

⑫ 世界陸上・デフリンピック

などの情報発信

協力：東京都生活文化スポーツ局

2025年に東京で開かれる世界陸上・デフリンピックについて学ぼう！

時間：10:15～14:00

スタンプ

クイズラリー

- 6つのクイズに答えて、文字を並べよう！
- クイズはS&Dスポーツアリーナ羽村館内6か所に！何問答えられるかな？
- クイズラリーの用紙は1階受付 イベント総合受付で配布中！

誰でも参加可！当日OK!

同時開催

スポーツリーダー

養成講習会【1日目】

スポーツ指導者の育成を目的とした講習会。健康や食事に関心のある方も満足できる内容。

当日参加可能！

(1)羽村市のスポーツ推進とスポーツリーダーの役割

13:30～14:45

(2)スポーツとメンタルヘルス

15:00～16:15

市公式サイト



S&Dスポーツアリーナ羽村

はむら

スポーツ

フェスティバル

12/7 (土)

午前9時45分～

午後2

注意事項

- 【持ち物】動きやすい服装、屋内用運動靴、ふた付きの飲み物、タオル
- 【駐車場】駐車場は台数に限りがありますので、できるだけ自転車や徒歩などでお越しください。お車でお越しの場合は、駐車場を御利用ください。
- 【禁煙】S&Dスポーツアリーナ羽村は全面禁煙となります。

☆団体紹介ポスターの募集☆

羽村市社会教育関係団体の団体紹介ポスターを掲示します。この機会にぜひ、団体を紹介しませんか。掲示を希望する団体は市公式サイト内の様式をダウンロードして、11月30日（土）までにEメールまたは直接、S&Dスポーツアリーナ羽村に提出してください。

協力 株式会社 CAC Holdings／特定非営利活動法人羽村市スポーツ協会／羽村市スポーツ推進委員協議会／公益財団法人東京都スポーツ文化事業団／東京都生活文化スポーツ局／一般社団法人はむら総合型スポーツクラブはむすぽ／株式会社プリモ（五十音順）

問合せ S&Dスポーツアリーナ羽村 電話 042-555-0033 月曜休館

Eメール s705005@city.hamura.tokyo.jp



市公式サイト
(事前申込等)



午前9時45分～オープニング 場所：第1ホール

★はむすぽKSダンス 『しゅわしゅわ☆デフリンピック』★

① オリンピック競技種目体験

事前申込・当日受付

佐竹 玲奈さん

「実演と体験！トランポリン」

講師：佐竹 玲奈さん（株）プリモ所属
東京で開催された世界選手権で日本初の団体戦金メダルに
貢献した講師によるトランポリン教室！

12時35分～佐竹さんによるトランポリンの実演あり！

*事前申込：市公式サイトから申込みください。スタンプ

①第1部10:15～11:15（未経験者向け）定員10名

②第2部11:25～12:25（未経験者向け）定員10名

③第3部14:00～15:30（経験者向け）定員15名

*当日受付：直接イベント総合受付に申込みください。

④第4部15:40～17:00（未経験者向け）定員15名



事前申込制

唐司 あみさん

④ パラリンピック競技種目体験

「現役アスリートが教える！ボッチャ」

講師：唐司あみさん（株）CAC Holdings所属
ボッチャ日本代表「火ノ玉JAPAN」の一員として世界大会
でも活躍する現役アスリートによるボッチャ教室！

*事前申込：市公式サイトから申込みください。

時間：① 第1部10:20～11:35 ②第2部11:45～13:00

定員各部20人

スタンプ



② インディアカ

協力：羽村市インディアカ連盟

羽根の付いたシャトル状のボールを、ネットを
挟んで互いに手で打ち合うスポーツ☆

時間：10:15～13:00

スタンプ

③ 東京スポーツドック2024

主催：東京都

体力・体組成測定や測定結果をもとにした
健康アドバイスを受けられます。体力測定アプリ
をダウンロードして全項目を測定した方には、
素敵な景品もプレゼント！（20歳以上の方）

※15歳以下の方は保護者と一緒に測定してください。

時間：10:15～14:00

スタンプ

⑤ はむすぽフォークダンス

協力：（一社）はむら総合型スポーツクラブ はむすぽ
美しい民族音楽に合わせて踊ります。色々な
リズムやステップで身体と脳をリフレッシュ
しよう♪

時間：13:10～13:35

スタンプ

⑥ はむりんと踊ろう！

はむりんダンス

協力：（一社）はむら総合型スポーツクラブ はむすぽ
はむりんが登場！みんなでいっしょにたのしく
おどろう♪

時間：13:40～14:00

スタンプ

⑦ 弓道 演武・体験

協力：羽村市弓道会

弓を引き、矢を的にあてる一連の所作を通し、
心身を鍛錬する日本の武道

対象：小学生以上

時間：10:15～14:00

スタンプ

※演武の時間（10:15～10:45）は体験不可。

⑧ サッカー

協力：羽村市サッカー協会

みんなは何回できる？リフティング体験や
ボールを使ったミニゲームに挑戦しよう

時間：10:15～14:00

スタンプ

⑨ モルック

協力：羽村市スポーツ推進委員協議会

モルックという木の棒を投げて
12本のピンを倒し、
得点を競うフィンランドうまれのスポーツ。

時間：10:15～14:00

スタンプ

⑩ ラダーゲッター

協力：羽村市スポーツ推進委員協議会

ひもでつながった2個のボールを投げ、
ラダー（はしご）にひっかけて得点を競う、
ニュースポーツ！

時間：10:15～14:00

スタンプ

⑪ 弘道会合気道初心者教室

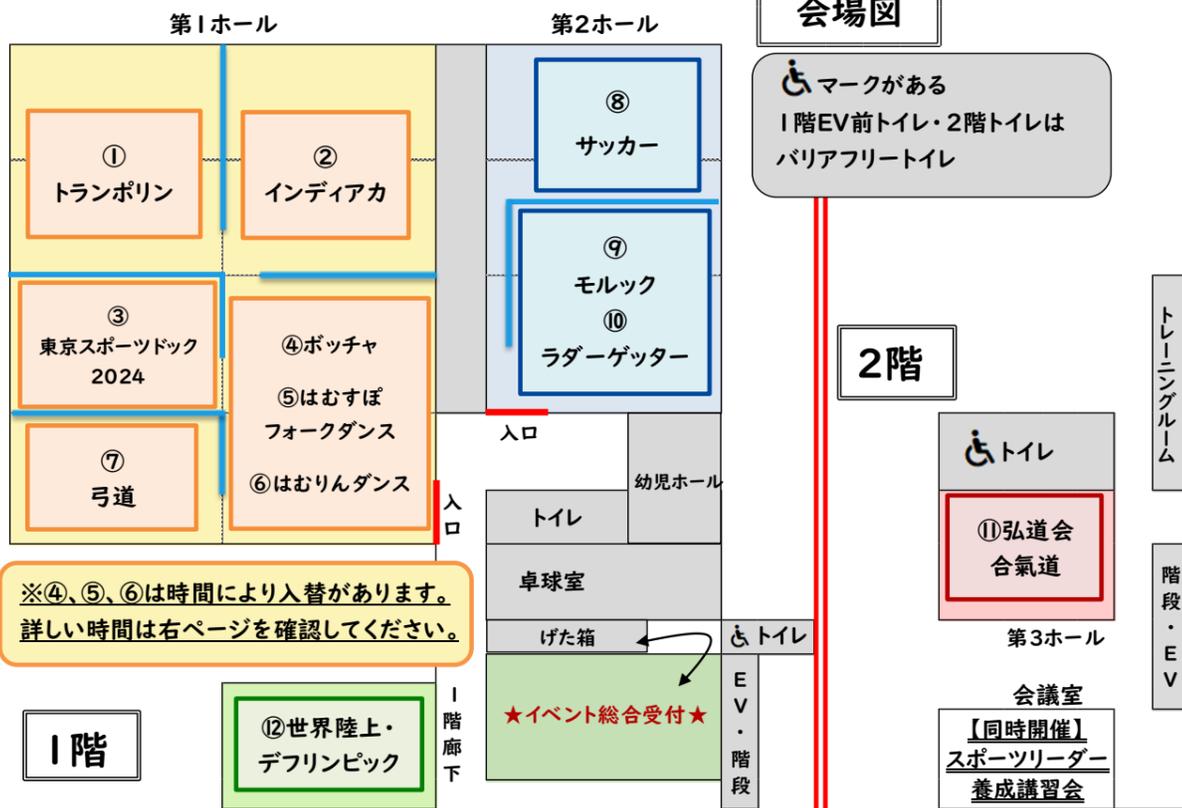
協力：弘道会合気道

力やテクニックに頼りすぎず、
氣の流れに逆らわない大きく自然な動きで行う武道。

対象：5歳以上 時間：10:15～14:00

スタンプ

会場図



スタンプラリー

スタンプを5こあつめて賞品をゲットしよう！

集めたら1階ロビー イベント総合受付までお越しください。（先着300人）

