

スポーツフェスティバル

TAC永福・松ノ木・下高
参加費無料

2022
10.10 Mon IN まつのき・しもたか

松ノ木運動場

元プロテニスプレイヤー 佐伯美穂さんによるテニス教室



【時間】①13:00~14:30 ②15:00~16:30
【場所】5・6番テニスコート
【対象】①18歳以上 ②小学生
※テニス経験者のみ
【定員】各回20名
◆自己最高ランキング
・シングルス49位 ・ダブルス56位
◆主な大会戦績
・世界4大会出場 ・全日本優勝



NEWスポーツアルティメット体験会



【時間】15:30~17:30
【場所】野球場
【対象】どなたでも
【定員】特になし



アルティメットとは英語で「究極」という意味であり、フライングディスク競技の中で、走る・投げる・跳ぶといった様々な能力が要求され、名前の通り究極のスポーツであるということから名付けられました。究極のスポーツに挑戦してみよう!!

下高井戸運動場・下高井戸区民集会所

クリケット体験会



【時間】10:00~12:00 【場所】運動場B面
【対象】どなたでも 【定員】特になし
世界の競技人口はサッカーに次いで2位!
クリケットを体験してみよう!

スマイル◎サッカー

【時間】13:00~14:10 【場所】運動場A面
【対象】小・中学生 【定員】40名
小・中学生どなたでも参加できるよ!広い運動場で、思い切り走ってボールを蹴ろう!

気分アゲアゲ★DJ体験会



【時間】★13:30~デモンストレーション
①13:50~15:30 体験会
★15:40~デモンストレーション
②16:00~17:40 体験会
【場所】下高井戸区民集会所 2F集会室
【対象】どなたでも

下高にDJ現る!? DJとはディスクジョッキーの略で曲同士をつなげて途切れさせないように流し続ける人のことを言います。みんなでチャレンジしてみよう!

(協力:Ⅲ FAITHS DJ SCHOOL)

~スポーツフェスティバル in エイフク~



TAC杉並区永福体育館
事前プログラム申込

2022年4月より一体管理を行っているTAC杉並区永福体育館でも同日スポーツフェスティバルを開催いたします。是非、こちらにも足をお運びください!

■施設に入場できる方
①事前プログラム申込に当選された方
②事前入場登録された方

■新型コロナウイルス感染症対策について

- ・マスクの着用をお願いいたします
- ・細かな手洗い、アルコール等による手指消毒をお願いいたします
- ・適度な距離をとるようお願いいたします
- ・更衣室混雑回避のため、あらかじめ運動できる服装でご来場ください

以下項目①~④につきまして、参加前2週間において該当する項目がある方は、入場をご遠慮いただきます

- ① 発熱、咳、のどの痛み等の風邪の症状、だるさ、息苦しさ、嗅覚や味覚の異常、体が重い、疲れやすい等の症状がある場合
- ② 新型コロナウイルス感染症陽性とされた者との濃厚接触がある場合
- ③ 同居家族や同じ身近な知人に感染が疑われる方がいる場合
- ④ 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場合



パンデミックからみんなをまもるため皆様のご協力をお願いいたします

申込方法

【事前プログラム申込】

◆WEB申込(抽選)

・申込期間/9月16日(金)10:00~9月25日(日)※杉並区在住・在勤・在学・在園の方のみ

・当落発表/9月28日(水)

※インターネット環境がない方は、各施設までお問い合わせください

◆2次申込:電話または各施設の受付窓口にて直接申込(先着順)

・10月1日(土)10:00~(先着順) ※空きのあるイベントのみ(区外の方の申込可)

【事前入場登録】

◆WEB登録

・登録開始日/9月16日(金)10:00~当日

※インターネット環境がない方は、各施設までお問い合わせください

・登録いたただくと入館時の入館確認票を記入せず入場いただけます

・混雑緩和の為、事前の登録にご協力をお願いいたします

松ノ木・下高井戸
事前プログラム申込



3施設共通
事前入場登録



イベント詳細は裏面をチェック▶▶▶

2022年10月10日(月・祝) 松ノ木運動場・下高井戸運動場/下高井戸区民集会所 タイムスケジュール

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00
松ノ木	野球場	ヤクルトスワローズ親子野球体験コーナー ①9:00~10:20 ②10:30~12:00				中学生交流試合 13:00~15:30		NEWスポーツ アルティメット体験会 15:30~17:30			
	テニスコート	テニスコート無料貸出 9:00~19:00									
	5・6番 テニスコート	プレイ&ステイテニス教室 ①9:00~10:15 ②10:30~11:45				元プロテニスプレイヤー佐伯美穂さんによるテニス教室 ①13:00~14:30 ②15:00~16:30				星空 キャンドルヨガ 18:00~19:00	
	イベントブース (駐車場)	かんたんバレーアート 9:30~11:00 みんなで塗り絵しよう! 9:00~16:00		ノルディックウォーキング体験会 11:30~13:00 アートの作り 11:30~13:00		かんたんバレーアート 13:30~15:00					
下高井戸	運動場A	ウォーキングフットボール 10:00~11:30				スマイルサッカー 13:00~14:10		ジャイアンツアカデミー 親子野球教室 14:30~16:00			
	運動場B	クリケット体験会 10:00~12:00				ZUMBA 13:00~14:00					
	体育室	めっちゃカッコ良い★K-POPダンス 目指せ!完コピK-POPダンス 10:00~11:00 11:15~12:15				スパイクボール体験会 13:30~16:30					
	集会室	オリジナルゲームを作ろう!プログラミング ①9:30~10:30 ②10:45~12:15				気分アゲアゲ★DJ体験会 ①13:50~15:30 ②16:00~17:40 ★デモンストレーション 13:30~/15:40~					
	1Fロビー 入口横	ペットボトルキャップアート 10:00~12:00				ペットボトルキャップアート 13:00~16:00		杉並野菜 販売するよ!			
		下高まつり 10:00~15:00									

松ノ木運動場 ★★イベントプログラム★★

<p>プレイ&ステイテニス教室 事前</p> <p>時間/①9:00~10:15 ②10:30~11:45 場所/5・6番テニスコート 対象/①未就学児と保護者 ②小学生と保護者 定員/各回32名 テニス初めての方でも大歓迎! 親子で参加できるミニミニテニス教室です。</p>	<p>ヤクルトスワローズ 親子野球体験コーナー 事前</p> <p>時間/①9:00~10:20 ②10:30~12:00 場所/野球場 対象/①未就学児と保護者 ②小学1~3年生と保護者 定員/各回30組60名 野球に必要な「投げる・打つ・走る」を各ブースにて親子で参加しよう!</p>	<p>ノルディックウォーキング体験会 事前</p> <p>時間/11:30~13:00 場所/ロビー 対象/15歳以上(中学生を除く) 定員/20名 ※ボールレンタルあり 専用ボールを使って松ノ木運動場〜善福寺川沿いを歩きます。</p>	<p>元プロテニスプレイヤー 佐伯美穂さんによるテニス教室 事前</p> <p>時間/①13:00~14:30 ②15:00~16:30 場所/5・6番テニスコート 対象/①18歳以上(テニス経験者) ②小学生(テニス経験者) 定員/各回20名 元プロテニスプレイヤー佐伯美穂さんからテニスの技術を学び、アドバイスをもらおう!</p>	<p>NEWスポーツ アルティメット体験会 随時参加</p> <p>時間/15:30~17:30 場所/野球場 対象/どなたでも 定員/特になし 野球場で広々とディスク(フリスビー)を使って、たくさん投げたてて走ってキャッチしよう!</p>
<p>星空キャンドルヨガ 事前</p> <p>時間/18:00~19:00 場所/5・6番テニスコート 対象/15歳以上(中学生を除く) 定員/20名 松ノ木で初!?のテニスコートでヨガを実施します!LEDキャンドルの灯と夜空を見ながらヨガをして心も身体もリラックスしてみませんか?</p>	<p>みんなで塗り絵しよう! 随時参加</p> <p>時間/9:00~16:00 場所/イベントブース 対象/どなたでも 定員/特になし 自分の好きな色を使って自由に塗り絵をしよう!塗り方に決まりはないので世界に一つだけの絵を完成させよう!</p>	<p>かんたんバレーアート 随時参加</p> <p>時間/①9:30~11:00 ②13:30~15:00 場所/イベントブース 対象/どなたでも 定員/特になし お子さまから大人まで楽しめるバレーアート作りに挑戦しよう!作ったバレーアートは持ち帰れるよ★</p>	<p>プラバン作り 随時参加</p> <p>時間/13:30~13:00 場所/イベントブース 対象/どなたでも 定員/特になし 自分の好きな絵や文字を入れてオリジナルプラバンを作ろう!完成したプラバンはキーホルダーにして活用できるよ!</p>	<p>テニスコート無料貸出 事前</p> <p>時間/①9:00~11:00 ②11:00~13:00 ③13:00~15:00 ④15:00~17:00 ⑤17:00~19:00 対象/高校生以上 ご希望の時間帯を1つ選択してお申込ください。重複で申込があった場合、無効となります。</p>

下高井戸運動場/下高井戸区民集会所 ★★イベントプログラム★★

<p>ウォーキングフットボール 事前</p> <p>時間/10:00~11:30 場所/下高井戸運動場A面 対象/小学生~ 定員/40名 ウォーキングフットボールとは、その名の通り歩いてサッカーをします。年齢・性別・経験問わず多くの方が気軽に楽しめます!</p>	<p>クリケット体験会 随時参加</p> <p>時間/10:00~12:00 場所/下高井戸運動場B面 対象/どなたでも 定員/特になし イギリス、オーストラリア、インド、南アフリカなど英連邦諸国を中心に大人気で、世界の競技人口はサッカーに次いで第2位とされています。みんなでクリケットを体験しよう!</p>	<p>スマイル@サッカー 事前</p> <p>時間/13:00~14:10 場所/下高井戸運動場A面 対象/小・中学生 定員/40名 障がいの有無や性別は関係なく小・中学生どなたでも参加できます。広い運動場で思い切りボールを蹴ろう!</p>	<p>ZUMBA 事前</p> <p>時間/13:00~14:00 場所/下高井戸運動場B面 対象/15歳以上(中学生を除く) 定員/50名 ラテン系の音楽とダンスを融合したダンスフィットネスプログラムです。広い運動場でたくさん動き、心も身体もスッキリしましょう!!</p>	<p>ジャイアンツアカデミー 親子野球教室 事前</p> <p>時間/14:30~16:00 場所/下高井戸運動場全面 対象/①未就学児と保護者 ②小学1~3年生と保護者 定員/各回20組40名 ジャイアンツアカデミーのコーチによる親子野球教室です。</p>
<p>下高まつり</p> <p>時間/10:00~15:00 場所/下高井戸運動場/区民集会所 ※その他プログラムにご参加する場合は事前プログラム申込または事前入場登録が必要です 1Fロビーで缶バッチ作り、運動場の外で輪投げ・射的・スーパースポーツを実施!杉並野菜の販売もあります! (主催:永福和泉地域区民センター協議会)</p>	<p>ペットボトルキャップアート 随時参加</p> <p>時間/①10:00~12:00 ②13:00~16:00 場所/下高井戸区民集会所 1Fロビー 対象/どなたでも 定員/特になし ナミをキャップで作るよ!</p>	<p>めっちゃカッコ良い★ K-POPダンス 事前</p> <p>時間/10:00~11:00 場所/下高井戸区民集会所 1F体育室 対象/年中~小学2年生と保護者 定員/10組20名 ※室内シューズ いま流行りのK-POPダンス!親子でカッコ良く踊っちゃおう!</p>	<p>目指せ!完コピK-POPダンス 事前</p> <p>時間/11:15~12:15 場所/下高井戸区民集会所 1F体育室 対象/小学生~ 定員/20名 ※室内シューズ 人気K-POPグループのダンスをみんなで作コピ!目指して踊ろう!</p>	<p>スパイクボール体験会 随時参加</p> <p>時間/13:30~16:30 場所/下高井戸区民集会所 1F体育室 対象/どなたでも 定員/特になし ※室内シューズ 中央のネットにボールをバウンドさせてラリーをする新感覚のスポーツです!</p>

<p>オリジナルゲームを作ろう!プログラミング体験会 事前</p> <p>時間/①9:30~10:30 ②10:45~12:15 場所/下高井戸区民集会所 2F集会室 対象/①小学1~3年生と保護者 ※小学1・2年生は必ず保護者同伴 ②小学4~6年生 定員/①10組20名 ②10名 ※USBをご持参ください!! 小学生向けのプログラミング体験会を実施します!世界中で使われているプログラミング学習ソフト「Scratch(スクラッチ)」を使って、オリジナルゲーム開発に挑戦!作った作品は持ち帰れます! (協力:CA Tech Kids)</p>	<p>気分アゲアゲ★DJ体験会 随時参加</p> <p>時間/★13:30~デモンストレーション ①13:50~15:30 体験会 ★15:40~デモンストレーション ②16:00~17:40 体験会 場所/下高井戸区民集会所 2F集会室 対象/どなたでも(親子で参加可能) 定員/特になし DJとはディスクジョッキーの略で曲同士をつなげて途切れさせないように流し続ける人のことを言います。講師によるデモンストレーションも実施します!気分を上げて↑↑DJを体験しよう! (協力:Ⅲ FAITHS DJ SCHOOL)</p>
---	---

事前 事前プログラム申込で当選された方のみご参加いただけます。開始10分前より各会場への入場受付を行います。

随時参加 当日、直接会場にお越しください。開催時間内に随時ご参加ください。参加者多数の場合は整理券を配布いたします。

持ち物チェック!!

- 運動できる服装
- マスク(運動時以外は必ず着用)
- 室内シューズ(体育室のみ)
- タオル
- 飲み物
- やる気!!

※10月10日(月・祝)は駐車場のご利用が出来ません。公共交通機関や自転車でお越しください。
※事前プログラム申込に当選された方、事前入場登録された方のみのご入場となります。

3施設共通HP

松ノ木運動場

〒166-0014 杉並区松ノ木1丁目3番2号2階
TEL:03-3311-7410 FAX:03-3311-4420
ホームページ <https://www.suginami-sportul.com>
9:00~21:00
※休館時間(6:00~8:00)
※日曜及び12月~2月休館
年末年始
※設備保守などにより臨時休館あり

休館日
●京王電線の線路「永福町」駅から開業・京王バス(新高井戸駅(新02))または「高井戸駅(45)」行きに乗り、都立和田田公園(下車徒歩1分)・JR中央本線「高井戸」駅から、関東・京王バス(永福町駅(45))行きに乗り、「都立和田田公園」下車徒歩1分 都立和田田公園(下車徒歩1分) 高井戸駅(新02)または「高井戸駅(45)」行きに乗り、「都立和田田公園」下車徒歩1分

下高井戸運動場 下高井戸区民集会所

〒166-0014 杉並区下高井戸3丁目2番1号
TEL:(運動場)03-5374-6191 (集会所)03-5374-6192
FAX:03-5374-6193
ホームページ <https://www.suginami-sportul.com>
9:00~21:00
※休館時間(6:00~8:00)
※日曜及び12月~2月休館
年末年始
※設備保守などにより臨時休館あり

休館日
●京王線「根上水駅」から徒歩8分
●京王線の線路「西武福袋駅」から徒歩10分