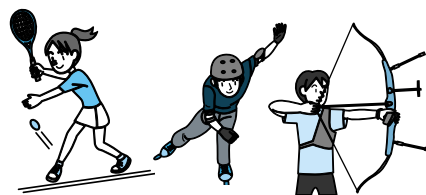




みたかスポーツフェスティバル



10月10日(体育の日)
午前9時30分～午後3時30分

三鷹市役所と一中、南浦小の各会場で！
⇒スポーツ振興課 ☎ 内線3326

第一会場(市役所中庭、体育館)

いろいろなスポーツと出会う場です。
特設ステージやたくさんのブースでのアトラクションも！

- 中庭特設ステージ
(午前9時30分～午後3時30分)
市内小学生から～大学生、市民によるダンス、チアリーディング、ダブルダッチが競演します(出演団体はポスター、ホームページなどで)
- 中庭ブース
ステージ前に楽しいブースがいっぱい！ソフトバレーボールユニフォームコンテスト(投票は午後2時30分まで、3時発表。当選者賞品ジブリ入場券)や障がい者スポーツ紹介、各種展示、軽食、ゲーム、販売ブースなど
- 第一体育館
珍しいスポーツが満載！
インディアカ体験 = 午前10時～11時30分
ソフトバレーボール体験 = 午前10時～11時30分

- 車椅子ダンス演技 = 午前11時30分～午後0時30分
日本女子体育大学新体操部の演技 = 午後0時30分～1時30分
インラインスケート体験 = 午後1時30分～3時30分
- 第二体育館屋内プール
水着、水泳帽子持参で。
「中高齢パワーで楽しむ水上運動会」 = 午前9時30分～11時50分(参加自由)
「長崎宏子のSWIM FOR LIFE!」 = 五輪出場3回の指導者が直接指導！
ピンポイントレッスン = 午後1時15分～2時。対象は25m以上泳げる市民。泳ぎのコツ教えます。当日、直接会場へ。先着50人。
小学生の親子スイミング = 午後2時～2時45分。対象は水泳が上手になりたい小学生と保護者。当日、直

- 接会場へ。先着30組。
- 第二体育館アーチェリー場
アテネ五輪で話題のアーチェリーを体験(午前のみ)。初心者対象で基本的な打ち方から。目指せ北京！
- 雑木林・福祉会館駐車場
アウトドア体験！フリークライミングや三鷹市スカウト協議会による各種テクニックの紹介。宝ひろい、パン食いゲームも。
- 相撲場
三鷹じゃめったに見られないお相撲さんが登場！土俵に上がった挑戦者は絶品ちゃんこに舌鼓！
- 飲食ブース
公会堂北側でエネルギー補給！イス、テーブルもあり。
- 起震車、消防ブース
地震体験や防災意識の高揚に。



【注意事項】
会場に駐車場はありません。徒歩、自転車、公共交通機関をご利用ください。
体育館のイベント参加は屋内シューズ持参で。アトラクションは都合により変更・中止する場合がありますのでご承知ください。

第二会場(第一中学校)

指導を受けて初めてのスポーツに挑戦！

サッカーに挑戦！(午後)
試合の雰囲気もちよこっと体験！
フライングディスクに挑戦！
グラウンドゴルフに挑戦！(午前)
ゲートボールに挑戦！
南浦小隣のゲートボール場で。
太極拳に挑戦！(午前)
なぎなたに挑戦！(午前)
素足で行います。
卓球に挑戦！(午後)

小学生以上で初心者～中級者程度の方。ラケット持参で。
バスケットボールに挑戦！
3on3が体験できます。
テニスに挑戦！
対象は初心者。ラケットの用意あります。テニスシューズで(革靴などコートに傷つける靴は不可)。
体力測定で健康チェック！
骨密度、体脂肪計もあり。

第三会場(南浦小学校)

障がい者や親子が楽しく体を動かせる会場です！

巨大迷路
18×18mの迷路に挑戦。
一日動物園
ポニー乗馬体験(体重制限あり)や小動物との触れ合いコーナーなど。
ちびっこバッティングマシン
宝ひろい(午前11時と午後2時)
パン食いゲーム(正午から)



拝郷メイコ

斉藤こず恵

▼当日、直接会場へ。雨天の中止は午前7時30分の時点で決定します。
↓三鷹商工会 ☎ 49-3111
1・ ☎ 080-1097-3080 (当日)

三鷹ゆかりのジャズシンガー・斉藤こず恵ミニコンサート
本物の「鷹」と触れ合うコンサート
昔遊びコーナー(紙芝居、紙ヒョウ、ベゴマ、ケン玉ほか)
ジブリ美術館招待券、ジブリグッズなどが当たる抽選会
みたかモールコーナー、模擬店など。

三鷹商工会・市主催
10月2日(日)午前10時～午後4時(予定)、井の頭公園西園(三鷹の森ジブリ美術館)で雨天中止
三鷹の森音楽祭 第四小学校児童中心の吹奏楽、ジブリ美術館スタッフのバンド演奏や、ジブリ美術館企画展「アルプスの少女ハイジ展」にちなんだクイックロックン(スイス伝統音楽)演奏ほか。
CMで話題となり、スタジオジブリ第1回プロデュース作品としてリリースされた「どれどれの唄」でおなじみの拝郷メイコミニコンサート。

三鷹の森からハーモニー

三鷹の森
フェスティバル
2005

三鷹市長
メールマガジン
メッセージ、活動記録、部課長コラム、新着情報
三鷹市ホームページ・同携帯サイトから登録できます。

三鷹市 みる・みる・三鷹
広報番組
武蔵野三鷹ケーブルテレビ5ch
1日4回放送
9:30/12:00/19:30/23:30

●第223回(10月2日～15日)市民との協働による「家庭教育講座」/ちびっこ農業体験「稲刈り」

三鷹市市政情報番組
おはよう！三鷹市です
FMむさしの78.2MHz
月～金曜日10:20～25放送

広報みたかは三鷹市シルバー人材センター会員がお届けしています。
→シルバー人材センター ☎ 48-6721

Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books



「本の定番」ブックガイド
「アナタが読むべき名著が一目でわかる」
鷲田小彌太 著/東洋経済新報社
各専門分野ごとにこれはぜひ読む必要があると思える日本や世界の定番の名著を紹介するとともに、どんな本を選んだらいいかをわかりやすく解説しています。



「本の旅」
大河内昭爾 著/紀伊國屋書店
「三鷹文学散歩」を監修した市内在住の著者が、通信誌や新聞に連載した記憶に残る本や人との出会いに関するエッセイをまとめた一冊。昭和20年夏の終戦前後に激しく活字へ引かれた思い出や尽きることなく心の中を占めていた読書への思いが語られています。

ここで紹介した本をお読みに
なりたい方は、図書館までお問い合わせください。



Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books



「あなたのことが大好き」の絵本
50冊
赤木かん子 著/自由国民社
ひとりでも多くの読者に勇気を与え、支えになる絵本が見つかることへの著者の願いがこめられた1冊です。



「子どもたちの未来をひらく自由読書」
「関心をひきたす読書指導のコツ」
笹倉剛 著/北大路書房
自由読書を家庭、学校、地域で取り組むためのヒントが示されています。



「砂漠でみつけた一冊の絵本」
柳田邦男 著/岩波書店
絵本は子どものためだけでなく、おとなだからこその心に響く深い意味を発見できることがあります。おとなにすすめる絵本を多数紹介しています。

まもなく読書週間(10月27日～11月6日)
読書のたのしみ
本との出会い、読むたのしみを伝える本を紹介します。

Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books Books