



いろんなスポーツ体験を実施します！！
詳しくは次ページへ！！



第6回

加古川 スポーツカーニバル

「スポーツを文化に!!」
～日々の生活の中にスポーツを!!そして、健康な生活を!!～

とき

スタンプラリー実施！！
素敵な景品がもらえます！！

2018年11月3日(土・祝)

9時～16時(開会式9時～)

ところ

参加費無料！

加古川市立総合体育館



主催：加古川市スポーツネットワーク委員会

(加古川市体育協会、加古川市スポーツ推進委員会、NPO法人加古川総合スポーツクラブ)

共催：加古川市、加古川市教育委員会、ひょうご障害者スポーツ指導者協議会

後援：神戸新聞社、産経新聞社、朝日新聞姫路支局、毎日新聞姫路支局、読売新聞姫路支局、

BAN-BANネットワークス株式会社

協賛：但陽信用金庫

総合体育館 ＜館内図＞

※体育館シューズを
お持ちください。

2 階

研修室

1 階

コミュニティ
アリーナ

2 階へ

スタンプラリー
台紙配付場所
景品交換場所

救
護
室

メイン
アリーナ

体育館
入口

親子ふれあい体操

※参加には事前申込みが必要です。
詳細は加古川市HPをご覧ください。

時 間 9:00～11:00

場 所 メインアリーナ

対 象 年長～小学校3年生まで

定 員 100組(200名)

子どもと思いきり遊びたい！！
そんな思いのお父さん・お母さん、スキンシップを通しての親子のふれあいは、
子どもの心と体のすこやかな成長にとっても大切です。
親子でステキな笑顔をつくりませんか？



シッティング バレーボール体験

全日本女子チームが
指導します！！

時 間 13:00～16:00

場 所 メインアリーナ



東京2020パラリンピック競技大会の正式種目である「シッティングバレーボール」。
床に座った姿勢で行うバレーボールです！
ぜひこの機会にシッティングバレーボールを体験してください！！

体力測定

時 間 13:00～16:00
(受付時間)13:00～15:30

場 所 コミュニティアリーナ

※〔対象〕20歳以上79歳以下の方

スポーツをはじめるには、まず自分自身の体力を知ることが大事。学生時代以来、測ったことがないという方！
この機会にぜひ、ご家族やお友達と一緒に自分の体力年齢を知ってみませんか？

握力・上体起こし・長座体前屈・立ち幅とび
反復横とび・20mシャトルラン等を実施します！



健康チェックコーナー

～年に一度の健診はお済みですか？～

時間 10:30～16:00

場所 1階ロビー

(加古川総合保健センター・市健康課)

- ・乳がんモデル触診体験
- ・体脂肪モデル体験
- ・簡易貧血検査(採血なしでその場でわかる！)

★保健師が健康相談に 応じます！



体成分分析 測定コーナー

時間 10:00～15:00

場所 1階ロビー

筋力量や脂肪量、基礎代謝量等、自分の身体の状態を細かく数値化して見るができます。自分の身体に合わせて、運動を見直してみませんか？



スポーツ体験コーナー

いろんなスポーツを体験してみませんか？

普段行ったことのないスポーツを体験してみるのもよし、日頃の運動不足を解消するのもよし。様々な種目をご用意しております！この機会にぜひ体験してみてください！

初心者の方、大歓迎！親子でのご参加もお待ちしております！

場所 メインアリーナ

11:00～
13:00

11:00～12:00
体験、Enjoy!
ソフトテニス
(ソフトテニス協会)

12:00～13:00
初心者のための
テニス体験
(テニス協会)

はじめての
キャッチボール!!
(ソフトボール協会)

親子で流そう
さわやかな汗を!!
(卓球協会)

なぎなた体験
(なぎなた協会)

合気道護身術
体験教室
(合気道連盟)

出入口

出入口

出入口

場所 コミュニティアリーナ

9:30～
11:00

ふれあい
バドミントン教室
(バドミントン協会)

いつでも、どこでも
だれでも楽しめる
スポーツ
(グラウンドゴルフ協会)

親子で楽しもう!!
サッカー!!
(サッカー協会)

親子でバレーボール
体験しよう
(家庭バレーボール協会)

出入口

出入口

楽しい剣道教室
(剣道連盟)

ボード球入れゲーム
(ゲートボール協会)

皆で楽しく
3×3
[スリー・バイ・スリー]
(バスケットボール協会)

場所 2階研修室

13:30～
15:30

リズムと踊りで
健康と体力づくり
(フォークダンス協会)



スポーツを通じて絆を深め、明るい町を作りましょう!

「地域のコミュニティ活動を応援します。」



よろず相談 信用金庫

但陽信用金庫

理事長 桑田 純一郎

本店：加古川市加古川町溝之口772

TEL: (079) 422-7721

生野本部：朝来市生野町口銀谷511

TEL: (079) 679-2253

★加古川市スポーツネットワーク委員会

加古川市スポーツネットワーク委員会は、加古川市内の主要なスポーツ団体である『加古川市体育協会』『加古川市スポーツ推進委員会』『NPO法人加古川総合スポーツクラブ』が、ウェルネス都市加古川の実現と市民の健康づくりに寄与することを目的として、平成23年度に発足した『加古川市スポーツ関係団体ネットワーク会議』を発展させ、平成25年度に設立しました。ネットワーク委員会では、スポーツ関係の3団体と行政が、それぞれの活動の情報交換等を通じて連携を図り、加古川市総合基本計画や加古川市スポーツ推進計画に基づいた、人と人とのネットワークづくりを行っています。その具体的な取組みのひとつとして、毎年11月に「加古川市民スポーツカーニバル」を開催して、市民が様々なスポーツに親しむ機会を提供しています。

☆加古川市体育協会



加古川市体育協会

昭和16年に設立された協会で、現在は28団体が加盟し、スポーツの普及・振興、競技スポーツの強化などを図ることにより加古川市のスポーツ振興に努め、明るく豊かな市民生活の形成に寄与することを目的に活動しています。

＜主な事業＞ 生涯スポーツの推進・加古川カップ綱引大会、健康・体力づくり事業、加古川マラソン大会支援等
競技スポーツの振興・・・各種目別競技大会、競技力向上事業、国体選手等激励、
体育功労者・優秀選手表彰等

☆加古川市スポーツ推進委員会

HAPPY
スポーツ

スポーツの推進のための事業の実施に係る連絡調整、スポーツの実技指導やスポーツに関する指導・助言行って、市民の生涯スポーツの推進を目指しています。20代から60代までの男女48名の委員が、「HAPPYスポーツ」を合言葉に活動しています。

＜主な活動＞ 市等が主催するスポーツ大会（マラソン大会・綱引大会等）での指導
スポーツイベント（スポーツライフセミナーなど）での実技指導
地域でのニュースポーツ、コオディネーショントレーニング、ラジオ体操や綱引の指導等

☆NPO法人加古川総合スポーツクラブ



「市民が日常生活の中で自発的にスポーツを楽しみながら、健康・体力の保持増進することができる生涯スポーツ社会の構築」を基本理念として「いつでも、だれでも、どこでも、いつまでもスポーツが楽しめます」をキャッチフレーズに、市内全域で活発なスポーツ・文化活動を展開しています。

【12エリア・31活動クラブ】加古川エリア、野口エリア、尾上エリア、両荘エリア、加古川東エリア、氷丘エリア、
神古エリア、山手エリア、志方エリア、平岡エリア、別府エリア、陵南エリア

連絡先：加古川市教育委員会 社会教育・スポーツ振興課 TEL：(079) 427-9292