●受講料

振込まれた「払込金受領証」をご持参のうえ、教室開始時間までに各レクセンまでお越しください。

※教室は、19:00からですが、受講証発行等の手続きがありますので、少し早めにお越しください。

※必要に応じて、本人確認ができるものをご提示いただく場合がございます。

	種　目	受講料（傷害保険料含む）
全10回	●硬式テニス	8,000円
	●バドミントン	5,500円
	●バレーボール　●バスケットボール ●卓球　●健康づくり体操 ●健康づくり体操&ソフトバレー ●ヨガ（デトックスヨガ　リラックスヨガ　機能改善ヨガ　ハタヨーガ　リフレッシュヨガ　パワーヨガ） ●剣道　●バレエ	4,500円

●連絡事項

■屋内教室開催時間は、19:00～20:30です。準備・後片付け（清掃）につきましては受講者のみなさまのご理解とご協力をお願いいたします。

■教室が休講になった場合は、翌週に順延し全10回で終了とします。

※途中からの参加を希望される場合は、事前に事務局までご連絡ください。途中参加の場合でも1期分の受講料が必要です。

■事前に休講がわかっている場合は「レクセンブログ」で公開しています。
レクセンブログ　検索　でご確認ください。

■16:00の時点で大阪市に暴風警報または特別警報が発令されている場合は休講となります。（硬式テニスは開始時間の2時間前とします）

■教室は学校施設を使用して運営します。十分な理解のうえでお申し込みください。
● 施設内に更衣室・シャワー等の設備はありません。● 体育館は土足厳禁です。内履きシューズ等をご用意ください。● センターには駐車場はありませんので、車でのお越しはご遠慮ください。● 使用許可以外の場所への立ち入りはご遠慮ください。● 学校内での喫煙はご遠慮ください。● 火気、酒類の持ち込みはご遠慮ください。● 酒気帯びでの参加はできません。● ゴミは各自でお持ち帰りください。

■受講生以外の参加はお断りいたします。

■見学・無料体験希望の方へ　休講の場合もございますので、開催状況をレクセン事務局またはホームページの「レクセンブログ」でご確認ください。

■参加しないお子様同伴での参加は、お断りします。

■その他、各センターでは管理員の指示に従ってください。

■応募の状況によっては、教室を開催しない場合もありますので、予めご了承ください。

■屋内教室の連絡先携帯番号の通話可能時間は、教室開催日の18:45～20:45です。

●申込方法について　※いただいた個人情報は、本事業の運営にのみ使用し、その他の目的には使用いたしません。

※参加当日は、申込み後に郵送される「コンディション記録票」・「体調管理票」を必ずご提出ください。また各自で必要な持ち物をご準備ください。

※教室開講後、定員を超えない教室は、引き続き募集いたしますので、レクセン事務局までお問い合わせください。

屋内種目（テニス以外）

下記「払込取扱票」に必要事項を記入の上、郵便局からお振込みください。

※定員を超えている場合は、事務局よりご連絡させていただき、受講料を返金させていただきます。レクセン事務局より連絡のない場合はご受講いただけます。

屋外種目（テニス）

①往復はがきにて申込み

※4月19日（月）必着

※応募多数の場合は抽選

②抽選結果

4月21日（水）発送予定

記入方法

往信（表面）	返信（裏面）
63円　552-0005 往信 大阪市港区田中3-1-40 丸善インテックアリーナ大阪内 (一財)大阪スポーツみどり財団 市民レクセン事務局 テニス係	何も記入しないでください。

返信（表面）	往信（裏面）
63円　000-0000 返信 返信先　郵便番号 住　所 氏　名	①第1希望・第2希望 センター名(A)か(B) ②住所　③電話番号 ④氏名　⑤年齢 ⑥性別 ⑦市外在住で市内在勤・在学の方は社名もしくは学校名

※往信、返信の料金不足のはがきについては申込の受付をいたしません。

【当選】下記「払込取扱票」に必要事項を記入の上、郵便局からお振込みください。

【落選】定員に達していない場合のみ、4月23日（金）9:00より電話（06-6577-5269）にて先着順で受け付けます。

●払込取扱票について

■振込にかかる手数料は、ご本人負担になります。

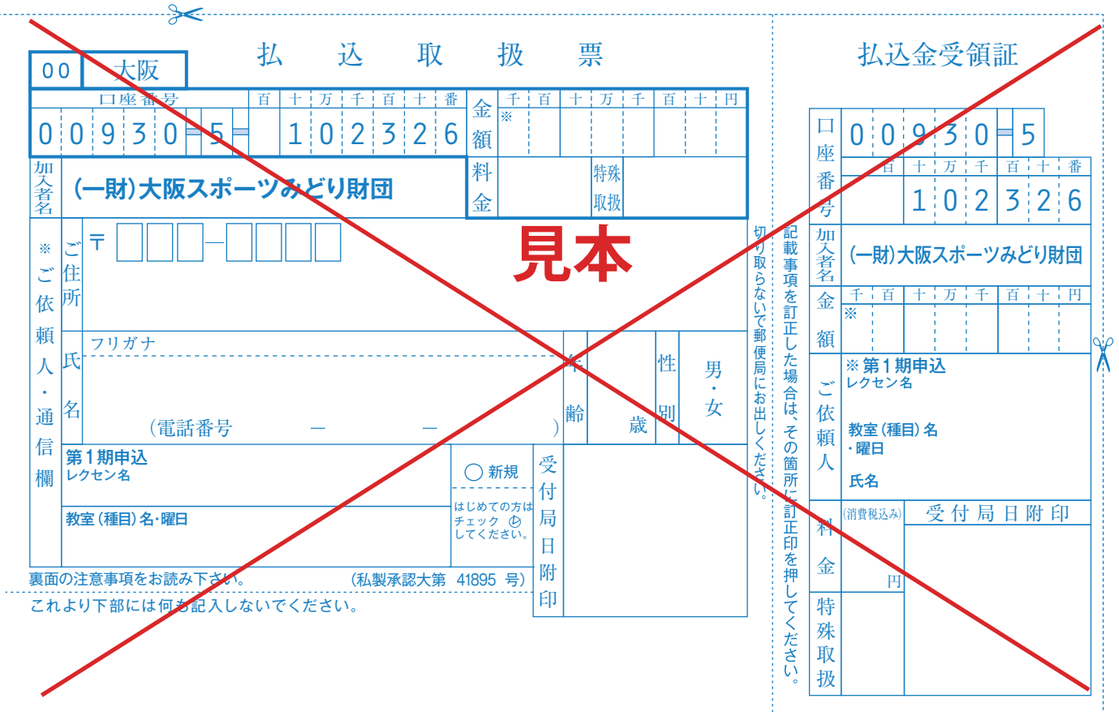
■お振込後は払込金受領証と必要な用具を持参の上、各レクセンへ直接お越しください。

■一度振込まれた受講料は、原則返金できません。また、お振込後の教室の変更もできません。

■『払込取扱票』の金額欄に『受講料金額』を記入しご依頼人・通信欄には、受講者本人の情報をご記入ください。
また、レクセン名・教室名は、確認の際にも必要になりますので、忘れずご記入をお願いします。
「払込金受領証」は「払込取扱票」と同様の内容をご記入ください。

■複数教室をお申込みの場合は、詳細が分かるよう明記をお願いします。

※振込は、郵便局窓口と一部のＡＴＭで可能です。郵便局備え付けの「払込取扱票」で振込をされる方は、青い振込用紙を使用し、通信欄等の記入漏れが無いよう宜しくお願いします。「電信扱い」にて振込された場合は、詳細情報（レクセン名、教室種目名）等を、必ず事務局までご連絡ください。



令和３年度　第１期　受講生募集開始

レクセン スポーツ教室

令和3年5月9日（日）より順次スタート

時間
屋内種目　19:00～20:30
硬式テニス　A 13:00～14:30
B 15:00～16:30

対象　15歳以上（小学生・中学生対象教室あり）

※原則として市内に在住・在勤・在学に限る。ただし、定員に達しない場合は、市外の方も受講可能。

気軽に楽しめる各種のスポーツ教室

（1期／全10回・年3期）を市内26か所の学校施設で開催します。初めての方も指導員がいるので安心!
開催場所・種目はお問合せください。

- ヨガ
  - デトックスヨガ
  - リフレッシュヨガ
  - リラックスヨガ
  - 機能改善ヨガ
  - ハタヨーガ
  - パワーヨガ
- 剣道
- バドミントン
- 硬式テニス
- バレーボール
- バスケットボール
- 卓球
- 健康づくり体操
- 健康づくり体操&ソフトバレー
- バレエ

卓球教室の風景

バドミントン教室の風景

※新型コロナ対策として、ラケット・ヨガマット等の個人で使用する用具の貸出は行っておりません。

新型コロナ対策にご協力ください

①参加の際は必ずマイマスク、マイタオルをご準備ください
②申込み後からスポーツ教室参加までの健康状態を把握し、初回受付時にコンディション記録票をご提出ください（申込み後にコンディション記録票を送付）
③受講時（各回）に体調管理票を必ずご記入・ご提出ください
受講前２週間以内に以下の項目が当てはまる場合は受講できませんのでご注意ください
・平熱を超える発熱（おおむね37.5度以上、来場前にも必ず検温してください）
・咳（せき）、のどの痛みなどの風邪の症状
・だるさ（倦怠（けんたい）感）、息苦しさ（呼吸困難）
・嗅覚や味覚の異常
・同居家族や身近な人に感染が疑われる方がいる場合
・新型コロナウイルス感染症陽性とされた方との濃厚接触がある
・過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国・地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある
④シャトル、ボール等消耗品は用意しますが、ラケット、ヨガマット等個人で使用する物はご準備ください。用具の貸出は行っておりません
⑤受講前に「新型コロナウイルス接触確認アプリ」への登録をお願いします
また受講時（各回）に「大阪コロナ追跡システム」の登録にご協力ください
⑥学校や公的機関から中止要請があった場合は教室を中止します
⑦新型コロナウイルス感染症が発生した際には取得した個人情報を連絡のため、または公的機関に情報を提供するために使用することがあります
⑧参加後２週間以内に新型コロナウイルス感染症と診断された場合は、事務局に速やかに報告してください

無料体験ができます!!
初めての方大歓迎!!

（※お一人様1回限り／事前申込不要）　※教室が定員に達している場合は、お断りすることがございます。

事前に休講がわかっている場合は**「レクセンブログ」**で公開しています。　レクセンブログ　検索　でご確認ください。

スポみど

一般財団法人 大阪スポーツみどり財団　市民レクセン事務局

〒552-0005 大阪市港区田中3-1-40　丸善インテックアリーナ大阪内　ホームページ https://www.osgf.or.jp/

TEL.06-6577-5269　FAX.06-6577-5280（電話受付時間／平日9:00～17:30）

市民レクリエーションセンタースポーツ教室　《主催》大阪市　《企画運営》一般財団法人 大阪スポーツみどり財団

レクセンブログ

屋内種目 5月10日(月)より順次スタート

● 申込方法は裏表紙をご覧ください。

北区 ❶堀川レクセン（堀川小学校体育館）

住所：北区東天満 2-10-7

最寄駅 JR東西線「大阪天満宮」駅 地下鉄谷町線・堺筋線「南森町」駅 3号出口 東100m

レクセン入口：堀川小学校 北側

連絡先携帯番号：080-1509-8890

曜日	開催種目	定員
火	バレーボール	30名

北区 ❷豊崎レクセン（豊崎中学校体育館）

住所：北区本庄東 3-4-8

最寄駅 地下鉄谷町線・堺筋線「天神橋筋六丁目」駅 11号出口 北700m

レクセン入口：豊崎中学校 東側

連絡先携帯番号：080-1509-8891

曜日	開催種目	定員
火	バスケットボール 中学生OK	30名
水	バドミントン	40名
金	卓　球	30名

都島区 ❸東レクセン（東高等学校体育館）

住所：都島区東野田町4-15-14

最寄駅 地下鉄長堀鶴見緑地線「京橋」駅 1号出口 北西300m

レクセン入口：東高等学校 南側

連絡先携帯番号：080-1509-8892

曜日	開催種目	定員
火	バドミントン 小学1年生以上OK 中学生OK	80名

※現在調整中

此花区 ❹此花レクセン（此花中学校体育館）

住所：此花区高見2-14-31

最寄駅 阪神西大阪線「伝法」駅 北東500m

レクセン入口：此花中学校 西側

連絡先携帯番号：080-1509-8893

曜日	開催種目	定員
月	バスケットボール	30名
木	卓　球	30名

中央区 ❺上町レクセン（上町中学校体育館）

住所：中央区上本町西3-2-30

最寄駅 地下鉄谷町線 長堀鶴見緑地線「谷町六丁目」駅 3号出口 南東300m

レクセン入口：上町中学校 東側

連絡先携帯番号：080-1509-8894

曜日	開催種目	定員
月	バドミントン	40名
水	パワーヨガ	30名
木	バスケットボール 中学生OK	30名
金	健康づくり体操&ソフトバレー	30名

西区 ❻西レクセン（西中学校体育館）

住所：西区千代崎3-1-43

最寄駅 地下鉄長堀鶴見緑地線「ドーム前千代崎」駅 阪神なんば線「ドーム前」駅 北150m

レクセン入口：西中学校 北側

連絡先携帯番号：080-1509-8895

曜日	開催種目	定員
月	バドミントン	40名
火	卓　球	30名
木	バレーボール	30名
金	リフレッシュヨガ	30名

港区 ❼市岡東レクセン（市岡東中学校体育館）

住所：港区市岡元町3-2-18

最寄駅 地下鉄中央線「弁天町」駅 JR環状線「弁天町」駅 南東250m

レクセン入口：市岡東中学校北側

連絡先携帯番号：080-1509-8896

曜日	開催種目	定員
火	バドミントン	40名
木	バレーボール	30名
金	卓　球	30名

大正区 ❽大正西レクセン（大正西中学校体育館）

住所：大正区南恩加島6-14-37

最寄駅 市バス鶴町四丁目行き「昌連橋」バス停 北100m

レクセン入口：大正西中学校 北側

連絡先携帯番号：080-1509-8897

曜日	開催種目	定員
月	バドミントン 小学1年生以上OK 中学生OK	40名

西淀川区 ❾西淀レクセン（西淀中学校体育館）

住所：西淀川区姫島6-10-5

最寄駅 阪神なんば線「福」駅　北東500m

レクセン入口：西淀中学校 南側

連絡先携帯番号：080-1509-8899

曜日	開催種目	定員
火	卓　球	30名
木	バドミントン 中学生OK	40名
金	デトックスヨガ	30名

淀川区 ❿十三レクセン（十三中学校体育館）

住所：淀川区十三東5-1-27

最寄駅 阪急「十三」駅　北東800m

レクセン入口：十三中学校 南側

連絡先携帯番号：080-1509-8900

曜日	開催種目	定員
木	バドミントン	40名

淀川区 ⓫三国レクセン（三国中学校体育館 3階）

住所：淀川区西三国2-5-24

最寄駅 阪急宝塚線「三国」駅　北東600m

レクセン入口：三国中学校 東側

連絡先携帯番号：080-1509-8918

曜日	開催種目	定員
火	機能改善ヨガ	30名
水	卓　球	30名
木	バレーボール 中学生OK	30名
金	バドミントン	40名

東淀川区 ⓬瑞光レクセン（瑞光中学校体育館）

住所：東淀川区瑞光4-9-37

最寄駅 地下鉄今里筋線「瑞光四丁目」駅 1号出口スグ

レクセン入口：瑞光中学校 南側

連絡先携帯番号：080-1509-8901

曜日	開催種目	定員
木	バドミントン	40名
金	卓　球 中学生OK	30名

東成区 ⓭相生レクセン（相生中学校体育館）

住所：東成区神路2-8-16

最寄駅 地下鉄中央線「深江橋」駅 5号出口 南西600m

レクセン入口：相生中学校 東側

連絡先携帯番号：080-1509-8902

曜日	開催種目	定員
月	剣　道 小学1年生以上OK 中学生OK	30名
火	卓　球	30名
木	バドミントン 中学生OK	40名
金	バレーボール	30名

生野区 ⓮生野レクセン（生野中学校体育館）

住所：生野区生野西3-5-40

最寄駅 JR環状線「寺田町」駅 北東800m

レクセン入口：生野中学校 北側

連絡先携帯番号：080-1509-8903

曜日	開催種目	定員
月	ハタヨーガ	30名
金	卓　球	30名

生野区 ⓯新巽レクセン（新巽中学校体育館）

住所：生野区巽南4-2-53

最寄駅 地下鉄千日前線「南巽」駅 3号出口 南西500m

レクセン入口：新巽中学校 西側

連絡先携帯番号：080-1509-8904

曜日	開催種目	定員
火	バレーボール	30名
水	卓　球 中学生OK	30名
木	バドミントン	40名
金	バレエ 小学1年生以上OK	30名

旭区 ⓰大宮レクセン（大宮中学校体育館）

住所：旭区中宮4-7-11

最寄駅 地下鉄谷町線「千林大宮」駅 2号出口 北西800m

レクセン入口：大宮中学校 東側

連絡先携帯番号：080-1509-8905

曜日	開催種目	定員
火	卓　球	30名
水	バドミントン	40名
木	リフレッシュヨガ	30名

城東区 ⓱城陽レクセン（城陽中学校体育館）

住所：城東区鴫野西3-3-64

最寄駅 地下鉄今里筋線「鴫野」駅 3号出口　北西300m JR学研都市線「鴫野」駅 北西300m

レクセン入口：城陽中学校 南側

連絡先携帯番号：080-1509-8906

曜日	開催種目	定員
火	バドミントン	40名
木	卓　球 小学5年生以上OK	30名

鶴見区 ⓲茨田レクセン（茨田中学校体育館）

住所：鶴見区諸口3-4-44

最寄駅 地下鉄長堀鶴見緑地線「横堤」駅 6号出口 東500m

レクセン入口：茨田中学校 北側

連絡先携帯番号：080-1509-8907

曜日	開催種目	定員
火	バドミントン	40名
金	卓　球	30名

阿倍野区 ⓳文の里レクセン（文の里中学校体育館）

住所：阿倍野区美章園1-5-52

最寄駅 JR阪和線「美章園」駅　北西300m

レクセン入口：文の里中学校 西側

連絡先携帯番号：080-1509-8908

曜日	開催種目	定員
月	バレーボール 中学生OK	30名
水	バドミントン	40名

住之江区 ⓴加賀屋レクセン（加賀屋中学校体育館）

住所：住之江区西加賀屋2-9-20

最寄駅 地下鉄四つ橋線「北加賀屋」駅 3号出口 南400m

レクセン入口：加賀屋中学校 東側

連絡先携帯番号：080-1509-8909

曜日	開催種目	定員
火	卓　球	30名
水	バスケットボール 中学生OK	30名
木	健康づくり体操	30名
金	バレーボール	30名

住吉区 ㉑墨江丘レクセン（墨江丘中学校体育館）

住所：住吉区墨江4-15-34

最寄駅 南海高野線「沢ノ町」駅　西200m

レクセン入口：墨江丘中学校 東側

連絡先携帯番号：080-1509-8911

曜日	開催種目	定員
火	バドミントン	40名
水	卓　球	30名
金	バレーボール 中学生OK	30名

東住吉区 ㉒田辺レクセン（田辺中学校体育館）

住所：東住吉区南田辺4-7-24

最寄駅 JR阪和線「鶴ヶ丘」駅　東700m

レクセン入口：田辺中学校 北側

連絡先携帯番号：080-1509-8912

曜日	開催種目	定員
水	バレーボール 中学生OK	30名

平野区 ㉓瓜破レクセン（瓜破中学校体育館）

住所：平野区瓜破2-5-31

最寄駅 地下鉄谷町線「喜連瓜破」駅 4号出口 南南東500m

レクセン入口：瓜破中学校 南側

連絡先携帯番号：080-1509-8913

曜日	開催種目	定員
水	バドミントン 小学1年生以上OK 中学生OK	40名

西成区 ㉔玉出レクセン（玉出中学校体育館）

住所：西成区玉出西1-15-37

最寄駅 地下鉄四つ橋線「玉出」駅 1・5号出口 北西500m

レクセン入口：玉出中学校 東側

連絡先携帯番号：080-1509-8914

曜日	開催種目	定員
火	リラックスヨガ	30名
木	バドミントン	40名
金	卓　球	30名

天王寺区 ㉕OBFレクセン（大阪ビジネスフロンティア高校格技室）

住所：天王寺区烏ヶ辻 2-9-26

最寄駅 JR環状線「桃谷」駅　南西300m

レクセン入口：OBF高校 西側

連絡先携帯番号：080-2413-0232

曜日	開催種目	定員
土	リフレッシュヨガ	30名

※❹此花レクセンについては
市民レクセン事務局までお問い合わせください。
TEL.06-6577-5269（電話受付時間／平日9:00～17:30）

硬式テニス 屋外種目 5月9日(日)スタート

都島区 ㉖東高レクセン（東高校テニスコート）※グレーコート

住所：都島区東野田町4-15-14

最寄駅 地下鉄長堀鶴見緑地線「京橋」駅 北西500m

連絡先携帯番号：080-1509-8917

教室	時　間	定員
A	13:00～14:30	各50名
B	15:00～16:30	

● 申込方法は裏表紙をご覧ください。

● 受講料／1期 全10回 8,000円

※硬式テニスは、往復ハガキによる申込みとなります。
（応募多数の場合は抽選）

※天候により全10回を実施できない場合がございますので、ご了承ください。

※連絡先携帯番号の通話可能時間は、教室開催時間の前後15分です。

※連絡先携帯番号の通話可能時間は、教室開催日の18:45～20:45です。

小学1年生以上OK 小学5年生以上OK 小学生の参加は、保護者同伴でお願いします。

中学生OK 中学生は保護者の責任のもとでの参加をお願いします。

この受領証は、郵便局で機械処理をした場合は郵便振替の払込みの証拠となるものですから大切に保存してください。

ご注意
この払込書は、機械で処理しますので、本票を汚したり、折り曲げたりしないでください。

この払込取扱票の裏面には、何も記入しないでください。