

平成26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	4/7~6/16	10:00~11:30	20	1期10回	26	ゆつくりとした動作と、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。	体育館ブレイルーム
2	初心者テニス教室	4/7~6/23	11:10~12:40	25	1期10回	26	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ます。	テニスコート
3	フレンドリーテニスレッスン	4/7~6/23	9:30~11:00	120	8	196	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
4	フレンドリーテニスレッスン&ゲーム	4/7~6/23	9:30~11:00	80	8	75	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行う班に分かれ実施します。	テニスコート
5	エンジョイグラウンド・ゴルフ	4/7~6/23	14:00~15:30	300	10	304	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出来ます。	補助競技場
6	託児付きママのためのフィットネスサロン	4/7~6/23	13:15~14:15	50	1期8回	46	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場他
7	ソフトエアロビクス教室	4/8~6/24	10:00~11:30	40	1期10回	36	中高齢者を対象に簡単なトレーニングなどを取り入れた健康づくり教室です。	武道館第二武道場
8	初心者バドミントン教室	4/8~6/24	10:00~11:30	20	1期10回	22	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ます。	体育館メインアリーナ
9	レディースパワーアップ教室	4/8~6/24	10:00~11:30	20	1期10回	19	女性限定の教室でトレーニングを中心に楽しみながら筋力アップ、ダイエットを目指します。	武道館トレーニングルーム 他
10	大人のための陸上(短距離)教室	4/22~6/24	19:00~20:30	20	1期5回	19	大人を対象に短距離を速く走るための基礎知識・動作を指導します。	陸上競技場
11	ミットパーカッション	4/8~6/24	19:30~21:00	20	1期10回	22	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氣と癒しを体験します。	武道館第二武道場
12	フレンドリーバドミントン	4/8~6/24	11:00~12:30	100	10	64	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います。	体育館メインアリーナ
13	エアロビクス教室	4/9~6/18	10:00~11:30	25	1期10回	28	音楽に合わせてリズミカルに体を動かし、エアロビクス(有酸素運動)を行います。	武道館アリーナ
14	初心者テニス教室	4/2~7/16	11:10~12:40	25	1期10回	24	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ます。	テニスコート
15	フレンドリーテニスレッスン	4/2~7/9	9:30~11:00	120	6	87	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
16	フレンドリーテニスレッスン&ゲーム	4/2~7/9	9:30~11:00	80	6	80	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行う班に分かれ実施します。	テニスコート
17	あそびのおけいこ	4/9~6/18	10:30~12:00	30	1期10回	29	親子で楽しく遊びを通して体を動かし、日常の危険から身を守る術を学びます。	武道館第二武道場
18	インナーパワーヨガ教室	4/9~6/18	13:30~15:00	65	1期10回	39	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立てます。	武道館第一武道場
19	わくわくダンススクール	4/9~6/18	19:00~20:30	20	1期10回	19	小学生から大人までがダンスの楽しさを体験しリズム感を養いながら体力づくりを行います。	体育館研修室
20	初心者弓道教室	4/10~6/19	10:00~11:30	25	1期10回	30	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ます。	武道館弓道場
21	インナーパワーヨガ教室	4/10~6/19	10:00~11:30	65	1期10回	68	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立てます。	武道館第一武道場
22	エンジョイグラウンド・ゴルフ	4/10~6/19	10:00~11:30	300	10	401	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出来ます。	補助競技場
23	託児付きママのためのフィットネスサロン	4/10~6/12	10:15~11:15	50	1期8回	27	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場他
24	マスターズ教室	4/11~6/27	10:00~11:30	30	1期10回	40	高齢者を対象に、ストレッチ体操、ウォーキング又はジョギング、各種軽スポーツを行います。	補助競技場 体育館
25	ヨーガ教室	4/11~6/13	10:00~11:30	60	1期10回	60	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、体を癒します。	武道館第一武道場
26	太極拳教室	4/11~6/20	19:00~20:30	20	1期10回	10	ゆつくりとした動作と、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
27	レディースパワーアップ教室	4/11~6/27	10:00~11:30	20	1期10回	11	女性限定の教室でトレーニングを中心に楽しみながら筋力アップ、ダイエットを目指します。	武道館トレーニングルーム 他
28	フレンドリーテニスゲーム	4/4~7/18	13:30~15:00	110	11	99	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います。	テニスコート
計	28 教室実施			1,860		1,907		

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	夏休みスケート教室(1期)	7/23~25	9:30~11:30	100	1期3回	95	4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ます。	アイスアリーナ
2	" (2期)	7/30~8/1	9:30~11:30	100	1期3回	106	"	"
3	" (3期)	8/6~8	9:30~11:30	100	1期3回	99	"	"
計	3 教室実施			300		300		

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	9/1~11/17	10:00~11:30	20	1期10回	25	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。	体育館プレイルーム
2	初心者テニス教室	9/8~12/15	11:10~12:40	25	1期10回	25	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ます。	テニスコート
3	フレンドリーテニスレッスン	9/8~12/8	9:30~11:00	120	11	139	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
4	フレンドリーテニスレッスン&ゲーム	9/8~12/8	9:30~11:00	80	11	76	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
5	エンジョイグラウンド・ゴルフ	9/8~12/22	14:00~15:30	300	10	249	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出来ます。	補助競技場
6	託児付きママのためのフィットネスサロン	9/8~11/17	10:30~11:30	50	1期8回	66	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場他
7	初心者バドミントン教室	9/2~12/2	9:30~11:00	20	1期10回	22	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ます。	体育館メインアリーナ
8	ソフトエアロビクス教室	9/9~11/18	10:00~11:30	40	1期10回	28	中高齢者を対象に簡単なトレーニングなどを取り入れた健康づくり教室です。	武道館第二武道場
9	レディースパワーアップ教室	9/9~11/25	10:00~11:30	20	1期10回	15	女性限定の教室でトレーニングを中心に楽しみながら筋力アップ、ダイエットを目指します。	武道館トレーニングルーム 他
10	フレンドリーバドミントン	9/2~12/2	11:00~12:30	100	100	190	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います。	体育館メインアリーナ
11	大人のための陸上(短距離)教室	9/2~10/14	19:00~20:30	20	1期5回	18	大人を対象に短距離を速く走るための基礎知識・動作を指導します。	陸上競技場
12	ミットパーカッション	9/2~11/25	19:30~21:00	20	1期10回	24	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験します。	武道館第二武道場
13	エアロビクス教室	9/10~11/26	10:00~11:30	25	1期10回	25	音楽に合わせてならリズムカルに体を動かし、エアロビクス(有酸素運動)を行います。	武道館アリーナ
14	初心者テニス教室	9/3~12/3	11:10~12:40	25	1期10回	33	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ます。	テニスコート
15	初心者フィギュア教室	9/10~11/19	10:00~11:30	20	1期10回	22	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みます。	アイスアリーナ
16	フレンドリーテニスレッスン	9/3~11/19	9:30~11:00	120	8	148	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
17	フレンドリーテニスレッスン&ゲーム	9/3~11/19	9:30~11:00	80	8	138	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
18	あそびのおけいこ	9/10~11/26	10:30~12:00	30	1期10回	26	親子で楽しく遊びを通して体を動かし、日常の危険から身を守る術を学びます。	武道館第二武道場
19	インナーパワーヨガ教室	9/10~11/12	13:30~15:00	65	1期10回	47	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立ちます。	武道館第一武道場
20	わくわくダンススクール	9/10~11/12	19:00~20:30	20	1期10回	15	小学生から大人までがダンスの楽しさを体験しリズム感を養いながら体力づくりを行います。	体育館研修室
21	カーリング教室(1期)	10/2~10/30	19:00~21:00	40	1期5回	31	氷上で20Kgのストーンを40m先のポイントにいかくに近づけられるかを競うゲームです。	〃
22	〃 (2期)	11/6~12/11	19:00~21:00	40	1期5回	41	〃	〃
23	初心者弓道教室	9/11~11/13	10:00~11:30	25	1期10回	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ます。	武道館弓道場
24	インナーパワーヨガ教室	9/11~11/27	10:00~11:30	65	1期10回	68	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立ちます。	武道館第一武道場
25	エンジョイグラウンド・ゴルフ	9/4~12/14	10:00~11:30	300	10	270	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出来ます。	補助競技場
26	託児付きママのためのフィットネスサロン	9/11~12/11	13:15~14:15	50	1期8回	58	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場他
27	マスターズ教室	9/5~11/21	10:00~11:30	30	1期10回	39	高齢者を対象に、ストレッチ体操、ウォーキング又はジョギング、各種軽スポーツを行います。	補助競技場 体育館
28	ヨーガ教室	9/5~11/21	10:00~11:30	60	1期10回	58	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、体を癒します。	武道館第二武道場
29	太極拳教室	9/5~11/21	19:00~20:30	20	1期10回	13	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ます。	武道館アリーナ
30	レディースパワーアップ教室	9/12~11/28	10:00~11:30	20	1期10回	17	女性限定の教室でトレーニングを中心に楽しみながら筋力アップ、ダイエットを目指します。	武道館トレーニングルーム 他
31	フレンドリーテニスゲーム	9/26~12/19	13:30~15:00	80	8	56	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います。	テニスコート
計	31 教室実施			1,830		2,011		

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	1/19~3/16	11:10~12:40	25	1期8回	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ます。	テニスコート
2	フレンドリーテニスレッスン	1/19~3/3	9:30~11:00	120	7	137	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
3	フレンドリーテニスレッスン&ゲーム	1/19~3/3	9:30~11:00	126	7	48	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
4	エンジョイグラウンド・ゴルフ	1/5~3/23	14:00~15:30	300	10	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出来ます。	補助競技場
5	初心者バドミントン教室	1/13~3/24	9:30~11:00	20	1期10回	22	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ます。	体育館メインアリーナ
6	ソフトエアロビクス教室	1/6~3/24	10:00~11:30	40	1期10回	26	中高齢者を対象に簡単なトレーニングなどを取り入れた健康づくり教室です。	武道館第二武道場
7	レディースパワーアップ教室	1/6~3/24	10:30~12:00	20	1期10回	13	女性限定の教室でトレーニングを中心に楽しみながら筋力アップ、ダイエットを目指します。	武道館トレーニングルーム 他
8	ミットパーカッション	1/6~3/24	19:30~21:00	20	1期10回	13	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験します。	武道館第二武道場
9	フレンドリーバドミントン	1/13~3/24	11:00~12:30	100	10	182	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います。	体育館メインアリーナ
10	エアロビクス教室	1/7~3/18	10:00~11:30	25	1期10回	21	音楽に合わせてながらリズムカルに体を動かし、エアロビクス(有酸素運動)を行います。	武道館アリーナ
11	初心者テニス教室	1/7~3/11	11:10~12:40	25	1期8回	31	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ます。	テニスコート
12	フレンドリーテニスレッスン	1/7~3/4	9:30~11:00	120	7	107	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
13	フレンドリーテニスレッスン&ゲーム	1/7~3/4	9:30~11:00	80	7	88	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
14	あそびのおけいこ	1/7~3/25	10:00~11:30	30	1期10回	31	親子で楽しく遊びを通して体を動かし、日常の危険から身を守る術を学びます。	武道館第二武道場
16	インナーパワーヨガ教室	1/7~3/18	13:30~15:00	65	1期10回	37	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立てます。	武道館第一武道場
16	わくわくダンススクール	1/7~3/18	19:00~20:30	20	1期10回	8	小学生から大人までがダンスの楽しさを体験しリズム感を養いながら体力づくりを行います。	体育館研修室
17	エンジョイグラウンド・ゴルフ	1/8~3/12	14:00~15:30	300	10	316	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出来ます。	補助競技場
18	インナーパワーヨガ教室	1/8~3/12	13:30~15:00	65	1期10回	68	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立てます。	武道館第一武道場
19	柔道教室	中止		20			中学校での武道必修化にともない、授業前に柔道を体験する機会とします。	武道館第二武道場
20	マスターズ教室	1/9~3/13	10:00~11:30	30	1期10回	35	高齢者を対象に、ストレッチ体操、ウォーキング又はジョギング、各種軽スポーツを行います。	補助競技場 体育館
21	ヨーガ教室	1/9~3/20	10:00~11:30	60	1期10回	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、体を癒します。	武道館第二武道場
22	フレンドリーテニスゲーム	1/9~3/20	13:30~15:00	70	7	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います。	テニスコート
23	レディースパワーアップ教室	1/9~3/13	10:30~12:00	20	1期10回	9	女性限定の教室でトレーニングを中心に楽しみながら筋力アップ、ダイエットを目指します。	武道館トレーニングルーム 他
計	23 教室実施			1,701		1,597		

月単位教室

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	いきいきパワーアップ教室	4月~3月	14:00~15:30	165	11回	201	低下する体力を向上するエクササイズを楽しくわかりやすく指導します。	武道館トレーニングルーム他
2	いきいきパワーアップ教室	4月~3月	14:00~15:30	165	11回	214	”	武道館トレーニングルーム他
計	24 教室実施			330		415		

通年教室

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	リズム & ボディケア教室	4月~3月	14:00~15:30	840	42回	1,411	音楽に合わせて楽しくシェイプアップでき、加齢の悩みを改善するストレッチやマッサージでリラックスしていただけます。	武道館メインアリーナ他
計	1 教室実施			840		1,411		

合計	110 教室 実施			6,861		7,641		
----	-----------	--	--	-------	--	-------	--	--

## 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	平成26年4月5日	300円/人	1,000人	43 団	540	各スポーツ少年団の地域、単位団の枠を越えグループごとに体力測定や軽スポーツを通して交流活動を行う。	陸上競技場 補助競技場 園内
2	ファミリースポーツフェスティバル	平成26年4月5日	300円/組	200組	190 組	736	幼児・児童とその家族でチームをつくり、簡単な8種目のゲームで得点を競うと同時に、オリエンテーリングでクイズを解きながら園内を回ります。 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	陸上競技場 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	平成26年6月29日	800円/組	64チーム	29 チーム	277	8人～11人でチームを組み、昔ながらのスタイルでドッジボールを行います。	体育館
4	・小学生チャレンジ・ザ・ゲーム	平成26年11月29日	400円/組	90チーム	80 チーム	300	高学年・低学年の部に分かれた4人でチームを組み、8種目の簡単な競技で記録を争います。	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	平成26年7月21日 一般男子・混合 一般女子 小学生 車椅子バスケット	3,000円/組 3,000円/組 2,000円/組 3,000円/組	40チーム 12チーム 12チーム 12チーム 76チーム	36 チーム 4 チーム 1 チーム 6 チーム 47 チーム	160 16 4 22 202	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。	やまなみ広場
6	・フットサル小瀬チャンピオンシップ	平成26年9月14日	4,000円/組	48チーム	46 チーム	373	5人対5人でミニサッカーゲームを行います。	補助競技場
7	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	平成26年5月15日	500円/人	360人	327 人	327	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。	陸上競技場 球技場 補助競技場
8	・グラウンドゴルフ大会	平成26年6月19日	500円/人	360人	344 人	344	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。	陸上競技場 球技場 補助競技場
9	・グラウンドゴルフ大会	平成26年9月18日	500円/人	360人	353 人	353	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。	陸上競技場 球技場 補助競技場
10	・グラウンドゴルフ大会	平成26年10月19日	500円/人	360人	309 人	309	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。	陸上競技場 球技場 補助競技場
11	・グラウンドゴルフ大会	平成26年11月6日	500円/人	360人	289 人	289	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。	陸上競技場 球技場 補助競技場
12	kose lady's (ミックス・ダブルステニス大会)	平成26年6月30日	1,000円/組	64組 128人	51 組	102	県内の女性対象に、テニスの大会を開催します。	テニスコート
合 計 12大会						4,152		

## 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	小瀬レディーズ トーナメント	平成26年10月29日 平成26年11月8日	各 1,000円/組	テニス 64組 バド 32組	テニス 40 組 バドミントン 14 組	80 28	教室参加者、卒業生を中心に広く県内の女性による、バドミントンとテニスの大会です。	テニスコート 体育館
計 1大会 実施				96組	54 組	108		
参加者合計						7,749		

平成26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	537	530	527	530	514	453	430	349	308	478	606	688	5,950
② プログラム作成	12	2	4	0	3	5	7	1	13	2	20	7	76
③ ストレッチ指導	6	11	11	11	13	6	7	2	10	4	5	7	93
④ トレッドミル・ステップ・クライマー指導	153	106	150	152	115	106	97	103	108	120	128	117	1,455
⑤ エアロバイク指導	81	52	48	75	38	63	50	63	48	52	72	36	678
⑥ ウェイトマシン指導	230	235	314	353	327	322	354	307	279	385	421	418	3,945
⑦ フリーウエイト指導	39	32	49	43	47	37	18	60	60	60	75	44	564
⑧ 補助	118	172	175	168	143	151	149	215	245	230	189	196	2,151
⑨ アドバイス	125	176	185	179	180	194	180	148	170	222	232	192	2,183
小 計	1,301	1,316	1,463	1,511	1,380	1,337	1,292	1,248	1,241	1,553	1,748	1,705	17,095

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)	71	68	74	157	101	98	61	73	59	91	69	96	1,018
体組成分析(改善)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
小 計	71	68	74	157	101	98	61	73	59	91	69	96	1,018

	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	1,372	1,384	1,537	1,668	1,481	1,435	1,353	1,321	1,300	1,644	1,817	1,801	18,113

平成27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	4/6~6/15	10:00~11:30	20	1期10回	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
2	初心者テニス教室	4/6~7/6	11:10~12:40	25	1期10回	26	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ます。	テニスコート
3	フレンドリーテニスレッスン	4/6~6/29	9:30~11:00	150	10	150	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
4	フレンドリーテニスゲーム	4/6~6/29	9:30~11:00	100	10	76	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
5	エンジョイグラウンド・ゴルフ	4/6~7/6	14:00~15:30	300	10	207	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出来ます。	補助競技場
6	託児付きママのためのフィットネスサロン	4/13~6/22	13:15~14:15	60	1期8回	57	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場
7	ソフエアロビクス教室	4/7~6/29	10:00~11:30	40	1期10回	24	中高齢者を対象に簡単なトレーニングなどを取り入れた健康づくり教室です。	武道館第二武道場
8	初心者バドミントン教室	4/21~7/21	10:00~11:30	20	1期10回	23	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ます。	体育館メインアリーナ
9	レディースパワーアップ教室	4/7~6/16	10:00~11:30	20	1期10回	15	女性限定の教室でトレーニングを中心に楽しみながら筋力アップ、ダイエットを目指します。	武道館トレーニングルーム 他
10	大人のための陸上(短距離)教室	4/21~6/23	19:00~20:30	20	1期5回	19	大人を対象に短距離を速く走るための基礎知識・動作を指導します。	陸上競技場
11	ミットパーカッション	4/7~6/23	19:30~21:00	20	1期10回	25	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を体験します。	武道館第二武道場
12	フレンドリーバドミントン	4/7~6/23	11:00~12:30	100	10	179	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います。	体育館メインアリーナ
13	エアロビクス教室	4/8~7/29	10:00~11:30	25	1期10回	42	音楽に合わせてリズムカルに体を動かし、エアロビクス(有酸素運動)を行います。	武道館アリーナ
14	初心者テニス教室	4/8~7/29	11:10~12:40	25	1期10回	27	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ます。	テニスコート
15	フレンドリーテニスレッスン	4/8~7/15	9:30~11:00	150	10	66	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
16	フレンドリーテニスゲーム	4/8~7/15	9:30~11:00	100	10	41	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
17	あそびのおけいこ	4/8~7/15	10:30~12:00	30	1期10回	21	親子で楽しく遊びを通して体を動かし、日常の危険から身を守る術を学びます。	武道館第二武道場
18	インナーパワーヨガ教室	4/8~7/15	13:30~15:00	65	1期10回	47	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立てます。	武道館第一武道場
19	わくわくダンススクール	4/8~7/1	19:00~20:30	20	1期10回	12	小学生から大人までがダンスの楽しさを体験しリズム感を養いながら体づくりを行います。	体育館研修室
20	初心者弓道教室	4/9~7/2	10:00~11:30	25	1期10回	23	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ます。	武道館弓道場
21	インナーパワーヨガ教室	4/9~7/2	10:00~11:30	65	1期10回	73	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立てます。	武道館第一武道場
22	エンジョイグラウンド・ゴルフ	4/9~7/2	10:00~11:30	300	10	445	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出来ます。	補助競技場
23	託児付きママのためのフィットネスサロン	4/9~6/11	10:15~11:15	60	1期8回	25	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場
24	マスターズ教室	4/9~7/2	10:00~11:30	30	1期10回	40	高齢者を対象に、ストレッチ体操、ウォーキング又はジョギング、各種軽スポーツを行います。	補助競技場 体育館
25	ヨーガ教室	4/9~7/2	10:00~11:30	60	1期10回	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、体を癒します。	武道館第一武道場
26	太極拳教室	4/10~6/26	19:00~20:30	20	1期10回	8	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
27	レディースパワーアップ教室	4/10~6/19	10:00~11:30	20	1期10回	11	女性限定の教室でトレーニングを中心に楽しみながら筋力アップ、ダイエットを目指します。	武道館トレーニングルーム 他
28	フレンドリーテニスゲーム	4/10~7/10	13:30~15:00	100	10	87	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います。	テニスコート
計	28 教室実施			1,970		1,842		

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	夏休みスケート教室(1期)	7/22~24	9:30~11:30	100	1期3回	68	4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ます。	アイスアリーナ
2	" (2期)	7/29~7/31	9:30~11:30	100	1期3回	112	"	"
3	" (3期)	8/5~7	9:30~11:30	100	1期3回	120	"	"
計	3 教室実施			300		300		

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	9/7~12/7	10:00~11:30	20	1期10回	20	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
2	初心者テニス教室	9/7~12/21	11:10~12:40	25	1期10回	30	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ます。	テニスコート
3	フレンドリーテニスレッスン	9/7~12/21	9:30~11:00	150	10	220	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
4	フレンドリーテニスゲーム	9/7~12/21	9:30~11:00	100	10	108	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
5	エンジョイグラウンド・ゴルフ	9/7~12/7	14:00~15:30	300	10	262	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出来ます。	補助競技場
6	託児付きママのためのフィットネスサロン	9/7~11/9	10:30~11:30	60	1期8回	48	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場他
7	初心者バドミントン教室	9/8~11/24	9:30~11:00	20	1期10回	28	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ます。	体育館メインアリーナ
8	ソフトエアロビクス教室	9/1~11/17	10:00~11:30	40	1期10回	34	中高齢者を対象に簡単なトレーニングなどを取り入れた健康づくり教室です。	武道館第二武道場
9	レディースパワーアップ教室	9/8~11/24	10:00~11:30	20	1期10回	13	女性限定の教室でトレーニングを中心に楽しみながら筋力アップ、ダイエットを目指します。	武道館トレーニングルーム 他
10	フレンドリーバドミントン	9/8~11/24	11:00~12:30	100	100	230	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います。	体育館メインアリーナ
11	大人のための陸上(短距離)教室	9/1~10/13	19:00~20:30	20	1期5回	21	大人を対象に短距離を速く走るための基礎知識・動作を指導します。	陸上競技場
12	ミットパーカッション	9/1~11/24	19:30~21:00	20	1期10回	30	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氣と癒しを体験します。	武道館第二武道場
13	エアロビクス教室	9/2~11/25	10:00~11:30	25	1期10回	23	音楽に合わせてながらリズムカルに体を動かし、エアロビクス(有酸素運動)を行います。	武道館アリーナ
14	初心者テニス教室	9/2~12/9	11:10~12:40	25	1期10回	30	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ます。	テニスコート
15	初心者フィギュア教室	9/1~11/24	10:00~11:30	20	1期10回	22	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みます。	アイスアリーナ
16	水曜 フレンドリーテニスレッスン	9/2~12/9	9:30~11:00	150	10	204	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
17	フレンドリーテニスゲーム	9/2~12/9	9:30~11:00	100	10	126	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
18	あそびのおけいこ	9/2~11/25	10:30~12:00	30	1期10回	20	親子で楽しく遊びを通して体を動かし、日常の危険から身を守る術を学びます。	武道館第二武道場
19	インナーパワーヨガ教室	9/9~11/18	13:30~15:00	65	1期10回	54	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立ちます。	武道館第一武道場
	わくわくダンススクール	開催中止		0		0	小学生から大人までが一緒にダンスの楽しさを体験し、リズム感を養いながら体力づくりを行います。	
20	カーリング教室(1期)	10/1~10/29	19:00~21:00	40	1期5回	25	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うゲームです。	〃
21	〃 (2期)	11/5~12/3	19:00~21:00	40	1期5回	26	〃	〃
22	初心者弓道教室	9/3~11/5	10:00~11:30	25	1期10回	32	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ます。	武道館弓道場
23	インナーパワーヨガ教室	9/10~11/12	10:00~11:30	65	1期10回	74	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立ちます。	武道館第一武道場
24	エンジョイグラウンド・ゴルフ	9/10~12/17	10:00~11:30	300	10	317	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出来ます。	補助競技場
25	託児付きママのためのフィットネスサロン	9/3~11/5	13:15~14:15	60	1期8回	14	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場他
26	マスターズ教室	9/4~12/4	10:00~11:30	30	1期10回	37	高齢者を対象に、ストレッチ体操、ウォーキング又はジョギング、各種軽スポーツを行います。	補助競技場 体育館
27	ヨーガ教室	9/4~11/27	10:00~11:30	60	1期10回	63	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、体を癒します。	武道館第二武道場
28	金曜 太極拳教室	9/4~11/13	19:00~20:30	20	1期10回	14	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ます。	武道館アリーナ
29	レディースパワーアップ教室	9/4~11/27	10:00~11:30	20	1期10回	14	女性限定の教室でトレーニングを中心に楽しみながら筋力アップ、ダイエットを目指します。	武道館トレーニングルーム 他
30	フレンドリーテニスゲーム	9/4~12/18	13:30~15:00	100	10	92	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います。	テニスコート
計	30 教室実施			1,930		2,231		

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	1/18~3/14	11:10~12:40	25	1期8回	30	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ます。	テニスコート
2	月曜 フレンドリーテニスレッスン	1/18~3/14	9:30~11:00	144	8	87	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
3	フレンドリーテニスゲーム	1/18~3/14	9:30~11:00	144	8	46	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
4	エンジョイグラウンド・ゴルフ	1/4~3/14	14:00~15:30	300	10	151	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出来ます。	補助競技場
5	初心者バドミントン教室	12/22~3/15	9:30~11:00	20	1期8回	28	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ます。	体育館メインアリーナ
6	ソフエアロビクス教室	1/5~3/22	10:00~11:30	40	1期10回	33	中高齢者を対象に簡単なトレーニングなどを取り入れた健康づくり教室です。	武道館第二武道場
7	火曜 レディースパワーアップ教室	1/5~3/22	10:30~12:00	20	1期10回	9	女性限定の教室でトレーニングを中心に楽しみながら筋力アップ、ダイエットを目指します。	武道館トレーニングルーム 他
8	ミットパーカッション	1/12~3/22	19:30~21:00	20	1期10回	36	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氣と癒しを体験します。	武道館第二武道場
9	フレンドリーバドミントン	12/22~3/15	11:00~12:30	80	8	164	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います。	体育館メインアリーナ
10	エアロビクス教室	1/6~3/9	10:00~11:30	25	1期10回	20	音楽に合わせてながらリズムカルに体を動かし、エアロビクス(有酸素運動)を行います。	武道館アリーナ
11	初心者テニス教室	1/13~3/9	11:10~12:40	25	1期8回	31	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ます。	テニスコート
12	フレンドリーテニスレッスン	1/13~3/9	9:30~11:00	144	8	100	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
13	水曜 フレンドリーテニスゲーム	1/13~3/9	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ます。	テニスコート
14	あそびのおけいこ	1/6~3/16	10:00~11:30	30	1期10回	33	親子で楽しく遊びを通して体を動かし、日常の危険から身を守る術を学びます。	武道館第二武道場
15	インナーパワーヨガ教室	1/13~3/23	13:30~15:00	65	1期10回	44	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立てます。	武道館第一武道場
	わくわくダンススクール	開催中止		0		0		
16	エンジョイグラウンド・ゴルフ	1/7~3/17	14:00~15:30	300	10	362	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出来ます。	補助競技場
17	木曜 インナーパワーヨガ教室	1/7~3/17	13:30~15:00	65	1期10回	66	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立てます。	武道館第一武道場
	初心者柔道教室	開催中止	19:00~20:30	20	1期8回	0	中学校での武道必修化にともない、授業前に柔道を体験し復習ができるような内容で行います。	
18	マスターズ教室	1/8~3/11	10:00~11:30	30	1期10回	35	高齢者を対象に、ストレッチ体操、ウォーキング又はジョギング、各種軽スポーツを行います。	補助競技場 体育館
19	金曜 ヨーガ教室	1/8~3/18	10:00~11:30	60	1期10回	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、体を癒します。	武道館第二武道場
20	フレンドリーテニスゲーム	1/8~3/11	13:30~15:00	80	8	122	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います。	テニスコート
21	レディースパワーアップ教室	1/8~3/25	10:30~12:00	20	1期10回	7	女性限定の教室でトレーニングを中心に楽しみながら筋力アップ、ダイエットを目指します。	武道館トレーニングルーム 他
計	21 教室実施			1,737		1,515		

月単位教室

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	火曜 いきいきパワーアップ教室	4月~3月	14:00~15:30	630	44回	626	低下する体力を向上するエクササイズを楽しみながら指導します。	武道館トレーニングルーム他
2	金曜 いきいきパワーアップ教室	4月~3月	14:00~15:30	630	44回	555	〃	武道館トレーニングルーム他
計	24 教室実施			1,260		1,181		

通年教室

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 リズム&ボディケア教室	4月~3月	14:00~15:30	900	36回	1,341	音楽に合わせて楽しくシェイプアップでき、加齢の悩みを改善するストレッチやマッサージでリフレッシュしていただけます。	武道館メインアリーナ他
計	1 教室実施			900		1,341		
合計	107 教室 実施			8,097		8,410		



## 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	平成27年4月4日	300円/人	800人	40 団	502	各スポーツ少年団の地域、単位団の枠を越えグループごとに体力測定や軽スポーツを通して交流活動を行う。	陸上競技場 補助競技場 園内
2	ファミリースポーツフェスティバル	平成27年5月5日	300円/組	200組	179 組	691	幼児・児童とその家族でチームをつくり、簡単な8種目のゲームで得点を競うと同時に、オリエンテーリングでクイズを解きながら園内を回ります。 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	陸上競技場 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	平成27年6月28日	800円/組	64チーム	23 チーム	217	8人～11人でチームを組み、昔ながらのスタイルでドッジボールを行います。	武道館
4	・小学生チャレンジ・ザ・ゲーム	平成27年10月31日	400円/組 高学年 低学年	40チーム 80チーム	98 チーム	347	高学年・低学年の部に分かれた4人でチームを組み、8種目の簡単な競技で記録を争います。	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	平成27年7月20日	一般男子・混合 3,000円/組 一般女子 3,000円/組 小学生 2,000円/組 車椅子バスケット 3,000円/組	40チーム 8チーム 8チーム 8チーム 64チーム	41 チーム 6 チーム 0 チーム 3 チーム 50 チーム	187 26 0 15 228	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。	やまなみ広場
6	・フットサル小瀬チャンピオンシップ	平成27年9月22日	4,000円/組	24チーム	24 チーム	202	5人対5人でミニサッカーゲームを行います。	体育館
7	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	平成27年5月21日	500円/人	360人	356 人	356	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。	陸上競技場 球技場 補助競技場
8	・グラウンドゴルフ大会	平成27年6月24日	500円/人	360人	335 人	335	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。	陸上競技場 球技場 補助競技場
9	・グラウンドゴルフ大会	平成27年9月18日	500円/人	360人	261 人	261	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。	陸上競技場 球技場 補助競技場
10	・グラウンドゴルフ大会	平成27年10月22日	500円/人	360人	309 人	309	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。	陸上競技場 球技場 補助競技場
11	・グラウンドゴルフ大会	平成27年11月5日	500円/人	360人	336 人	336	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。	陸上競技場 球技場 補助競技場
12	kose ladies (ミックス・ダブルステニス大会)	平成27年6月8日	1,000円/組	55組 110人	61 組	122	県内の女性対象に、テニスの大会を開催します。	テニスコート
合 計 12大会						3,906		

## 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	小瀬レディース トーナメント	平成27年10月14日	各 1,000円/組	テニス 55組 バド 14組	テニス 46 組 バドミントン 13 組	92 26	教室参加者、卒業生を中心に広く県内の女性による、バドミントンとテニスの大会です。	テニスコート 体育館
計 1大会 実施				69組	59 組	118		
参加者合計						12,434		

平成27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	647	593	562	510	472	427	457	387	0	0	0	729	4,784
② プログラム作成	5	17	9	7	7	5	2	6	0	0	0	23	81
③ ストレッチ指導	2	10	5	3	13	4	6	4	0	0	0	6	53
④ トレッドミル・ステップ・クライマー指導	63	86	97	107	99	106	63	56	0	0	0	140	817
⑤ エアロバイク指導	33	40	47	96	67	33	59	58	0	0	0	51	484
⑥ ウェイトマシン指導	760	637	606	772	1,044	759	613	306	0	0	0	1,065	6,562
⑦ フリーウエイト指導	146	105	56	100	106	34	63	170	0	0	0	46	826
⑧ 補助	176	163	181	122	111	70	163	63	0	0	0	54	1,103
⑨ アドバイス	150	124	157	154	177	196	108	135	0	0	0	150	1,351
小 計	1,982	1,775	1,720	1,871	2,096	1,634	1,534	1,185	0	0	0	2,264	16,061

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)	108	110	65	125	110	103	89	118	0	0	0	158	986
体組成分析(改善)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
小 計	108	110	65	125	110	103	89	118	0	0	0	158	986

	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	2,090	1,885	1,785	1,996	2,206	1,737	1,623	1,303	0	0	0	2,422	17,047

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	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。 内容:「楽しく走る」を学ぶ ①ジョギング編 ②短距離編	第1回	平成27年10月21日(水) 午後7時~8時30分	参加者数: 34名(男:20名 女:14名)
		第2回	平成27年10月27日(火) 午後7時~8時30分	参加者数: 43名(男:19名 女:24名)
軽スポーツ体験コーナー	大人から子供まで気軽に軽スポーツに親しめるよう軽スポーツ体験コーナーを実施した。	実施種目	グラウンド・ゴルフ、ビーンボリング、竹馬、輪投げ、フライングディスクゴルフ、バツゴ、ポーリングシャトル、ユニカール等	実施回数 4回 (計画6回、雨天中止2回) 延べ 876人

平成28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	4/4~6/13	10:00~11:30	20	10	16	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
2	初心者テニス教室	4/4~7/4	11:10~12:40	25	10	31	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ます。	テニスコート
3	フレンドリーテニスレッスン	4/4~6/27	9:30~11:00	120	8	196	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
4	月曜 フレンドリーテニスゲーム	4/4~6/27	9:30~11:00	80	8	98	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
5	エンジョイグラウンド・ゴルフ	4/4~6/13	14:00~15:30	400	10	278	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出来ます。	補助競技場
6	託児付きママのためのフィットネスサロン	4/11~6/6	10:15~11:15	60	10	63	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場他
7	リズム&ボディケア教室	4/11~6/20	13:30~15:00	45	10	55	音楽に合わせて楽しくシェイプアップでき、加齢の悩みを改善するストレッチやマッサージでリフレッシュしていただきます。	武道館アリーナ他
8	ソフトエアロビクス教室	4/5~6/14	10:00~11:30	40	10	38	中高齢者を対象に簡単なトレーニングなどを取り入れた健康づくり教室です。	武道館第二武道場
9	初心者バドミントン教室	4/12~7/12	9:30~11:00	20	10	41	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ます。	体育館メインアリーナ
10	火曜 大人のための陸上(短距離)教室	4/19~6/14	19:15~20:45	20	10	27	大人を対象に短距離を速く走るための基礎知識・動作を指導します。	陸上競技場
11	ミットパーカッション®	4/5~6/16	19:00~20:30	20	10	32	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験します。	武道館第二武道場
12	フレンドリーバドミントン	4/12~7/12	11:00~12:30	100	10	217	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います。	体育館メインアリーナ
13	エアロビクス教室	4/6~6/22	10:00~11:30	25	10	23	音楽に合わせてながらリズムカルに体を動かし、エアロビクス(有酸素運動)を行います。	武道館アリーナ
14	初心者テニス教室	4/6~7/20	11:10~12:40	25	8	32	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ます。	テニスコート
15	水曜 フレンドリーテニスレッスン	4/6~7/13	9:30~11:00	105	7	159	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
16	フレンドリーテニスゲーム	4/6~7/13	9:30~11:00	70	7	102	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
17	あそびのおけいこ	4/13~6/29	10:30~12:00	30	10	20	親子で楽しく遊びを通して体を動かし、日常の危険から身を守る術を学びます。	武道館第二武道場
18	インナーパワーヨガ教室	4/6~6/22	13:30~15:00	65	10	52	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立てます。	武道館第一武道場
19	エンジョイグラウンド・ゴルフ	4/6~7/6	10:00~11:30	440	11	277	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出来ます。	補助競技場
20	初心者弓道教室	4/7~6/30	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ます。	武道館弓道場
21	インナーパワーヨガ教室	4/7~6/23	10:00~11:30	65	10	74	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立てます。	武道館第一武道場
22	エンジョイグラウンド・ゴルフ	4/7~7/14	10:00~11:30	280	7	182	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出来ます。	補助競技場
23	託児付きママのためのフィットネスサロン	4/14~7/7	13:15~14:15	60	8	30	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場他
24	マスターズ教室	4/8~7/1	10:00~11:30	30	10	40	高齢者を対象に、ストレッチ体操、ウォーキング又はジョギング、各種軽スポーツを行います。	補助競技場 体育館
25	ヨーガ教室	4/8~6/17	10:00~11:30	60	10	70	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、体を癒します。	武道館第一武道場
26	太極拳教室	4/1~7/1	19:00~20:30	20	10	9	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
27	フレンドリーテニスゲーム	4/8~7/15	13:30~15:00	100	10	111	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います。	テニスコート
計	27 教室実施			2,350		2,302		

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	夏休みスケート教室(1期)	7/20~22	9:30~11:30	100	3	33	4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ます。	アイスアリーナ
2	" (2期)	7/27~7/29	9:30~11:30	100	3	80	"	"
3	" (3期)	8/3~5	9:30~11:30	100	3	97	"	"
4	子どもかけっこ教室	8/16~20	19:00~20:30	90	3	90	秋の運動会に備え、早く走るための基本等を指導します。	中銀スタジアム
計	4 教室実施			390		300		

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	20	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ます。	武道館アリーナ
2	初心者テニス教室	9/5~12/5	11:10~12:40	25	10	31	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ます。	テニスコート
3	フレンドリーテニスレッスン	9/5~11/21	9:30~11:00	135	9	155	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
4	フレンドリーテニスゲーム	9/5~11/21	9:30~11:00	90	9	110	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
5	エンジョイグラウンド・ゴルフ	9/5~12/12	14:00~15:30	400	10	239	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出来ます。	補助競技場
6	託児付きママのためのフィットネスサロン	9/5~11/7	10:15~11:15	60	8	73	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場他
7	リズム&ボディケア教室	9/5~11/21	13:30~15:00	45	10	42	音楽に合わせて楽しくシェイプアップでき、加齢の悩みを改善するストレッチやマッサージでリフレッシュしていただきます。	武道館メインアリーナ他
8	初心者バドミントン教室	9/6~11/22	9:30~11:00	20	10	35	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ます。	体育館メインアリーナ
9	ソフエアロビクス教室	9/6~11/22	10:00~11:30	40	10	34	中高齢者を対象に簡単なトレーニングなどを取り入れた健康づくり教室です。	武道館第二武道場
10	フレンドリーバドミントン	9/6~11/22	11:00~12:30	100	10	194	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います。	体育館メインアリーナ
11	大人のための陸上(短距離)教室	9/6~10/18	19:15~20:45	20	5	22	大人を対象に短距離を速く走るための基礎知識・動作を指導します。	中銀スタジアム
12	ミットパーカッション®	9/6~11/8	19:00~20:30	20	10	27	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を癒しを体験します。	武道館第二武道場
13	エアロビクス教室	9/7~11/9	10:00~11:30	25	10	34	音楽に合わせてながらリズムカルに体を動かし、エアロビクス(有酸素運動)を行います。	武道館アリーナ
14	初心者テニス教室	9/7~11/30	11:10~12:40	25	10	27	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ます。	テニスコート
15	初心者フィギュア教室	9/6~11/8	10:00~11:30	20	1期10回	15	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みます。	アイスアリーナ
16	フレンドリーテニスレッスン	9/7~11/30	9:30~11:00	135	9	179	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
17	フレンドリーテニスゲーム	9/7~11/30	9:30~11:00	90	9	125	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
18	あそびのおけいこ	9/7~11/16	10:30~12:00	30	10	20	親子で楽しく遊びを通して体を動かし、日常の危険から身を守る術を学びます。	武道館第二武道場
19	インナーパワーヨガ教室	9/7~11/9	13:30~15:00	65	10	52	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立ちます。	武道館第一武道場
20	エンジョイグラウンド・ゴルフ	9/7~12/21	10:00~11:30	400	10	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出来ます。	補助競技場
21	カーリング教室(1期)	10/6~10/29	19:00~21:00	40	5	21	氷上で20Kgのストーンを40m先のポイントにいかくに近づけられるかを競うゲームです。	アイスアリーナ
22	" (2期)	11/5~12/15	19:00~21:00	40	5	18	"	"
23	初心者弓道教室	9/1~12/1	10:00~11:30	25	10	25	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ます。	武道館弓道場
24	インナーパワーヨガ教室	9/8~11/24	10:00~11:30	65	10	74	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立ちます。	武道館第一武道場
25	エンジョイグラウンド・ゴルフ	9/1~12/22	10:00~11:30	320	8	257	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出来ます。	補助競技場
26	託児付きママのためのフィットネスサロン	9/8~12/1	13:15~14:15	60	8	44	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場他
27	マスターズ教室	9/9~12/2	10:00~11:30	30	10	34	高齢者を対象に、ストレッチ体操、ウォーキング又はジョギング、各種軽スポーツを行います。	補助競技場 体育館
28	ヨーガ教室	9/9~11/11	10:00~11:30	60	10	67	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、体を癒します。	武道館第二武道場
29	太極拳教室	9/2~11/18	19:00~20:30	20	10	12	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ます。	武道館アリーナ
30	フレンドリーテニスゲーム	9/2~12/16	13:30~15:00	70	7	91	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います。	テニスコート
計	30 教室実施			2,495		2,346		

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	1/16~3/6	11:10~12:40	25	8	33	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ます。	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	120	8	141	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
3	月曜 フレンドリーテニスゲーム	1/16~3/6	9:30~11:00	80	8	99	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
4	エンジョイグラウンド・ゴルフ	1/16~3/27	14:00~15:30	400	10	225	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出来ます。	補助競技場
5	リズム&ボディケア教室	1/16~3/27	13:30~15:00	45	10	42	音楽に合わせて楽しくシェイプアップでき、加齢の悩みを改善するストレッチやマッサージでリラックスしていただきます。	武道館アリーナ他
6	火曜 初心者バドミントン教室	1/10~3/14	9:30~11:00	20	10	31	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ます。	体育館メインアリーナ
7	ソフトエアロビクス教室	1/10~3/28	10:00~11:30	40	10	37	中高齢者を対象に簡単なトレーニングなどを取り入れた健康づくり教室です。	武道館第二武道場
8	MITTパーカッション®	1/10~3/21	19:00~20:30	20	10	23	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氣と癒しを体験します。	武道館第二武道場
9	フレンドリーバドミントン	1/10~3/14	11:00~12:30	80	8	109	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います。	体育館メインアリーナ
10	エアロビクス教室	1/11~3/29	10:00~11:30	25	10	22	音楽に合わせてながらリズムカルに体を動かし、エアロビクス(有酸素運動)を行います。	武道館アリーナ
11	初心者テニス教室	1/11~3/1	11:10~12:40	25	10	23	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ます。	テニスコート
12	フレンドリーテニスレッスン	1/11~3/1	9:30~11:00	120	8	168	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
13	水曜 フレンドリーテニスゲーム	1/11~3/1	9:30~11:00	80	8	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ゲームを行う班に分かれ実施します。	テニスコート
14	あそびのおけいこ	1/11~3/16	10:30~12:00	30	10	16	親子で楽しく遊びを通して体を動かし、日常の危険から身を守る術を学びます。	武道館第二武道場
15	インナーパワーヨガ教室	1/11~3/15	13:30~15:00	65	10	47	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立ちます。	武道館第一武道場
16	エンジョイグラウンド・ゴルフ	1/11~3/22	10:00~11:30	400	10	318	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出来ます。	補助競技場
17	木曜 エンジョイグラウンド・ゴルフ	1/12~3/23	10:00~11:30	320	8	209	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出来ます。	補助競技場
18	インナーパワーヨガ教室	1/12~3/16	10:00~11:30	65	10	71	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立ちます。	武道館第一武道場
19	マスターズ教室	1/6~3/10	10:00~11:30	30	10	22	高齢者を対象に、ストレッチ体操、ウォーキング又はジョギング、各種軽スポーツを行います。	補助競技場 体育館
20	金曜 ヨーガ教室	1/6~3/17	10:00~11:30	60	10	56	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、体を癒します。	武道館第二武道場
21	フレンドリーテニスゲーム	1/13~3/17	13:30~15:00	100	10	95	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います。	テニスコート
計	21 教室実施			2,150		1,901		

月単位教室

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	火曜 いきいきパワーアップ教室	4月~3月(8・12月除く)	14:00~15:30	600	40	185	低下する体力を向上するエクササイズを楽しくわかりやすく指導します。	武道館トレーニングルーム他
2	金曜 いきいきパワーアップ教室	4月~3月(8・12月除く)	14:00~15:30	600	40	144	〃	武道館トレーニングルーム他
計	20 教室実施			1,200		329		
合計	102 教室 実施			8,585		7,178		

## 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	平成28年4月9日	300円/人	1000人	39 団	542	各スポーツ少年団の地域、単位団の枠を越えグループごとに体力測定や軽スポーツを通して交流活動を行う。	中銀スタジアム 補助競技場 園内
2	ファミリースポーツフェスティバル	平成28年5月1日	300円/組	200組	197 組	762	幼児・児童とその家族でチームをつくり、簡単な8種目のゲームで得点を競うと同時に、オリエンテーリングでクイズを解きながら園内を回ります。 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	中銀スタジアム 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	平成28年6月26日	800円/組	32チーム	42 チーム	330	8人～11人でチームを組み、昔ながらのスタイルでドッジボールを行います。	武道館
4	・小学生チャレンジ・ザ・ゲーム	平成28年11月26日	400円/組 高学年 低学年	40チーム 80チーム	79 チーム	283	高学年・低学年の部に分かれた4人でチームを組み、8種目の簡単な競技で記録を争います。	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	平成28年7月18日 一般男子・混合 一般女子 車椅子バスケット ID	3,000円/組 3,000円/組 3,000円/組 3,000円/組	40チーム 8チーム 8チーム 8チーム 64チーム	40 チーム 6 チーム 3 チーム 3 チーム 52 チーム	177 32 16 11 236	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。	やまなみ広場
6	・フットサル小瀬チャンピオンシップ	平成28年1月22日	4,000円/組	24チーム	24 チーム	204	5人対5人でミニサッカーゲームを行います。	体育館
7	ミドルスポーツフェスティバル ・フットサル小瀬チャンピオンシップ	平成28年11月27日	4,000円/組	24チーム	14 チーム	108	5人対5人でミニサッカーゲームを行います。	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	平成28年5月20日	500円/人	360人	337 人	337	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。	中銀スタジアム 補助競技場
9	・第2回グラウンドゴルフ大会	平成28年6月24日	500円/人	360人	233 人	233	"	"
10	・第3回グラウンドゴルフ大会	平成28年9月15日	500円/人	360人	337 人	337	"	"
11	・第4回グラウンドゴルフ大会	平成28年10月27日	500円/人	360人	295 人	295	"	"
12	・第5回グラウンドゴルフ大会	平成28年11月17日	500円/人	360人	188 人	188	"	"
13	kose ladys (ミックス・ダブルステニス大会)	平成28年6月1日	1,000円/組	64組 128人	51 組	102	県内の女性対象に、テニスの大会を開催します。	テニスコート
合 計 13大会						3,957		

## 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 オープン大会 テニスの部 バドミントンの部 カーリングの部	平成28年10月12日	1,000円/組	56組	31 組	62	教室参加者及び卒業生を主な対象にしたバドミントン、テニス、カーリングの大会です。	テニスコート
				16組	14 組	28		体育館
		平成29年2月19日	2,000円/組	8組	8 組	29		アイスアリーナ
計 1大会 実施				80組	53 組	119		

参加者合計(1+2+3)					11,254	
--------------	--	--	--	--	--------	--

平成28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	624	597	507	567	501	377	413	314	353	454	502	571	5,780
② プログラム作成	26	19	17	5	1	1	0	0	5	0	0	0	74
③ ストレッチ指導	4	16	27	4	3	3	1	0	1	2	35	7	103
④ トレッドミル・ステップ・クライマー指導	62	84	89	96	59	87	51	45	42	53	116	211	995
⑤ エアロバイク指導	49	62	102	164	93	101	49	79	70	52	42	35	898
⑥ ウェイトマシン指導	753	840	799	820	941	1,065	649	565	620	642	617	655	8,966
⑦ フリーウエイト指導	217	78	37	24	26	22	31	126	39	35	8	20	663
⑧ 補助	83	99	87	44	45	73	32	12	21	15	18	8	537
⑨ アドバイス	50	61	35	39	48	58	49	44	40	36	36	16	512
小 計	1,868	1,856	1,700	1,763	1,717	1,787	1,275	1,185	1,191	1,289	1,374	1,523	18,528

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)	111	114	82	18	112	76	87	80	72	68	125	92	1,037
体組成分析(改善)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
小 計	111	114	82	18	112	76	87	80	72	68	125	92	1,037

	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	1,979	1,970	1,782	1,781	1,829	1,863	1,362	1,265	1,263	1,357	1,499	1,615	19,565

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	第1回	走りを学ぶ	平成28年 4月22日(金) 午後7時～8時30分	参加者数: 65名 (男:24名 女:41名)
	第2回	全身ストレッチ	平成28年 5月27日(金) 午後7時～8時30分	参加者数: 29名 (男:8名 女:21名)
	第3回	いきいきパワーアップ	平成28年 6月17日(金) 午後7時～8時30分	参加者数: 20名 (男:2名 女:18名)
	第4回	フィジカルトレーニング	平成28年 7月15日(金) 午後7時～8時30分	参加者数: 22名 (男:9名 女:13名)
	第5回	走りを学ぶ	平成28年 9月2日(金) 午後7時～8時30分	参加者数: 25名 (男:11名 女:14名)
	第6回	歩きとジョギングを学ぶ	平成28年10月14日(金) 午後7時～8時30分	参加者数: 19名 (男:5名 女:14名)
	第7回	全身ストレッチ	平成28年11月18日(金) 午後7時～8時30分	参加者数: 16名 (男:4名 女:12名)
	第8回	いきいきパワーアップ	平成29年 1月17日(火) 午後7時～8時30分	参加者数: 17名 (男:4名 女:13名)
特別講演会	「駅伝の魅力」～人間力を育むには～ 青山学院大学 陸上競技部 監督 原 晋 氏		平成29年 3月27日(月) 午後6時～8時 武道館アリーナ	参加者数: 801名
軽スポーツ体験コーナー	大人から子供まで気軽に軽スポーツに親しめるよう軽スポーツ体験コーナーを実施した。		実施種目	グラウンド・ゴルフ、ピンボリング、竹馬、輪投げ、フライングディスクゴルフ、バツゴー、ボーリングシャトル、ユニカール等 実施回数 5回 (計画6回、雨天中止 1回) 延べ 2,056人

平成29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	4/4~6/13	10:00~11:30	20	10	17	ゆつくりとした動作と、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
2	初心者テニス教室	4/4~7/4	11:10~12:40	25	10	37	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ます。	テニスコート
3	フレンドリーテニスレッスン	4/5~7/5	9:30~11:00	150	10	210	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
4	フレンドリーテニスゲーム	4/6~6/27	9:30~11:00	100	10	123	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
5	エンジョイグラウンド・ゴルフ	4/4~6/13	14:00~15:30	400	10	279	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出来ます。	補助競技場
6	託児付きママのためのフィットネスサロン	4/11~6/6	10:15~11:15	60	8	63	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場他
7	リズム&ボディケア教室	4/3~6/5	14:00~15:30	45	10	40	音楽に合わせて楽しくシェイプアップでき、加齢の悩みを改善するストレッチやマッサージでリフレッシュしていただけます。	武道館アリーナ他
8	大人のための陸上(短距離)教室	4/24~6/5	19:15~20:45	20	5	20	大人を対象に短距離を速く走るための基礎知識・動作を指導します。	陸上競技場
9	ソフトエアロビクス教室	4/11~6/13	10:00~11:30	40	10	38	中高齢者を対象に簡単なトレーニングなどを取り入れた健康づくり教室です。	武道館第二武道場
10	初心者バドミントン教室	4/25~7/18	9:30~11:00	20	10	34	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ます。	体育館メインアリーナ
11	ミットパーカッション®	4/11~6/27	19:00~20:30	20	10	30	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験します。	武道館第二武道場
12	フレンドリーバドミントン	4/25~7/18	11:00~12:30	100	10	136	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います。	体育館メインアリーナ
13	エアロビクス教室	4/12~7/5	10:00~11:30	25	10	23	音楽に合わせてながらリズムカルに体を動かし、エアロビクス(有酸素運動)を行います。	武道館アリーナ
14	初心者テニス教室	4/6~7/20	11:10~12:40	25	10	25	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ます。	テニスコート
15	フレンドリーテニスレッスン	4/6~7/13	9:30~11:00	120	8	144	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
16	フレンドリーテニスゲーム	4/6~7/13	9:30~11:00	80	8	106	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
17	あそびのおけいこ	4/12~6/28	10:30~12:00	30	10	26	親子で楽しく遊びを通して体を動かし、日常の危険から身を守る術を学びます。	武道館第二武道場
18	インナーパワーヨガ教室	4/5~6/21	13:30~15:00	65	10	44	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立ちます。	武道館第一武道場
19	エンジョイグラウンド・ゴルフ	4/6~7/6	10:00~11:30	360	9	262	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出来ます。	補助競技場
20	初心者弓道教室	4/7~7/6	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ます。	武道館弓道場
21	インナーパワーヨガ教室	4/7~6/22	10:00~11:30	65	10	76	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立ちます。	武道館第一武道場
22	エンジョイグラウンド・ゴルフ	4/7~7/14	10:00~11:30	440	11	252	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出来ます。	補助競技場
23	託児付きママのためのフィットネスサロン	4/14~7/7	13:15~14:15	60	8	35	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場他
24	マスターズ教室	4/7~7/14	10:00~11:30	30	10	30	高齢者を対象に、ストレッチ体操、ウォーキング又はジョギング、各種軽スポーツを行います。	補助競技場 体育館
25	ヨーガ教室	4/7~6/23	10:00~11:30	60	10	68	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、体を癒します。	武道館第一武道場
26	太極拳教室	4/1~7/1	19:00~20:30	20	10	15	ゆつくりとした動作と、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
27	フレンドリーテニスゲーム	4/8~7/15	13:30~15:00	80	8	85	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います。	テニスコート
計	27 教室実施			2,485		2,245		

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	7/28~8/25	18:30~20:00	500	5	298	自由滑走 ※指導者がワンポイント指導をおこないます。	アイスアリーナ
2	子どもかけっこ教室	8/12・14・16	13:30~15:00	90	3	91	秋の運動会に備え、早く走るための基本等を指導します。	中銀スタジアム
計	2 教室実施			590		389		



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	9/4～11/27	10:00～11:30	20	10	18	ゆつりとした動作と、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
2	初心者テニス教室	9/4～12/27	11:10～12:40	25	10	32	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ます。	テニスコート
3	フレンドリーテニスレッスン	9/7～11/27	9:30～11:00	120	8	145	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
4	フレンドリーテニスゲーム	9/4～11/27	9:30～11:00	100	10	92	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
5	エンジョイグラウンド・ゴルフ	9/4～12/18	14:00～15:30	400	10	329	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出来ます。	補助競技場
6	託児付きママのためのフィットネスサロン	9/4～11/6	10:15～11:15	60	8	66	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場他
7	リズム＆ボディケア教室	9/4～12/4	14:00～15:30	45	10	38	音楽に合わせて楽しくシェイプアップでき、加齢の悩みを改善するストレッチやマッサージでリラックスしていただきます。	武道館メインアリーナ他
8	大人のための陸上(短距離)教室	9/4～10/16	19:15～20:45	20	5	22	大人を対象に短距離を速く走るための基礎知識・動作を指導します。	中銀スタジアム
9	初心者バドミントン教室	9/5～11/28	9:30～11:00	20	10	35	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ます。	体育館メインアリーナ
10	ソフトエアロピクス教室	9/5～11/7	10:00～11:30	40	10	37	中高齢者を対象に簡単なトレーニングなどを取り入れた健康づくり教室です。	武道館第二武道場
11	フレンドリーバドミントン	9/5～11/28	11:00～12:30	100	10	151	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います。	体育館メインアリーナ
12	ミットパーカッション®	9/5～11/14	19:00～20:30	20	10	23	健康・安全のための楽しいプログラムで、かがえのない心と体に元気と癒しを体験します。	武道館第二武道場
13	エアロピクス教室	9/20～12/6	10:00～11:30	25	10	22	音楽に合わせてながらリズムカルに体を動かし、エアロピクス(有酸素運動)を行います。	武道館アリーナ
14	初心者テニス教室	9/6～11/29	11:10～12:40	25	10	30	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ます。	テニスコート
15	初心者フィギュア教室	9/5～11/7	10:00～11:30	20	10	17	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めます。	アイスアリーナ
16	フレンドリーテニスレッスン	9/6～11/29	9:30～11:00	135	9	158	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
17	フレンドリーテニスゲーム	9/6～11/29	9:30～11:00	80	8	140	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
18	あそびのおけいこ	9/6～11/22	10:30～12:00	30	10	20	親子で楽しく遊びを通して体を動かし、日常の危険から身を守る術を学びます。	武道館第二武道場
19	インナーパワーヨガ教室	9/6～11/8	13:30～15:00	65	10	44	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、タイエイトに役立てます。	武道館第一武道場
20	エンジョイグラウンド・ゴルフ	9/6～12/20	10:00～11:30	360	9	369	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出来ます。	補助競技場
21	カーリング教室(1期)	10/5～11/9	19:00～21:00	40	5	23	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うゲームです。	アイスアリーナ
22	“(2期)”	11/16～12/21	19:00～21:00	40	5	23	“(2期)”	“(2期)”
23	初心者弓道教室	9/7～12/7	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ます。	武道館弓道場
24	インナーパワーヨガ教室	9/7～11/9	10:00～11:30	65	10	76	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、タイエイトに役立てます。	武道館第一武道場
25	エンジョイグラウンド・ゴルフ	9/7～12/21	10:00～11:30	440	11	278	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出来ます。	補助競技場
26	託児付きママのためのフィットネスサロン	9/7～11/9	13:15～14:15	60	8	31	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場他
27	マスターズ教室	9/1～12/8	10:00～11:30	30	10	29	高齢者を対象に、ストレッチ体操、ウォーキング又はジョギング、各種軽スポーツを行います。	補助競技場 体育館
28	ヨーガ教室	9/1～12/15	10:00～11:30	60	10	76	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、体を癒します。	武道館第二武道場
29	太極拳教室	9/1～12/8	19:00～20:30	20	10	12	ゆつりとした動作と、呼吸を重要視した運動であり、体内の新陳代謝を促します。	武道館アリーナ
30	フレンドリーテニスゲーム	9/1～12/15	13:30～15:00	70	8	109	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います。	テニスコート
計	30 教室実施			2,560		2,472		

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	1/15～3/22	11:10～12:40	25	8	29	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ます。	テニスコート
2	フレンドリーテニスレッスン	1/15～3/12	9:30～11:00	120	8	139	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
3	月曜 フレンドリーテニスゲーム	1/15～3/12	9:30～11:00	80	8	112	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
4	エンジョイグラウンド・ゴルフ	1/15～3/26	14:00～15:30	400	10	326	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出来ます。	補助競技場
5	リズム&ボディケア教室	1/8～3/26	14:00～15:30	45	10	38	音楽に合わせて楽しくシェイプアップでき、加齢の悩みを改善するストレッチやマッサージでリフレッシュしていただけます。	武道館アリーナ他
6	初心者バドミントン教室	1/16～3/13	9:30～11:00	20	8	33	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ます。	体育館メインアリーナ
7	火曜 ソフトエアロビクス教室	1/9～3/27	10:00～11:30	40	10	31	中高齢者を対象に簡単なトレーニングなどを取り入れた健康づくり教室です。	武道館第二武道場
8	火曜 ミットパーカッション®	1/9～3/20	19:00～20:30	20	10	20	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氣と癒しを体験します。	武道館第二武道場
9	火曜 フレンドリーバドミントン	1/16～3/13	11:00～12:30	80	8	118	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います。	体育館メインアリーナ
10	水曜 エアロビクス教室	1/10～3/28	10:00～11:30	25	10	23	音楽に合わせてながらリズムカルに体を動かし、エアロビクス(有酸素運動)を行います。	武道館アリーナ
11	水曜 初心者テニス教室	1/10～3/15	11:10～12:40	25	10	24	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ます。	テニスコート
12	水曜 フレンドリーテニスレッスン	1/10～2/28	9:30～11:00	120	8	176	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
13	水曜 フレンドリーテニスゲーム	1/10～2/28	9:30～11:00	80	8	103	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
14	水曜 あそびのおけいこ	1/10～3/28	10:30～12:00	30	10	16	親子で楽しく遊びを通して体を動かし、日常の危険から身を守る術を学びます。	武道館第二武道場
15	水曜 インナーパワーヨガ教室	1/10～3/28	13:30～15:00	65	10	41	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立ちます。	武道館第一武道場
16	水曜 エンジョイグラウンド・ゴルフ	1/10～3/24	10:00～11:30	440	11	342	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出来ます。	補助競技場
17	木曜 エンジョイグラウンド・ゴルフ	1/11～3/29	10:00～11:30	360	9	269	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出来ます。	補助競技場
18	木曜 インナーパワーヨガ教室	1/11～3/22	10:00～11:30	65	10	68	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立ちます。	武道館第一武道場
19	金曜 マスターズ教室	1/12～3/16	10:00～11:30	30	10	25	高齢者を対象に、ストレッチ体操、ウォーキング又はジョギング、各種軽スポーツを行います。	補助競技場 体育館
20	金曜 ヨーガ教室	1/12～3/23	10:00～11:30	60	10	66	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、体を癒します。	武道館第二武道場
21	金曜 フレンドリーテニスゲーム	1/12～3/16	13:30～15:00	100	10	82	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います。	テニスコート
計	21 教室実施			2,230		2,081		

月単位教室

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	火曜 いきいきパワーアップ教室	4月～3月(8・12月除く)	14:00～15:30	600	40	203	低下する体力を向上するエクササイズを楽しみわかりやすく指導します。	武道館トレーニングルーム他
2	金曜 いきいきパワーアップ教室	4月～3月(8・12月除く)	14:00～15:30	600	40	126	〃	武道館トレーニングルーム他
計	20 教室実施			1,200		329		
合計	100 教室 実施			9,065		7,516		

## 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	平成29年4月8日	300円/人	1000人	37 団	377	各スポーツ少年団の地域、単位団の枠を越えグループごとに体力測定や軽スポーツを通して交流活動を行う。	中銀スタジアム 補助競技場 園内
2	ファミリースポーツフェスティバル	平成29年5月6日	300円/組	200組	129 組	493	幼児・児童とその家族でチームをつくり、簡単な8種目のゲームで得点を競うと同時に、オリエンテーリングでクイズを解きながら園内を回ります。 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	中銀スタジアム 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	平成29年6月24日	800円/組	32チーム	40 チーム	319	8人～11人でチームを組み、昔ながらのスタイルでドッジボールを行います。	武道館
4	・小学生チャレンジ・ザ・ゲーム	平成29年11月25日	400円/組 高学年 低学年	40チーム 80チーム	71 チーム	253	高学年・低学年の部に分かれた4人でチームを組み、8種目の簡単な競技で記録を争います。	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	平成29年7月17日	一般男子・混合 3,000円/組 一般女子 3,000円/組 車椅子バスケット 3,000円/組 ID 3,000円/組	40チーム 8チーム 8チーム 8チーム 64チーム	38 チーム 9 チーム 4 チーム 3 チーム 54 チーム	168 36 15 11 230	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。	やまなみ広場
6	・フットサル小瀬チャンピオンシップ	平成30年2月12日	4,000円/組	24チーム	24 チーム	209	5人対5人でミニサッカーゲームを行います。	体育館
7	ミドルスポーツフェスティバル ・フットサル小瀬チャンピオンシップ	平成29年10月9日	4,000円/組	24チーム	11 チーム	91	5人対5人でミニサッカーゲームを行います。	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	平成29年5月25日	500円/人	360人	雨天 人 中止	0	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。	中銀スタジアム 補助競技場
9	・第2回グラウンドゴルフ大会	平成29年6月30日	500円/人	360人	雨天 人 中止	0	〃	〃
10	・第3回グラウンドゴルフ大会	平成29年9月13日	500円/人	360人	305 人	305	〃	〃
11	・第4回グラウンドゴルフ大会	平成29年10月26日	500円/人	360人	329 人	329	〃	〃
12	・第5回グラウンドゴルフ大会	平成29年11月17日	500円/人	360人	334 人	334	〃	〃
13	kose ladys (ミックス・ダブルステニス大会)	平成29年5月31日	1,000円/組	64組 128人	38 組	76	県内の女性対象に、テニスの大会を開催します。	テニスコート
合 計 13大会						3,016		

## 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 オープン大会 テニスの部 バドミントンの部 カーリングの部	平成29年10月18日	1,000円/組	56組	46 組	92	教室参加者及び卒業生を主な対象にしたバドミントン、テニス、カーリングの大会です。	テニスコート
		平成29年10月17日		16組	14 組	28		体育館
		平成30年3月11日	2,000円/組	8組	5 組	25		アイスアリーナ
計 1大会 実施				80組	65 組	145		

参加者合計(1+2+3)	10,677
--------------	--------

平成29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・体力づくり

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	642	582	478	535	465	405	405	328	332	421	442	518	5,553
② プログラム作成	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	6
③ ストレッチ指導	4	3	5	1	0	1	0	3	3	2	2	2	26
④ トレッドミル・ステップ・クライマー指導	114	225	235	216	148	299	62	134	146	118	142	142	1,981
⑤ エアロバイク指導	160	149	160	77	110	61	25	108	66	172	73	73	1,234
⑥ ウェイトマシン指導	741	693	701	866	844	776	1,033	722	846	737	889	835	9,683
⑦ フリーウエイト指導	58	75	84	24	54	30	47	52	41	124	36	36	661
⑧ 補助	13	17	21	27	37	21	23	34	41	62	20	20	336
⑨ アドバイス	14	29	35	32	99	68	60	79	66	39	33	33	587
小 計	1,746	1,773	1,719	1,779	1,758	1,661	1,655	1,461	1,541	1,676	1,638	1,660	20,067

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)	107	117	95	0	0	0	0	0	0	29	124	101	573
体組成分析(改善)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
小 計	107	117	95	0	0	0	0	0	0	29	124	101	573

	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	1,853	1,890	1,814	1,779	1,758	1,661	1,655	1,461	1,541	1,705	1,762	1,761	20,640

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・体力づくりの底辺拡大につとめる。

スポーツセミナー	第1回	じっくり「ストレッチ」を学ぶ	平成29年 12月15日(金) 午後7時15分～8時45分	参加者数: 34名 (男:4名 女:30名)
	第2回	いきいきパワーアップセミナー	平成30年 2月9日(金) 午後2時～3時30分	参加者数: 13名 (男:2名 女:11名)
特別講習会	世界陸上女子マラソン銀メダリストによる「走り方教室」 三井住友海上陸上部 プレーイングアドバイザー 土佐礼子 氏		平成30年 3月29日(木) 第1部 午後3時～4時 第2部 午後6時半～7時半 (山梨中銀スタジアム)	参加者数: 191名 第1部(児童生徒)99名、 第2部(一般)92名
軽スポーツ体験コーナー	大人から子供まで気軽に軽スポーツに親しめるよう軽スポーツ体験コーナーを実施した。		実施種目	グラウンド・ゴルフ、ピンボリング、竹馬、輪投げ、フライングディスクゴルフ、バッグォー、ボーリングシャトル、ユニカール等 実施回数 5回 (計画6回、雨天中止 1回) 延べ 1,668人