

県民スポーツ月間



10/13(月・祝)

📍 **シンコースポーツ寒川アリーナ 屋内**
体育館履き等をご持参下さい

体力測定

【時間】10:00~12:00

【会場】メインアリーナ

【参加資格】どなたでも可(予約不要)

文部科学省の新体力テストをベースに実施。得点基準表に照らし合わせて現在の体力を確認しよう！
【種目】握力、上体起こし、50m走、ソフトボール投げ、長座体前屈、反復横とび、立ち幅とび、開眼片足立ち等を用意！
大人、高齢者の測定種目も用意しています。

予約不要

無料

豪華賞品多数！ お楽しみ抽選会

ステージ MC



DJ HAGGYさん

【時間】14:30~15:30

【会場】メインアリーナ北側

スポーツデーでいろんなスポーツを体験し、シールを集めよう！
3個以上集め、お楽しみ抽選会で豪華商品(ペアランチ券やお菓子など)をゲットしよう！もちろん大人の方の参加もOKです！

《協賛企業》※申込順／敬称略 GARA 中海岸、Tokyo Bay Fisherman's Noodle 茅ヶ崎店、横浜ベイシェラトンホテル&タワーズ、黒糖茶房、新江ノ島水族館、湘南信用金庫 寒川支店、いすゞユニテック株式会社、きざし法律事務所、CoCoA、湘南木工房 木知夢、寒川商業協同組合、株式会社 菱和園、ワミレスサロン倉見 Beans、株式会社 サンエーサックス、メガネのルック、村松商事株式会社、水道記念館、寒川ライオンズクラブ、アズビル株式会社、翔雲治療院、寒川神社、有限会社フリーハンドイマイ、ecoco photography、寅そば 寒川店、敷島製パン株式会社 パスコ湘南工場、一般社団法人 寒川建設業協会、寒川町商工会

主催 2025さむかわスポーツデー実行委員会

共催 寒川町、寒川町スポーツ協会、寒川総合スポーツクラブ、特定非営利活動法人スポーツクラブ1994、一般社団法人フットワーククラブ寒川、シンコースポーツ・静岡ビル保善共同事業体、ハヤシグループ

協力 寒川町スポーツ推進委員協議会、湘南ベルマーレ、湘南ユナイテッドBC、寒川高校、湘南スポーツクラブ、特定非営利法人トリトン藤沢スポーツクラブ、住友生命保険相互会社、一般社団法人寒川町観光協会

お問い合わせ 寒川町役場 スポーツ課 ☎0467-74-1111 (内線742)

過去のイベントの風景や画像も載っています。少しイメージできるかも...? →



会場案内図



(注意)・事前申込みが必要なイベントについては、定員になり次第受付終了となります。・都合により内容を変更する場合があります。



Event Time Table

📍シンコースポーツ寒川アリーナ 屋内

🕒 13:00~14:00

▶ 健康かい？観光かい？どっちなんだい！大運動会！！

📍メインアリーナ

★どなたでも可

👉楽しみながら、寒川町の観光資源にちなんだ種目をご用意しています！ぜひ小さいお子さまから大人の方までふるってご参加ください！

📞問合せ先：寒川町観光協会 0467-75-9051

体験

予約不要

無料

🕒 10:00~12:00

▶ 剣道体験

📍武道場（床）

★どなたでも可

👉町剣道協会による剣道体験
紙風船割体験・竹刀を用いた素振り・打ち込み体験

協力：寒川町剣道協会

体験

予約不要

無料

🕒 10:00~12:00

▶ 初心者・柔道体験

📍武道場（畳）

★どなたでも可

町柔道協会による体験教室です
安全な転び方及び柔道の技も習得しよう！

協力：寒川町柔道協会

体験

予約不要

無料

🕒 10:00~14:00

▶ 弓道に親しもう！

📍弓道場

★どなたでも可

👉緊張感のある凛とした競技
を見学・体験してみよう！
弓道に触れてみよう！弓道具に触れます！
弓具についても優しく紹介します！

協力：寒川町弓道協会

体験

予約不要

無料

🕒 10:00~11:30

▶ ニュースポーツ体験

📍サブアリーナ

★どなたでも可

👉子どもから大人まで、誰もが楽しめるニュースポーツ
体験会を行います！

スポーツ推進委員とは？詳しくはこちら→

体験

予約不要

無料



🕒 12:30~14:00

▶ 車イスバスケットボール
を体験してみよう！

📍サブアリーナ

★どなたでも可

👉1回：約15分
スポーツ用車イスに乗って、車
イスバスケットボールを体験し
てみよう！普段と違う視点での
スポーツいろいろな発見がある
かも・・・？

協力：湘南スポーツクラブ

体験

予約不要

無料



🕒 10:00~14:00

▶ eスポーツ体験

📍ロビー

★65歳以上（高齢者）とその家族向け

👉パズルゲームやレーシングゲーム
を体験してみませんか？
基本操作の説明を受けながら楽
しめる高齢者（初心者）向けの
体験です。

協力：トリトン藤沢スポーツ
クラブ・町高齢介護課

体験

予約不要

無料



🕒 13:00~14:00

▶ 空手をやってみよう！

📍武道場（床）

★4歳以上～大人

👉町空手道協会による体験会

準備体操

基本練習：受け（上段受け、中段受け、

下段受け、他）・突き等

持ち物：飲み物、汗を拭くタオル

服装：運動ができる服装

協力：寒川町空手道協会

体験

予約不要

無料

定員20名

🕒 10:00~11:00

▶ パワーヨガ

📍多目的室

★18歳以上

👉トレーニングとしても有効
な体を動かすヨガ。普段体育館で開催し
ている人気教室を、さむかわスポーツデ
イ特別企画として無料にて参加できます！
持っていればヨガマット持参（なくても参
加可能 体育館からマットは貸出します）

📞予約先：シンコースポーツ寒川アリーナ
0467-75-1005

体験

要予約

無料

定員20名

🕒 10:00~14:00

▶ InBody(インボディ)
(体成分分析装置)・
血管年齢を測定して
みませんか？

📍メインアリーナ

★どなたでも可

👉色々な装置を使って今の健康状況を数値
化してみませんか？小さい子どもから大人
まで待っています！

協力：住友生命保険相互会社

体験

予約不要

無料

🕒 10:00~12:00

▶ ステージイベント踊りまSHOW！

📍メインアリーナ北側

👉日頃の練習の成果を発揮しま
す！カッコいいかわいいダンスをご覧あれ！

📞問合せ先：寒川町観光協会 0467-75-9051

見学自由

無料

🕒 10:00~13:00

▶ 新しくなったテニスコ
ートで遊びませんか？
HAYASHIテニスパーク
さむかわ無料開放！

📍HAYASHIテニスパークさむかわ
(寒川町営さむかわテニスコート：
寒川町宮山4014)

★どなたでも可

👉令和5年にリニューアルオープンしたキレイな
テニスコートを体験してみませんか？無料開放
を行います。混雑している場合は、時間や1ゲ
ーム等区切って交代していただきます！ラケット
やボールも用意しております！（無料）
芝保護のため、運動靴でご来場ください。
※公共施設予約システムに登録していなくて
もイベントに参加できます。

体験

予約不要

無料

📍さむかわ中央公園

🕒 12:30~14:00

▶ 寒川高校の高校生による
「ボールで遊ぼう！」

📍中央公園(雨天:サブアリーナ)

★3歳~8歳位

👉カラーボール、ウレタンボール等で、ボール
遊びや簡単なボール運動教室を行います！

📞申込先：watanabe-kyb@pen-kanagawa.ed.jp

へ氏名・学年・住所を記入

※当日空きがあれば予約不要で

参加できます。

協力：寒川高校

体験

事前申込

無料

定員20名

🕒 10:00~14:00

▶ キックターゲット

📍中央公園(雨天中止)

★どなたでも可

👉1回：200円

📞協力：湘南ベルマーレ

湘南ベルマーレについて
詳しくはこちら→

体験

予約不要

有料



🕒 10:00~14:00

▶ 誰でもできる！
シュートチャレンジ！

📍中央公園(雨天中止)

★どなたでも可

👉ミニバスケットボールを用意し
て、シュートチャレンジ！

📞協力：湘南ユナイテッド
湘南ユナイテッドBCについて
詳しくはこちら→

体験

予約不要

無料



🕒 10:00~13:00

▶ 小さい子でも楽しめる！
パンptrack入門編
BMX・ストライダーを
楽しもう！

📍パンptrack

👉パンptrackさむかわは、レベルが高いけ
ど、これなら参加できるかも！
ミニコースをつくるので、小さい子でも簡単
に体験できるよ！

📞問合せ先：シンコースポーツ寒川アリーナ
0467-75-1005

体験

予約不要

無料

▶ プールでカヌー体験！

📍HAYASHI ウォーターパーク

さむかわ

★どなたでも可

👉プールを活用したカヌー体験！
安全に楽しく乗ることができま
す！ぜひ体験してみませんか？
詳細・申込はこちら→

協力：寒川総合スポーツクラブ

体験

要予約

無料



参加者は万全な健康管理のもとご参加く
ださい。万一、事故・ケガが発生した場合、
主催者は加入しているレクリエーション保
険の範囲内及び応急処置以外の責任は負
えませんのでご注意ください。

○キッチンカーも出るよ！

○内容については、状況に応じて変更に
なる場合があります。