

スポレクフェスタ 2024

本庄市では、生涯スポーツの促進を図るため「市民一人1スポーツ」を目標に掲げています。その実現に向けた取組として、スポレクフェスタ 2024 を次のとおり開催します。

スポレクフェスタは、「みる・する・楽しむ」をキャッチフレーズに、市内のいろいろな場所で、さまざまな種目のスポーツやレクリエーションを気軽に体験することができる参加型イベントです。



日時：10月14日（月・祝） 午前9時～午後3時

会場：本庄総合公園、若泉運動公園、タカハシソースエコーピア

主催：本庄市スポレクフェスタ実行委員会

内容

- ・市内3会場でスポーツ協会・レクリエーション協会・スポーツ少年団等によるスポーツ・レクリエーションの体験コーナーを実施します
- ・エリアごとに参加賞を配布。さらに、体験した競技のオリジナル缶バッジをプレゼントします
- ・3会場を周回するシャトルバスを運行。また、本庄総合公園では飲食の出店を実施します

その他

- ①当日の体験タイムスケジュールや、イベント情報などはパンフレット（別紙：市内全戸配布）で確認できます
- ②パラ競技「ロービジョンフットサル」、「車いすバスケットボール」の体験を実施します
- ③その他イベントとして、本庄市保険課と明治安田生命による無料の健康チェックや、トレーニングルーム無料体験を実施します。また、若泉運動公園では「ガリガリ君」、タカハシソースエコーピアでは「はにぽんソース」を無料配布します

○添付資料 ・ スポレクフェスタ 2024 パンフレット

問合せ先

○本件記事に関すること 教育委員会事務局 スポーツ推進課 担当：鈴木

電話 0495（25）1152

○広報全般に関すること 企画財政部 広報課 担当：飯塚

電話 0495（25）1155

はにほんチャレンジ対象事業

市民一人1スポーツ



W
A
T
C
H
みる!

する!
DAY

楽しむ!

スポレク フェスタ HONJO

2024

10.14 MON 祝 スポーツの日 荒天中止
9:00
15:00



@sporecfesta2023

お問い合わせ 本庄市スポレクフェスタ実行委員会事務局
平日8:30~17:15 (本庄市教育委員会スポーツ推進課内)
会場：市内複数施設 ☎ 0495 (25) 1152

主催：本庄市スポレクフェスタ実行委員会 協力：本庄市スポーツ協会、本庄市レクリエーション協会、本庄市スポーツ少年団 後援：本庄市、本庄市教育委員会

本庄総合公園エリア

カミケンシルクドームアリーナ

※体育館での体験には室内用運動靴が必要です。

バスケットボール体験コーナー



フリースローやスリーポイントシュート、ジグザグドリブルにチャレンジしてみよう!

9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00
バスケットボール体験												

どなたでも

車いすバスケットボール体験コーナー



ケイアイスター不動産(株)所属選手による車いすバスケットボールの体験コーナーです。東京パラリンピック2020のレガシーをその身で感じよう!

9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00
車いすバスケットボール体験												

どなたでも

太極拳体験コーナー



入門太極拳(8個の動作)を体験します。腰を落とし、ゆっくり体全体をバランスよくスムーズに動かすことで、体にやさしく、心もすっきり。太極拳を楽しんでみませんか。

9:00	9:20	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:20	14:00	14:30	15:00
表演 デモンストレーション	入門太極拳体験						休憩	表演 デモンストレーション	入門太極拳体験			

どなたでも

卓球体験コーナー



今年も卓球の体験と実演を行います。経験は問わず、ひとりでもグループでもレベルに合わせて参加できます。さあラケットを振ってみよう!

9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00
卓球体験							休憩・卓球連盟員による実演	卓球体験				

どなたでも

インディアカ体験コーナー



道具も使わず、老若男女も問わず、何か身体を動かしたい方にお勧めです。この機会にぜひ体験してください。お待ちしております!

9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00
円形パス、サーブでの入れゲーム 協会員による試合形式のデモンストレーション							休憩	円形パス、サーブでの入れゲーム				

どなたでも

ボッチャ体験コーナー



床上のカーリングと言われるパラリンピック競技ですが、的球を動かすこともできて、カーリングとは一味違った魅力あるゲームです。

9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00
ルール説明、投球練習、体験試合						休憩	ルール説明、投球練習、体験試合					

小学生以上

ドッジボール体験コーナー



ドッジボールの楽しさを体感してください。球速を測ったり、パスを回して相手に当てたり、友達を誘って遊びにおいで!!

9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00
スピードガンコンテスト、ワンターゲット							休憩	スピードガンコンテスト、ワンターゲット				

小学生以上

フラダンス体験コーナー



ハワイアン曲にあわせて、体を動かしてみましょう!踊りは初めての方も、子どもから大人までどなたでも参加できます。気軽にご参加ください。

9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00
フラダンス体験												

どなたでも

少林寺拳法体験コーナー



子どもから高齢者まで「自分の身は自分で護れる」高度な護身術、『少林寺拳法』の技法をこの機会に体験してください。

9:00	9:30	10:00	10:10	11:00	11:10	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00
準備体操、団体演練、護身術体験				休憩	護身術体験 サンドバッグ等を使用した突き、蹴り体験		休憩	護身術体験 サンドバッグ等を使用した突き、蹴り体験				

どなたでも

※体育館での体験には室内用運動靴が必要です。

カミケンシルクドームアリーナ



老若男女問わず、初めての方でもいろいろな国の踊りを楽しく一緒におどってみませんか？

(定員 60名)

9:00 9:30 10:00 10:30 11:00 11:30 12:00 12:30 13:00 13:30 14:00 14:30 15:00

13:00-13:30 14:00-14:30
[休止] [休止] [休止] [休止]

カミケンシルクドーム多目的室



本庄市高校生プロジェクト2024『七高祭』特設ブース

ビパルフ&BB(バンブボール)体験コーナー

どなたでも

私たちの考えたニュー・スポーツ！『ビパルフ』と『BB(バンブボール)』をぜひ体験してください！

9:00 9:30 10:00 10:30 11:00 11:30 12:00 12:30 13:00 13:30 14:00 14:30 15:00

9:00-12:00 ビパルフ体験 12:00-13:00 休憩 13:00-15:00 BB(バンブボール)体験

ケイアイスタジアム



少年野球体験コーナー

未就学児
小学生6年生

ボールを打って、走って、キャッチして、投げて！初めてでも、初めてじゃなくて大丈夫、野球の楽しさを体感しよう！野球の楽しさは無限大！みんなで野球しようよ！！

9:00 9:30 10:00 10:30 11:00 11:30 12:00 12:30 13:00 13:30 14:00 14:30 15:00

9:00-12:00 ティーバッティング、ボール投げ 12:00-13:00 休憩 13:00-15:00 ティーバッティング、ボール投げ

芝生広場



陸上競技体験コーナー

どなたでも

ウォーキング・ジョギング・ランニングの基本動作を楽しく体験してください。

9:00 9:30 10:00 10:30 11:00 11:30 12:00 12:30 13:00 13:30 14:00 14:30 15:00

9:00-12:00 ウォーキング・ジョギング・ランニング体験 12:00-13:00 休憩 13:00-15:00 ウォーキング・ジョギング・ランニング体験

陽だまりの丘TBGコース



民踊体験コーナー

※雨天時はカミケンシルクドーム2階で実施

どなたでも
(定員 60名)

芝生広場で輪になり老若男女どなたでも、楽しく踊って健康増進と地域交流をはかり、民踊を伝承していきませんか？

9:00 9:30 10:00 10:30 11:00 11:30 12:00 12:30 13:00 13:30 14:00 14:30 15:00

9:00-12:00 民踊体験

本庄総合公園周辺



ヨガ体験コーナー

※雨天時はカミケンシルクドームアリーナで実施

どなたでも
(各回 20名)

やさしいヨガの体験コーナーです。お友達やご家族と気持ちよく体を動かす簡単なヨガのポーズを楽しみましょう。

9:00 9:30 10:00 10:15 11:00 11:45 12:45 13:00 13:45 14:30 15:00

9:00-9:30 受付 9:30-10:15 体験ヨガ 10:15-11:00 受付 11:00-11:45 体験ヨガ 11:45-12:45 休憩 12:45-13:00 受付 13:00-13:45 体験ヨガ 13:45-14:30 受付 14:30-15:00 体験ヨガ

多目的グラウンド



ターゲットバードゴルフ体験コーナー

中学生以上

ターゲットバードゴルフはゴルフをミニ化したスポーツで、男女問わず子どもから大人まで楽しめます。ぜひ一度体験してください。

9:00 9:30 10:00 10:30 11:00 11:30 12:00 12:30 13:00 13:30 14:00 14:30 15:00

9:00-12:00 ターゲットバードゴルフ体験 12:00-13:00 休憩 13:00-15:00 ターゲットバードゴルフ体験



ウォーキング体験コーナー

どなたでも

本庄早稲田の杜周辺をウォーキングします。体験希望の方は受付時間内にお越しください。

9:00 9:30 10:00 10:30 11:00 11:30 12:00 12:30 13:00 13:30 14:00 14:30 15:00

9:00-9:30 受付 9:30-11:00 準備体験 11:00-12:00 ウォーキング 12:00-12:30 ケルダク



フライングディスク体験コーナー

どなたでも

埼玉県フライングディスク協会が、今人気沸騰中のフライングディスクを各種ご用意してお待ちしています！

9:00 9:30 10:00 10:30 11:00 11:30 12:00 12:30 13:00 13:30 14:00 14:30 15:00

9:00-15:00 フライングディスク体験 (投げ方の指導、競技用フライングディスクの試しスロー、ディスクゴルフ体験等)

若泉運動公園エリア

武道館



剣道体験コーナー

小学生以上

剣道に興味のある子どもたち、大人の方も、ぜひ体験にお越しください。

9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:45	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00
初心者剣道体験、合同稽古会												



柔道体験コーナー

どなたでも
(定員20名様程度)

受け身を覚えて怪我防止！礼節を学んで挨拶ができる、強くてやさしい人間になりませんか！

9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:45	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00
準備運動体験 (ストレッチ、基礎トレーニング)				怪我防止体験 (受け身)		実技体験、デモンストラーション (投げ技等)		整理解説				

弓道場



弓道体験コーナー

小学生以上

※雨天時、体験は中止、午前中に演武のみ実施。

秋空の下、放った矢が的を射貫く！高鳴る鼓動。そんな体験を弓道場でしてみませんか。

9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00
弓道体験						休憩		弓道体験 (演武)				

多目的グラウンド



サッカー体験コーナー

午前
未就学児
小学3年生

午後
小学4年生
小学6年生

お子さんと一緒に練習、試合を体験してサッカーの魅力に触れてみてください。

9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00
準備体操		練習体験			試合体験			休憩		準備体操		試合体験



ロービジョンフットサル体験コーナー

どなたでも

ロービジョンフットサルの日本トップチームであるCA SOLUA 葛飾の選手によるロービジョンフットサルの体験、試合を実施します。

9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00
ロービジョンフットサル体験						休憩		スポーツ少年団との交流試合				

第2グラウンド



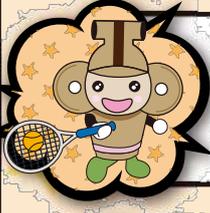
グラウンドゴルフ体験コーナー

どなたでも

老若男女が一緒にプレーできる競技はグラウンドゴルフにおいて他にありません。ウォーキング効果もありますので、ぜひ体験してみてください。

9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00
グラウンドゴルフ体験												

第1テニスコート



硬式テニス体験コーナー

どなたでも

初心者の方に丁寧にテニスの指導をいたします。お子様からシニア世代の方まで、テニスの楽しさを伝えます。

9:00	9:45	10:00	10:45	11:00	11:45	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00
硬式テニス体験 (休憩)		硬式テニス体験 (休憩)		硬式テニス体験 (休憩)								



ソフトテニス体験コーナー

どなたでも

中学・高校での部活として一般的なソフトテニス。初心者の方も、経験者の方も、ラケットを思い切り振って楽しみましょう！！

9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00
ラケットの握り方、振り方、打点の指導、実際にボールを打つ							休憩		練習、試合実演 (市ソフトテニス連盟)			

西小学校体育館



バドミントン体験コーナー

どなたでも

室内で気軽に楽しくできるバドミントン、この機会にぜひ体験してみませんか？シャトルの打ち方を優しく楽しくレクチャーします！

9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00
バドミントン体験 (シャトル打ち等)		バドミントン体験 (シャトル打ち等)					休憩		バドミントン体験 (シャトル打ち等)			

※体育館での体験には室内用運動靴が必要です。

※体育館での体験には室内用運動靴が必要です。

タカハシソースエコーピア

タカハシソースエコーピアアリーナ



バレーボール体験コーナー

初心者でも大丈夫！年齢や経験は問いません。お友達やご家族と一緒にバレーボールの楽しさを体験してみませんか？

9:00 9:30 10:00 10:30 11:00 11:30 12:00 12:30 13:00 13:30 14:00 14:30 15:00

バレーボール体験（パス、レシーブ、アタックなど）

どなたでも
(先着200名程度)



ニュースポーツ体験コーナー

老若男女年齢問わず、分け隔てなくできるニュースポーツを本庄市スポーツ推進委員が楽しく教えます。

9:00 9:30 10:00 10:30 11:00 11:30 12:00 12:30 13:00 13:30 14:00 14:30 15:00

ニュースポーツ体験（モルック、シャフルボード、ラダーゲッターなど）

どなたでも

その他 イベント情報



トレーニングルーム無料体験

📍カミケンシルクドーム 📍タカハシソースエコーピア

カミケンシルクドームとタカハシソースエコーピアにあるトレーニングルームを、イベント開催時間中【無料】でご利用いただけます。

健康維持、体力増強、筋力UP、ダイエットなど、何か身体を動かしたい、けどきっかけがないそのあなた！ぜひこの機会にトレーニングルームをご利用ください。スタッフ一同、ご来館をお待ちしています！

※注意事項

- ・トレーニングルームは15歳以上（中学生は不可）の方がご利用いただけます。
- ・利用したい方は必ず室内用運動靴を持参してください。
- ・初めての方は登録手続きがあります。（無料）
- ・受付は以下の場所で行います。
カミケンシルクドーム⇒トレーニングルーム入口受付
タカハシソースエコーピア⇒タカハシソースエコーピア受付

無料健康チェックブース

無料であなたの健康状態をチェックします！
健康チェックブースを開催！

📍本庄総合公園エリア カミケンシルクドーム【明治安田生命】

- 血管年齢測定
- ベジチェック（野菜の摂取量測定）

📍タカハシソースエコーピア【本庄市保険課】

- 身体測定器具（握力、上体そらし、足指力）
- 全身反応測定器（音と光への反応時間を計測）
- 体組成計（全身及び部位ごとの体脂肪率や筋肉量などを測定）
- 血管年齢測定



スポレクフェスタ恒例！ 無料シャトルバスが 運行します！

シャトルバスで
会場を回ろう！



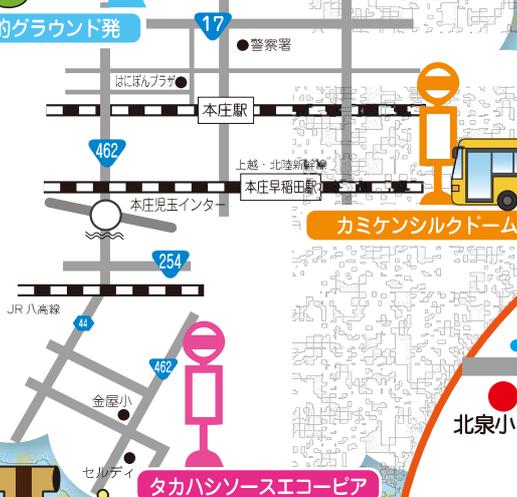
2

若泉多目的グラウンド発

時間	カミケンシルクドーム行き	タカハシソースエコーピア行き
10	30	00
11	30	10
12	30	20
13	30	30
14	30	40 (最終)
15	30 (最終)	



若泉多目的グラウンド発



カミケンシルクドーム

1

カミケンシルクドーム発

時間	若泉多目的グラウンド行き	タカハシソースエコーピア行き
10	00	30
11	00	30
12	00	30
13	00	30
14	00	30 (最終)
15	00 (最終)	

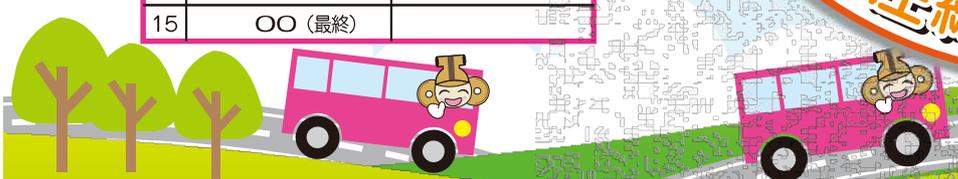


3

タカハシソースエコーピア発

時間	カミケンシルクドーム行き	若泉多目的グラウンド行き
10	00	35
11	00	45
12	00	55
13	00	
14	00	05 (最終)
15	00 (最終)	

本庄総合公園エリア



景品のご案内 来場者プレゼント



会場に来場、
体験に参加して
スポレク
オリジナルグッズを
もらおう！

イベント会場に来場してくれた方へプレゼント！

各エリアのインフォメーションセンターでお渡ししますので、来場したらまずお立ち寄りください！

※景品のデザインはイメージです ※景品は数に限りがあります。なくなり次第、配布を終了しますのでご了承ください。



オリジナル ミニタオル



📍 本庄総合公園エリア
(カミケンシルクドーム正面入口前)



オリジナル トートバッグ & ガリガリ君



📍 若泉運動公園
(武道館西側駐車場内)



はにぽんソース



📍 タカハシソースエコーピア
(タカハシソースエコーピア正面入口前)

体験に参加した方には…

スポーツはにぽん缶バッジ

各種目のスポーツはにぽんが
デザインされた缶バッジをプレゼント！

たくさん体験して目指せコンプリート！

※景品のデザインはイメージです ※景品は数に限りがあります。なくなり次第、配布を終了しますのでご了承ください。



キッチンカー出店



当日は本庄総合公園エリア（カミケンシルクドーム前広場）にキッチンカーなどの飲食店が出店します。お昼ご飯や休憩にぜひご利用ください。

※カミケンシルクドーム2階観覧席を飲食スペースとして開放しています。観覧席へは外階段をのぼり、2階出入口より入館してください。

無料足型測定会 in カミケンシルクドーム



スーパースポーツゼビオ（本庄早稲田店）による無料足型測定会を開催します！シューズ選びで困ったことやわからないこともご相談ください。

広報観光大使に岩田朋之選手が就任！



毎年、ロービジョンフットサル体験コーナーを実施してくれている元ロービジョンフットサル日本代表主将・岩田朋之選手（CA SOLUA 葛飾 所属）が本庄市広報観光大使に就任されました！当日は【若泉運動公園多目的グラウンド】に来場しますので、ぜひ会場へ足を運んでみてください！

本庄こだま千本桜マラソン大会を開催します！



本庄市スポーツ協会が主催する【本庄こだま千本桜マラソン大会】が、令和7年4月6日（日）に開催されます。大会の概要やエントリー情報などは広報ほんじょう12月号に掲載予定です。みなさまのご参加をお待ちしています！



スポレクフェスタ実行委員会のアカウント稼働中!!!



本庄市公式 SNS アカウントをフォローして本庄市の最新情報をゲットしよう！



公式 LINE アカウントで最新のイベント、防災、子育て情報をチェック！



笑顔になれる本庄市の魅力を発信中！ #本庄すまいる



最新の観光・市政情報をお届け！ てっ！ほんじょう



チャンネル登録をお願いします！ 本庄市広報チャンネル



注意事項とお願い

・体育館内での体験は、安全のため室内用運動靴を必ず着用してください。当日は雨天決行、荒天の場合中止となります。雨天の場合は一部種目が中止となる場合がありますのでご注意ください。荒天で中止となる場合は市 HP や市公式 LINE アカウント等でお知らせします。例年、会場駐車場は大変混雑します。会場間の移動はシャトルバスの利用を、会場周辺にお住まいの方は徒歩や自転車での来場にご協力をお願いします。

お問い合わせ ▶ 本庄市スポレクフェスタ実行委員会事務局（本庄市教育委員会スポーツ推進課内）
☎ 0495(25)1152 平日 8:30~17:15

※当日のお問い合わせ先（カミケンシルクドーム）☎ 0495(25)5677