



# 第35回

笑顔があつまる一日

第35回「区民スポーツの日」テーマ

# 「区民スポーツの日」

# 10月9日

令和5年

月・祝 スポーツの日  
8:30~15:30

## マラソン大会

参加申込みは締め切りました。

【コース】月島運動場及び月島・晴海周辺道路【スタート】9:00より順次スタート

※ファミリーの部は9:30より順次スタート

マラソン大会  
ゲストランナー

野口みずきさん

私からのメッセージです！



### 月島運動場

ティーバッティングコンテスト & ストラックアウト



### スポーツイベント 11:00~15:00

- 相撲体験コーナー  
※相撲体験コーナーのみ 11:30~15:00
- プラネットボウダリング | ゴルフクリニック
- ジャンボダーツ | 模擬店コーナー
- PKチャレンジ | パナナスライダー

### ステージイベント 8:30~15:30

- 開会式
- マラソン大会表彰式
- 力士によるパフォーマンス
- チアリーディング
- 少林寺拳法演武
- ダンス
- 月島太鼓
- 民謡
- チアダンス
- 太極拳演武
- ダンス
- ダブルダッチ
- 閉会式
- お楽しみ抽選会

※当日は、手話通訳者を配置しています。

### 都立晴海総合高校

11:00~15:00

- キンボール体験コーナー ※室内用運動靴をご持参ください。
- 体カテストコーナー | グラウンドゴルフ
- ジャンボトランポリン | ショットガンタッチ
- スポーツ輪投げ「クオリティ」

- テニスクリニック
  - ① 11:00~12:15 子ども・初心者体験レッスン (おむね小学校4年生以上の初心者)
  - ② 13:15~14:30 一般レッスン (小学校4年生から参加可)
- ※事前申込制です。 ※区内在住・在勤・在学者

### 晴海中学校

11:00~14:40

元読売ジャイアンツ 高橋由伸さんによる  
少年少女 野球クリニック

- ① 11:00~12:20 (小学校1~3年生)
- ② 13:20~14:40 (小学校4~6年生)

※事前申込制です。 ※区内在住・在学の小学生



高橋由伸さん

バスケットボール 元日本代表 栗原三佳さんによる  
少年少女 バスケットボールクリニック

- ① 11:00~12:20 (小学校1~3年生)
- ② 13:20~14:40 (小学校4~6年生)

※事前申込制です。 ※室内用運動靴をご持参ください。 ※区内在住・在学の小学生



栗原三佳さん

### 月島第三小学校

11:00~15:00

- プールイベントコーナー
- ① 11:00~12:00 (カヤック体験)
- ② 12:00~15:00 (遊泳時間)
- ※水着、水泳帽、タオル、ゴーグル等をご持参ください。
- ※就学前のお子さんは保護者と一緒にご参加ください。
- キッズテニス体験コーナー
- ① 11:00~11:20
- ② 11:40~12:00
- ③ 13:40~14:00
- ④ 14:20~14:40
- ⑤ 13:00~13:20
- ※室内用運動靴をご持参ください。
- 障害者スポーツ体験&ニュースポーツコーナー
- ① 11:00~13:00
- ② 13:00~15:00 (障害のある方のみ) (どなたでも参加可)



# 第35回「区民スポーツの日」10月9日

主催：「区民スポーツの日」実行委員会・中央区・中央区教育委員会・中央区体育協会

スポーツの日 8:30~15:30

## 晴海中学校

**バスケットボール元日本代表 栗原三佳さんによる少年少女バスケットボールクリニック**

会場/体育館  
時間/①11:00~12:20(小学校1~3年生)  
②13:20~14:40(小学校4~6年生)

※事前申込制です。 ※室内用運動靴をご持参ください。  
※区内在住・在学の小学生

**元読売ジャイアンツ 高橋由伸さんによる少年少女野球クリニック**

会場/校庭  
時間/①11:00~12:20(小学校1~3年生)  
②13:20~14:40(小学校4~6年生)

※事前申込制です。 ※区内在住・在学の小学生

## 晴海中学校

[体育館]  
バスケットボール元日本代表  
栗原三佳さんによる  
少年少女バスケットボールクリニック

[校庭]  
元読売ジャイアンツ  
高橋由伸さんによる  
少年少女野球クリニック

入口

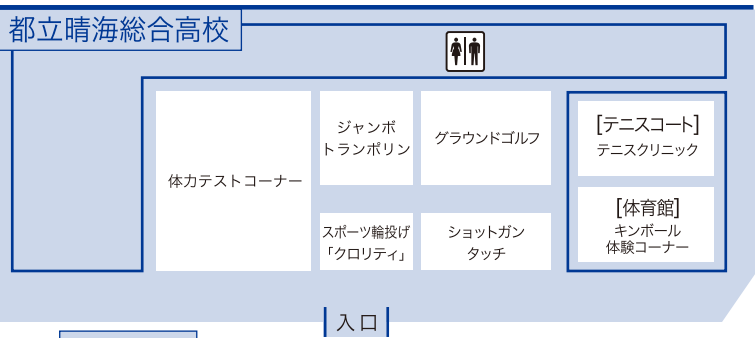
## 都立晴海総合高校

グラウンドゴルフ	ショットガンタッチ	スポーツ輪投げ「クロリテイ」
体カテストコーナー	ジャンボトランポリン	

会場/グラウンド 時間/11:00~15:00

**キンボール体験コーナー**

会場/体育館 ※室内用運動靴をご持参ください。 時間/11:00~15:00



**テニスクリニック**  
講師:中嶋康博プロ

会場/テニスコート

時間/①11:00~12:15  
子ども・初心者体験レッスン  
(おおむね小学校4年生以上の初心者)

時間/②13:15~14:30  
一般レッスン  
(小学校4年生から参加可)

※事前申込制です。  
※区内在住・在勤・在学者

会場案内図

## ステージイベント

会場/月島運動場内  
特設ステージ

時間/8:30~15:30

- |                     |             |
|---------------------|-------------|
| <b>開会式</b>          | 8:30~8:50   |
| <b>マラソン大会表彰式</b>    | 10:25~11:00 |
| <b>力士によるパフォーマンス</b> | 11:10~11:25 |
| <b>チアリーディング</b>     | 11:30~11:45 |
| <b>少林寺拳法演武</b>      | 11:50~12:05 |
| <b>太極拳演武</b>        | 13:40~13:55 |
| <b>ダンス</b>          | 14:00~14:15 |
| <b>ダブルダッチ</b>       | 14:20~14:35 |
| <b>閉会式・お楽しみ抽選会</b>  | 15:00~15:30 |
| <b>ダンス</b>          | 12:10~12:25 |
| <b>月島太鼓</b>         | 12:30~12:45 |
| <b>民謡</b>           | 13:00~13:15 |
| <b>チアダンス</b>        | 13:20~13:35 |

## 月島第三小学校

**障害者スポーツ体験&ニュースポーツコーナー**

会場/校庭  
時間/①11:00~13:00(障害のある方のみ)  
②13:00~15:00(どなたでも参加可)

**キッズテニス体験コーナー**

会場/体育館  
時間/①11:00~11:20  
②11:40~12:00 ③13:40~14:00  
④13:00~13:20 ⑤14:20~14:40

※室内用運動靴をご持参ください。

**ブルイベントコーナー** 会場/地下1階温水プール

時間/①11:00~12:00(カヤック体験) ※就学前のお子さんは保護者と一緒に参加ください。  
②12:00~15:00(遊泳時間) ※水着、水泳帽、タオル、ゴーグル等をご持参ください。

## 月島第三小学校

[校庭]  
障害者スポーツ体験&  
ニュースポーツコーナー

[体育館]  
キッズテニス体験コーナー

[地下]  
ブルイベントコーナー

入口

## 月島運動場



## 月島運動場

スポーツイベント会場/グラウンド  
時間/11:00~15:00(相撲体験コーナーのみ 11:30~15:00)

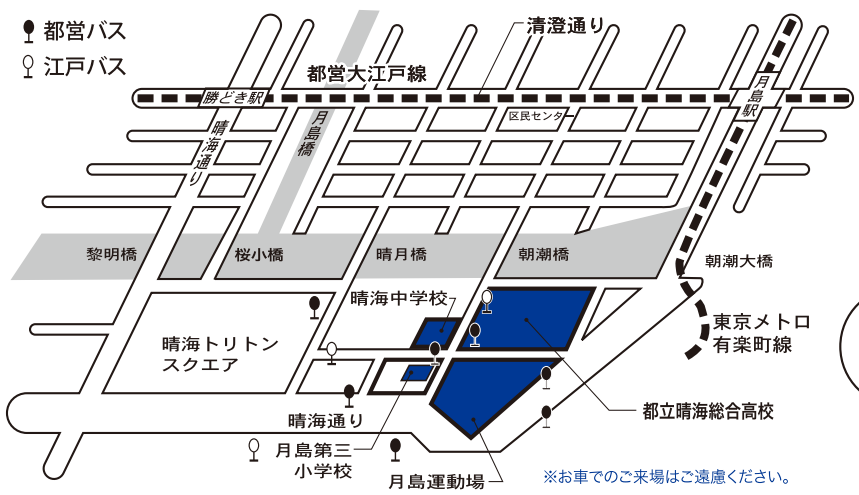
- |                        |          |             |          |
|------------------------|----------|-------------|----------|
| ティーバットコンテスト & ストラックアウト | 相撲体験コーナー | プラネットボルダリング | ジャンボダーツ  |
| PKチャレンジ                | ゴルフクリニック | 模擬店コーナー     | バナナスライダー |

## マラソン大会

時間/8:30~10:10 参加申込みは締め切りました。

コース/月島運動場及び月島・晴海周辺道路

競技種目  
10km 一般男子・女子の部  
5km 一般男子・女子・壮年の部  
2km 小学生(1・2年生)・(3・4年生)・(5・6年生)男子・女子の部  
ファミリーの部(2人1組)



地下鉄	大江戸線 有楽町線	月島駅10番出口から 徒歩8分
都営バス	錦13甲系統 錦糸町駅前 東15系統 東京駅八重洲口	晴海埠頭 深川車庫前
江戸バス南循環	中央区役所午前8時(始発)~10時20分出発の便 中央区役所午前10時40分以降出発の便	晴海一丁目下車 晴海一丁目下車 あるいは 新月島公園前下車 晴海区民館下車 朝潮橋南下車

※ご利用時間によって下車する停留所が異なりますので、ご注意ください。

「区民スポーツの日」公式ツイッター @chuo\_sports\_day

開催状況の確認方法

当日の午前5時30分(午前5時の時点での状況)以降中央区ホームページでも確認することができます。お電話によるお問い合わせはできません。  
[https://www.city.chuo.lg.jp/a0015/bunkakankou/sports/jigyoku/kumin\\_sports.html](https://www.city.chuo.lg.jp/a0015/bunkakankou/sports/jigyoku/kumin_sports.html)

こちらからもアクセスが可能です



問合せ先

中央区役所区民部スポーツ課内  
「区民スポーツの日」実行委員会事務局  
TEL.03-3546-5531  
※記載の内容は、変更または中止となる場合があります。