

令和4年度 スポーツ振興事業実績一覧表(小瀬スポーツ公園)

1 スポーツ教室

春期教室

| NO | 事業名 | 開催期間 | 時間帯 | 募集人数 | 回数 | 参加者 | 内容 | 場所 | |
|----|---------------------------|-----------|-------------|-------------|-----|-------|--|--------------------------------------|---------------------|
| 1 | 太極拳教室 | 4/11~6/13 | 10:00~11:30 | 30 | 10 | 17 | ゆっくりとした動作と、呼吸を重要視した運動で体内の新陳代謝を促しながら基本動作を習得した。 | 武道館アリーナ | |
| 2 | 初心者テニス教室 | 4/4~6/20 | 11:10~12:40 | 25 | 8 | 16 | 初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導した。 | テニスコート | |
| 3 | フレンドリーテニスレッスン | 4/4~6/20 | 9:30~11:00 | 120 | 8 | 127 | 誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンをを行った。 | テニスコート | |
| 4 | フレンドリーテニスゲーム | 4/4~6/20 | 9:30~11:00 | 80 | 8 | 43 | 誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスン、ゲームを行う班に分かれ実施した。 | テニスコート | |
| 5 | エンジョイグラウンド・ゴルフ | 4/11~7/11 | 14:00~15:30 | 360 | 9 | 142 | 誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事ができた。 | 補助競技場 | |
| 6 | リズム&ボディケア教室 | 4/11~6/25 | 14:00~15:30 | 45 | 10 | 14 | 有酸素能力を高め、代謝機能などを向上させた。 | 武道館アリーナ他 | |
| 7 | 大人のための陸上(短距離)教室 | 4/18~7/11 | 19:15~20:45 | 20 | 8 | 14 | 大人を対象に短距離を速く走るための基礎知識・動作を指導した。 | 陸上競技場 | |
| 8 | ソフトエアロピクス教室 | 4/12~6/21 | 10:00~11:30 | 40 | 10 | 31 | 中高齢者を対象に、やさしい有酸素運動や、ストレッチや腰痛予防、肩こり・転倒予防体操を行った。 | 武道館第二武道場 | |
| 9 | エンジョイグラウンドゴルフ | 4/12~7/12 | 10:00~11:30 | 360 | 9 | 154 | 誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事ができた。 | 補助競技場 | |
| 10 | ミットエクササイズ | 4/12~6/28 | 19:00~20:30 | 30 | 10 | 18 | 健康・安全のための楽しいプログラムで、かけがえのない心と体に元気と癒しを体感できた | 武道館第二武道場 | |
| 11 | エアロピクス教室 | 4/6~7/6 | 10:00~11:30 | 60 | 10 | 25 | 音楽に合わせてながらリズムカルに体を動かす、いわゆる有酸素運動を行い、心地よい汗を流せシェイプアップ効果もあった。 | 武道館アリーナ | |
| 12 | 初心者テニス教室 | 4/6~6/29 | 11:10~12:40 | 25 | 8 | 16 | 初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導した。 | テニスコート | |
| 13 | フレンドリーテニスレッスン | 4/6~6/29 | 9:30~11:00 | 120 | 8 | 120 | 誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンをを行います。 | テニスコート | |
| 14 | フレンドリーテニスゲーム | 4/6~6/29 | 9:30~11:00 | 80 | 8 | 3 | 誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスン、ゲームを行う班に分かれ実施します。 | テニスコート | |
| 15 | あそびのおけいこ | 4/13~6/29 | 10:30~12:00 | 30 | 10 | 30 | スポーツの原点である遊びや、コミュニケーション能力を養いながら、日常の危険から身を守る術を親子で学び、また、バランシュート・フープ・ボール・ミットなど遊び道具も充実して行った。 | 武道館第二武道場 | |
| 16 | インナーパワーヨガ教室 | 4/6~6/29 | 13:30~15:00 | 65 | 10 | 44 | 一般的なヨガに筋カトレーニング的要素を取り入れ、より身体強化とエクササイズに伴う集中力の強化を図った。 | 武道館第一武道場 | |
| 17 | シニアのためのウォーキング&筋トレ教室 | 5/17~6/28 | 10:00~11:30 | 20 | 5 | 3 | Mizunoプログラムの「歩くdeチェック」でウォーキングチェックを行い、「LaLaLaサーキット」などで筋カトレーニングで行動体力の向上を図った。 | 武道館アリーナほか | |
| 18 | 初心者弓道教室 | 4/14~6/30 | 10:00~11:30 | 25 | 10 | 27 | 日本古来から伝わる弓道の本質や基本の姿勢、動作、息合いなどを習得することができた。 | 武道館弓道場 | |
| 19 | インナーパワーヨガ教室 | 4/7~6/30 | 10:00~11:30 | 65 | 10 | 52 | 一般的なヨガに筋カトレーニング的要素を取り入れ、より身体強化とエクササイズに伴う集中力の強化を図った。 | 武道館第一武道場 | |
| 20 | エンジョイグラウンドゴルフ | 4/14~7/14 | 10:00~11:30 | 360 | 9 | 80 | 誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事ができた。 | 補助競技場 | |
| 21 | マスターズ教室 | 4/15~6/24 | 10:00~11:30 | 30 | 10 | 13 | 筋カトレーニング・ストレッチ・体操・ウォーキング・各種軽スポーツ・レクリエーションを行った。 | 補助競技場 武道館 | |
| 22 | ヨーガ教室 | 4/15~7/1 | 10:00~11:30 | 60 | 10 | 52 | ヨーガの呼吸法、基本のポーズをマスターし、自律神経の調整・ストレスからの開放を行い、体を癒した。 | 武道館第一武道場 | |
| 23 | 太極拳教室 | 4/15~7/15 | 19:00~20:30 | 30 | 10 | 23 | ゆっくりとした動作と、呼吸を重要視した運動で体内の新陳代謝を促しながら基本動作を習得します。 | 武道館アリーナ | |
| 24 | 初心者バドミントン教室 | 5/6~7/22 | 9:30~11:00 | 24 | 8 | 16 | 初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導した。 | 体育館 メインアリーナ | |
| 25 | フレンドリーバドミントン | 5/6~7/22 | 11:00~12:30 | 192 | 8 | 44 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、集まった方々と楽しくゲームを行った。 | 体育館 メインアリーナ | |
| 26 | 大人のための初心者サッカー教室(basic) | 4/22~5/6 | 19:15~20:15 | 10 | 2 | 11 | (basic)大人の初心者を対象に、サッカーの基本となる各種キックやリフティング等の基礎の習得を目指した。 | JITリサイクリングスタジアム 補助競技場 | |
| | | 6/10~6/24 | | | 2 | | | | 10 |
| 26 | 大人のための初心者サッカー教室(advanced) | 4/22~5/6 | 20:30~21:30 | 20 | 2 | 15 | (advanced)大人の初心者を対象に、基礎技術練習とともに、仲間と協力してプレーするための技術習得を目指した。 | JITリサイクリングスタジアム 補助競技場 | |
| | | 6/10~6/24 | | | 2 | | | | 15 |
| 27 | 土曜 | 幼児運動教室 | 4/23~7/9 | 9:30~10:30 | 15 | 4 | 53 | さまざまな運動で脳神経を刺激してバランスのとれた身体づくりを目指した。 | 武道館アリーナ 武道館第二武道場 |
| | | 小学生運動教室 | 4/23~7/9 | 11:00~12:00 | 15 | 4 | 58 | さまざまなスポーツを楽しみながら、競い合って上達する喜びの体験を行った。 | 体育館プレイルーム |
| 計 | 27 教室実施 | | | | 240 | 1,286 | | | |

夏期教室

| NO | 事業名 | 開催期間 | 時間帯 | 募集人数 | 回数 | 参加者 | 内容 | 場所 |
|----|--------------------------------|-----------|-------------------------|------|----|-----|---|-----------|
| 1 | 夏休みファミリースケートday | 9/10・9/24 | 18:30～20:00 | 50 | 2 | 42 | 6歳以上であれば誰でも参加でき、靴の履き方から安全な滑り方までを指導した。 | アイスアリーナ |
| 2 | 子どもかけこ教室(夏休み) | 8/5～9/3 | 9:00～11:30 | 200 | 5 | 144 | 速く走りたい子どもを対象に、短距離を速く走るための基礎知識・動作等を指導した。 | 中銀スタジアム |
| 3 | 「お気軽」筋力トレーニング教室 LaLaLaサーキット | 6/21～8/2 | 14:00～15:00 | 10 | 5 | 17 | 油圧マシンを使った筋力トレーニングと有酸素運動であるリズム体操を同時に行った。しっかりと運動をされたい方におススメの運動プログラムを作成した。 | 武道館アリーナほか |
| 4 | カヌー体験教室 | 8/22～8/24 | 10:00～12:00/13:30～15:30 | 15 | 6 | 33 | カヌー体験を小瀬スポーツ公園水泳場で行い、山梨県カヌー協会所属講師がカヌーの魅力を伝えた。 | 水泳場 |
| 計 | 4 教室実施 | | | | 18 | 236 | | |

秋期教室

| NO | 事業名 | 開催期間 | 時間帯 | 募集人数 | 回数 | 参加者 | 内容 | 場所 |
|----|--------------------------------|-------------|-------------|------|-----|-------|---|---------------------------|
| 1 | 太極拳教室 | 9/5～11/21 | 10:00～11:30 | 30 | 10 | 13 | ゆっくりとした動作と、呼吸を重要視した運動で体内の新陳代謝を促しながら基本動作を習得した。 | 武道館アリーナ |
| 2 | 初心者テニス教室 | 9/5～11/7 | 11:10～12:40 | 25 | 8 | 20 | 初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導した。 | テニスコート |
| 3 | フレンドリーテニスレッスン | 9/5～11/7 | 9:30～11:00 | 120 | 8 | 173 | 誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンをを行った。 | テニスコート |
| 4 | フレンドリーテニスゲーム | 9/5～11/7 | 9:30～11:00 | 80 | 8 | 61 | 誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスン、ゲームを行う班に分かれ実施した。 | テニスコート |
| 5 | エンジョイグラウンドゴルフ | 9/26～12/19 | 14:00～15:30 | 360 | 9 | 280 | 誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事ができた。 | 補助競技場 |
| 6 | リズム&ボディケア教室 | 9/5～11/21 | 14:00～15:30 | 45 | 10 | 12 | 有酸素能力を高め、代謝機能などを向上させた。 | 武道館アリーナ他 |
| 7 | 大人のための陸上(短距離)教室 | 9/5～9/26 | 19:15～20:45 | 20 | 5 | 13 | 大人を対象に短距離を速く走るための基礎知識・動作を指導した。 | 中銀スタジアム |
| 8 | ソフエアロビクス教室 | 9/6～11/8 | 10:00～11:30 | 40 | 10 | 31 | 中高齢者を対象に、やさしい有酸素運動や、ストレッチや腰痛予防、肩こり・転倒予防体操を行った。 | 武道館第二武道場 |
| 9 | エンジョイグラウンドゴルフ | 9/27～12/20 | 10:00～11:30 | 360 | 9 | 226 | 誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事ができた。 | 補助競技場 |
| 10 | ミットエクササイズ | 9/9～10/25 | 19:00～20:30 | 30 | 10 | 16 | 健康・安全のための楽しいプログラムで、かけがえない心と体に元気と癒しを体感できた。 | 武道館第二武道場 |
| 11 | 大人のためのフィギュア教室 | 9/6～12/21 | 10:00～11:30 | 20 | 10 | 25 | 基本滑走からバックステップまでを、音楽に合わせてスケートを楽しんだ。 | アイスアリーナ |
| 12 | エアロビクス教室 | 9/7～11/16 | 10:00～11:30 | 60 | 10 | 23 | 音楽に合わせてながらリズムカルに体を動かす、いわゆる有酸素運動を行い、心地よい汗を流せシェイプアップ効果もあった。 | 武道館アリーナ |
| 13 | 初心者テニス教室 | 9/7～11/2 | 11:10～12:40 | 25 | 8 | 18 | 初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導した。 | テニスコート |
| 14 | フレンドリーテニスレッスン | 9/7～11/2 | 9:30～11:00 | 120 | 8 | 183 | 誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンをを行った。 | テニスコート |
| 15 | フレンドリーテニスゲーム | 9/7～11/2 | 9:30～11:00 | 80 | 8 | 14 | 誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスン、ゲームを行う班に分かれ実施した。 | テニスコート |
| 16 | あそびのおけいこ | 9/7～11/9 | 10:30～12:00 | 30 | 10 | 26 | スポーツの原点である遊びや、コミュニケーション能力を養いながら、日常の危険から身を守る術を親子で学び、また、パラシュート・フープ・ボール・ミットなど遊び道具も充実して行った。 | 武道館第二武道場 |
| 17 | インナーパワーヨガ教室 | 9/7～11/16 | 13:30～15:00 | 65 | 10 | 38 | 一般的なヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、より身体強化とエクササイズに伴う集中力の強化を図った。 | 武道館第一武道場 |
| 18 | カーリング教室(1期) | 9/8～10/20 | 19:00～21:00 | 40 | 5 | 31 | カーリングの基本からゲームを楽しめるまでを指導し、ゲームは、氷上で20Kgのストーンを40m先のポイントにいかに近づけられるかを競った。 | アイスアリーナ |
| 19 | カーリング教室(2期) | 10/27～12/1 | 19:00～21:00 | 40 | 5 | 32 | | |
| 20 | 初心者弓道教室 | 9/1～11/10 | 10:00～11:30 | 25 | 10 | 29 | 日本古来から伝わる弓道の本質や基本の姿勢、動作、息合いなどを習得することができた。 | 武道館弓道場 |
| 21 | インナーパワーヨガ教室 | 9/1～11/17 | 10:00～11:30 | 65 | 10 | 59 | 一般的なヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、より身体強化とエクササイズに伴う集中力の強化を図った。 | 武道館第一武道場 |
| 22 | エンジョイグラウンドゴルフ | 9/29～12/15 | 10:00～11:30 | 360 | 9 | 226 | 誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事ができた。 | 補助競技場 |
| 23 | 「お気軽」筋力トレーニング教室 LaLaLaサーキット | 11/1～11/29 | 14:00～15:00 | 10 | 5 | 14 | 油圧マシンを使った筋力トレーニングと有酸素運動であるリズム体操を同時に行った。しっかりと運動をされたい方におススメの運動プログラムを作成した。 | 武道館アリーナほか |
| 24 | マスターズ教室 | 9/2～10/28 | 10:00～11:30 | 30 | 10 | 20 | 筋力トレーニング・ストレッチ・体操・ウォーキング・各種軽スポーツ・レクリエーションを行った。 | 補助競技場 武道館 |
| 25 | ヨーガ教室 | 8/26～11/18 | 10:00～11:30 | 60 | 10 | 50 | ヨーガの呼吸法、基本のポーズをマスターし、自律神経の調整・ストレスからの開放を行い、体を癒した。 | 武道館第一武道場 |
| 26 | 太極拳教室 | 9/2～11/18 | 19:00～20:30 | 30 | 10 | 24 | ゆっくりとした動作と、呼吸を重要視した運動であり、体内の新陳代謝を促した。 | 武道館アリーナ |
| 27 | 初心者バドミントン教室 | 9/2～11/11 | 9:30～11:00 | 24 | 8 | 13 | 初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導した。 | 体育館 メインアリーナ |
| 28 | フレンドリーバドミントン | 9/2～11/11 | 11:00～12:30 | 192 | 8 | 78 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、集まった方々と楽しくゲームを行った。 | 体育館 メインアリーナ |
| 29 | 大人のための初心者サッカー教室 (basic) | 9/30～10/7 | 19:15～20:15 | 10 | 2 | 11 | (basic)大人の初心者を対象に、サッカーの基本となる各種キックやリフティング等の基礎の習得を目指した。 | JITリサイクルリンクスタジアム 補助競技場 |
| | | 11/11～12/2 | | | 2 | 14 | | |
| | 大人のための初心者サッカー教室 (advanced) | 9/30～10/7 | 20:30～21:30 | 20 | 2 | 14 | (advanced)大人の初心者を対象に、基礎技術練習とともに、仲間と協力してプレーするための技術習得を目指した。 | JITリサイクルリンクスタジアム 補助競技場 |
| | | 11/11～12/2 | | | 2 | 21 | | |
| 30 | 幼児運動教室 | 8/6～11/19 | 9:30～10:30 | 15 | 4 | 45 | さまざまな運動で脳神経を刺激してバランスのとれた身体づくりを目指した。 | 武道館アリーナ 武道館第二武道場 |
| | 小学生運動教室 | 8/6～11/19 | 11:00～12:00 | 15 | 4 | 48 | さまざまなスポーツを楽しみながら、競い合って上達する喜びの体験を行った。 | 体育館 プレイルーム |
| | アイスホッケー教室 | 11/19～12/10 | 18:00～19:30 | 30 | 2 | 9 | ホッケーシューズを履いて、スティックでパスができるようになるまでを指導した。 | アイスアリーナ |
| 計 | 30 教室実施 | | | | 259 | 1,910 | | |

冬期教室

| NO | 事業名 | 開催期間 | 時間帯 | 募集人数 | 回数 | 参加者 | 内 容 | 場 所 |
|----|--------------------------------|-------------------|----------------------------|------|--------|-------|---|---------------------|
| 1 | 初心者テニス教室 | 1/16~2/27 | 11:10~12:40 | 25 | 7 | 18 | 初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導した。 | テニスコート |
| 2 | フレンドリーテニスレッスン | 1/16~3/6 | 9:30~11:00 | 105 | 7 | 114 | 誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンをを行った。 | テニスコート |
| 3 | フレンドリーテニスゲーム | 1/16~3/6 | 9:30~11:00 | 70 | 7 | 39 | 誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンゲームを行う班に分かれ実施した。 | テニスコート |
| 4 | エンジョイグラウンド・ゴルフ | 1/18~3/29 | 14:00~15:30 | 360 | 9 | 272 | 誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事ができた。 | 補助競技場 |
| 5 | リズム&ボディケア教室 | 1/6~3/20 | 14:00~15:30 | 45 | 10 | 12 | 有酸素能力を高め、代謝機能などを向上させた。 | 武道館アリーナ他 |
| 6 | ソフトエアロビクス教室 | 1/10~3/14 | 10:00~11:30 | 40 | 10 | 32 | 中高齢者を対象に、やさしい有酸素運動や、ストレッチや腰痛予防、肩こり・転倒予防体操を行った。 | 武道館第二武道場 |
| 7 | エンジョイグラウンド・ゴルフ | 1/20~3/24 | 10:00~11:30 | 360 | 9 | 334 | 誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事ができた。 | 補助競技場 |
| 8 | ミットエクササイズ | 1/10~3/28 | 19:00~20:30 | 30 | 10 | 9 | 健康・安全のための楽しいプログラムで、かけがえのない心と体に元気と癒しを体感できた。 | 武道館第二武道場 |
| 9 | 大人のためのフィギュア教室 | 1/10~2/28 | 10:00~11:30 | 20 | 10 | 7 | 基本滑走からバックステップまでを、音楽に合わせてスケートを楽しんだ。 | アイスアリーナ |
| 10 | エアロビクス教室 | 1/11~3/15 | 10:00~11:30 | 60 | 10 | 24 | 音楽に合わせてながらリズムカルに体を動かす、いわゆる有酸素運動を行い、心地よい汗を流してシェイプアップ効果もあった。 | 武道館アリーナ |
| 11 | 初心者テニス教室 | 1/11~2/22 | 11:10~12:40 | 25 | 7 | 18 | 初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導した。 | テニスコート |
| 12 | フレンドリーテニスレッスン | 1/11~2/22 | 9:30~11:00 | 105 | 7 | 97 | 誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンをを行った。 | テニスコート |
| 13 | フレンドリーテニスゲーム | 1/11~2/22 | 9:30~11:00 | 70 | 7 | 3 | 誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンゲームを行う班に分かれ実施した。 | テニスコート |
| 14 | あそびのおけいこ | 1/11~3/22 | 10:30~12:00 | 30 | 10 | 22 | スポーツの原点である遊びや、コミュニケーション能力を養いながら、日常の危険から身を守る術を親子で学び、また、パラシュート・フープ・ボール・ミットなど遊び道具も充実して行った。 | 武道館第二武道場 |
| 15 | インナーパワーヨガ教室 | 1/11~3/23 | 13:30~15:00 | 65 | 10 | 36 | 一般的なヨガに筋カトレーニングの要素を取り入れ、より身体強化とエクササイズに伴う集中力の強化を図った。 | 武道館第一武道場 |
| 16 | エンジョイグラウンド・ゴルフ | 1/22~2/22 | 10:00~11:30 | 360 | 9 | 406 | 誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事ができた。 | 補助競技場 |
| 17 | インナーパワーヨガ教室 | 1/12~3/23 | 10:00~11:30 | 65 | 10 | 57 | 一般的なヨガに筋カトレーニングの要素を取り入れ、より身体強化とエクササイズに伴う集中力の強化を図った。 | 武道館第一武道場 |
| 18 | 「お気軽」筋カトレーニング教室 LaLaLaサーキット | 1/12~2/9 | 14:00~15:00 | 10 | 5 | 6 | 油圧マシンを使った筋カトレーニングと有酸素運動であるリズム体操を同時に行った。しっかりと運動をされたい方におススメの運動プログラムを作成した。 | 武道館アリーナ ほか |
| 19 | マスターズ教室 | 1/6~2/3 | 10:00~11:30 | 30 | 10 | 15 | 筋カトレーニング・ストレッチ・体操・ウォーキング・各種軽スポーツ・レクリエーションを行った。 | 補助競技場 武道館 |
| 20 | ヨガ教室 | 1/6~2/3 | 10:00~11:30 | 60 | 10 | 43 | ヨガの呼吸法、基本のポーズをマスターし、自律神経の調整・ストレスからの開放を行い、体を癒した。 | 武道館第一武道場 |
| 21 | 初心者バドミントン教室 | 1/20~3/3 | 9:30~11:00 | 24 | 8 | 20 | 初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導した。 | 体育館 メインアリーナ |
| 22 | フレンドリーバドミントン | 1/20~3/3 | 11:00~12:30 | 192 | 8 | 44 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、集まった方々と楽しくゲームを行った。 | 体育館 メインアリーナ |
| 23 | 幼児運動教室 | 12/3~3/11 | 9:30~10:30 | 15 | 4 | 42 | さまざまな運動で脳神経を刺激してバランスのとれた身体づくりを目指した。 | 武道館アリーナ 武道館第二武道場 |
| | 小学生運動教室 | 12/3~3/11 | 11:00~12:00 | 15 | 4 | 44 | さまざまなスポーツを楽しみながら、競い合って上達する喜びの体験を行った。 | 体育館 プレイルーム |
| 24 | スポーツやろうよ！ | 2/19 2/19・2/26 | 10:00~11:30 13:00~14:30 | 24 | 1 2 | 57 | 老若男女問わず誰でも楽しめる「モルック」の魅力を知ってもらい楽しんで体を動かす機会を提供した。 | 補助競技場 |
| | ノルディックウォーキング教室 | 3/8~3/27 | 10:00~11:30 | 20 | 1 | 1 | 正しい姿勢で快適に歩くためのコツやノルディックボールの使い方を伝える教室で、美しく効果的に歩けることを目指した。 | 園路 |
| 計 | 24 教室実施 | | | | 202 | 1,772 | | |

2 スポーツイベント

| NO | イベント名 | 期 日 | 参加料 | 募集 | 参加チーム・人数 | 内 容 | 場 所 |
|----|------------------------------------|--|----------------------|--|---------------|--|---------------------------|
| 1 | スポーツ少年団フェスティバル | 令和4年4月9日 | 300円/人 | 1000人 | 8 団 94 | 山梨県スポーツ少年団団員を対象として、交流交流会やレクリエーション活動を体験しながら交流を深めた。 | 武道館 |
| 2 | ファミリースポーツフェスティバル | 令和4年5月5日 | 500円/組 | 200組 | 147 組 402 | 親子、三世代グループを対象として、チャレンジ・ザ・ゲーム&オリエンテーリングを開催した。 種目 三輪車リレー、輪投げ、ストライクターゲット、家族で棒 大玉転がし、リングスルー、Gゴルフ、ボール運びリレー | JITリサイクルインクスタジアム 他園内 |
| 3 | こどもスポーツフェスティバル ・小学生ドッジボール大会 | | 1,000円/組 | 40チーム | 48 チーム 379 | 令和4年7月23日(土)に開催予定であったが、新型コロナウイルス感染拡大防止措置により中止。 | 武道館 |
| 4 | ・小学生チャレンジ・ザ・ゲーム | 令和4年10月16日 | 500円/組 高学年 低学年 | 30チーム 30チーム | 31 チーム 350 | 小学生3~4人チームを組み、グループで各種ゲームへチャレンジした。 | 武道館 |
| 5 | ヤングスポーツフェスティバル ・3on3小瀬チャンピオンシップ | 令和4年9月19日 一般男子・混合 一般女子 車椅子バスケット ID | | 40チーム 8チーム 8チーム 8チーム 64チーム | 40 チーム 200 | 1つのバスケットリングのみを使用し、3人対3人でゲームを行います。 | 体育館 |
| 8 | シルバースポーツフェスティバル ・第1回グラウンドゴルフ大会 | 令和4年5月19日AM 令和4年5月20日PM | 550円/人 | 480人 | 341 | 50歳以上の方を対象に、グラウンド・ゴルフ大会を開催した。 | JITリサイクルインクスタジアム 補助競技場 |

| | | | | | | | | |
|----------|-----------------------------|------------------------|----------|------|--|-------|--|---------------------------|
| 9 | ・第2回グラウンドゴルフ大会 | | 550円/人 | 480人 | | 0 | 令和4年7月5日に開催予定であったが台風接近のため中止。 | |
| 10 | ・第3回グラウンドゴルフ大会 | 令和4年10月5日 | 550円/人 | 480人 | | 274 | 50歳以上の方を対象に、グラウンド・ゴルフ大会を開催した。 | JITリサイクルインクスタジアム 補助競技場 |
| 11 | ・第4回グラウンドゴルフ大会 | 令和4年11月1日 | 550円/人 | 480人 | | 83 | ” | ” |
| 12 | ・第5回グラウンドゴルフ大会 | 令和5年3月10日 | 550円/人 | 480人 | | 281 | ” | ” |
| 13 | こどもスポーツフェスティバル 忍者学校 | 令和4年10月10日 令和5年1月7日 | 1,000円/人 | 90人 | | 76 | からだを動かすことの楽しさ、気持ちよさを感じてもらい、運動が好きになるきっかけになるよう幼児・小学生向けの遊びプログラム「ミズノ流忍者学校」を開催した。 | 武道館 |
| 14 | ミドルスポーツフェスティバル 大人のサッカー大会 | 令和4年7月10日 | 1,500円/人 | 60人 | | 166 | 36歳以上の方を対象に、5人对5人でフットサルの試合を行った。 | 補助競技場 |
| 合 計 14大会 | | | | | | 2,646 | | |

3 スクールフェスティバル

| NO | 大会名 | 期 日 | 参加料 | 募集 | 参加チーム・人数 | 内 容 | 場 所 | |
|----------|-------------|----------|------------|----------|----------|--------|---|---------|
| 1 | スクールフェスティバル | テニスの部 | 令和4年11月14日 | 1,100円/組 | 56組 | 13組 26 | テニス、バドミントン、カーリング教室の参加者及びそれぞれの愛好者を対象に、テニス、バドミントン、カーリング大会を開催した。 | テニスコート |
| | | バドミントンの部 | 令和5年3月17日 | 550円/人 | 16組 | 5組 10 | | 体育館 |
| | | カーリングの部 | 令和4年12月15日 | 550円/人 | 8組 | 6組 24 | | アイスアリーナ |
| 計 3大会 実施 | | | | 80組 | 24組 60 | | | |
| 参加者合計 | | | | | | 2,706 | | |

令和4年度 スポーツ振興事業実績一覧表(小瀬スポーツ公園)

4. 健康・体づくり

①トレーニング室利用者講習会・実技指導

| 指 導 内 容 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | 計 |
|-----------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-----|----|----|-------|--------|
| ① トレーニングルーム利用者講習会 | 273 | 287 | 271 | 267 | 274 | 242 | 196 | 187 | 21 | 0 | 0 | 234 | 2,252 |
| ② プログラム作成 | 67 | 76 | 95 | 95 | 102 | 97 | 102 | 103 | 14 | 0 | 0 | 85 | 836 |
| ③ ストレッチ指導 | 23 | 7 | 18 | 18 | 11 | 8 | 8 | 12 | 2 | 0 | 0 | 8 | 115 |
| ④ トレッドミル・ステップ・クライマー指導 | 77 | 78 | 84 | 96 | 144 | 127 | 40 | 87 | 18 | 0 | 0 | 132 | 883 |
| ⑤ エアロバイク指導 | 35 | 25 | 31 | 68 | 74 | 103 | 90 | 57 | 4 | 0 | 0 | 77 | 564 |
| ⑥ ウェイトマシン指導 | 668 | 727 | 702 | 869 | 939 | 996 | 776 | 788 | 106 | 0 | 0 | 868 | 7,439 |
| ⑦ フリーウエイト指導 | 86 | 101 | 122 | 139 | 89 | 128 | 126 | 96 | 20 | 0 | 0 | 79 | 986 |
| ⑧ 油圧マシン指導 | 68 | 21 | 32 | 19 | 79 | 101 | 78 | 86 | 13 | 0 | 0 | 65 | 562 |
| ⑨ 補助 | 0 | 0 | 3 | 9 | 3 | 0 | 4 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 20 |
| 小 計 | 1,297 | 1,322 | 1,358 | 1,580 | 1,715 | 1,802 | 1,420 | 1,417 | 198 | 0 | 0 | 1,548 | 13,657 |

②メタボリック指導(体組成分析)実績一覧表

| | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | 合計 |
|-----------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|----|-----|-------|
| 体組成分析(一般) | 116 | 210 | 294 | 301 | 252 | 267 | 200 | 215 | 64 | 0 | 0 | 203 | 2,122 |
| 小 計 | 116 | 210 | 294 | 301 | 252 | 267 | 200 | 215 | 64 | 0 | 0 | 203 | 2,122 |

| | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | 計 |
|----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-----|----|----|-------|--------|
| 合計 | 1,413 | 1,532 | 1,652 | 1,881 | 1,967 | 2,069 | 1,620 | 1,632 | 262 | 0 | 0 | 1,751 | 15,779 |

5 その他事業

スポーツを愛好している一般県民を対象に、身近なスポーツ技術の紹介や基礎的な知識を提供し、本県の健康・体づくりの底辺拡大につとめる。

| | | | | | | | | | | | | | |
|-------------|--|------|--|-----------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| スポーツセミナー | 中止 | | | | | | | | | | | | |
| 軽スポーツ体験コーナー | 新たにスポーツをするきっかけを創出するため、山梨県レクリエーション協会、ミズノグループ及びヴァンフォーレ甲府と連携し、定期的に無料で軽スポーツやニュースポーツなどの体験イベントを実施した。 | 実施種目 | モルック、トレーナー体験、ロケットシュート、キックターゲット、InBody測定(体組成分析) | 実施回数 3回 延べ 500人 | | | | | | | | | |

令和5年度 スポーツ振興事業実績一覧表(小瀬スポーツ公園)

1 スポーツ教室

春期教室

| NO | 事業名 | 開催期間 | 時間帯 | 募集人数 | 回数 | 参加者 | 内容 | 場所 |
|----|------------------|-----------|-------------|------|-----|-------|--|---------------------------|
| 1 | 太極拳教室 | 4/10~6/19 | 10:00~11:30 | 20 | 10 | 17 | 太極拳の基本的な動作と呼吸を習得できるよう指導を行い、体内の新陳代謝を促した。 | 武道館アリーナ |
| 2 | 初心者テニス教室 | 4/10~6/12 | 11:10~12:40 | 25 | 10 | 17 | 初心者から中級者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導した。 | テニスコート |
| 3 | フレンドリーテニスレッスン | 4/10~6/5 | 9:30~11:00 | 120 | 8 | 116 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、当日の参加者同士で楽しくレッスンをを行った。 | テニスコート |
| 4 | フレンドリーテニスゲーム | 4/8~6/5 | 9:30~11:00 | 80 | 8 | 73 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、当日の参加者同士で楽しくゲームを行った。 | テニスコート |
| 5 | エンジョイグラウンド・ゴルフ | 4/3~6/20 | 14:00~15:30 | 320 | 8 | 297 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回ることができた。 | 補助競技場 |
| 6 | リズム&ボディケア教室 | 4/10~6/26 | 13:30~15:00 | 45 | 10 | 14 | 有酸素能力を高め、代謝機能などを向上させた。 | 武道館アリーナ他 |
| 7 | 大人のための陸上(短距離)教室 | 6/5~8/7 | 19:15~20:45 | 20 | 8 | 16 | 速く走りたい、子どもを指導したい大人を対象に、短距離を速く走るための基礎知識・動作等を指導した。 | 陸上競技場 |
| 8 | ソフトエアロビクス教室 | 4/11~6/13 | 10:00~11:30 | 40 | 10 | 31 | 中高齢者を対象に、やさしい有酸素運動や、ストレッチや腰痛予防、肩こり・転倒予防体操を行った。 | 武道館第二武道場 |
| 9 | エンジョイグラウンド・ゴルフ | 4/4~5/23 | 14:00~15:30 | 320 | 8 | 386 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回ることができた。 | 補助競技場 |
| 10 | ミットエクササイズ | 4/11~6/13 | 19:00~20:30 | 25 | 10 | 15 | 健康・安全のための楽しくて格好いいプログラムで、かけがえのない心と体に元気と癒しを体感できた。 | 武道館第二武道場 |
| 11 | いきいきパワーアップ教室 | 4/4~5/23 | 14:00~15:30 | 20 | 34 | 26 | 一般の方を対象にストレッチ・体操・筋力トレーニングの基礎から有酸素運動までを指導した。 | 武道館トレーニング室他 |
| 12 | エアロビクス教室 | 4/12~7/5 | 10:00~11:30 | 25 | 10 | 25 | 音楽に合わせながらリズムカルに体を動かす、いわゆる有酸素運動を行い、心地よい汗を流してシェイプアップ効果もあった。 | 武道館アリーナ |
| 13 | 初心者テニス教室 | 4/5~6/21 | 11:10~12:40 | 25 | 10 | 20 | 初心者から中級者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導した。 | テニスコート |
| 14 | フレンドリーテニスレッスン | 4/5~6/21 | 9:30~11:00 | 135 | 9 | 101 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、当日の参加者同士で楽しくレッスンをを行った。 | テニスコート |
| 15 | フレンドリーテニスゲーム | 4/5~6/21 | 9:30~11:00 | 90 | 9 | 20 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、当日の参加者同士で楽しくゲームを行った。 | テニスコート |
| 16 | あそびのおけいこ | 4/12~7/5 | 10:30~12:00 | 30 | 10 | 15 | スポーツの原点である遊びや、コミュニケーション能力を養いながら、日常の危険から身を守る術を親子で学び、パラシュート・フープ・ボール・ミットなど遊び道具も充実させた。 | 武道館第二武道場 |
| 17 | インナーパワーヨガ教室 | 4/5~6/28 | 13:30~14:40 | 65 | 10 | 44 | 一般的なヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、より身体強化とエクササイズに伴う集中力の強化を図った。 | 武道館第一武道場 |
| 18 | 初心者弓道教室 | 4/13~6/29 | 10:00~11:30 | 25 | 10 | 27 | 日本古来から伝わる弓道の本質や基本の姿勢、動作、息合いなどを習得した。 | 武道館弓道場 |
| 19 | インナーパワーヨガ教室 | 4/6~7/6 | 10:00~11:30 | 65 | 10 | 52 | 一般的なヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、より身体強化とエクササイズに伴う集中力の強化を図った。 | 武道館第一武道場 |
| 20 | エンジョイグラウンドゴルフ | 4/20~6/15 | 14:00~15:30 | 280 | 7 | 112 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回ることができた。 | 補助競技場 |
| 21 | マスターズ教室 | 4/14~6/16 | 14:00~15:30 | 30 | 8 | 15 | 筋力トレーニング・ストレッチ・体操・ウォーキング・各種軽スポーツ・レクリエーションを行った。 | 補助競技場 体育館 |
| 22 | ヨーガ教室 | 4/14~6/30 | 10:00~11:30 | 60 | 10 | 50 | ヨーガの呼吸法基本のポーズをマスターし、自律神経の調整・ストレスからの開放を行い、体を癒した。 | 武道館第一武道場 |
| 23 | 太極拳教室 | 4/14~7/14 | 19:00~20:30 | 20 | 10 | 23 | 太極拳の基本的な動作と呼吸を習得できるよう指導を行い、体内の新陳代謝を促した。 | 武道館アリーナ |
| 24 | 初心者バドミントン教室 | 4/14~7/14 | 9:30~11:00 | 30 | 10 | 17 | 初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導した。 | 体育館メインアリーナ |
| 25 | フレンドリーバドミントン ゲーム | 4/14~7/14 | 11:00~12:30 | 160 | 8 | 46 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、集まった方々と楽しくゲームを行った。 | 体育館メインアリーナ |
| 26 | 大人のための初心者サッカー教室 | 4/28~7/14 | 19:15~21:30 | 30 | 5 | 28 | (basic)大人の初心者を対象に、サッカーの基本となる各種キックやリフティング等の基礎の習得を目指した。 (advanced)大人の初心者を対象に、基礎技術練習とともに、仲間と協力してプレーするための技術習得を目指した。 | JITリサイクルリンクスタジアム 補助競技場 |
| 計 | 26 教室実施 | | | | 269 | 1,603 | | |

夏期教室

| NO | 事業名 | 開催期間 | 時間帯 | 募集人数 | 回数 | 参加者 | 内容 | 場所 |
|----|-----------------|------|-------------|------|----|-----|---------------------------------------|------------------|
| 1 | 夏休みファミリースケートday | 9/16 | 18:30~19:30 | 60 | 1 | 12 | 6歳以上であれば誰でも参加でき、靴の履き方から安全な滑り方までを指導した。 | アイスアリーナ |
| 2 | 子どもかけっこ教室(夏休み) | 中止 | 13:30~15:00 | 120 | 4 | 0 | 中止 | JITリサイクルリンクスタジアム |
| 計 | 2 教室実施 | | | 180 | 5 | 12 | | |

秋期教室

| NO | 事業名 | 開催期間 | 時間帯 | 募集人数 | 回数 | 参加者 | 内容 | 場所 | |
|----|---------------|------------------|-------------|-------------|-----|-------|---|--|---------------------------|
| 1 | 月曜 | 太極拳教室 | 9/4~11/27 | 10:00~11:30 | 20 | 10 | 13 | 太極拳の基本的な動作と呼吸を習得できるよう指導を行い、体内の新陳代謝を促した。 | 武道館アリーナ |
| 2 | | 初心者テニス教室 | 9/11~11/13 | 11:10~12:40 | 25 | 10 | 18 | 初心者から中級者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導した。 | テニスコート |
| 3 | | フレンドリーテニスレッスン | 9/11~11/6 | 9:30~11:00 | 200 | 10 | 148 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、当日の参加者同士で楽しくレッスンを行った。 | テニスコート |
| 4 | | フレンドリーテニスゲーム | 9/11~11/6 | 9:30~11:00 | 100 | 10 | 103 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、当日の参加者同士で楽しくゲームを行った。 | テニスコート |
| 5 | | エンジョイグラウンドゴルフ | 9/4~11/6 | 14:00~15:30 | 400 | 10 | 70 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回ることができた。 | 補助競技場 |
| 6 | | リズム&ボディケア教室 | 9/4~11/20 | 14:00~15:30 | 45 | 10 | 12 | 有酸素能力を高め、代謝機能などを向上させた。 | 武道館メインアリーナ他 |
| 7 | | 大人のための陸上(短距離)教室 | 9/4~11/27 | 19:15~20:45 | 20 | 8 | 13 | 速く走りたい、子どもを指導したい大人を対象に、短距離を速く走るための基礎知識・動作等を指導した。 | JITリサイクルリンクスタジアム |
| 8 | 火曜 | ソフトエアロビクス教室 | 9/12~11/28 | 10:00~11:30 | 40 | 10 | 31 | 中高齢者を対象に、やさしい有酸素運動や、ストレッチや腰痛予防、肩こり・転倒予防体操を行った。 | 武道館第二武道場 |
| 9 | | エンジョイグラウンドゴルフ | 9/5~10/24 | 14:00~15:30 | 400 | 10 | 144 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回ることができた。 | 補助競技場 |
| 10 | | ミットエクササイズ | 9/12~12/12 | 19:00~20:30 | 25 | 10 | 16 | 健康・安全のための楽しくて格好いいプログラムで、かけがえのない心と体に元氣と癒しを体感できた。 | 武道館第二武道場 |
| 11 | | いきいきパワーアップ教室 | 9/12~11/7 | 14:00~15:30 | 20 | 8 | 23 | 一般の方を対象にストレッチ・体操・筋力トレーニングの基礎から有酸素運動までを指導した。 | 武道館トレーニング室他 |
| 12 | | 大人のためのフィギュア教室 | 9/5~11/21 | 10:00~11:30 | 20 | 10 | 20 | 基本滑走からバックステップまでを、音楽に合わせてスケートを楽しんだ。 | アイスアリーナ |
| 13 | 水曜 | エアロビクス教室 | 9/13~12/6 | 10:00~11:30 | 25 | 10 | 23 | 音楽に合わせながらリズムカルに体を動かす、いわゆる有酸素運動を行い、心地よい汗を流せシェイプアップ効果もあった。 | 武道館アリーナ |
| 14 | | 初心者テニス教室 | 9/6~11/8 | 11:10~12:40 | 25 | 10 | 18 | 初心者から中級者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導した。 | テニスコート |
| 15 | | フレンドリーテニスレッスン | 9/6~11/8 | 9:30~11:00 | 200 | 10 | 123 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、当日の参加者同士で楽しくレッスンを行った。 | テニスコート |
| 16 | | フレンドリーテニスゲーム | 9/6~11/8 | 9:30~11:00 | 100 | 10 | 46 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、当日の参加者同士で楽しくゲームを行った。 | テニスコート |
| 17 | | あそびのおけいこ | 9/6~11/22 | 10:30~12:00 | 30 | 10 | 13 | スポーツの原点である遊びや、コミュニケーション能力を養いながら、日常の危険から身を守る術を親子で学び、パラシュー・フープ・ボール・ミットなど遊び道具も充実させた。 | 武道館第二武道場 |
| 18 | インナーパワーヨガ教室 | 9/13~12/6 | 13:30~15:00 | 65 | 10 | 38 | 一般的なヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、より身体強化とエクササイズに伴う集中力の強化を図った。 | 武道館第一武道場 | |
| 19 | 木曜 | カーリング教室(1期) | 9/7~9/21 | 19:00~21:00 | 40 | 5 | 15 | カーリングの基本からゲームを楽しめるまでを指導し、ゲームは、氷上で20Kgのストーンを40m先のポイントにいかに近づけられるかを競った。 | アイスアリーナ |
| 20 | | カーリング教室(2期) | 10/5~10/19 | 19:00~21:00 | 40 | 5 | 18 | | |
| 21 | | 初心者弓道教室 | 9/7~11/9 | 10:00~11:30 | 25 | 10 | 29 | 日本古来から伝わる弓道の本質や基本の姿勢、動作、息合いなどを習得した。 | 武道館弓道場 |
| 22 | | インナーパワーヨガ教室 | 9/14~12/14 | 10:00~11:30 | 65 | 10 | 59 | 一般的なヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、より身体強化とエクササイズに伴う集中力の強化を図った。 | 武道館第一武道場 |
| 23 | エンジョイグラウンドゴルフ | 9/14~11/2 | 14:00~15:30 | 320 | 8 | 132 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回ることができた。 | 補助競技場 | |
| 24 | 金曜 | マスターズ教室 | 9/8~11/10 | 14:00~15:30 | 30 | 8 | 15 | 筋力トレーニング・ストレッチ・体操・ウォーキング・各種軽スポーツ・レクリエーションを行った。 | 補助競技場 体育館 |
| 25 | | ヨガ教室 | 9/8~12/1 | 10:00~11:30 | 60 | 10 | 50 | ヨガの呼吸法基本のポーズをマスターし、自律神経の調整・ストレスからの開放を行い、体を癒した。 | 武道館第二武道場 |
| 26 | | 太極拳教室 | 8/25~1/12 | 19:00~20:30 | 20 | 10 | 13 | 太極拳の基本的な動作と呼吸を習得できるよう指導を行い、体内の新陳代謝を促した。 | 武道館アリーナ |
| 27 | | 初心者バドミントン教室 | 9/15~10/27 | 9:30~11:00 | 24 | 8 | 17 | 初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導した。 | 体育館メインアリーナ |
| 28 | | フレンドリーバドミントン ゲーム | 9/15~11/24 | 11:00~12:30 | 192 | 8 | 62 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、集まった方々と楽しくゲームを行った。 | 体育館メインアリーナ |
| 29 | | 大人のための初心者サッカー教室 | 10/27~11/17 | 19:15~21:30 | 30 | 5 | 25 | (basic)大人の初心者を対象に、サッカーの基本となる各種キックやリフティング等の基礎の習得を目指した。 (advanced)大人の初心者を対象に、基礎技術練習とともに、仲間と協力してプレーするための技術習得を目指した。 | JITリサイクルリンクスタジアム 補助競技場 |
| 計 | 29 教室実施 | | | | 263 | 1,307 | | | |

冬期教室

| NO | 事業名 | 開催期間 | 時間帯 | 募集人数 | 回数 | 参加者 | 内容 | 場所 | |
|----|---------|------------------|-----------|-------------|-----|-----|-----|---|--------------|
| 1 | 月曜 | 初心者テニス教室 | 1/15~3/18 | 11:10~12:40 | 25 | 6 | 16 | 初心者から中級者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導した。 | テニスコート |
| 2 | | フレンドリーテニスレッスン | 1/15~3/11 | 9:30~11:00 | 60 | 6 | 108 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、当日の参加者同士で楽しくレッスンを行った。 | テニスコート |
| 3 | | フレンドリーテニスゲーム | 1/15~3/11 | 9:30~11:00 | 60 | 6 | 61 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、当日の参加者同士で楽しくゲームを行った。 | テニスコート |
| 4 | | エンジョイグラウンド・ゴルフ | 1/15~3/11 | 14:00~15:30 | 320 | 8 | 63 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回ることができた。 | 補助競技場 |
| 5 | | リズム&ボディケア教室 | 1/15~3/25 | 14:00~15:30 | 45 | 10 | 12 | 有酸素能力を高め、代謝機能などを向上させた。 | 武道館アリーナ他 |
| 6 | 火曜 | ソフトエアロビクス教室 | 1/9~3/26 | 10:00~11:30 | 40 | 9 | 32 | 中高齢者を対象に、やさしい有酸素運動や、ストレッチや腰痛予防、肩こり・転倒予防体操を行った。 | 武道館第二武道場 |
| 7 | | エンジョイグラウンド・ゴルフ | 1/16~3/19 | 14:00~15:30 | 320 | 8 | 83 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回ることができた。 | 補助競技場 |
| 8 | | ミットエクササイズ | 1/9~3/26 | 19:00~20:30 | 15 | 8 | 9 | 健康・安全のための楽しくて格好しいプログラムで、かけがえのない心と体に元氣と癒しを体感できた。 | 武道館第二武道場 |
| 9 | | いきいきパワーアップ教室 | 1/9~3/26 | 14:00~15:30 | 20 | 8 | 23 | 一般の方を対象にストレッチ・体操・筋力トレーニングの基礎から有酸素運動までを指導した。 | 武道館トレーニング室他 |
| 10 | 水曜 | エアロビクス教室 | 1/24~3/27 | 10:00~11:30 | 25 | 9 | 24 | 音楽に合わせながらリズミカルに体を動かす、いわゆる有酸素運動を行い、心地よい汗を流せシェイプアップ効果もあった。 | 武道館アリーナ |
| 11 | | 初心者テニス教室 | 1/10~3/13 | 11:10~12:40 | 25 | 6 | 18 | 初心者から中級者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導した。 | テニスコート |
| 12 | | フレンドリーテニスレッスン | 1/10~3/13 | 9:30~11:00 | 75 | 5 | 60 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、当日の参加者同士で楽しくレッスンを行った。 | テニスコート |
| 13 | | フレンドリーテニスゲーム | 1/10~3/13 | 9:30~11:00 | 50 | 5 | 18 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、当日の参加者同士で楽しくゲームを行った。 | テニスコート |
| 14 | | あそびのおけいこ | 1/17~3/27 | 10:30~12:00 | 30 | 10 | 11 | スポーツの原点である遊びや、コミュニケーション能力を養いながら、日常の危険から身を守る術を親子で学び、バラスシュート・フープ・ボール・ミットなど遊び道具も充実させた。 | 武道館第二武道場 |
| 15 | | インナーパワーヨガ教室 | 1/9~3/26 | 13:30~15:00 | 65 | 10 | 36 | 一般的なヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、より身体強化とエクササイズに伴う集中力の強化を図った。 | 武道館第一武道場 |
| 16 | 木曜 | エンジョイグラウンド・ゴルフ | 1/18~3/14 | 14:00~15:30 | 320 | 8 | 69 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回ることができた。 | 補助競技場 |
| 17 | | インナーパワーヨガ教室 | 1/10~3/27 | 10:00~11:30 | 65 | 10 | 57 | 一般的なヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、より身体強化とエクササイズに伴う集中力の強化を図った。 | 武道館第一武道場 |
| 18 | 金曜 | マスターズ教室 | 1/12~3/8 | 14:00~15:30 | 30 | 8 | 17 | 筋力トレーニング・ストレッチ・体操・ウォーキング・各種軽スポーツ・レクリエーションを行った。 | 補助競技場 体育館 |
| 19 | | ヨーガ教室 | 1/12~3/22 | 10:00~11:30 | 60 | 10 | 43 | ヨーガの呼吸法基本のポーズをマスターし、自律神経の調整・ストレスからの開放を行い、体を癒した。 | 武道館第二武道場 |
| 20 | | 初心者バドミントン教室 | 1/26~3/15 | 9:30~11:00 | 24 | 8 | 21 | 初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導した。 | 体育館メインアリーナ |
| 21 | | フレンドリーバドミントン ゲーム | 1/26~3/15 | 11:00~12:30 | 192 | 8 | 76 | 開催日には誰もが気軽に参加でき、集まった方々と楽しくゲームを行った。 | |
| 計 | 21 教室実施 | | | | 166 | 857 | | | |

2 スポーツイベント

| NO | イベント名 | 期 日 | 参加料 | 募 集 | 参加チーム・人数 | | 内 容 | 場 所 |
|-----|-----------------------------------|--|----------------------|----------------|----------|-------|---|---------------------------|
| 1 | スポーツ少年団フェスティバル | 令和5年4月8日 | 300円/人 | 200人 | | 151 | 山梨県スポーツ少年団団員を対象として、交流交歓会やレクリエーション活動を体験しながら交流を深めた。 | 武道館 |
| 2 | ファミリースポーツフェスティバル | 令和5年5月5日 | 550円/組 | 200組 | 129 組 | 645 | 親子、三世代グループを対象として、チャレンジ・ザ・ゲーム&オリエンテーリングを開催した。 | JITリサイクルインクスタジアム 他園内 |
| 3 | 子どもスポーツフェスティバル ・小学生ドッジボール大会 | 令和5年8月5日 | 1,000円/組 | 40チーム | 34 チーム | 272 | 小学生(1チーム8~11人)を対象に、ドッジボール大会を開催した。 | 武道館 |
| 4 | ・小学生チャレンジ・ザ・ゲーム | 令和6年2月23日 | 550円/組 高学年 低学年 | 40チーム 80チーム | 42 チーム | 168 | 小学生3~4人チームを組み、グループで各種ゲームへチャレンジした。 | 武道館 |
| 5 | 3×3ストリートバスケットボール大会 | 令和5年9月18日 一般男子・混合 一般女子 車椅子バスケット ID | | 64チーム | 47 チーム | 250 | 県バスケットボール協会と共催で3×3ストリートバスケットボールを開催した。 | 体育館 |
| 6 | シルバースポーツフェスティバル ・第1回グラウンドゴルフ大会 | 令和5年4月27日 | 550円/人 | 360人 | | 272 | グラウンドゴルフの大会を、県内の50歳以上の方を対象に開催します。 | JITリサイクルインクスタジアム 補助競技場 |
| 7 | ・第2回グラウンドゴルフ大会 | 令和5年5月24日 | 550円/人 | 360人 | | 152 | ” | ” |
| 8 | ・第3回グラウンドゴルフ大会 | 令和5年6月27日 | 550円/人 | 360人 | | 230 | ” | ” |
| 9 | ・第4回グラウンドゴルフ大会 | 令和5年9月26日 | 550円/人 | 360人 | | 251 | ” | ” |
| 10 | ・第5回グラウンドゴルフ大会 | 令和5年10月31日 | 550円/人 | 360人 | | 242 | ” | ” |
| 合 計 | 10大会 | | | | | 2,633 | | |

令和5年度 スポーツ振興事業実績一覧表(小瀬スポーツ公園)

4. 健康・体づくり

①トレーニング実技指導

| 指 導 内 容 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | 計 |
|---------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------|
| 利用者証の発行 | 353 | 381 | 351 | 352 | 391 | 266 | 269 | 201 | 216 | 327 | 299 | 370 | 3,776 |

トレーニング実技指導

| 指 導 内 容 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | 計 |
|-----------------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-----|-----|-----|--------|
| プログラム作成、ストレッチ、トレッドミル・アーケ・クライマー等指導 | 877 | 1,252 | 1,657 | 1,864 | 2,013 | 1,869 | 2,219 | 1,449 | 1,492 | 976 | 785 | 955 | 17,408 |

②体組成分析

| | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | 合計 |
|-----------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------|
| 体組成分析(一般) | 329 | 325 | 374 | 384 | 397 | 339 | 308 | 249 | 308 | 405 | 304 | 383 | 4,105 |

| | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | 計 |
|----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 合計 | 1,559 | 1,958 | 2,382 | 2,600 | 2,801 | 2,474 | 2,796 | 1,899 | 2,016 | 1,708 | 1,388 | 1,708 | 25,289 |

令和6年度 スポーツ振興事業実績一覧表(小瀬スポーツ公園)

1 スポーツ教室

| No. | 教室名 | 内容 | 対象 | 定員 | 開催期間 | 曜日 | 時間帯 | 回数 | 会場 | 参加人数 |
|-------------|-----------------|--|----|-----|------------------|----|---------------|----|------------------|------|
| 1 | テニス教室 | 初心者から中級者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導した。 | 大人 | 25人 | R6.4.15~6.24 | 月 | 11:10 ~ 12:40 | 8 | テニス場 | 17 |
| | | | | | R6.9.2~12.2 | | | 8 | | 19 |
| | | | | | R7.1/20~3.24 | | | 8 | | 22 |
| | | | | | R6.4.10~6.26 | 水 | | 8 | | 19 |
| | | | | | R6.9.11~10.30 | | | 8 | | 18 |
| | | | | | R7.1.8~2.26 | | | 8 | | 15 |
| 2 | フレンドリー テニス レッスン | 開催日には誰もが気軽に参加でき、当日の参加者同士で楽しくレッスンを行った。 | 大人 | 20人 | R6.4.15~6.24 | 月 | 9:30 ~ 11:40 | 8 | テニス場 | 177 |
| | | | | | R6.9.2~12.2 | | | 8 | | 162 |
| | | | | | R7.1/20~3.24 | | | 8 | | 205 |
| | | | | | R6.4.10~6.26 | 水 | | 7 | | 134 |
| | | | | | R6.9.11~10.30 | | | 6 | | 95 |
| | | | | | R7.1.8~2.26 | | | 8 | | 156 |
| 3 | フレンドリーテニスゲーム | 開催日には誰もが気軽に参加でき、当日の参加者同士で楽しくゲームを行った。 | 大人 | 10人 | R6.4.15~6.24 | 月 | 9:30 ~ 11:00 | 8 | テニス場 | 93 |
| | | | | | R6.9.2~12.2 | | | 8 | | 115 |
| | | | | | R7.1/20~3.24 | | | 8 | | 110 |
| | | | | | R6.4.10~6.26 | 水 | | 7 | | 39 |
| | | | | | R6.9.11~10.30 | | | 6 | | 33 |
| | | | | | R7.1.8~2.26 | | | 8 | | 48 |
| 4 | 初心者バドミントン教室 | 初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導した。 | 大人 | 25人 | R6.4.12~6.14 | 火 | 9:30 ~ 11:00 | 7 | 体育館メインアリーナ | 90 |
| | | | | | R6.9.17~11.25 | | | 7 | | 62 |
| | | | | | R7.1.20~3.10 | | | 7 | | 97 |
| 5 | フレンドリーバドミントンゲーム | 開催日には誰もが気軽に参加でき、集まった方々と楽しくゲームを行った。 | 大人 | 20人 | R6.4.12~6.14 | 火 | 11:00 ~ 12:30 | 7 | 体育館メインアリーナ | 22 |
| | | | | | R6.9.17~11.25 | | | 7 | | 20 |
| | | | | | R7.1.20~3.10 | | | 7 | | 24 |
| 6 | 太極拳教室 | 太極拳の基本的な動作と呼吸を習得できるよう指導を行い、体内の新陳代謝を促した。 | 大人 | 30人 | R6.4.8~6.24 | 月 | 10:00 ~ 11:30 | 10 | 武道館アリーナ | 27 |
| | | | | | R6.9.2~12.2 | | | 10 | | 27 |
| | | | | | R6.4.5~7.12 | 金 | | 10 | | 9 |
| | | | | | R6.10.4~12.6 | | | 10 | | 10 |
| 7 | いきいきパワーアップ | 一般の方を対象に、ストレッチ体操・筋力トレーニングの基礎から有酸素運動までを指導した。 | 大人 | 30人 | R6.4.16~6.18 | 火 | 14:00 ~ 15:30 | 8 | 武道館各施設 | 24 |
| | | | | | R6.9.10~11.12 | | | 8 | | 27 |
| | | | | | R7.1.7~3.25 | | | 8 | | 21 |
| 8 | 大人のための陸上(短距離)教室 | 速く走りたい、子どもを指導したい大人を対象に、短距離を速く走るための基礎知識・動作等を指導した。 | 大人 | 20人 | R6.5.13~7.22 | 月 | 19:15 ~ 20:45 | 8 | JITリサイクルインクスタジアム | 13 |
| | | | | | R6.9.9~12.2 | | | 10 | | 16 |
| 9 | エアロビクス | 音楽に合わせながらリズムカルに体を動かす、いわゆる有酸素運動を行い、心地よい汗を流せシェイプアップ効果もあった。 | 大人 | 25人 | R6.4.3~6.12 | 水 | 10:00 ~ 11:30 | 10 | 武道館アリーナ | 25 |
| | | | | | R6.9.4~11.13 | | | 10 | | 25 |
| | | | | | R6.12.25~R7.3.26 | | | 10 | | 23 |
| 10 | ソフトエアロビクス | 中高齢者を対象に、やさしい有酸素運動や、ストレッチや腰痛予防、肩こり・転倒予防体操を行った。 | 大人 | 40人 | R6.4.9~7.9 | 火 | 10:00 ~ 11:30 | 10 | 武道館第二武道場 | 36 |
| | | | | | R6.9.10~12.10 | | | 10 | | 39 |
| | | | | | R7.1.7~3.25 | | | 10 | | 40 |
| 11 | ミットエクササイズ | 健康・安全のための楽しくて格好いいプログラムで、かけがえのない心と体に元気と癒しを体感できた。 | 大人 | 10組 | R6.4.2~6.18 | 火 | 19:00 ~ 20:30 | 10 | 武道館第二武道場 | 6 |
| | | | 親子 | | R6.9.3~12.3 | | | 10 | | 7 |
| | | | 子供 | | R7.1.7~3.25 | | | 8 | | 5 |
| 12 | あそびのおけいこ | スポーツの原点である遊びや、コミュニケーション能力を養いながら、日常の危険から身を守る術を親子で学びます。パラシュート・フープ・ボール・ミットなど遊び道具も充実させた。 | 親子 | 15組 | R6.4.10~6.19 | 水 | 10:30 ~ 12:00 | 10 | 武道館第二武道場 | 14 |
| | | | | | R6.9.4~11.13 | | | 10 | | 10 |
| | | | | | R7.1.15~3.19 | | | 10 | | 16 |
| 13 | インナーパワーヨガ | 一般的なヨガに筋力トレーニングの要素を取り入れ、より身体強化とエクササイズに伴う集中力の強化を図ります。 | 大人 | 65人 | R6.4.3~6.12 | 水 | 13:30 ~ 14:40 | 10 | 武道館第一武道場 | 41 |
| | | | | | R6.9.4~11.27 | | | 10 | | 47 |
| | | | | | R7.1.8~3.26 | | | 10 | | 47 |
| | | | | | R6.4.4~6.13 | 木 | | 10 | 47 | |
| | | | | | R6.9.12~11.21 | | | 10 | 49 | |
| R7.1.9~3.27 | 10 | 51 | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | |
|----|---------------------------|--|-----------|---------|--|-----------------------|--|-----------------------|---|---|---------------------------------|--|
| 14 | 初心者弓道教室 | 日本古来から伝わる弓道の本質や基本の姿勢、動作、息合いなどを習得した。 | 大人 | 25人 | R6.4.11~6.27 R6.9.5~11.7 | 木 | 10:00 | ~ | 11:30 | 10 10 | 武道館 弓道場 | 27 29 |
| 15 | カヌー体験教室 | カヌー体験を小瀬スポーツ公園水泳場で行い、山梨県カヌー協会所属講師がカヌーの魅力を伝えた。 | 子ども | 15人 | R6.8.19~8/21 | - | 10:00 | ~ | 15:30 | 3 | 水泳場 | 16 |
| 16 | ヨーガ | ヨーガの呼吸法、基本のポーズをマスターし、自律神経の調整・ストレスからの開放を行い、体を癒した。 | 大人 | 60人 | R6.4.14~6.30 R6.9.6~11.22 R7.1.10~3.21 | 金 | 10:00 | ~ | 11:30 | 10 10 10 | 武道館第 一武道場 | 58 54 52 |
| 17 | マスターズ教室 | 筋力トレーニング・ストレッチ・体操・ウォーキング・各種軽スポーツ・レクリエーションを行った。 | 65歳以上 | 30人 | R6.4.19~6.21 R6.9.13~11.8 R7.1.10~3.14 | 金 | 14:00 | ~ | 15:30 | 8 8 8 | 武道館、 補助競技場 | 20 29 24 |
| 18 | エンジョイグラウンド・ゴルフ | 開催日には誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回ることができた。 | 大人 | 40人 | R6.4.15~6.24 R6.9.9~12.9 R7.1.20~3.17 R6.4.16~7.2 R6.9.10~12.10 R7.1.7~3.18 R6.4.11~6.20 R6.9.12~11.14 R7.1.9~3.13 | 月 水 木 | 14:00 | ~ | 15:30 | 6 8 5 6 6 5 5 8 5 | 補助競技場 | 164 173 130 148 115 104 102 105 79 |
| 19 | カーリング教室 | カーリングの基本からゲームを楽しめるまでを指導します。ゲームは、氷上で20kgのストーンを40m先のポイントに1かに近づけられるかを競った。 | 大人 子供 | 40人 | R6.9.5~10.3 R6.10.10~10.31 | 木 | 19:00 | ~ | 21:00 | 5 5 | アイスアリーナ | 23 24 |
| 20 | 大人のためのフィギュア教室 | 基本滑走からバックステップまでを、音楽に合わせてスケートを楽しんだ。 | 大人 | 20人 | R6.9.5~11.21 | 火 | 10:00 | ~ | 11:30 | 10 | アイスアリーナ | 19 |
| 21 | 大人がスポーツを楽しむためのフィジカルトレーニング | スポーツの基礎的な要素である「筋力」「柔軟性」「動きの理解」をとおした動きの自己分析等の方法を紹介し、スポーツ活動を支えた。 | 大人 | 15人 | R7.2.10~3.17 | 月 | 19:15 | ~ | 20:45 | 5 | JITリサイ クルインク スタジアム | 13 |
| 22 | 夏休みファミリースケートday | 6歳以上であれば誰でも参加でき、靴の履き方から安全な滑り方までを指導した。 | 大人 子ども | 60人 | R6.8.5 R6.8.11 | 月 日 | 19:00 | ~ | 21:00 | 1 1 | アイスアリーナ | 17 10 |
| 23 | リズム&ボディケア | 有酸素能力を高め、代謝機能などを向上させていきます。 | 大人 | 45人 | R6.4.8~6.26 R6.9.2~12.2 R7.1.6~3.24 | 月 | 13:30 | ~ | 15:00 | 10 10 10 | 武道館 第二武道場 | 19 20 17 |
| 24 | 子どもかけっこ教室 | 速く走りたい子どもを対象に、短距離を速く走るための基礎知識・動作等を指導した。 | 幼児 小学生 | 20人 | R6.8.2 R6.8.3 R6.8.11 R6.8.19 R6.8.20 | 金 土 日 月 火 | 18:00 8:30 18:00 18:00 18:00 | ~ ~ ~ ~ ~ | 20:15 10:45 20:15 20:15 20:15 | 1 1 1 1 1 | JITリサイ クルインク スタジアム | 17 4 15 14 6 |
| 25 | スポーツやろうよ! | 30歳以上を対象とし生涯スポーツである「卓球」の体験教室を行うことで運動を始める契機とした。また継続してもらえるよう卓球の楽しさを伝えた。 | 大人 | 10人 | R7.1.30~2.20 | 木 | 14:00 | ~ | 15:30 | 4 | | 10 |
| 26 | スポーツやろうよ(各種団体実施スポーツ体験) | 県内で人気のあるスポーツ教室等を、小瀬スポーツ公園でも体験できる教室。 | 子ども | 30人 | 中止 | - | - | - | - | 0 | | 0 |
| 27 | 大人のための初心者サッカー教室 | 大人の初心者を対象に、サッカーの基本となる各種キックやリフティング等の基礎の習得を目指した。 | 大人 | 20人 | R6.5.15~7.10 R6.10.2~12.18 | 水 | 19:15 | ~ | 20:15 | 8 8 | JITリサイ クルインク スタジアム 球技場 | 29 23 |
| 28 | フレンドリーサッカー | 大人の初心者を対象に、基礎技術練習とともに、仲間と協力してプレーするための技術習得を目指した。 | 大人 | 20人 | R6.5.15~7.10 R6.10.2~12.18 | 水 | 20:30 | ~ | 21:45 | 8 8 | JITリサイ クルインク スタジアム 球技場 | 91 104 |
| 29 | シニアのためのウォーキング&筋力教室 | ウォーキングや筋力トレーニングで行動体力の向上を図る。 | 65歳以上 | 40人 | 中止 | - | - | - | - | 0 | | 0 |
| 30 | アイスホッケー教室 | ホッケーシューズを履いて、スティックでパスができるようになるまで指導します。 | 大人 子ども | 30人 | 中止 | - | - | - | - | 0 | アイス アリーナ | 0 |
| 合計 | | | | 88 教室開催 | | | | 開催延べ日数 | 669日 | | 参加延べ人数 | 4,398人 |

2 スポーツイベント

| No. | イベント・大会名 | 内容 | 対象 | 定員 | 期日 | 会場 | 参加チーム数 | 参加人数 |
|-----------------------------------|-------------------------------|---|------------------|------------------|-----------|------------------------|--------|------|
| 1 | スポーツ少年団フェスティバル | 山梨県スポーツ少年団団員を対象として、交流交歓会やレクリエーション活動を体験しながら交流を深めた。 | スポーツ少年団員 | 200人 | 令和6年4月13日 | 武道館 | 10 | 105 |
| 2 | ファミリースポーツフェスティバル | 親子、三世代グループを対象として、チャレンジ・ザ・ゲーム & オリエンテーリングを開催した。 | 家族 | 200組 (800人) | 令和6年5月6日 | JITリサイクルインクスタジアム他 | 104 | 396 |
| 3 | こどもスポーツフェスティバル小学生ドッジボール大会 | 小学生(1チーム8~11人)を対象に、ドッジボール大会を開催した。 | 小学生 | 40チーム (320人) | 令和6年8月4日 | 武道館 | 29 | 236 |
| 4 | こどもスポーツフェスティバルチャレンジ・ザ・ゲーム | 小学生3~4人チームを組み、グループで各種ゲームにチャレンジした。 | 小学生 | 120チーム (480人) | 令和7年2月11日 | 武道館 | 51 | 185 |
| 5 | シルバースポーツフェスティバル第1回グラウンド・ゴルフ大会 | 50歳以上の方を対象に、グラウンド・ゴルフ大会を開催する。 | 大人 (50歳以上) | 480人 | 令和6年4月24日 | JITリサイクルインクスタジアム、補助競技場 | - | 57 |
| | 令和6年5月22日 | | | | - | | 197 | |
| | 令和6年6月28日 | | | | - | | 0 | |
| | 令和6年9月19日 | | | | - | | 213 | |
| | 令和6年11月12日 | | | | - | | 216 | |
| 6 | 3×3ストリートバスケットボール大会 | 県バスケットボール協会と共催で3×3ストリートバスケットボールを開催した。 | 大人子ども (中学生以上) | 64チーム (320人) | 令和6年9月16日 | 体育館 | 40 | 150 |
| 7 | 大人のサッカー大会 | ファンフォーレとともにサッカー大会を開催することで県民のスポーツに対する関心や健康・体力づくりを推進する。 | 大人 | 16チーム (160人) | (中止) | | 0 | 0 |
| 合計 | | 開催スポーツイベント数 | 6イベント | スポーツイベント参加延べ人数 | | 1,755人 | | |
| スポーツ振興業務等延べ参加者(1スポーツ教室+2スポーツイベント) | | | | | | | 6,153人 | |

令和6年度 スポーツ振興事業実績一覧表(小瀬スポーツ公園)

4. 健康・体づくり

①トレーニング実技指導

| 指 導 内 容 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | 計 |
|-----------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------|
| ① 利用者証の発行 | 375 | 383 | 361 | 370 | 390 | 398 | 275 | 271 | 269 | 305 | 325 | 362 | 4,084 |

トレーニング実技指導

| 指 導 内 容 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | 計 |
|-----------------------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------|
| プログラム作成、ストレッチ、トレッドミル・アーケ・クライマー等指導 | 974 | 970 | 752 | 677 | 728 | 643 | 781 | 716 | 600 | 558 | 646 | 645 | 8,690 |

②体組成分析

| | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | 合計 |
|-----------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------|
| 体組成分析(一般) | 435 | 363 | 592 | 598 | 486 | 574 | 535 | 375 | 418 | 608 | 433 | 502 | 5,919 |

| | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | 計 |
|----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 合計 | 1,784 | 1,716 | 1,705 | 1,645 | 1,604 | 1,615 | 1,591 | 1,362 | 1,287 | 1,471 | 1,404 | 1,509 | 18,693 |

令和7年度 スポーツ振興事業実績一覧表(小瀬スポーツ公園)

1 スポーツ教室

| No. | 教室名 | 内容 | 対象 | 定員 | 開催期間 | 曜日 | 時間帯 | 回数 | 会場 | 参加人数 | |
|-----|------------------|--|-------|----|---------------|----|---------------|---------------|---------------------------|-----------|----|
| 1 | テニス教室 | 初心者から中級者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導した。 | 一般 | 25 | R7.4.14~6.9 | 月 | 11:10 ~ 12:40 | 7 | テニス場 | 24 | |
| | | | | | R7.9.1~11.10 | | | 8 | | 22 | |
| | | | | | R8.1.19~3.9 | | | 7 | | 20 | |
| | | | | | R7.4.9~6.25 | 水 | | 7 | | 20 | |
| | | | | | R7.9.3~10.22 | | | 8 | | 13 | |
| | | | | | R8.1.7~2.25 | | | 7 | | 13 | |
| 2 | フレンドリー テニス レッスン | 開催日には誰もが気軽に参加でき、当日の参加者同士で楽しくレッスンをを行った。 | 一般 | 20 | R7.4.14~6.9 | 月 | 9:30 ~ 11:00 | 7 | テニス場 | 144 | |
| | | | | | R7.9.1~11.10 | | | 8 | | 135 | |
| | | | | | R8.1.19~3.9 | | | 7 | | 165 | |
| | | | | | R7.4.9~6.25 | 水 | | 7 | | 128 | |
| | | | | | R7.9.3~10.22 | | | 8 | | 89 | |
| | | | | | R8.1.7~2.25 | | | 7 | | 123 | |
| 3 | フレンドリーテニス ゲーム | 開催日には誰もが気軽に参加でき、当日の参加者同士で楽しくゲームを行った。 | 一般 | 10 | R7.4.14~6.9 | 月 | 9:30 ~ 11:00 | 7 | テニス場 | 91 | |
| | | | | | R7.9.1~11.10 | | | 8 | | 85 | |
| | | | | | R8.1.19~3.9 | | | 7 | | 73 | |
| | | | | | R7.4.9~6.25 | 水 | | 7 | | 42 | |
| | | | | | R7.9.3~10.22 | | | 8 | | 37 | |
| | | | | | R8.1.7~2.25 | | | 7 | | 46 | |
| 4 | 初心者バドミントン教室 | 初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまで指導した。 | 一般 | 24 | R7.4.4~7.4 | 金 | 9:30 ~ 11:00 | 7 | 体育館 | 27 | |
| | | | | | R7.9.12~12.12 | | | 7 | | 23 | |
| | | | | | R8.1.16~2.27 | | | 7 | | 23 | |
| 5 | フレンドリー バドミントンゲーム | 開催日には誰もが気軽に参加でき、集まった方々と楽しくゲームを行った。 | 一般 | 24 | R7.4.4~7.4 | 金 | 11:10 ~ 12:40 | 7 | 体育館 | 86 | |
| | | | | | R7.9.12~12.12 | | | 7 | | 68 | |
| | | | | | R8.1.16~2.27 | | | 7 | | 106 | |
| 6 | 太極拳教室 | 太極拳の基本的な動作と呼吸を習得できるよう指導を行い、体内の新陳代謝を促した。 | 一般 | 30 | R7.4.14~6.30 | 月 | 10:00 ~ 11:30 | 10 | 武道館 アリーナ | 28 | |
| | | | | | R7.9.8~12.15 | | | 10 | | 11 | |
| | | | | | R7.4.17~7.10 | 金 | | 19:00 ~ 20:30 | | 10 | 20 |
| | | | | | R7.9.5~12.12 | | | | | 10 | 16 |
| 7 | いきいきパワーアップ | 一般の方を対象に、ストレッチ体操・筋力トレーニングの基礎から有酸素運動までを指導した。 | 60歳以上 | 30 | R7.4.22~7.1 | 火 | 14:00 ~ 15:30 | | 8 | 武道館 ほか | 25 |
| | | | | | R7.9.9~11.25 | | | | 8 | | 22 |
| | | | | | R8.1.6~3.24 | | | 8 | 21 | | |
| 8 | 大人のための陸上(短距離)教室 | 速く走りたい、子どもを指導したい大人を対象に、短距離を速く走るための基礎知識・動作等を指導した。 | 一般 | 20 | R7.5.19~7.7 | 月 | 19:15 ~ 20:45 | 8 | JITリサイク クレインク スタジアム | 10 | |
| | | | | | R7.9.1~11.17 | | | 8 | | 11 | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|---------------------------|---|-------------|-----|----------------|---|-------|---|-------|-------|-----------------|-----|-------|---|-------|-----|
| 9 | エアロピクス | 音楽に合わせてながらリズムカルに体を動かす、いわゆる有酸素運動を行い、心地よい汗を流せシェイプアップ効果もあった。 | 一般 | 60 | R7.4.16~7.9 | 水 | 10:00 | ~ | 11:30 | 10 | 武道館アリーナ | 28 | | | | |
| | | | | | R7.9.10~12.3 | | | | | 10 | | 26 | | | | |
| | | | | | R8.1.7~3.18 | | | | | 9 | | 29 | | | | |
| 10 | ソフトエアロピクス | 中高齢者を対象に、やさしい有酸素運動や、ストレッチや腰痛予防、肩こり・転倒予防体操を行った。 | 一般 | 40 | R7.4.22~7.22 | 火 | 10:00 | ~ | 11:30 | 10 | 武道館第二武道場 | 45 | | | | |
| | | | | | R7.9.9~12.9 | | | | | 10 | | 42 | | | | |
| | | | | | R8.1.6~3.31 | | | | | 2 | | 54 | | | | |
| 11 | リズムヨガ | エアロピクスとミット蹴りでストレス発散リズムヨガ・ストレッチを通して心を整えた。 | 大人子ども(中学以上) | 15人 | R7.5.13~7.29 | 火 | 19:00 | ~ | 20:30 | 10 | 武道館第二武道場 | 12 | | | | |
| | | | | | R7.9.9~12.23 | | | | | 10 | | 12 | | | | |
| | | | | | R8.1.6~3.31 | | | | | 9 | | 9 | | | | |
| 12 | あそびのおけいこ | スポーツの原点である遊びや、コミュニケーション能力を養いながら、日常の危険から身を守る術を親子で学び、フープ・ボール・ミットなど遊び道具も充実させた。 | 親子 | 15組 | R7.4.16~7.23 | 水 | 10:30 | ~ | 12:00 | 10 | 武道館第二武道場 | 5 | | | | |
| | | | | | R7.9.17~11.26 | | | | | 10 | | 7 | | | | |
| | | | | | R8.1.7~3.18 | | | | | 10 | | 7 | | | | |
| 13 | インナーパワーヨガ | 一般的なヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、より身体強化とエクササイズに伴う集中力の強化を図った。 | 一般 | 65 | R7.4.16~7.9 | 水 | 13:30 | ~ | 14:40 | 10 | 武道館第一武道場 | 55 | | | | |
| | | | | | R7.9.10~11.26 | | | | | 10 | | 52 | | | | |
| | | | | | R8.1.7~3.18 | | | | | 10 | | 56 | | | | |
| | | | | | R7.4.17~7.10 | 木 | 10:00 | ~ | 11:10 | 10 | 武道館第一武道場 | 57 | | | | |
| | | | | | R7.9.11~11.27 | | | | | 10 | | 59 | | | | |
| | | | | | R8.1.8~3.19 | | | | | 10 | | 60 | | | | |
| 14 | 初心者弓道教室 | 日本古来から伝わる弓道の本質や基本の姿勢、動作、息合いなどを習得した。 | 一般 | 25 | R7.4.17~7.17 | 木 | 10:00 | ~ | 11:30 | 10 | 武道館弓道場 | 38 | | | | |
| | | | | | R7.9.4~11.6 | | | | | 10 | | 36 | | | | |
| 15 | ヨーガ | ヨーガの呼吸法、基本のポーズをマスターし、自律神経の調整・ストレスからの開放を行い、体を癒した。 | 一般 | 60 | R7.4.18~7.11 | 金 | 10:00 | ~ | 11:30 | 10 | 武道館第一武道場 | 61 | | | | |
| | | | | | R7.9.5~11.14 | | | | | 10 | | 57 | | | | |
| | | | | | R8.1.9~3.13 | | | | | 10 | | 54 | | | | |
| 16 | マスターズ教室 | 筋力トレーニング・ストレッチ・体操・ウォーキング・各種軽スポーツ・レクリエーションを行った。 | 65歳以上 | 30 | R7.4.22~7.1 | 金 | 14:00 | ~ | 15:30 | 8 | 武道館補助競技場 | 25 | | | | |
| | | | | | R7.9.19~11.7 | | | | | 8 | | 23 | | | | |
| | | | | | R8.1.9~3.6 | | | | | 8 | | 20 | | | | |
| 17 | エンジョイグラウンド・ゴルフ | 開催日には誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回ることができた。 | 一般 | 40 | R7.4.14~6.23 | 月 | 14:00 | ~ | 15:30 | 8 | 補助競技場 | 184 | | | | |
| | | | | | R7.9.8~12.8 | | | | | 7 | | 126 | | | | |
| | | | | | R8.1.26~3.23 | | | | | 6 | | 126 | | | | |
| | | | | | R7.4.15~6.24 | 水 | | | | 14:00 | | ~ | 15:30 | 6 | 補助競技場 | 105 |
| | | | | | R7.9.9~12.9 | | | | | | | | | 7 | | 135 |
| | | | | | R8.1.27~3.24 | | | | | | | | | 6 | | 132 |
| | | | | | R7.4.17~6.19 | 木 | | | | 14:00 | | ~ | 15:30 | 6 | 補助競技場 | 112 |
| | | | | | R7.9.11~12.11 | | | | | | | | | 7 | | 128 |
| | | | | | R8.1.29~3.19 | | | | | | | | | 6 | | 98 |
| 18 | カーリング教室 | カーリングの基本からゲームを楽しめるまでを指導し、ゲームは、氷上で20Kgのストーンを40m先のポイントにいかにか近づけられるかを競った。 | 大人子ども | 40 | R7.9.4~10.9 | 木 | 19:00 | ~ | 21:00 | 5 | アイスアリーナ | 18 | | | | |
| | | | | | R7.10.16~11.13 | | | | | 5 | | 18 | | | | |
| 19 | 大人のためのフィギュア教室 | 基本滑走からバックステップまでを、音楽に合わせてスケートを楽しんだ。 | 一般 | 20 | R7.9.9~11.25 | 火 | 10:00 | ~ | 12:00 | 10 | アイスアリーナ | 23 | | | | |
| 20 | 大人がスポーツを楽しむためのフィジカルトレーニング | スポーツの基礎的な要素である「筋力」「柔軟性」「動きの理解」をおとした動きの自己分析等の方法を紹介し、スポーツ活動を支えた。 | 大人 | 15人 | R8.1.26~3.9 | 月 | 19:15 | ~ | 20:45 | 6 | JITワイクルインクスタジアム | 10 | | | | |
| 21 | ファミリースケートday | 6歳以上であれば誰でも参加でき、靴の履き方から安全な滑り方までを指導した。 | 大人子ども | 60人 | R7.7.19 | 土 | 18:30 | ~ | 20:00 | 1 | アイスアリーナ | 16 | | | | |
| | | | | | R7.7.26 | 土 | 17:45 | ~ | 19:15 | 1 | | 14 | | | | |
| | | | | | R7.8.16 | 土 | 18:30 | ~ | 20:00 | 1 | | 10 | | | | |
| 22 | リズム&ボディケア | 有酸素能力を高め、代謝機能などを向上させた。 | 一般 | 45 | R7.4.14~6.30 | 月 | 13:30 | ~ | 15:00 | 10 | 武道館第二武道場 | 22 | | | | |
| | | | | | R7.9.8~12.15 | | | | | 10 | | 19 | | | | |
| | | | | | R8.1.5~3.23 | | | | | 10 | | 14 | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----|---------------------|---|-----------|-----|----------------|---|-------|---|-------|------------|-----------------------------------|------------|--|--------|
| 23 | 子どもかけっこ教室 | 速く走りたい子どもを対象に、短距離を速く走るための基礎知識・動作等を指導した。 | 幼児・小学生 | 20 | R7.9.6 | 土 | 18:00 | ～ | 20:15 | 1 | JITリサイ クルイン ク スタジ アム | 18 | | |
| | | | | | R7.9.7 | 日 | | | | 1 | | 10 | | |
| | | | | | R7.9.12 | 金 | | | | 1 | | 6 | | |
| | | | | | R7.9.19 | 金 | | | | 1 | | 15 | | |
| | | | | | R7.9.21 | 日 | | | | 1 | | 24 | | |
| 24 | スポーツやろうよ! | 30歳以上を対象とし生涯スポーツである「卓球」の体験教室を行うことで運動を始める契機とした。また継続してもらえるよう卓球の楽しさを伝えた。 | 大人 | 10人 | R7.7.3～7.24 | 水 | 14:00 | ～ | 15:30 | 4 | 武道館 アリーナ | 9 | | |
| | | | | | R7.10.29～12.17 | | | | | 8 | | 15 | | |
| 25 | 大人のための初心者サッカー教室 | 大人の初心者を対象に、サッカーの基本となる各種キックやリフティング等の基礎の習得を目指した。 | 大人 | 20人 | R7.5.16～6.13 | 水 | 19:15 | ～ | 20:15 | 5 | JITリサイ クルイン ク スタジ アム 球技場 | 11 | | |
| | | | | | R7.10.24～11.28 | | | | | 5 | | 17 | | |
| 26 | フレンドリーサッカー | 大人の初心者を対象に、基礎技術練習とともに、仲間と協力してプレーするための技術習得を目指した。 | 大人 | 20人 | R7.5.16～6.13 | 水 | 20:30 | ～ | 21:45 | 5 | JITリサイ クルイン ク スタジ アム 球技場 | 74 | | |
| | | | | | R7.10.24～11.28 | | | | | 5 | | 83 | | |
| 27 | シニアのためのウォーキング&筋トレ教室 | ウォーキングや筋力トレーニングで行動体力の向上を図る。 | 65歳以上 | 40人 | 中止 | - | - | - | - | 0 | | 0 | | |
| 28 | カヌー体験教室 | カヌー体験を小瀬スポーツ公園水泳場で行い、山梨県カヌー協会所属講師がカヌーの魅力を伝える。 | 子ども | 15人 | 中止 | - | - | - | - | 0 | 水泳場 | 0 | | |
| 29 | アイスホッケー教室 | ホッケーシューズを履いて、スティックでパスができるようになるまで指導します。 | 大人 子ども | 30人 | 中止 | - | - | - | - | 0 | アイス アリーナ | 0 | | |
| 合計 | | | | | 89 教室開催 | | | | | 開催延べ日 数 | | 参加延べ 人数 | | 4,288人 |

2 スポーツイベント

| No. | イベント・大会名 | 内容 | 対象 | 定員 | 期日 | 会場 | 参加チーム数 | 参加人数 |
|-----------------------------------|-----------------------------------|---|--------------|----------------|----------------|------------------------|--------|------|
| 1 | スポーツ少年団フェスティバル | 山梨県スポーツ少年団団員を対象として、交流交歓会やレクリエーション活動を体験しながら交流を深めた。 | 団員 | 200人 | 令和7年4月12日 | 武道館 | 11 | 100 |
| 2 | ファミリースポーツフェスティバル | 親子、三世代グループを対象として、チャレンジ・ザ・ゲーム&オリエンテーリングを開催。 | 親子・三世代 | 200組(800人) | 令和7年5月6日(雨天中止) | ITリサイクルインクスタジアム他 | 0 | 0 |
| 3 | こどもスポーツフェスティバル | 小学生(1チーム8~11人)を対象に、ドッジボール大会を開催。 | 小学生 | 40チーム(256人) | 中止 | 武道館アリーナ | 0 | 0 |
| 4 | こどもスポーツフェスティバル | 小学生3~4人グループで、各種ゲームにチャレンジした。 | 小学生 | 120チーム(480人) | 令和8年2月11日 | 武道館 | 53 | 188 |
| 5 | シルバースポーツフェスティバル グラウンド・ゴルフ大会第1回 | 50歳以上の方を対象に、グラウンド・ゴルフ大会を開催した。 | 大人(50歳以上) | 480人 | 令和7年5月14日 | JITリサイクルインクスタジアム、補助競技場 | - | 243 |
| | 令和7年6月27日 | | | | - | | 226 | |
| | 令和7年9月18日 | | | | - | | 232 | |
| | 令和7年10月21日 | | | | - | | 211 | |
| | 令和7年11月19日 | | | | - | | 212 | |
| 6 | 3×3ストリートバスケットボール大会 | 県バスケットボール協会と共催で3×3ストリートバスケットボールを開催した。 | 大人子ども(中学生以上) | 64チーム(320人) | 令和7年9月15日 | 体育館ほか | 46 | 150 |
| 7 | 大人のサッカー大会 | ヴァンフォーレとともにサッカー大会を開催することで県民のスポーツに対する関心や健康・体力づくりを推進する。 | 大人 | 16チーム(160人) | 中止 | | 0 | 0 |
| 合計 | | 開催スポーツイベント数 | 7イベント | スポーツイベント参加延べ人数 | | 1,562人 | | |
| スポーツ振興業務等延べ参加者(1スポーツ教室+2スポーツイベント) | | | | | | | 5,850人 | |

令和7年度 スポーツ振興事業実績一覧表(小瀬スポーツ公園)

4. 健康・体づくり

①トレーニング実技指導

| 指 導 内 容 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | 計 |
|-----------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|-------|
| ① 利用者証の発行 | 480 | 421 | 400 | 460 | 460 | 393 | 311 | 239 | 285 | 304 | 372 | — | 4,125 |

トレーニング実技指導

| 指 導 内 容 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | 計 |
|-----------------------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|-------|
| プログラム作成、ストレッチ、トレッドミル・アーケ・クライマー等指導 | 703 | 676 | 561 | 721 | 721 | 714 | 624 | 510 | 443 | 641 | 531 | — | 6,845 |

②体組成分析

| | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | 合計 |
|-----------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|-------|
| 体組成分析(一般) | 651 | 582 | 652 | 671 | 671 | 664 | 522 | 591 | 505 | 519 | 694 | — | 6,722 |

| | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | 計 |
|----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|---------|---------|
| 合計 | 1,834 | 1,679 | 1,613 | 1,852 | 1,852 | 1,771 | 1,457 | 1,340 | 1,233 | 1,464 | 1,597 | #VALUE! | #VALUE! |