

第2回

# リフレッシュスポーツフェス

## 2025

幼児から高齢者の方まで！ 気軽に！  
さわやかな汗を流し健康チェック！



### 2025年10/19日 9:00~12:00

(開会式) (閉会式)



詳しくはこちらから

#### 会場

はなのきセンター、坂本小学校グラウンド・体育館  
(駐車場 坂本中学校グラウンド、高齢者専用駐車場は旧坂本幼稚園跡地)

#### 対象

坂本区民の幼児から高齢者の方。お一人様から予約なしで参加できます。

#### 申込

参加券は当日8時30分から本部席で配布します。  
又、9時以降から参加の方には各競技ブースでも随時配布します。

### 種目内容

#### <はなのきセンター>

- 健康チェック 20歳～  
①血圧・血流・血管年齢 ②骨密度 ③お肌年齢  
④ボイスクリニック (声紋で健康チェック)
- スポーツ吹き矢 20歳～

#### <体育館>

- 体力チェック 小学生～  
(反復横跳び、握力測定、立ち幅跳び、長座体前屈)
- カローリング 幼児～
- トランポリン 幼児～
- ポッチャ 幼児～
- ビーチボールバレー 小学生～
- ブレイクダンス教室 幼児～



#### <グラウンド>

- 50m走 幼児～
- ソフトボール投げ 幼児～小学生
- 輪投げ 幼児～
- ディスクゲッター 幼児～
- モルック 幼児～
- グランドゴルフ 小学生～
- 野球教室 幼児年長～小学生
- スケートボード教室 小学生～高校生  
(個人レッスン、元プロによる座談会・実演あり)



雨天の場合は坂本中学校体育館  
で開催し、フェス本部は小学校  
体育館に移動します。

### 特別イベント企画

#### スタンプラリー

参加者全員に  
素敵なプレゼント  
を用意しています。



#### ●キッチンカー集合!



#### ●焼きそば、たこ焼、 唐揚げ、クレープ予定



併設のフードコートで  
ゆっくりとお過ごしください。

#### ●閉会式後、フェス 参加者に餅投げ開催!



#### ●軽トラック市 坂本農産物加工品販売予定

■主催 坂本体育協会 ■後援 坂本公民館 ■協賛 坂本まちづくり協議会  
 ■協力 中津川地区交通安全協会坂本支部、坂本中学生ボランティア  
 ●問い合わせ先 坂本体育協会事務局 坂本公民館 ☎68-2001

このチラシは中津川市地域一括交付金を活用しています