





大森地区				
種目	会場	開催時間	内容	備考
ふるはま スポーツフェスティバル (一社) TOKYO BAY スポーツ&カルチャークラブ	大森ふるさとの浜辺 公園(多目的スポーツ場)	10:00~15:00	こども向けのかけっこ教室、誰もが参加できるホッケー・サーフィンなどの体験会、子育て世代向けのヨガ・バランスボールエクササイズ体験会を実施します。バランスボールエクササイズはお子様と一緒に参加できます。託児所もあります。※ヨガは事前申込制です。(先着順・2回開催・定員各30名) 左側の二次元コードからお申し込みください。	
ビーチスポーツ&サッカー体験会 (一社) TOKYO BAY スポーツ&カルチャークラブ	大森ふるさとの浜辺 公園(ビーチバレー場・ フットサル場)	10:00~15:00	ふかふかの真っ白な砂の上でビーチスポーツを体験してみよう。こどもも楽しめるビーチスポーツとしてデフビーチバレー、ビーチテニス、ビーチサッカー、ビーチフラッグスなどの体験会を行います。	地図 2の③
大田区の水辺をカヌーに乗ろう (大森青べかカヌークラブ)	大森ふるさとの浜辺 公園(浜辺エリア)	10:00~15:00	大田区の水辺を知るカヌー体験。概ね小学5年生以上の体力がある方、それ未満の小中学生は大人同伴。幼児は乗れません。当日申込制(先着順)、10:00受付開始。	
楽しい水泳教室 (大田区水泳協会)	平和島公園プール (平和島4-2-2)	10:00~15:00	ワンポイントレッスン(1人15分~20分)、タイム計測(25m、50m)、水中ウォーキングのレッスンをを行います。※水着、水泳帽、ゴーグルを持参してください。	地図 2の④
大田区少年少女ソフトボールまつり (大田区ソフトボール連盟)	平和島公園野球場 (平和島4-2-2)	10:00~15:00	スポンジ製のボールとバットを使用するベースボール型のスポーツ体験「ASOBALL(あそボール)」(幼児から参加できます)や「ベースボールファイブ体験会」を行います。その他にも、スピードガンコンテスト、ストラックアウトなどのアトラクションコーナーもあります。	地図 2の⑤
親子ふれあいボウリング (大田区ボウリング連盟)	平和島スターボウル (平和島1-1-1)	10:00~15:00	小学生(幼児不可)と親または祖父母でペアを組み、1人2ゲーム合計4ゲームを投球しその合計得点で順位を決定します。Aシフト10:00~12:00。Bシフト13:00~15:00。募集人数はA・Bシフトともに24組(48名)事前申込(先着順)申込先:平和島スターボウル ☎3768-9151	地図 2の⑥
ジュニアアーチェリー体験会 (大田区アーチェリー協会)	平和の森公園 アーチェリー場 (平和の森公園2-1)	10:00~15:00	指導員の補助のもと、的あて、風船割りを通してアーチェリーを体験できます。(参加対象:小学生 体験時間:40分交代)	地図 2の⑦
相撲体験 (大田区相撲連盟)	平和の森公園相撲場 (平和の森公園2-1)	10:00~15:00	相撲の基本動作や取り組みを体験していただきます。(持ち物:お持ちの方はまわし、タオル、飲み物)	地図 2の⑧
みんなでサッカー (大田区サッカー協会)	森ヶ崎公園 サッカー場 (大森南5-2-111)	10:00~15:00	・[元日本代表]鈴木隆行さんのサッカー教室:対象は小学5・6年生 ・親子サッカー:お父さん、お母さん、お子様と一緒にゲーム ・キックターゲット:目標目指してシュート ・ウォーキングサッカー:年齢問わず歩いてサッカーゲーム	地図 2の⑨
ONE TEAMでラグビーにチャレンジ! (大田区ラグビーフットボール協会)	森ヶ崎公園 フットサル場 (大森南5-2-111)	10:00~15:00	スクラムやタックルなど無い安全なラグビーなので、未経験者も参加できます。ラグビー基本のボールの投げ方、タグの取り方、トライの方法、ボールゲームなど。広いグラウンドで楽しく身体を動かしましょう。	
みんなでLet's体力測定 (大田区スポーツ推進委員協議会・大田区青少年委員会)	大森第二中学校 (大森北6-18-1)	10:00~15:00	自分の体の状態を知ることができます。毎年測定をして比較してみましょう。	地図 2の⑩
みんなで楽しむ!カンフーと 武術太極拳初心者無料講習会 (大田区武術太極拳連盟)	池上文化センター (池上4-21-13)	10:00~12:00	美容と健康増進効果のある武術太極拳とカンフー。幅広い年齢の皆様にスポーツによる健康づくりを体験いただけます。事前申込制(当日参加も可)。申込先:[Eメール] otaku_taiyokuken@hotmail.co.jp	地図 3の⑪
フォークダンスとレクリエーションダンス (大田区フォークダンス協会)	池上会館 (池上1-32-8)	10:00~15:00	初めての人でも気軽に踊れるフォークダンスとレクリエーションダンスを指導します。ともに踊りを楽しみましょう!講師による指導タイム、サークルによるデモタイム、リクエスト(希望曲)を踊るタイムの三部構成です。 ※革靴や3cm以上のヒールは使用できませんのでご了承ください。	地図 3の⑫
硬式野球親善試合 (大田区硬式野球連盟)	大田スタジアム (東海1-2-10)	10:00~15:00	3チームによる交流戦を行います。試合に出場することはできませんが、観戦をお楽しみください。	地図 2の⑬
ソフティテニス体験教室 (大田区ソフティテニス連盟)		10:00~15:00	ラケットの握り方から、体験者のレベルに合わせて指導します。マンツーマンによるラリーの練習から、簡単な試合まで体験できます。	
大田区商店街にあるもんで 散歩 (一社) 散歩ネットワーク)	青少年交流センター ゆいっつ (平和島4-2-15)	10:00~15:00	散歩とは、日常の中の小さな気づきや出会いを見つけに、散歩のようにゆったりと気の向くままに自転車で街を巡る楽しみ方です。大田区の2つ(羽田・大森)の商店街に自転車で立ち寄り、その道のみを楽しみながら海苔や漁師町の歴史・食文化・健康について学びます。【事前申込制】詳細は二次元コードよりHPをご覧ください!	地図 2の⑭
楽しく遊ぼうバスケットボール (NPO法人ピボットフット)	馬込中学校 (西馬込2-35-6)	10:00~15:00	シュートコンテストやドリブルスキルタイムトライアル等、バラエティに富んだコーナーで楽しく親子と一緒にバスケットボールを体験してください。	地図 3の⑮
調布地区				
あつまれ!体力測定・体組成測定 (大田区スポーツ推進委員協議会・大田区青少年委員会)		10:00~15:00	ご自分の体力測定を行ってみませんか?測定方法はスポーツ庁の新体力測定に準拠しています。また、体組成測定器で筋肉量や体脂肪のチェックもできます。	
ほねつき健康相談 (東京都柔道整復師会大田支部)	田園調布せせらぎ館 (田園調布1-53-12)	10:00~15:00	区民無料健康増進相談(関節痛・スポーツ外傷)、運動法指導他テーピングによる固定指導。	地図 3の⑯
今日は1日エクササイズ (一社) 田園調布グリーンコミュニティ)		10:00~15:00	どなたでも気軽に参加できるプログラムです。ご家族揃ってお越しください。10時~シニア健康体操、11時~歌って喉トシ、12時~初めての太極拳、13時~みんなでチア体験、14時~健活ウォーク。 問合せ先:[Eメール] jimukyoku@den-green.com	
スポーツいろいろ体験ツアー (洗足池ウォリアーズ・KBS-CREW)	洗足池小学校 (南千束3-35-2)	10:00~15:00	いろいろなスポーツにチャレンジしよう!小学生対象(一部は幼児、中学生以上も可)。フラッグフットボール・走り方・なわとび・チアリーディング・ヒップホップ・バスケットボール・硬式テニス・整骨院体験コーナー。詳細は洗足池ウォリアーズウェブサイトに掲載します。 https://warriors-senzokuike.jimdosite.com (持ち物:なわとび)	地図 3の⑰
グラウンド・ゴルフ体験教室 (大田区グラウンド・ゴルフ協会)	東調布公園野球場 (南雪谷5-13-1)	10:00~15:00	こどもからご年配の方まで簡単にグラウンド・ゴルフを楽しむことができます。	地図 3の⑱
蒲田地区				
民謡指導 (大田区民謡連盟)		10:00~15:00	大勢の区民の方々と共に民謡を楽しく踊るように指導します。みんなで身体を動かし健康づくりをしましょう。	
卓球を楽しむ会 (大田区卓球連盟)	区民プラザ (下丸子3-1-3)	10:00~15:00	初心者も安心、貸出ラケットもあります。ラージボールも体験できます。希望者には指導も行います。ラケットをお持ちの方は持参してください。	地図 5の⑳
ほねつき健康相談 (東京都柔道整復師会大田支部)		10:00~15:00	痛みの相談、テーピングの指導を中心に当日受傷者の手当ても行います。	
誰とでも踊れる楽しいダンスパーティー (大田区ダンススポーツ連盟)	カムカム新蒲田 (新蒲田1-18-16)	10:00~15:00	午前の部:初心者対象の講習(幼児・小学生等も含む) 午後の部:全員参加のダンスパーティー(午前の講習会参加者も一緒に!!) 女性のダンスシューズは必ずヒールカバーを装着してください。	地図 1の㉑
太極拳をやってみよう (修功会)	蒲田小学校 (蒲田1-30-1)	13:00~15:00	太極拳愛好家による集団演武。太極拳初心者向けの体験会。日頃運動不足の方、健康が気になる方、太極拳に興味がある方、ぜひご参加ください。	地図 1の㉒
運動適性テスト(体力テスト) (大田区スポーツ少年団本部)	東蒲小学校 (東蒲田1-19-25)	10:00~15:00	体力と体力年齢(30歳以上対象)を測定します。5種目、雨天時4種目。参加者全員に判定証(1級~5級・敢闘賞)を差し上げます。※14:30受付終了	地図 1の㉓
バドミントンしませんか? (大田区バドミントン協会)	矢口区民センター (矢口2-21-14)	10:00~15:00	コートに入り、バドミントンで汗を流しませんか?初めての方も貸し出しラケットとニューシャトルで楽しめます。	地図 5の㉔



## 糀谷・羽田地区

種 目	会 場	開催時間	内 容	備考
体力測定・ニュースポーツ体験  (大田区スポーツ推進委員協議会・大田区青少年委員会)	萩中小学校 (本羽田3-4-22)	10:00~15:00	久しぶりに体力測定してみませんか?体組成測定器による筋肉量や体脂肪の測定、健康相談、ニュースポーツも行うことができます。	地図 4の26
インディアカ体験  (大田区インディアカ連盟)	萩中文化センター (萩中1-7-30)	10:00~15:00	赤い羽根が付いたボールを使い、バレーボールに似たルールでゲームをします。基本動作の指導を受けたら、楽しくゲームをやりましょう!	地図 4の27
キッズ・アクアスロン大会  (大田区トライアスロン連合)	萩中公園 プール・野球場 (萩中3-26-46)	10:00~15:00	水泳とランニングを合わせたスポーツです。スイマーとランナーはどちらが速いかな?事前申込制。詳細はホームページをご覧ください。 HP: <a href="http://otatriathlon.web.fc2.com">http://otatriathlon.web.fc2.com</a>	地図 4の28
ビームライフル射撃体験 (大田区ライフル射撃協会)	コミュニティ センター羽田旭 (羽田旭町7-1)	10:00~15:00	ビームライフル射撃は、弾の代わりに光線を発射するので危険はありません。国民スポーツ大会の正式種目でもあります。初めての方でも係員が親切にお教えいたします。	地図 4の29

## 多摩川緑地

こども乗馬教室  (大田区馬術連盟)	多摩川ガス橋緑地 (下丸子2丁目先)	10:00~15:00	在来馬4頭による引き馬による乗馬を体験できます。小学生以下のこどもが対象です。*ヘルメット貸出あり	地図 5の25
タイムトライアル  (大田区陸上競技協会)	多摩川緑地 区民広場トラック (西六郷二・三丁目地先)	10:00~15:00	50m・100m・1000m走、親子合わせてヨーイドン。タイムを教えてくださいよ! *前日雨天でも中止になる場合があります。	地図 6の30

## 地域会場 (連携イベント)

第64回糀谷地区連合運動会  (糀谷地区自治会連合会)	糀谷中学校 (西糀谷3-6-23)	9月28日 8:30~15:00	50m走・100m走、お子様レース、シニア・来賓レース、防災バケツリレー、むかで競争など	地図 4の31
六郷ウォークラリー大会  (青少年対策六郷地区委員会)	六郷地域力推進 センターほか (仲六郷2-44-11)	10月5日 9:00~12:00	コマ図をもとに六郷地区をゲームや問題を解きながら歩いて回ります(小学4年生以下は保護者同伴)。完全事前申込制(当日参加不可)。 問合せ先:六郷特別出張所 ☎3732-4885	地図 6の32
第33回雪谷地区9自治会スポーツまつり  (雪谷地区9自治会スポーツまつり実行委員会)	雪谷小学校 (南雪谷3-9-23)	10月5日 9:30~15:00	大人とこどもの玉入れ、じゃんけんリレー、あめ取り競争、大人とこどもの二人三脚、パン取り競争、世代別リレーなど	地図 3の33
池上地区ポッチャ交流会  (青少年対策池上地区委員会)	池上会館 (池上1-32-8)	10月19日 9:00~12:00	池上地区内の3小学校の親子及び自治会・町会によるポッチャ交流会を行います。パン食い競争も行います。 (持ち物)上履き、外履き用袋、タオル	地図 3の12
第29回鶴の木地区連合運動会 (鶴の木地区町会連合会)	大森第七中学校 (南久が原1-3-1)	10月19日 9:30~15:00	・運動会競技12種目 ・昼休みアトラクション(大森七中吹奏楽、多摩川鶴の木太鼓ほか) *雨天時は体育館で【午前中のみ】実施します。室内履きをご持参ください。	地図 3の34
第36回ふれあい久が原大運動会  (久が原地区自治会連合会)	久原小学校 (久が原4-12-10)	10月19日 9:00~15:00	小学生向けリレー、自治会対抗競技、自由参加競技ほか	地図 3の35
第15回かまにしふれあい運動会 (青少年対策蒲田西地区委員会)	ふれあいはずめま (西蒲田3-19-1)	10月19日 9:30~12:00	玉入れ、防災障害物競走、リレー、パン取り競争など *雨天時は体育館で実施します。室内履きをご持参ください。	地図 1の19
第29回千束地区スポーツ祭り (千束地区スポーツ祭り実行委員会)	洗足池小学校 (南千束3-35-2)	10月26日 9:15~16:00	千束地区在住・在学のあらゆる年代の方を対象に、12個のプログラムを実施します。 *雨天時は体育館で実施します。室内履きをご持参ください。	地図 3の17

# 秋のウォーキングイベント

日時: 令和7年10月26日(日) 午前9時~正午

受付時間: 午前8時45分から午前9時 小雨決行

対 象: どなたでも \*小学生以下の参加は、保護者の同伴が必要です。

申 込: 事前申し込み不要です。当日、会場にてお申込みください。

コース(予定): 本蒲田公園~矢口せせらぎ公園

詳細は(公財)大田区スポーツ協会のHPをご確認ください。

大田区スポーツ協会HP: <https://www.sportsota.or.jp>

問い合わせ先: (公財)大田区スポーツ協会 Tel 03-5748-5400

事前申込  
不要

参加  
無料



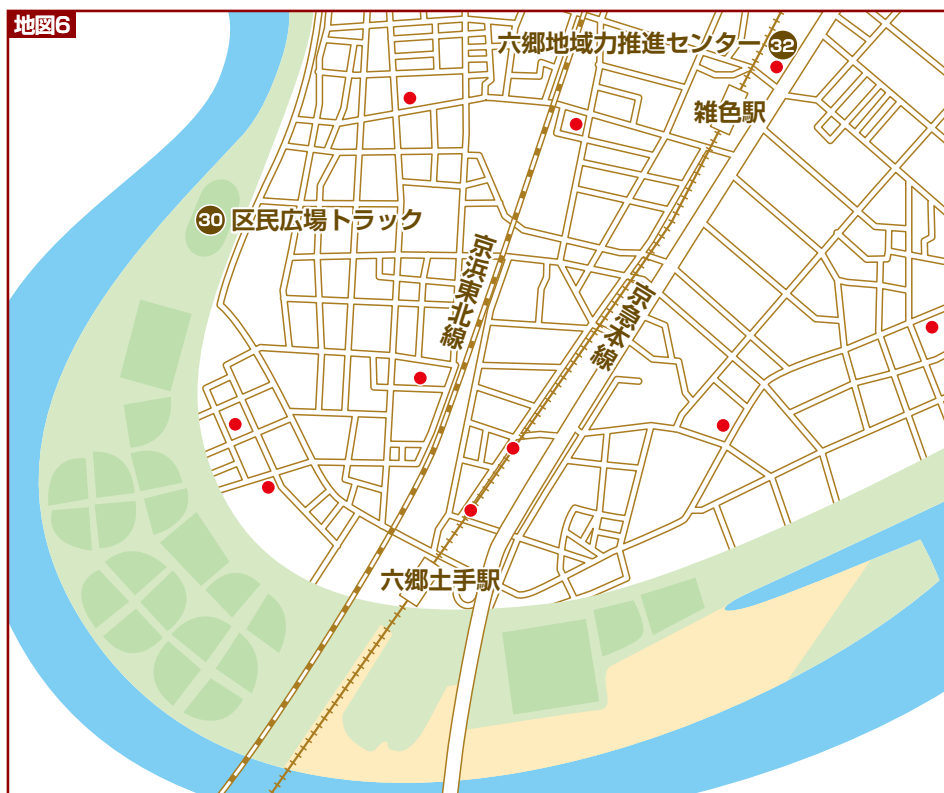
主催/大田区区民スポーツまつり実行委員会・大田区 主管/公益財団法人大田区スポーツ協会

協力/大田区自治会連合会・大田区青少年対策地区委員会会長会・大田区スポーツ推進委員協議会・大田区青少年委員会・大田区立小学校PTA連絡協議会・大田区立中学校PTA連合協議会・大田区少年少女団体協議会

\*区内で区民を対象にスポーツ、レクリエーション活動を実施している団体で、令和8年度第43回企画参加希望団体はご相談ください!



# 開催会場の案内概略図



## 大田区コミュニティサイクル コミュニティサイクルのご利用 (令和7年7月現在)

最寄り駅から少し遠い会場へお越しの方、  
複数会場にお出かけの方はぜひこの機会にご利用ください。  
地図上の●がサイクルポートです。  
詳細はウェブサイトへ！交通ルールを守りましょう。

まずは会員登録!!約5分で登録完了、すぐ利用可能♪

<https://docomo-cycle.jp/ota/> 電話(有料): 0570-783-677



Unique 大田区の魅力を発信中!  
大田区シティプロモーションサイト  
「UniqueOta/ユニークおおた」



▲シティプロモーションサイト  
「Unique Ota/ユニークおおた」



▲SNSも要チェック!  
X (旧Twitter) (@Unique\_Ota)