

2023 はじけるえがお みたかスポーツ フェスティバル

～スポーツって楽しい！～

2023 **10/8** 日
10:00 ~ 15:00

会場アクセス

実施会場 三鷹中央防災公園・元気創造プラザ
SUBARU総合スポーツセンター



【路線バス】三鷹駅、吉祥寺駅、調布駅、武蔵境駅、仙川駅から
バス停「三鷹市役所前」または「三鷹農協前」下車徒歩5分

【みたかシティバス】
バス停「三鷹中央防災公園・元気創造プラザ（市役所東）」下車すぐ

参加費
無料

スタンプラリー
参加して
景品ゲット!

プール
(自由遊泳)

遊泳時間
11:30
~15:00

整理券配布
① 9:45~
② 12:45~

体育館履きを
持ってきてね!

弓道体験

乗馬体験

乗馬券配布
① 9:45~
② 12:45~

車いす
バスケットボール

キック
ターゲット

ゲスト

女子バレーボール元日本代表
ビーチバレー元ペア

事前
申込制

*申込終了

ひろみちお兄さんの
親子体操教室



10代目体操のお兄さん
ひろみちお兄さん

体操のお兄さんの佐藤弘道さんから
親子で楽しめる体操を教えてください。

大澤 洋美さん

浦田 聖子さん

アスリートと一緒にスポーツを体験しよう!

ラグビー体験
東芝ブルーバス東京協力

ラグビー
ワールドカップを
応援しよう!



飲食ブース
もあるよ



お願い

- 体育館履きをお持ちください。忘れた場合、一部のプログラムに参加できないことがあります。
- 駐輪場は台数に限りがありますので、自転車・バスなどをご利用ください。
- 自転車は係員の誘導に従い、市民センター内の駐輪場をご利用ください。
- ゴミは各自お持ち帰りください。
- けがをしったり気分が悪くなった方は、教護所（1階、地下2階）や近くのスタッフまでお申し出ください。

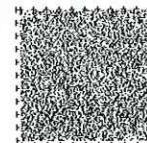


主催：三鷹市、三鷹市教育委員会、三鷹市体育協会、(公財)三鷹市スポーツと文化財団
主管：2023みたかスポーツフェスティバル実行委員会
【お問合せ】2023みたかスポーツフェスティバル実行委員会事務局 TEL: 0422-29-9863 FAX: 0422-45-1167

スポーツ体験
サポートツアー

障がいのある方
ひとりでも不安な方も安心
一緒に体験しましょう!

1部 10:30~
2部 13:30~



これは音声コード (Uni-Voice)
です。スマートフォン等のアプリ
で内容聞くことができます。

オープニング

9:50 ~ 10:15

場所 地下2階メインアリーナ

連雀学園三鷹市立南浦小学校
鼓笛隊演奏

開会式

三鷹体操

会場MAP



飲食ブース

歩行力測定コーナー受付

外周をどのくらい歩けるかな?

インフォメーション

西広場

東広場

日本無線中央広場

SUBARU総合スポーツセンター

日本無線中央広場

- ラグビー体験
- ファミリーラン
- モルック ○コーンホール
- パラバレーン

東京ドロンパふわふわ

<対象>3歳~小学6年生

整理券配布
① 9:45~
② 12:45~

たいさくめんばい
体育館履きを持ってきてね!



乗馬券配布
① 9:45~
② 12:45~



東広場

乗馬とふれあい体験
<対象>3歳~小学6年生

SUBARU総合スポーツセンター

事前申込制

トライアスロン【事前申込制】*申込終了

9:30~11:30	プール	1階	スイム
10:30~12:30	武道場	地下2階	バイク (バーチャル)
12:00~14:00	ランニング走路	地下1階	ラン

1階

水着と帽子が必要です

プール

11:30~自由遊泳



体育室

昔あそび

地下1階

トレーニングルーム

○自由開放【高校生以上対象】 ○体組成計測定

地下2階

武道場

○バーチャルサイクリング (GRAND CYCLE TOKYO)
○トライアスロン展示

【未就学児対象】

○エアトランポリン ○輪投げ ○バルーンアート

サブアリーナ

○車いすレーサー体験 ○車いす操作体験
10:00~12:00 車いすバスケットボール
13:00~15:00 車いすラグビー

メインアリーナ

事前申込制

【事前申込制】*申込終了

10:00~ ひろみちお兄さんの親子体操教室
13:00~
○テーブルバットイング
○ポッチャ
○キックターゲット
○ガガ



<お問合せ先>

2023 みたかスポーツフェスティバル実行委員会事務局

〒181-8555 東京都三鷹市野崎 1-1-1 三鷹市スポーツと文化部スポーツ推進課
TEL.0422-29-9863 FAX.0422-45-1167 / E-Mail: supotsu@city.mitaka.lg.jp