカップ

みんなでチャレンジ！笑顔あふれる1日にしよう！

どなたでも参加OK！

紙ひこうきを飛ばそう！

時間：10:00～12:00
参加費：100円

自分で作った紙ひこうきを広い体育館で飛ばそう！
遠くへ飛ばした方には景品あり！

【お申し込み方法】当日受付になります。

小学生対象

～キッズバトル～

チーム対抗戦！

時間：13:15～14:45
参加費：500円

みんなで力を合わせて、いろいろな種目にチャレンジ！優勝をめざそう！

【お申し込み方法】8/31(月) 10:00～
電話または来館にて受付（先着順）

■駐車場（有料）

館を利用する方は駐車券を必ず受付までお持ちください。
施設利用者は最初の1時間まで無料となります。
詳細はチラシ、ホームページ等をご覧ください。
高津スポーツセンター周辺道路は**駐停車禁止**です。
駐車場入口及び道路周辺での待機は近隣住民のご迷惑となりますので、ご遠慮ください。
（駐車台数50台　障害者用駐車場3台）

■談話ホール

館内での飲食は、１階談話ホールにてお願いいたします

■8月のお休み

・11日(火)　スポーツデー・教室
・24日(月)　休館日

■授乳室

赤ちゃんと一緒でも安心！
当センターには授乳スペースを備えております。
お気軽にご利用ください。

★「ジュニアコーディネーション」生徒募集！

9月からジュニアコーディネーション教室が始まります!!

【内容】
走る！跳ぶ！投げる！など、遊びの要素を取り入れ、楽しみながら運動を行うクラスです。
動物の動きを真似して体幹から四肢を動かす。鬼ごっこや障害物競走、バランス・サーキットトレーニングなど体幹力、俊敏性、平衡感覚、持久力などお子様の運動能力を引き出し向上させます。また、仲間と関わることで自己肯定感を育み協調性を高めます。運動が苦手な方も得意な方もどなたでも参加できるクラスです！

ジュニアコーディネーション 3つの魅力！

★遊びの要素で楽しみながら運動する！
★多様な動きで運動能力をUP！
★他者との関わりで自己肯定感を育み協調性UP！

日　時：9/4～10/30(10/23休み) 全８回
　　金曜日 17:10～18:10
対　象：小学生
定　員：20名
場　所：1階 小体育室
持ち物：運動に適した服装、汗拭きタオル、
　　飲料水　※素足で行います。
受講料：8,080円

講師

山中　陽子

世界選手権大会日本代表など体操選手として活躍。
堂本光一主演「Endless SHOCK」など舞台やイベントに出演。現在ピラティス・ダンス・体操競技インストラクターとして活動中。
日本体育大学卒業、同大学院修了。

資格：中学校・高等学校第１種・専修教諭免許（保健体育）取得／PHIピラティスマット（Ⅰ&Ⅱ）
　　現代リズムダンス入門クラストレーナー

【お申し込み方法】
電話または来館にて受付中(先着順)

開催日：
9/12（土）

あかちゃんとふれあい♡パパもママもリフレッシュ
親子ふれあい　3B ベビータッチ

どんなことをするの？
・ベビーマッサージ
(赤ちゃんとのふれあい)
・やさしい体操(3B体操)
・親子でリラックスタイム
【使用するもの】
ベル・ベルター
(やわらかい器具)

参加メリット

赤ちゃん
・安心感アップ
・発達サポート
・ぐっすり眠れるように

ママ
・リラックスできる
・育児の悩みを相談できる

パパ
・一緒に参加OK！
・**待ち時間にトレーニングもできます。(無料)**

時　間：**11:00～12:30**
場　所：1階　ストレッチルーム
参加費：各回 1,300円
　　(保護者2名まで参加可能)
対　象：生後３か月～よちよち歩きまでのお子様と保護者
持ち物：バスタオル・飲み物
　　赤ちゃんが脱ぎ着しやすい服装
定　員：7組※1組 保護者2名迄
お申し込み方法：電話または来館にて受付（先着順）

～子ども絵画展開催します!! ～

今年も1階たかすぽギャラリーにて「子ども絵画展」を開催するにあたり、みなさんの作品を募集します。
●テーマは**「夏休みの思い出」**です。●応募資格：幼児～中学生　●作品サイズ：A4用紙
作品を持ってきたお子様にはプレゼントをお渡しします！みなさんの応募お待ちしております！

★団体紹介　～KONAMI J.B.STAR インタビュー～

当館の武道室で日頃からダンスの練習に励んでいる「KONAMI J.B.STAR」が、昨年に続き、アメリカ・アリゾナ州で7月25日から8月2日まで開催される「2026 WORLD HIP HOP DANCE CHAMPIONSHIP」への出場を決めました！世界大会に挑む皆さんにインタビューしました。

Q.「KONAMI J.B.STAR」結成のきっかけを教えてください。
A.
コナミスポーツクラブでは、子ども向けのダンススクールを2000年から全国で導入開始しました。
その4年後、ダンススクールの象徴となるチームをオーディションで選抜した「STAR TEAM」を結成。
現在の「KONAMI J.B.STAR」につながります。オーディションは1年に1回、全国91施設のダンススクールに通う生徒から希望者を募り開催されます。

Q. 世界大会出場が決まったときの気持ちを教えてください？
A.（以下チームリーダー 阿久津証介）
素直にとても嬉しかったです。 日本予選1位通過をひとつの目標として頑張っていたので、それを無事達成できて安心したと同時に世界大会でも勝ちたい、金メダルを取りたいという気持ちがメンバーみんなに湧き上がっていたと思います。

世界大会情報
大会名：2026 WORLD HIP HOP DANCE CHAMPIONSHIP
開催地：アメリカ・アリゾナ州
日程：7月25日～8月2日

Q.メンバー同士の雰囲気を教えてください？
A.
今回世界大会に出場するメンバーは小学4年生から大学1年生まで、幅広い年齢が集まって練習をしています。基本的には、年齢が上の先輩たちがみんなのことを引っ張っていくのですが、メンバー一人一人が教え合ったり、時には熾烈なレギュラー争いをしながら、とても仲良く練習をしています。

Q. 支えてくれている人たちへメッセージをお願いします。
A.
いつも応援してくださっている皆さま、本当にありがとうございます。 世界大会で金メダルを取ることを目標に、日々練習をしています。 支えてくださっている方々への感謝を胸に、僕たちのコンセプトである「ハッピーダンス」を世界に届けていきます。
応援よろしくお願いします。

KONAMI J.B.STARの皆さん、世界大会でのご活躍を心より応援しています！

★タカスポ祭り

7月26日(日)高津区民祭と同時開催で「タカスポ祭り」を開催しました。地域の団体の皆さまによる素敵な発表会や子ども縁日、筋肉大会などたくさんの笑顔で会場は大盛り上がりでした。
美味しい食べ物も並び、多くの方にご来場いただき、本当にありがとうございました！
途中一時的な突風や雨、雷に見舞われる場面もありましたが大きな怪我や事故もなく無事に終了することができスタッフ一同ほっとしています。ご来場いただいた皆さま、ご出演、ご出店いただいた皆さま、ご協力いただいた皆さま、本当にありがとうございました。

豚串やポテト、かき氷等美味しいものがたくさん並びました♡

地域の団体の皆さんによる演技に会場は温かい拍手に包まれました👏

たくさん
すくえるかな？

第4回筋肉大会
鍛え上げられた肉体を披露！