

今年もスポレク！スポーツの秋です！

# 09 スポレクフェスタごとう

1 趣 旨 生涯スポーツレクリエーションを通じて参加者相互の融和と親睦を深め生活の中にスポーツが根づくことを期待し開催します。

2 主 催 五島市コミュニティー健康づくり推進実行委員会  
(構成団体) 五島市 五島市教育委員会 五島市体育指導委員協議会

3 協 賛 五島ヤクルト販売株式会社 (財)長崎県体育協会

4 期 日

**10月25日(日)**  
**五島市中央公園**



5 会 場

6 種目 及び 参加料

開始時間	プログラム内容	クラス	参加料	会場
9:00	受付 (申込全種目) ※グラウンド・ゴルフのみ8:30~			陸上競技場
9:30	総合開会式(ウォームアップ)			陸上競技場
10:15	①グラウンド・ゴルフ	フ リ ー	300円/1人	陸上競技場など
	②ふれあいペタンク	一 般・ファミリー	300円/1チーム	多目的広場
	③ミニサッカー	一 般・ジュニア・ファミリー	500円/1チーム	多目的広場
	④ソフトバレー	一 般・ジュニア・ファミリー	300円/1チーム	市民体育館
	⑤ふうせんバレー	一 般・ジュニア・ファミリー	中学生以上 100円/1人 小学生以下 50円/1人	市民体育館
	⑥シャフルボード&ユニカール	フ リ ー	300円/1チーム	市民体育館
	⑦3B体操のつどい	フ リ ー	200円/1人	市民体育館
10:15	⑧ストラックアウトに挑戦	フ リ ー	無料(当日受付)	多目的広場
	⑨キックターゲットに挑戦	フ リ ー	無料(当日受付)	多目的広場
	⑩レクリエーション・スポーツ体験のつどい ターゲットバードゴルフ・ダーツ・ フライングディスク・ミニボーリング アーチェリー	フ リ ー	無料(当日受付)	市民体育館前 芝生広場 アーチェリー場
	⑪誰でも健康チェック	フ リ ー	無料(当日受付)	多目的広場
14:30	終 了 予 定			

7 申込方法

参加申込書に必要事項を明記し、参加料と共に下記宛にお申し込み下さい。

( 申込期限 : 10月14日(水)まで )

〒853-0014 五島市三尾野町266番地1  
五島市教育委員会 生涯学習課 スポーツ振興係内  
実行委員会事務局(中央公園市民体育館内)  
TEL 72-6184 FAX 72-3412)

○各支所教育委員会分室

岐宿 TEL82-1111 玉之浦 TEL87-2219

富江 TEL86-0074 三井楽 TEL84-3111

奈留 TEL64-3113



**申込締切**  
**10月14日(水)**

①申込全種目の受付を9:00(グラウンド・ゴルフのみ8:30)から陸上競技場で行います。その後の開会式には必ずご参加下さい。

②弁当・水筒は各自で準備して下さい。(ゴミは各自持ち帰して下さい。)

③小雨決行としますが、雨天の場合、主催者の判断で内容の変更または中止することがあります。中止の場合は、大会当日の午前7時から午前7時半の間に代表者へ連絡致します。

④屋外種目参加者は、雨具を必ず準備して下さい。

⑤万一、事故が発生した場合の保険は「全国町村会総合賠償補償保険制度」の範囲内とします。なお、当日は応急処置以外の責任は負いかねますので、十分に体調を整えご参加下さい。

⑥競技方法や内容は裏面のとおりを予定していますが、参加状況により変更する場合があります。

⑦雨天等で競技が中止になった場合の参加料は返却できませんのでご了承下さい。

⑧個人情報参加申込者の確認、保険及び諸連絡以外には利用致しません。

※グラウンド・ゴルフ競技について、協会員は協会に取りまとめますので協会各理事宛てに、参加料を添えてお申し込み下さい。協会員以外は、市教育委員会もしくは各支所教育委員会分室へお申し込み下さい。



本大会は、エコフラッグを掲げております。エコフラッグとは、国連環境計画や国際バレーボール連盟などが認定した「スポーツと環境」のシンボルです。スポーツができるこの美しい環境に感謝し、大会で出たゴミは自分で持ち帰ろう！



① **グラウンド・ゴルフ**

種目:個人戦のみ

要領:8ホールの3ラウンド(計24ホール)を行い合計打数を競う。

用具:クラブ・ボール・マーカーは参加者持参。(貸し出し可能 - 事前にご連絡ください)



参加料:1人 300円

② **ふれあいペタンク**

種目:一般の部(3人)  
ファミリーの部(3人)

競技方法:11点先取を勝者とする。  
ただし、決勝戦のみ13点先取とする。



参加料:1チーム 300円

③ **ミニサッカー**(フットサル)

種目:①ジュニアの部(小学生以下5人)  
②一般の部(中学生以上5人)  
③ファミリーの部(小学生以下3人 女性も可 大人2人)

競技方法:15分(ハーフタイムなし)  
ファミリーの部では子供・女性のみでのシュート等、特別ルールで競技します。チーム内に1家族以上の構成があればOK!  
※詳細は、主催者へ問い合わせてください。  
※審判については、帯同審判で実施します。(1人)審判ができないチームは事前にご連絡ください。

参加料:1チーム 500円

※登録を8人までとします。



**初心者大歓迎!**

④ **ソフトバレー**

種目:①ジュニアの部(小学生以下4人)  
②一般の部(中学生以上4人)  
③ファミリーの部(小学生以下3人 大人2人)

競技方法:ラリーポイント、4人制  
1セット15点の3セットマッチ  
ファミリーの部は子供前衛、大人後衛のローテーションなし、アタックは子供のみ等の特別ルールで競技します。  
※詳細は、主催者へ問い合わせてください。

参加料:1チーム 300円



⑤ **ふうせんバレー**

リハビリ(運動機能回復)にも最適です!

種目:①一般の部(中学生以上)  
②ジュニアの部(小学生以下)  
③ファミリーの部(小学生以下を2人以上)  
※チーム内に1家族以上の構成があればOK!

競技方法:ラリーポイント、6人制  
1セット15点の1セットマッチ  
※鈴が入っているので視覚にハンディをお持ちの方も楽しめます。また、小さなお子様でも楽しめます。  
※ハンディのあるプレイヤーがいないチームは、2名が車椅子を固定してプレーを行います。  
※1人からでも参加できます。  
※詳細は、主催者へ問い合わせてください。

参加料:中学生以上1人100円、小学生以下1人50円

⑥ **シャフルボード&ユニカール**  
誰でもすぐできます!初心者OK!

種目:ユニカール終了後、敗戦チームでシャフルボードを行う。  
1チーム 2人

競技方法:①ユニカール...3回戦制  
②シャフルボード...3フレーム制

参加料:1チーム 300円



**開会式参加者に  
お楽しみカード進呈!**

開会式⇒参加種目+無料種目(2種目)に参加し、カードにシールをもらって、多目的広場大会本部にてドリンク類をプレゼント!



⑦ **3B体操のつどい**

3B用具(ボール・ベル・ベルダー)を使って音楽に合わせて、楽しくリズムカルに体を動かす健康体操です。子供から高齢者までどなたでも参加でき、簡単なゲームもあります。(賞品あり)

参加料:1人 200円

〈何枚抜ける? あなたもチャレンジ!〉

⑧ **ストラックアウトに挑戦**

競技方法:12球のボールを3分以内で9分割の的を狙って投げる。  
パネルまでの距離は、一般男子・中学男子12m、小学生以下8m、女性は特別ラインを設ける。

⑨ **キックターゲットに挑戦**

競技方法:12球のボールを9分割の的を狙って蹴る。  
パネルまでの距離は9.15m、女性は特別ラインを設ける。

**無料!**

**ミニボーリング**

ちびっこ集まれ!  
小さなお子様向けのラクちゃんボーリングです!



⑩ **レクリエーション・スポーツ体験のつどい**

- ★ ターゲットバードゴルフ  
羽根のついたゴルフボールでゴルフをします
- ★ フライングディスク

- ★ アーチェリー
- ★ ダーツ

キリトリ線

参加種目					チーム名 (個人種目不要)						
□一般の部 □ジュニアの部 □ファミリーの部											
No	氏名	性別	年齢	経験	住所	TEL	参加料無料種目希望調査				
							ストラックアウト	キックターゲット	レクスポ体験 アーチェリー	その他	
①											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
サッカーの帯同審判について(1名)				審判が可能・不可能 (該当するものに○)			審判員氏名				

**誰でも健康チェック**

場所:多目的広場放送室横

- 内容:①身体検査
- ②血圧測定
- ③健康自己診断チェック



※種目により、個人またはチームでの参加となりますので上記の説明をよく読んでお申し込み下さい。

※左記申込書を下記事務局まで参加料とともにお申し込みください。

〒853-0014 五島市三尾野町266番地1  
五島市教育委員会スポーツ振興係内 実行委員会事務局  
(中央公園市民体育館内) TEL 72-6184  
もしくは、各支所教育委員会分室へ

※グラウンド・ゴルフ競技については、協会員は協会を取りまとめるので協会の理事へ、協会員以外の方は教育委員会へお申し込み下さい。

※チーム代表者は①に記載し、競技経験者には必ずNo.に「○」を記入すること。(ミニサッカーは登録8人まで)

※参加料無料種目には参加したい種目の欄へ「○」を記入すること。

参加料: 済・未