

2023 県民スポーツの日

ふれあいスポーツ

2023 10月9日

参加者大募集 参加費無料

一部有料

要事前予約 詳しくは各団体QRコード等より御確認ください。
当日受付可 事前予約もオススメです!

【県民総合運動公園】 【県民総合運動公園】 【県民総合運動公園】 【県民総合運動公園】 【県民総合運動公園】 【県民総合運動公園】 【県民総合運動公園】

ヘキサスロン体験会
9:00~9:50
要事前予約 当日受付可
開催場所 いこいの広場

幼児~小学生(3年生)を対象に「走る」「跳ぶ」「投げる」を遊び感覚で楽しむプログラムです。
【幼児~小学3年生】
【雨天中止】

問合せ先 096-380-0783

青空ヨガ
10:00~10:50
要事前予約
開催場所 いこいの広場

青空の下、みんなで心地よくヨガを行いましょう。
【どなたでも】
【雨天時はパークドーム熊本スタジアム】
【定員25名】

問合せ先 096-380-0783

親子でタヒチアンダンス
11:00~11:50
要事前予約
開催場所 いこいの広場

青空の下、親子で参加できるタヒチアンダンス体験会を行います。お一人での参加も大歓迎です。
【どなたでも】
【親子(一人でも参加可。どなたでも)】
【雨天時はパークドーム熊本スタジアム】
【定員25名】

問合せ先 096-380-0783

テニスで元気に! ~PLAY&STAY~
10:00~12:00
13:30~15:30
当日受付可
開催場所 A・Bテニスコート

テニスが初めての方、テニスをご無沙汰の方、親子や友人とテニスを楽しみたい方、テニスで元気になる方、お気軽に参加してください。
【小学生、親子、他年齢問わず】

問合せ先 090-9793-0079(岡崎)

ソフトテニスを楽しもう!
10:00~16:00
当日受付可
開催場所 メイン・Dコート

幼児から高齢者まで、ソフトテニスを通して楽しい一日を過ごしませんか。当連盟普及スタッフが中心とした指導者が丁寧に指導します。
【子供から高齢者まで】

問合せ先 090-7448-3939

第9回熊本ラグビージャンボリー
8:00~12:30
要事前予約
開催場所 スポーツ広場

みんなでトライナイススタググラウンドで輝こう!
【小学1年生~小学6年生】

問合せ先 090-3884-1549(児玉)

卓球バレー体験
10:00~15:00
当日受付可
開催場所 体育館

卓球バレーとは、卓球の用具を使ってバレーボールのルールで行うというものです。全国障害者スポーツ大会でもオープン競技として実施されています。障がい者と健常者が一緒にできる楽しいスポーツです。
【特になし】

問合せ先 090-8395-3742

フライングディスク(アキュラシー競技)体験
ディスクターゲットゲーム
10:00~15:00
当日受付可
開催場所 体育館

全国障害者スポーツ大会の正式競技にも採用され、障がいの程度や年齢に関係なくできる競技です。また、ディスクターゲットゲームもできます。障がい者も健常者と一緒に楽しめる体験教室です。
【特になし】

問合せ先 090-8395-3742

ドッジボール教室
10:00~11:30
要事前予約 当日受付可
開催場所 多目的グラウンドB

一つのボールでみんなが楽しく遊ぶドッジボールをゲーム中心で楽しもう!
【小学1年生~6年生】

問合せ先 090-2511-5217

楽しく学ぼう 走り方教室
10:00~12:00
当日受付可
開催場所 補助競技場

幼児から小学生を対象に運動の基礎である陸上競技を初心者の方でも楽しく学べる教室です。教室中にはタイムの測定も実施予定です。今の自分を試したい、楽しく身体を動かしたい、かっこいい走り方を学びたい、ぜひご参加ください!
【小・中学生50名程度】
【問合せ先 096-388-1688 kumarikuelemen@gmail.com】

問合せ先 096-388-2180

『ZERO-i』体験会
10:30~12:00
13:00~14:30
当日受付可
開催場所 1Fフロア

トレーニングジムに新たに設置したゼロイの無料体験会です。気持ちよく身体を整える最新マシンをこの機会にぜひご体験ください。
【高校生以上】

問合せ先 096-388-2180

スケートボード体験会
①10:00~10:50
②11:00~11:50
③13:00~13:50
当日受付可
開催場所 臨時駐車場

新感覚のスケートボード体験会楽しさ満載のイベントです。ボードを自在に操り、スリルとアクションを楽しんでください。初心者も楽しめるよう指導員が丁寧にサポートします。お友達や家族と一緒に参加しよう!
【年長5歳~大人】
【未就学児(年中)~小学校4年生の男女】
【問合せ先 096-247-6980 (平日10時~17時)】

問合せ先 090-1516-6802

JFAキッズ/ガールズサッカーフェスティバル inパークドーム熊本
9:30~10:30
要事前予約
開催場所 グラウンド

サッカー経験の有無やレベルに関係なく、仲間と一緒にサッカーをする楽しさに触れ、多くの人がスポーツの素晴らしさを生涯にわたって感じられるきっかけを作ります。
【未就学児(年中)~小学校4年生の男女】
【問合せ先 096-289-5111 (益城病院・湯原)】

問合せ先 096-289-5111

KFA第7回熊本スカンピオカップ(ロービジョンフットサル体験)
13:00~16:00
要事前予約
開催場所 グラウンド

障がいの有無、障がいの種別を問わず、フットサルを通じて共に時間を過ごすことができる環境作りを行います。また、一般の方へノーマライゼーションを訴える場も創生します。
【どなたでも(年齢・性別・障がい問わず)】
【問合せ先 096-289-5111 (益城病院・湯原)】

問合せ先 096-289-5111

3x3FOOTBALL
①10:00~12:00
②14:00~16:00
要事前予約
開催場所 グラウンド

「3対3」で行うスモールサイドフットボールであり、サッカーでもフットサルでもない独自の形式による新感覚のフットボールです。
【①U10(小学4年生以下の男女)】
【②U11(小学5年生以下の男女)】

問合せ先 090-5744-6490(中山)

スポーツチャンバラ体験会
11:00~15:00
当日受付可
開催場所 アスレチックゾーン

スポーツチャンバラは、チャンバラに競技性と公平性を加えた安全で平和的に戦える「待スポ」で、初心者でもすぐに試合ができます。親子、兄弟、姉妹、友人と楽しく、安全に戦ってみたい。楽しんでください。
【年少~大人】

問合せ先 090-5485-0375(播正)

クレ射撃 シミュレーター体験
10:00~15:00
当日受付可
開催場所 管理棟(研修室)

銃所持許可を必要としないクレ射撃シミュレーターは、大迫力のスクリーンでリアルな射撃体験ができます。
【中学生以上】

問合せ先 096-288-8805

ビームライフル射撃体験
10:00~15:00
当日受付可
開催場所 ライフル棟

ビームライフル射撃は、集中力を必要とするものです。日頃なかなか物事に集中できない方は、ぜひこの機会に集中力を高めてみてはいかがでしょうか。
【年齢問わず】

問合せ先 096-288-8805

自由遊び
9:00~20:00
当日受付可
開催場所 キッズルーム

キッズ用クイズリングボールやレクリエーションマットなどで楽しく遊びましょう。
【未就学児】

問合せ先 096-356-1233

ラジオ体操
9:00~9:15
当日受付可
開催場所 前庭(駐車場)

一日のスタートを元気にラジオ体操で!
【どなたでも】
【雨天中止】

問合せ先 096-356-1233

体力測定無料体験会
9:00~12:00
当日受付可
開催場所 元気体力測定室

握力、垂直跳びなど簡易的な体力測定を無料で実施します!ぜひ今の「チカラ」を測定してみてください。
【高校生以上】

問合せ先 096-356-1233

バーチャルフィットネスプログラム無料体験会
9:00~17:00
当日受付可
開催場所 元気体力測定室

コンピューターを利用したバーチャルフィットネスプログラムを無料で体験しませんか?世界的なインストラクターのプログラムをバーチャルで体験できます!
【高校生以上】

問合せ先 096-356-1233

小学生対象 ハンドボール教室
9:00~11:30
要事前予約
開催場所 中体育室

子どもの「やりたい!」を熊本県ハンドボール協会のスタッフが(JFA公認)がしっかりサポートします。ジュニア期のスポーツ体験は、身体作りだけでなく、心もぐんぐんと育てます。スポーツを通じて、たくさん仲間を作ろう!
【小学生】
予約は二次元バーコードより▶
【問合せ先 0968-41-8404】

問合せ先 096-356-1233

走り方教室
1部10:00~11:30
2部14:00~15:30
要事前予約
開催場所 大体育室

速く走るために基本動作や、スタートダッシュのコツなど、走る力が身につく教室!速く走る楽しさをみんなで体験しよう!詳しくはHPをご覧ください!
【1部:20名、小学1~3年生】
【2部:20名、小学4~6年生】

問合せ先 096-356-1233

幼少年武道(剣道・柔道・空手道・なぎなた) 1日体験教室
10:00~11:30
要事前予約
開催場所 剣道場・柔道場

年長から小学6年生までの子どもたち(男女)を対象とした剣道・柔道・空手道・なぎなたの初歩的動作の体験ができます。
【幼少年対象】

問合せ先 096-383-4912

熊本県ふれあいスポーツキッズバレー大会
10:00~15:30
要事前予約
開催場所 アリーナ

「熊本発祥」の原則4歳~小学4年生までの幼児児童が競技可能なキッズバレー大会を行います。バレーボールは、みんなでボールをつなぐことで、たくさん笑顔の輪が広がります。そんなバレーボールを体験してみませんか。
【原4歳~小学4年生までの幼児児童】
【問合せ先 090-4513-4601(丸山)】

問合せ先 090-4513-4601(丸山)

クロストレーニング体験会
10:30~11:30
当日受付可
開催場所 芝生広場・園路

公園内の様々な地形を使い、有酸素+筋トレで脂肪燃焼を狙ったサーキット運動でボディメイキングを行う。
【一般成人(18歳以上)】

問合せ先 0965-37-0006

ノルディックウォーキング体験会
9:00~10:00
当日受付可
開催場所 芝生広場・園路

2本のポールを使って歩くフィンランド生まれのスポーツです。脂肪燃焼効果抜群、姿勢良く美しく歩いてみませんか?
【だれでも(身長130cm以上)】

問合せ先 0965-37-0006

県民スポーツの日「ふれあいスポーツ」大会
8:30~17:00
当日受付可
開催場所 多目的広場

グラウンド、ゴルフは、「いつでも」「どこでも」「だれでも」できる生涯スポーツです。
【令和5年度登録会員 小中学生及び保護者】

問合せ先 080-6248-5396

パラスポーツ等体験会
10:00~12:00
要事前予約

障がいの有無に関わらず、誰もが気軽に運動スポーツを楽しめる環境づくりを目的に、パラスポーツ体験会を行います。当日はフライングディスク、ボッチャ、卓球バレー、卓球、トランプ教室、ガイドランナー体験講習を行います!
【幼児から大人まで】
【定員100人程度】

問合せ先 080-6248-5396

総合型地域スポーツクラブを知っていますか?

~いつでも、どこでも、だれでも、いつまでも~

総合型スポーツクラブとは、特定の種目や世代に限らず、会員が、好きな種目やプログラムを選択し、活動できる地域のスポーツクラブです。地域の方々を中心となって運営するため、地域の特色やニーズを捉えて活動を企画・実施しています。熊本県教育委員会は、いつでも、どこでも、だれでも、いつまでもスポーツに親しむことができる環境づくりを目指すため、総合型スポーツクラブの活動を応援しています。



県内クラブ一覧



問合せ先 熊本県教育庁県立学校教育局 体育保健課 スポーツ振興班

主催 熊本県教育委員会

主管

一般財団法人熊本県スポーツ振興事業団・ミスノグループ 公益財団法人熊本県武道振興会 一般財団法人熊本陸上競技協会 熊本県ソフトテニス連盟 熊本県テニス協会 熊本県バレーボール協会 熊本県ハンドボール協会 熊本県ラグビーフットボール協会 一般社団法人熊本県サッカー協会 熊本県グラウンドゴルフ協会 熊本県障害者フライングディスク協会 熊本県スポーツチャンバラ協会 熊本県卓球バレー協会 熊本県ドッジボール協会 一般社団法人Fun&Fit 熊本県総合型地域スポーツクラブ連絡協議会

TEL 096-333-2710 FAX 096-382-5962

天候状況によっては、中止になる場合もあります。

開催の可否についてはこちらの二次元バーコードにてご確認ください。

