

ポイントを回る順番は、関係ありません。どこから回っても問題はありません。

会場	室場	ポイント ナンバー	種目	イメージ		内容説明
東大和S &D体育 館	1階ロビー		9：00～16：00 スタンプラリー受付 スタンプラリー景品交換			① スタンプカードは、東大和S&D体育館、S & Dフィールド桜が丘、清原中央公園運動広場で随時配布しています。 ② スタンプ15個以上で景品がもらえます。19のすべてのスポーツ等を体験するとさらに豪華な景品がもらえます。 ③ みんな頑張って、各ブースをまわりスタンプを集めよう。
東大和S &D体育 館	敷地（屋外）		10：00～16：00（予定） キッチンカー			キッチンカーが出店する予定です。 おなかがすいたら、キッチンカーでエネルギー補給。 ほど良い疲れに、満ち足りたおなかで、心と体が大満足！
第一体育室A面		①	ストラックアウト（野球）			9個のボールを数字をめがけて投げます。ゆるいボールでも速球でも的に当てればOKです。 投げる距離も年齢に合わせて調整しますので、誰でも参加することができます。 (軟式野球協会)
		②	ボールつき&的当て（ソフトテニス）			①ラケットで床に対してボールを連続してつきます。 ②ラケットを使つて的にボールを当てます。 (ソフトテニス連盟)
		③	バドシャトルで遊ぼう！（バドミントン）			バドミントンのシャトルは、ちょっと気ままな動きをします。シャトルを自由にあやつれるか、がんばってみましょう。 (バドミントン連盟)
		④	ミニボウリング			ミニチュアのボウリングボードで2フレームを投球し、得点を競います。ボウリング場で投球している雰囲気が楽しめます。 (ボウリング連盟)

第一体育室B面 アスリート交流 コーナー	事前申込 制	フットサル教室① 10：00～11：00 未経験 小学生		事前申込制： 10月15日（水）正午～10月31日（金）（申込順） 未経験小学1～6年生 定員25人
		フットサル教室② 11：15～12：45 サッ カー経験者のある小学生		事前申込制： 10月15日（水）正午～10月31日（金）（申込順） サッカー経験のある小学4～6年生 定員25人
	⑤	10：00～12：45 立川アスレティックFC フットサル教室観覧		アスリートのテクニックなど、フットサル教室で指導する選手たちをご覧ください。 （立川アスレティックFC）
		13：30～15：30 ライオンズボクシングジ ム ボクシング体験		ボクシングのプロの選手とボクシング体験を通じて交流します。目に見えない努力の積み重ねが、明日の栄光につながります。 （ライオンズボクシングジム）
第二体育室A面 （畳）	⑥ 30分ごと に入れ替わ ります。	技の演武、受け身体験 （柔道）		柔道で最も重要な礼の作法、会員による形の演武、立ち技・寝技・乱取り稽古などを見学していただいたうえで、本来の基本である礼法や受け身などを体験していただきます。 （柔道会）
		型の演武、護身術体験 （合気道）		合気道は柔道や相撲のように組むことはなく、試合もありません。腰を基点とした円運動からうまれる体さばきをもって一触で相手を制する武道です。試合がないことから自己鍛錬におもきをおき、年齢に関係なく各自のペースで続けられます。 合気道の型の演武を見て、簡単な護身術の体験ができます。 （合気道会）
第二体育室B面 （床）	⑦ 30分ごと に入れ替わ ります。	面打ち体験（剣道）		初めての剣道体験～竹刀で風船を割ってみよう！～ 剣道は、日本の伝統と文化に培われた武道で、礼儀や集中力を身につけながら心と体を鍛えることができます。この体験会では、構え方や足の動かし方、竹刀の振り方など、基本から丁寧にお教えします。また、竹刀を使って風船を割る体験もあり、楽しく剣道にふれることができます。 安全に学べるため、年齢・性別を問わずどなたでもご参加いただけます。 （剣道連盟）
		演武、刀装着体験（居合道）		平安時代に生まれた日本刀。いまや美術工芸品として日本はもちろん、海外でも人気は沸騰。真剣と同じ形、長さ、重さの居合刀を振ってみませんか。刀を抜く、打つ、納める所作を通して侍（サムライ）の気分を味わってください。「武士の心」を感じてください。 （居合道連盟）

第三体育室A面	⑧	笑顔チェック測定		「口角の上がり」などで、5秒で笑顔の測定ができます。あなたの笑顔度は何点でしょう。 (明治安田)
	⑨	ベジチェック測定		約20秒の測定。センサーに手をかざすだけで、野菜摂取レベルと野菜摂取量が分かります。野菜嫌いじゃだめよ。 (明治安田)
	⑩	血管年齢測定		センサーに指をのせるだけで、約20秒で測定できます。あなたの血管は、実年齢よりも若いだろうか。 (明治安田)
	⑪	最終糖化物質測定		最終糖化物質とは、過剰に摂取した糖と体のたんぱく質が結びつくことで生成される老化物質のこと。数十秒での測定。あなたの体の中には、どのくらいひそんでいるのだろうか。 (明治安田)
第三体育室B面	⑫	いろいろな卓球体験		いろいろな卓球体験。 小学生からシニアまで卓球台を5台用意してお待ちしています。 卓球体験、ラージボール体験、スリッパ卓球体験、ボールをたくさん使った1分間の当てゲーム体験ができます。 (卓球連盟)
保育室	⑬	映像レッスン体験		様々なプログラムの映像を見ながら運動への参加ができます。入退場も自由なため、ご自身の運動レベルに合わせて気軽に参加することができます。通常のスタジオプログラムに不安をお持ちの方にはピッタリの映像レッスンとなります。ぜひこの機会に体験してください。 (体育施設等指定管理者)
トレーニング室	⑭	腹筋マシン体験		普段気になるお腹周りを引き締めるのに一番効果的なマシンです。 正しい使い方でお腹の筋肉を使っている感覚を体感してみてください！ (体育施設等指定管理者)
2階フロア	⑮	カラダ測定		カラダ測定は、インボディという機械で、体組成を測定する検査のことです。体重やBMIだけでなく、筋肉量、体脂肪量、体水分量などを詳細に分析し、健康状態を把握するために用いられます。ぜひ、この機会にご自身のカラダの現状把握と改善への相談を行ってみませんか？（先着順にて対応、混雑時はお時間をいただきます。） (体育施設等指定管理者)

S & Dフィールド 桜が丘	スタンプ 2倍！	①6 ×2	ゲートをねらえ（ゲートボール）		第1ゲート⇒第2ゲート⇒第3ゲート⇒ゴールポールと順番に通過しゴールポストまでの打数を争そいます。 隣接に練習コートを用意していますので、初心者も楽しめます。 (ゲートボール協会)
		①7 ×2	ホールインワン（グラウンドゴルフ）		15m・25m・30mの3種類のコースでホールインワンに挑戦していただきます。 隣接に練習コースを用意していますので、初心者も楽しめます。 (グラウンドゴルフ愛好者有志)
		①8 ×2	ウォーキングフットボール（サッカー）		走っちゃだめだよ。誰でもできるウォーキングで行うサッカーです。 みんなで楽しもう。 (サッカー協会)
東大和市清原中央 公園運動広場	スタンプ 3倍！	①9 ×3	10：00～13：00 パラバルーン体験		みんなでバフバフバルーンに隠れたり、風の力を体感してみよう！ボールを載せて飛ばしたりも出来ます！ 簡単なゲームもあるかもしれないのでぜひお楽しみに♪ (体育施設等指定管理者)
			10：00～13：00 バットでフルスイング		野球や球技が苦手な子ども、気持ちよく爽快にボールをかつとばせる！打ったボールが取られなければ君の勝ちだ！ドカーンとかつとばしてみよう！ (体育施設等指定管理者)
			13：00～14：00 視覚障害体験（ロービジョン専用ゴーグル）		ロービジョン（弱視）の疑似体験ができる「ロービジョン体験ゴーグル」を実際に体験することで、ロービジョンに対する理解を深めよう！ (体育施設等指定管理者)
			14：00～15：30 ロービジョン（視覚障害）フットサル日本選手権優勝CASOLUA（日本代表含む）エキシビジョンマッチ観戦		2025年日本選手権優勝のロービジョンフットサルチームCASOLUA（シーエーソルア）の選手が東大和にやってくる！！チームの中にはロービジョン日本代表選手もいます！！ ボールが見えづらいのに、あんなプレーが出来るなんて・・・衝撃を体感ください！ 対する東大和チーム（体育館職員と市職員のチーム）でどこまで戦えるか！？ ぜひ声援をお願いします！ (体育施設等指定管理者)