

第21回高岡市民スポーツ大会「たかおかスポーツDAY」開催要項

- 1 趣 旨 子供から高齢者までが気軽に参加できる市民参加型のスポーツイベントとして、様々な運動や遊びをとおしてスポーツの楽しさや喜びを伝え、スポーツの習慣化を図る。
- 2 日 時 令和8年6月14日(日) 9:00～13:00 受 付：8:45～
- 3 会 場 竹平記念体育館
- 4 対 象 者 一般市民
- 5 参 加 料 無料

6 実施内容

- 開 会 9:00～9:10
- ・開会挨拶（市スポ協会長）
 - ・準備体操（市スポ協スポーツ専門員）

(1)小学生かけっこ教室【走り方の基本を学ぶ 走ることを楽しもう！】

- ・時 間 9:15～10:30 (受付：8:45～)
- ・講 師 アスリッシュ陸上スクールスタッフ
- ・対象・定員 小学3～6年生 50人
- ・申 込 令和8年6月5日9:00～(申込フォームからの申込)

(2)親子でチャレンジ「体力テスト」【自分の体力年齢を知ろう！】

- ・時 間 10:45～13:00 (受付：10:30～)
- ・申 込 令和8年6月5日9:00～(申込フォームからの申込)
- ・内 容 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び等の測定

(3)親子でエンジョイ「スポーツ体験」【色々な種目を楽しく体験しよう！】

- ・時 間 10:45～13:00 (受付：10:30～)
- ・申 込 不要 当日会場へお越しください
- ・内 容 気軽にできるスポーツ体験コーナー

(4)健康測定【自分の健康度を知ろう！】

- ・時 間 10:45～13:00 (受付：10:30～)
- ・定 員 「体ゆがみチェック」は20人、その他はなし
- ・申 込 「体ゆがみチェック」は令和8年6月5日9:00～(申込フォームからの申込)
その他は不要
- ・内 容 健康測定機器で「体組成」「血管年齢」「体ゆがみチェック」等の測定

(5)健康クイズ【健康について気軽に学ぼう！】

- ・時 間 10:45～13:00
- ・内 容 生活リズムクイズ、看護の仕事体験等

(6)同時開催プログラム

- ・市民スポーツ大会・健康ウォーク「竹平記念体育館周辺」コース 対象：歩こう会会員
- ・スポーツ普及指導者講習会 対象：市スポーツ推進委員

- 7 問合せ先 (公財)高岡市スポーツ協会
〒933-0044 高岡市古城1-8 東洋通信スポーツセンター内
TEL0766-26-5225 FAX0766-26-5210
E-mail: taikyo@takaoka-sports.jp