

「春のイベント」は新たな展開に！！

# 第4回桜まつり&スポーツ体験

桜を楽しむ！  
健康を楽しむ！  
コミュニティーを育む！

# 桜まつり

日時：2025年 **3月29日** (土) 10:00~15:00

場所：旭が丘中央公園グランド  
&地区センター

— 小雨決行（内容一部変更）、強風・荒天の場合は中止 —

## 桜鑑賞エリア・グルメゾーン

- イカ焼き
- ケバブ
- ラザニア
- アラビータ
- ハーブチキン
- アジアンご飯
- 福生ドッグ
- 唐揚げ
- クレープ
- 缶ジュース
- 綿あめ
- パン・クッキー
- パウンドケーキ
- ポップコーン
- マシュマロ焼き
- 手焼せんべい
- もちもちポテト
- 焼きそば

## スポーツ体験ゾーン

- 【スポーツ体験】 ★ **スタンプラリーがあります**
- レクボッチャ
  - モルック
  - おてたまホイ!!
  - ブラインドサッカー
  - 握力
  - 上体おこし
  - 長坐体前屈
  - ハンドロウル
  - ターゲットボッチャ
  - レットドルフィンズ
- 【ミニ体力測定】

<スポーツ体験に参加される皆さんへ>  
①お酒を飲まれた方の参加はご遠慮ください  
②体調面への配慮はご自身の判断をお願いいたします

★裏面に「会場レイアウト・スポーツ体験の説明」が掲載されています！

【主催】旭が丘桜まつり&スポーツ体験実行委員会

【協賛】旭が丘上の原自治会・旭が丘商工連合会・社会福祉法人東京光の家

※会場には駐車場がございませんので、公共交通機関でお越しください。

※お問合せ：旭が丘桜まつり&スポーツ体験実行委員会（田村：090-9100-6106）



# 第4回桜まつり&スポーツ体験MAP

当日レイアウトが変更となる場合があります



## スポーツ体験ゾーン

※スポーツ体験ゾーンにはブルーシートなどは敷かないでください!

<地区センター内>

①ハンドロウル  
ハンドロウルは、カーリングみたいなスポーツだよ。丸いストーンを転がして、的に当てて点数を競うよ!



②レクポッチャ  
赤と青のボールを投げて、白いボールが一番近づけたチームが勝ちだよ!



<グラウンド>  
③モルック  
木の棒を投げて、数字の書かれた木を倒すゲーム。ポウリングみたいで楽しいよ!



④ターゲットポッチャひの  
ポッチャボールを投げて、点数のついた輪の中に入れるよ。高い点を狙おう!



⑤おてだまホイッ!!  
おてだまを9つの穴に投げてピンゴを作るゲーム! たくさん入れて高得点をねらおう!



⑥ブラインドサッカー  
目が見えない人も楽しめるサッカーだよ!  
音が出るボールを使って、声をかけ合いながらプレーするよ!



⑦レッドドルフィンズ  
レッドドルフィンズコーナーです!



⑧体力測定  
●テスト1 握力  
手で物をつかむ力のことだよ。ギュッと強くにぎることで、どれくらい力があるかはかるよ!



●テスト2 上体おこし  
おなかの力をつかって、寝たところから体を起こす運動だよ。おなかの力くらべ!



●テスト3 長座体前屈  
足をまっすぐのばして座って、体を前にぐーっと倒す運動だよ。どれくらい体が柔らかいかをはかるよ!

## <スタンプラリー>

スタンプカードは本部(受付)で渡します。先着500名とさせていただきます。スポーツ体験の種目毎にスタンプを1つ押します。スタンプの数に応じてプレゼントをあげます。プレゼントは当日のお楽しみ!!