

事前申込・当日OK

同時開催

講演「スポーツと貧血」

「スポーツと貧血」について正しく理解し、改善と予防をすることで、日頃の練習も万全に取り組むことが可能になります。

アスリートだけでなく、指導者や保護者の皆様も幅広い知識を身につけて、健康管理に役立てましょう。

会場：2階 会議室

時間：午前11時00分～12時15分

講師：藤永製薬株式会社 吉田豊氏

申込み：11/2(木)からS&Dスポーツアリーナ羽村へ。直接会場でもOK！

スタンプ

同時開催

2025年東京開催世界陸上・

デフリンピックPR

2025年に東京で開催される世界陸上・デフリンピックに関する情報発信ブースです。

両大会を紹介するパネル展示や会話をサポートする技術体験等を実施します。

会場：第1ホール

時間：午前10時15分

～午後3時

担当：東京都生活文化スポーツ局

スタンプ

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

11/25
(土)

午前9時30分～
午後3時



クイズにチャレンジ！ 正解者に粗品をプレゼント

- ①東京2020大会に向けてキルギス共和国の選手がS&Dスポーツアリーナ羽村で練習しましたが、その種目は何？
- ②羽村市ゆかりのオリンピックが2名いますが種目は何と何？
- ③羽村市が目標としているスポーツ実施率の割合は何パーセント？

種目	
種目	
	%

☆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。会員を増やしたい団体はぜひ、提出してください。掲示を希望する団体は、羽村市公式サイトから様式をダウンロードして、11月18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。

↓羽村市公式サイト



主催 羽村市教育委員会
 協力 NPO法人羽村市体育協会、一般社団法人はむら総合型スポーツクラブはむすぼ、羽村市スポーツ推進委員協議会、株式会社プリモ
 問合せ 羽村市教育委員会生涯学習部スポーツ推進課（S&Dスポーツアリーナ羽村内）月曜休館
 羽村市羽加美1-29-5 電話 042-555-0033 FAX 042-554-9974
 Eメール s705005@city.hamura.tokyo.jp

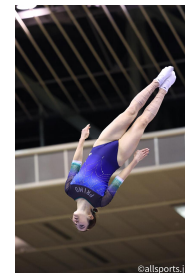
たいけん むりょう しつないば じさん
○体験はすべて無料！ ○室内履き持参！

○スタンプラリーでプレゼントをゲット！（先着300人）

○子どもからおとな、障害のある人も、みんなでのしめるメニューがたくさん

○現役アスリート佐竹玲奈さんによる

体験あり！【事前予約制】



午前9時30分～オープニング ★はむすぼジュニアチアダンス★

午前10時～開会式 午前10時15分～午後3時 体験

事前申込制

オリンピック競技種目「実演と体験！トランポリン」

指導：佐竹玲奈さん（総プロモ所属）

日本団体チームの一員として2019年に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現役アスリートが直接指導します。

内容 動画視聴、佐竹さん実演、体験 会場：第1ホール
定員：各回12人（申込順）

スタンプ

服装等 動きやすい服装(フード付NG)、靴下着用
時間：①午前10時15分～午前11時45分、②午後1時30分～午後3時
申込み：11月2日(木)～21日(火)に「氏名(フリガナ)、電話番号、年齢、希望時間(①または②)」を電話、ファクス、Eメールまたは直接S&Dスポーツアリーナ羽村へ(月曜休館)

講師：佐竹玲奈さん



「インディアカ」

羽根のついたボールを手で打ち返したり、バレーのようなプレーをするスポーツです。

会場：第1ホール
時間：午前10時15分～午後3時
講師：羽村市インディアカ連盟

スタンプ

「弓道」弓道具の展示・演武(巻藁射礼)

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です。

対象：小学生以上 会場：第1ホール・ホール外
時間：午前10時15分～午後3時
※演武の時間(午前10時30分～11時、午後1時45分～2時15分)は体験不可。
講師：羽村市弓道会

スタンプ

「はむすぼわくわくトランポリン教室」

すべてのスポーツに役立つ空中感覚が得られます。

会場：第1ホール
時間：午前11時45分～午後1時30分
講師：(一社)はむら総合型スポーツクラブ はむすぼ

スタンプ

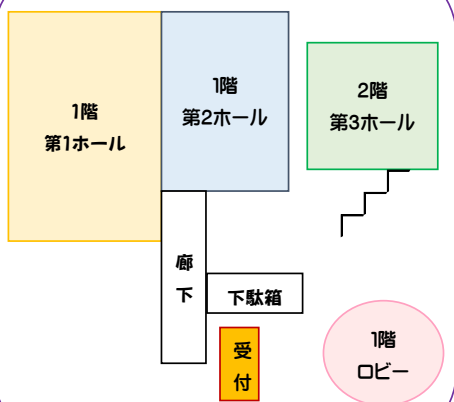
「弘道会合気道初心者教室」

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です。

対象：5歳以上
会場：2階 第3ホール
時間：午前10時15分～正午
講師：弘道会合気道

スタンプ

会場図



パラリンピック競技種目「ボッチャ」

赤と青のボールをそれぞれ6球ずつ投げたり転がしたりして目標球にいかに近づけるか競います。

会場：第2ホール
時間：午前10時15分～午後3時
講師：羽村市スポーツ推進委員協議会

スタンプ

パラリンピック競技種目

「シッティングバレーボール」

床にお尻をつき、座った姿勢でプレーします。どなたでも体験できるようやわらかいボールで行います。

会場：第2ホール
時間：①午前10時15分～11時45分
②午後1時30分～3時
講師：順天堂大学障害者スポーツ同好会

スタンプ

「ラダーゲッター」

ひもでつながっている2個のボールをラダー(はしご)に向かって投げ、ひっかけて得点を競います。

会場：第2ホール
時間：午前10時15分～午後3時
講師：羽村市スポーツ推進委員協議会

スタンプ

「はむりんと踊ろう！はむりんダンス」

はむりんといっしょにおどしましょう♪
はむりんカードをプレゼントします。

時間：午後1時～1時30分
会場：1階ロビー 講師：はむりん
協力：(一社)はむら総合型スポーツクラブ はむすぼ

スタンプ

「モルック」

モルックという木の棒を投げてスキットルと呼ばれる12本のピンを倒し、得点を競うフィンランド発祥のスポーツです。

会場：第2ホール
時間：午前10時15分～午後3時
講師：羽村市スポーツ推進委員協議会

スタンプ

「はむすぼフォークダンス」

美しい素敵な民族音楽に合わせて踊ります。いろいろなリズムやステップは身体と脳のリフレッシュになります。

会場：1階ロビー
時間：午後1時30分～2時30分
講師：(一社)はむら総合型スポーツクラブ はむすぼ

スタンプ

「フィールドゴルフ」

羽村市スポーツ推進委員協議会考案のスポーツ。短めのクラブでゴールへボールを運びます。

会場：第2ホール外
時間：午前10時15分～午後3時
講師：羽村市スポーツ推進委員協議会

スタンプ

「スポーツウエルネス吹き矢」

腹式呼吸を使い、集中力を高めて的をめがけて矢を放ち得点を競います。ゲーム感覚で健康を維持できます。

会場：1階ロビー
時間：午前10時15分～11時45分
講師：(一社)はむら総合型スポーツクラブ はむすぼ

スタンプ

スタンプラリー

スタンプを7こあつめて「はむりんボールペン」をゲットしよう！
あつめたら1階ロビーイベント受付までお越しください。(先着300人)