

スポーツ推進委員だより

令和8年9月1日

発行:国分寺市市民部スポーツ課
編集:国分寺市スポーツ推進委員協議会
所在地:〒185-8501
国分寺市泉町2-2-18
国分寺市役所
事務局:スポーツ課
TEL:042-325-0145

初心者・ファミリー大歓迎「スポレク広場」 楽しくスポーツ体験！



体験できる種目

バドミントン、卓球、ボッチャ、
バスケットボール、ドッジビー、
ミニテニス、モルック、インディアカ ほか

「運動をしたいけど、なかなか運動する場所を確保できない…」「軽く運動をして汗を流したい!」そんな方が気軽に運動できる場として、スポレク広場を開催しています。
当日はスポーツ推進委員が用具の貸出や簡単な運動指導を行います。
※市報掲載後の日程は混雑が予想されますので、ご了承ください。

【持ち物】室内履き
※動きやすい服装で参加
※ロッカーあり

【9月～令和9年3月の予定】

市民スポーツセンター 第一体育室 A面 第一土曜日 14:00～16:30	市民ひかりスポーツセンター 第一体育室 第三土曜日 14:00～16:30
9月5日(土)	施設利用停止中のため 開催未定
11月7日(土)	
12月5日(土)	
1月9日(土)	
2月6日(土)	
3月6日(土)	

活動報告

三市交流研修会 (小金井市) 2月14日(土)

研修会では、「ピックルボール・モルック・スポーツ吹き矢」の研修を行いました。どの種目も適度な運動強度と高いゲーム性を兼ね備え、誰もが楽しめるポテンシャルを秘めており、今後の事業に繋がる大変実りある時間となりました。



玉川上水緑道ウォーキング① (三鷹駅～小平中央公園) 3月15日(日)

10km近いウォーキングを実施しました。途中、小金井公園で休憩をし、最後の数kmは皆さまお疲れの表情でしたが、とても充実した体験だったと感想をいただきました。天気はカンカン照りにもならず恵まれ、気持ちよくウォーキングを楽しむことができました。



玉川上水緑道ウォーキング② (鷹の台駅～西武立川駅) 6月14日(日)

3月15日(日)に実施した玉川上水緑道ウォーキングに続けて、小平から西武立川駅まで9km余りのコースをウォーキングしました。

梅雨時でもあり雨の心配をしていましたが、道がぬかるむほどでもなく快調に歩くことができました。

また歩いてみよう、この先の羽村の取水場まで行ってみようという方もいらっしゃいました。



レアスポーツ体験会 3月15日(日)

市民スポーツセンターでピックルボール・インディアカ・ボッチャ・モルックの4種目の体験イベントを実施しました。特にピックルボールでは、株式会社ティップネス国分寺店の協力でご指導を頂きました。当日は70名程度の参加があり楽しく賑やかなイベントになりました。

参加者の皆様から「とても楽しかった」というお言葉を頂き私たちも励みになりました。これからのイベントにも是非お越しください。



西地区子どもまつり 4月29日(祝)

当委員は“モルック”を担当しましたが、初挑戦の方も、体験済みの方も、それぞれに対戦を楽しんでいました。簡易ルールのため、あっという間に対戦終了となってしまったチームも、列に並びなおして2回目、3回目と挑戦していました。単純そうに見えて、コツをつかむのが難しいスポーツでした。



スポーツ推進委員とは

国分寺市スポーツ推進委員は、『市民のスポーツ振興を図る活動』を行うため市長から委嘱を受けた非常勤特別職の公務員です。スポーツ事業の企画・運営から、地域スポーツ活動のコーディネートまで、広く国分寺市のスポーツを推進しています。



みんなおいでよ！

スポーツ&レクリエーションの日

スポレクまつり

2026

10月12日

(月祝)

10時～15時30分
(最終入場は15時)

 運動しやすい服装で
直接会場へ

 室内履きを忘れずに

市民スポーツセンター

☎042-326-2211



施設情報 ←

第一体育室	10時～15時30分	卓球／バドミントン／ミニテニス ／ new ピックルボール
	10時～12時	スポーツチャンバラ体験
	12時00分～12時30分	パラバレー
	12時30分～15時30分	モルック ／ new 体力測定 (10時～12時はロビーで実施)
会議室	10時～15時30分	吸盤アーチェリー
軽体操室		レクリエーション (ビーチボール・車いす体験・ バルーンアート等)
第二体育室		ニュースポーツ体験／親子アスレチック／ボッチャ
けやき運動場(人工芝)		グラウンド・ゴルフ／ターゲット・バードゴルフ
広場 (体育館西側)	※14時からは自由開放	ゲートボール
フィットネスルーム	9時～22時30分	登録者のみ終日無料開放 (新規登録受付不可)





ボッチャ

市民ひかりスポーツセンター・ひかりプラザ

☎042-595-8865



施設情報 ←

203・204	10時～15時30分	ボッチャ／モルック
第二体育室	10時～15時30分	バランスボール
フィットネスルーム	9時～22時30分	登録者のみ終日無料開放 (新規登録受付不可)

終日無料開放！

要予約

市民戸倉第二
テニスコート
☎042-326-2211



施設情報 ←

9時～
16時30分

【申込み】 9月12日 (土) 10:00から
市民スポーツセンター窓口へ (先着順)
※9月24日(木)は休館日のため申込不可
※1組1時間まで
※中学生以下は申込み時と利用当日それぞれ保護者同伴

※市民戸倉第一テニスコートは拡充等整備工事のため利用不可
※市民室内プールは天井に「耐震性がない」ことが判明したため、利用停止中



イベント中に撮影した写真・映像等は、市報・ホームページ・SNS等に掲載することがあります。予めご了承ください。

【主催】 国分寺市
【主管】 市スポーツ推進委員協議会
【協力】 こくぶんじ地域クラブ 市レクリエーション協会 市グラウンド・ゴルフ協会 市ターゲット・バードゴルフ協会
市ゲートボール連盟 日本ゲートボール連合 日本管財・TAC共同事業体 株式会社ティップネス国分寺
【パラスポーツ体験共催】 東京都多摩障害者スポーツセンター

◆問合せ 市民部スポーツ課 ☎042-325-0145