

第37回塩尻市ファミリースポレクフェスティバル開催要項

1 目的

市の「健康スポーツ宣言都市」の趣旨にふさわしく、健康やスポーツ、運動の大切さを認識するイベントとする。幼児から高齢者までの幅広い世代を対象とし、特にファミリーで楽しむことを主体に、親子や家族でスポーツや運動を楽しむ機会を提供するとともに、各競技種目を家族や仲間と遊び感覚で楽しむ中で自然に運動やスポーツを体験できるものとする。

2 主催

塩尻市ファミリースポレクフェスティバル実行委員会

委員会構成：塩尻市、塩尻市教育委員会、NPO法人塩尻市スポーツ協会（理事、テニス部、ソフトテニス部、日本スポーツウェルネス吹矢協会塩尻支部、サッカー部、ゲートボール部、弓道部）、塩尻市スポーツ推進委員協議会、塩尻市スポーツ普及員協議会、塩尻市公認体力テスト判定員協議会、東京都市大学塩尻高等学校

3 協力（※順不同）

長野県生涯学習推進センター、スマイルレクリエーション協会、（公財）体力づくり指導協会ヘルスパ塩尻、TORAJAM、松本山雅スポーツクラブ、松本広域消防局塩尻消防署、塩尻市ヘルスアップ委員会、フルサポート塩尻のむらダイム、障害者地域生活応援団、塩尻市社会福祉協議会そよ風の家、東京都市大学塩尻高等学校、田川高等学校

4 協賛（※順不同）

（株）オフィスP'dj、東京都市大学塩尻高等学校かしわ会、（株）サーキットデザイン、学校法人松本歯科大学、長野県労働金庫塩尻支店、第一生命保険（株）新松本営業オフィス、カネシチ農園、（一社）塩尻市観光協会、（株）南信装建、三澤電気工事、（有）塩尻造花、（有）日之出モーターズ、テンホウ塩尻店、塩尻ソフトテニスクラブ、酒井産業（株）、（株）ワールド、髪工房Kita、ジョウシン、喫茶店心花、セブンイレブン松本歯科大学前店、セブンイレブン塩尻北小野店、金井精機、平成電設塩尻営業所、寺澤建具店、大信精肉、（有）三澤自転車商会、ファッションハウスオオツキ、（有）杉山造林、塩嶺カントリークラブ、信陽（株）、（有）ケー・ピー設備、（株）庄太郎、門屋商店、立喰麺屋ひろ、（有）木下商店、丸大大和工業所、カーブスギヤザ塩尻、明治安田生命保険（相）、（株）シオジリ美広、家族食堂あみもと、（株）マルナカ、しおじりコミュニティ放送（株）、横山自動車、中澤ガラス店、信光石油（株）、中信会館龍胆、ファミリー割烹ゆたか、（有）ダスキん塩尻、しんちゃんラーメン、（株）小松電気設備、（有）太建、ワークショップれあれあ、Zir-mmc4b、美容室みぞ、（一財）塩尻・木曾地域地場産業振興センター、信州ブレイブウォリアーズ、VC長野トライデンツ、AC長野パルセイロ、ミズノ（株）

5 日時

令和7年5月11日（日）午前9時～

6 会場

塩尻市中央スポーツ公園、塩尻市立桔梗小学校、東京都市大学塩尻高等学校

（※雨天の場合は、桔梗小学校体育館、東京都市大学塩尻高等学校の屋内で縮小開催）

7 開会式（午前9時～9時25分）

- （1） 東京都市大学塩尻高等学校吹奏楽部の演奏
- （2） 健康スポーツ宣言朗読
- （3） ラジオ体操

8 実施内容（午前9時30分～午後2時）

（1） 体験教室コーナー

- ① テニス体験教室（硬式・軟式）
 - ・硬式テニス及び軟式テニスの体験教室の開催。
- ② サッカー体験教室
 - ・子供から大人まで楽しめるサッカー教室・サッカー体験会の開催。
- ③ 野球体験教室
 - ・初心者向けの野球教室（ティーボール）の開催。
- ④ ゲートボール体験教室
 - ・小さな子どもから高齢者まで楽しめるゲートボール体験の開催。
- ⑤ トランポリン体験教室（雨天時開催種目）
 - ・TORAJAMによるトランポリン教室の開催。（事前申込制）
 - ・教室開催時間は、「午前10時～」「午前11時～」「午後12時15分～」「午後1時15分～」の計4回とする。
- ⑥ 弓道体験教室
 - ・初心者向けの弓道体験教室の開催。
 - ・通常よりも近い位置に設置した大きめの的（巻俵）に向かって矢を射る。
- ⑦ 書道体験教室（雨天時開催種目）
 - ・普段使わない大きな筆で半紙に書くことを体験。
- ⑧ ブーメラン体験教室（雨天時開催種目）
 - ・自分で作って飛ばす体験教室
- ⑨ ドローン体験教室
 - ・中庭で100g未満の小型ドローンの操縦体験を行う。指導には専門の業者が当たる。

（2） ふれあいコーナー

- ① チャレンジ・ザ・ゲーム
 - ・ロープ・ジャンピング・10【縄跳び競技】※連続で何回跳べるかを競う。
 - ・キャッチング・ザ・スティック【スティック競技】※複数人で横一列に並び位置を変えながらスティックを倒さずに何回キャッチできるかを競う。
 - ・リング・キャッチ・クロス・10【リング競技】※全員でリングを一斉に投げてキャッチする。リングが1周して戻ってくるタイムを競う。
 - ・ネット・パス・ラリー・10【ボール競技】※3分間に何回パスできるかを競う。
- ② ワクワクひろば（雨天時開催種目）
 - ・スタート地点からゴールに向かって様々なゲームを楽しんでもらう。
- ③ スラックライン（雨天時開催種目）
 - ・参加者のレベルに応じたスラックラインの体験。
- ④ エアトランポリン
 - ・参加者を順番に並べ、1回3分で危険の無いよう実施する。
 - ・定員各10名とする
- ⑤ ディスクターゲット
 - ・3×3(9マス)の的に向かって1人3回フライングディスクを投げる。
 - ・投げる距離は、幼児（小学生以下）＝1m、小学生＝3m、中学生以上＝5mを目安と

し、参加者の実力に応じて距離を調整できるものとする。

⑥ モルック（雨天時開催種目）

- ・フィンランドの伝統的なゲームを基に考案されたモルックの体験。
- ・来場者が多くきた場合は、1グループ1コースで体験してもらう。

⑦ ファミリーバドミントン（雨天時開催種目）

- ・誰でも気軽に楽しむことが出来るファミリーバドミンントンの体験。

⑧ ボッチャ（雨天時開催種目）

- ・パラリンピック正式種目となっているボッチャの体験。

⑨ 消防ひろば

- ・AEDの使い方講習、緊急車両等の展示、模擬消防服の試着等。

⑩ 鉄道模型（雨天時開催種目）

- ・室内いっぱいを使用して鉄道模型を展示して見学してもらう。

⑪ 幼児向け体操体験等（雨天時開催種目）

- ・絵本読み聞かせなど幼児向けの体験エリア。親は休憩所代わりに使用しても可。

⑫ バルシューレ（雨天時開催種目）

- ・松本山雅スポーツクラブによるバルシューレ教室。10：00から11：00開催。

(3) 体力測定・健康づくりコーナー（雨天時開催種目）

① 体力測定コーナー

- ・長座体前屈、立ち幅跳び、握力、上体起こし、反復横跳び、20mシャトルランの測定。

② 健康運動相談コーナー（ヘルスパ塩尻）

- ・体力測定結果をもとに、ヘルスパ塩尻指導員による運動健康相談を実施。

③ 健康づくりコーナー

- ・ヘルスアップ委員や明治安田生命による健康に関する展示。

(4) チャレンジコーナー

① ストラックアウト（雨天時開催種目）

- ・硬式テニスボールを1人12球投げ、何枚のパネルを倒せるかを競う。
- ・投げる距離は、幼児（小学生以下）＝2m、小学生女子＝5m、小学生男子＝10m、中学生以上女子＝7m、中学生以上男子＝15mを目安とし、参加者の実力に応じて距離を調整する。

② 吹矢（雨天時開催種目）

- ・年齢に合わせ距離の長短を決め、1人5本の矢を吹き、的を狙う。

③ キックターゲット

- ・サッカーボールを1人5球蹴り、何球の的を通せるかを競う。
- ・蹴る距離は、幼児＝2m、小学生＝3m、中学生以上＝5mを目安とし、参加者の実力に応じて距離を調整できるものとする。

④ 速球王

- ・野球の投手～捕手間（18.44m）を投げる。ただし、中学生以上男子＝18.44m、中学生以上女子＝16m、小学生男子＝14m、小学生女子＝10m、幼児はボールが届く位置を目安とし、参加者の実力に応じて距離を調整する。
- ・2回計測出来るまで投げ、距離の速い方を記録とする。
- ・種別は「小学生の部（男女別）」、「中学生以上の部（男女別）」の4種別する。

⑤ ジャベリックスロー

- ・小学生以下＝ジャベボール小、中学生以上＝ジャベボール中を投げて距離を記録する。
- ・2回投げ、距離の遠い方を記録とする。

(5) 出店コーナー（雨天時も実施予定）

- ・食べ物、飲み物等の販売（キッチンカーを含む）
- ・休憩所