親子ふれあいコーナー
骨盤トレーニング
背骨リセット体験など

障がい者スポーツ体験
フライングディスク
ボッチャなど

スポーツ体験コーナー
ダーツ、スポーツチャンバラ
など13種目

島田工業高校新体操部によるパフォーマンス
①11:00～ ②13:00～

☆新体操体験☆
10:00～15:00

健康コーナー
健康チェック、
足裏診断など

めざそう！健康・予防日本一

豪華賞品がもらえる
スタンプラリーもあるよ！

きて　みて　やって
健康アップ

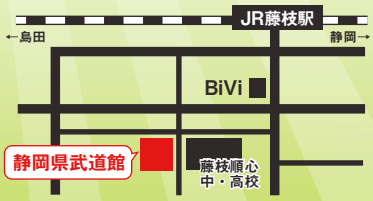
スポーツ&健康フェスタ in ふじえだ 2016

日時
平成28年
12/11日
9:30～15:00

参加無料

9:30 オープニングセレモニー　10:00～15:00 各コーナー

会場
静岡県武道館



※駐車場の数に限りがございます。
会場周辺の有料駐車場または
公共交通機関をご利用ください。

静岡県内で太陽光発電されたグリーン電力を使用しています。・グリーン電力証書は、静岡県地球温暖化防止活動推進センターから贈呈されました。

主催／スポーツ&健康フェスタ実行委員会
後援／静岡県、静岡県教育委員会、(公財)静岡県体育協会、静岡新聞社・静岡放送、㈱TOKAIケーブルネットワーク

お問合せ／藤枝市市民文化部スポーツ・文化局スポーツ振興課内　藤枝市岡出山1-11-1　TEL:054-643-3126　FAX:054-643-3327　E-mail:sports@city.fujieda.shizuoka.jp

スポーツ体験コーナー

弓道場

弓道体験
日本古来の弓術。
一度挑戦してみては。

相撲場

ビームライフル
オリンピックの種目にもある
ライフル競技を電子銃で
体験してみよう!

第2道場

スポーツチャンバラ
室内で行う現代的なチャンバラごっこ。
誰でも安全に楽しめます。

ラダーゲッター
両端にボールが付いたヒモをラダー(はしご)に
向かって投げ、上手に引っ掛けるスポーツ。
うまく引っ掛け、高得点を狙おう!

輪投げ
レクリエーションの定番!誰でも気軽に楽しめます。

大道場

ワンバウンドふらば~るバレーボール
おむすび型の柔らかい変形ボールを使用するバレーボール。球速が遅いため、
突き指の心配やボールへの恐怖心も少なく、安心してできます。
また、ボールの飛ぶ方向に意外性があるので、誰もが楽しみながら体を動かせます。

ディスコン
赤と青の表裏異色のディスクを黄色のポイントめがけて投げ合うスポーツです。
裏返ると相手の得点になってしまう意外性を楽しんでください。

カローリング
氷上で行うカーリングをヒントに生まれたインドアスポーツ。

ダーツ、スポーツ吹矢
精神を集中して狙った的を射ぬけ!

スカットボール NEW
ゲートボールのようにボールをスティックで打って得点穴に入れる競技。
穴の特殊なカーブがハラハラドキドキを演出します。

ボウリング NEW
本格的なボールを使ってストライクを目指そう!球は3kg・4kg・5kgから選べます。

エントランス

ノルディックウォーキング
北欧生まれの新しいウォーキングスタイル。
2本の専用ポールを持っておしゃれに街中ウォーキングをしましょう。

健康コーナー

コンコースモール

食育コーナー
楽しく食育体験しませんか?

★ 食推協会員による豆拾いゲームやスポーツドリンクの試飲
★ 管理栄養士による食べ物クイズや
災害時の備蓄品を利用したご飯の試食

歯の健康チェック
歯科衛生士が歯の
相談に応じます。
ブラッシング指導もあるよ!

★パネルシアター
「かみさまに歯を
もらったかえるくん」
上映時間 ①10:30~ ②11:40~

健康チェック
★ 骨密度測定、ストレス・タバコチェックなど。
保健師が相談に応じます。

**その他、足ツボマッサージや
テーピング体験もあるよ!**

親子ふれあいコーナー

第1道場

妊娠・出産を終えた体はダメージを受けています。
それをケアするトレーニングと個別相談であなたも
リフレッシュしませんか?

- 骨盤底筋トレーニング　・バランスボール
- タッチボールによる筋膜リリースエクササイズ
- ストレッチポールで背骨リセット体験
- 理学療法士による産後の身体トラブル個別相談
こどもさんの運動発達相談もありますよ!

公益財団法人静岡県障害者スポーツ協会
『平成28年度地域連携普及促進事業』

伝えよう 障がい者スポーツ in Fujieda

パラリンピック種目でもあるボッチャや、
フライングディスクなどの
障がい者スポーツを体験してみよう!

どなたでも
参加できます☆

楽しく歩いて健康アプリ

あるくら?
ARUKURA

ダウンロード
キャンペーン!

当日ダウンロードすれば、
先着150名の方に福袋をプレゼント!
さらに、歩いてヘルスケアポイントを獲得し、
豪華景品が当たる抽選会に参加しよう!

健康・予防 日本一 ふじえだプロジェクト

ふじえだ
健康マイレージ
web版に登録しよう!