

スポーツの日はみんなで楽しく運動しよう!

わころスポーツ祭り

10/9 月・祝
9:00~15:30

会場 和光市総合体育館
和光スポーツアイランド
和光市運動場
和光市民プール

参加費
無料

※和光市総合体育館 8:00~開館いたします

特別
企画

石川佳純
47都道府県サクスツアー
in 埼玉・和光市
9:30-12:00



卓球教室&トークショーを観覧できます!

※卓球教室・トークショーの参加はできません。ご了承ください。

石川佳純さん 元卓球女子 日本代表

ロンドンオリンピックで史上初のシングルス4強入り。リオデジャネイロオリンピック団体で銅メダルを獲得。2017年世界選手権では、混合ダブルスで日本人選手48年ぶりとなる優勝を果たす。2021年東京オリンピックでは、日本のキャプテンとしてチームを引っ張り、団体で銀メダルを獲得。オリンピック三大会連続のメダル獲得。

※詳細はホームページをご覧ください。

- ★運動ができる服装でお越しください。
- ★屋内で実施するプログラムは室内履きが必要となりますので、ご持参ください。
- ★脱いだ靴を入れる袋は各自でお持ちください。

最新情報はホームページをご覧ください

<https://wako-sp-matsuri.com>



タイムスケジュール

場所/時間	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00
和光市総合体育館	メインアリーナ	開会式 9:00~9:30	石川佳純47都道府県サンクスツアー in 埼玉・和光市 卓球教室・トークショー(観覧のみ) 9:30~12:00		1部 明日夢プロジェクト (バレーボール) 12:30~13:45		2部 明日夢プロジェクト (バレーボール) (観覧のみ) 14:15~15:30
	サブアリーナ	最先端のARスポーツ テクノスポーツHADO 9:30~15:30 ※雨天時12:00~15:30		視覚トレーニング スープリュームビジョン 9:30~15:30		新体力テスト 13:00~15:30	
	軽スポーツ室	ボクシング体験 1部 9:40~10:20 2部 10:30~11:10 3部 11:20~12:00		太極拳・健身気功・カンフー初心者体験 1部 13:00~14:00 2部 14:15~15:15			
	柔道場	自分のからだを知ろう! 無料体組成測定 インボディ・AGEs測定 9:30~15:30					
	剣道場	スタジオプログラム体験 ①ストレッチ9:45~10:15 ②やさしいヨガ10:30~11:00 ③背骨コンディショニング11:15~11:45	少林寺拳法の技を使った"護身術"体験 1部 13:00~14:00 2部 14:00~15:00				
	研修会議室(講座)	(講座) スポーツを楽しむということ そのために指導者や 保護者が出る事 11:15~12:15	(講座) ファッションモデル体験 &UV実験 12:30~13:30	(講座) スポーツ 栄養セミナー 13:45~14:45			
	ロビー	総合受付/和光ブランド企業 出展 9:30~15:30					
	トレーニング室	トレーニング室 無料開放 10:00~22:30					

場所/時間	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00
運動場	野球場	1部 ベースボール ファイブ体験 9:45~10:45	2部 ベースボール ファイブ体験 11:00~12:00				
	庭球場	ソフトテニスにチャレンジ!! 10:00~14:00					
和光スポーツアイランド	野球場	里崎智也「野球教室」(観覧のみ) 10:00~14:00					
	庭球場	1部 凸凹支援 スポーツ教室体験 (要事前申込) 10:00~10:50	2部 凸凹支援 スポーツ教室体験 (要事前申込) 11:10~12:00	1部 テニス教室体験 13:15~14:15	2部 テニス教室体験 14:30~15:30		
	サッカー場	浦和レッズハートフルクラブ サッカー教室(観覧のみ) 10:00~12:00					
	フットサル場	エンジョイフットサル 10:00~15:00					
	ソフトボール場 クレイサッカー場	わこスポで遊ぼう! 施設無料開放&遊具貸出 9:30~15:30					
樹林公園	管理事務所 まえ	午前の部 はっぱで切り絵/葉脈アート 10:00~12:00		午後の部 はっぱで切り絵/葉脈アート 13:00~15:00			
	屋根付き 広場	1部 ボーイスカウトからの5つの挑戦 9:30~12:00		2部 ボーイスカウトからの5つの挑戦 13:00~15:30			

特集!わこスポーツ祭りを盛り上げてくれる皆様を紹介します!

和光市総合体育館

9:40~12:00

オリンピック競技種目 ボクシング体験

参加賞
あり

当日
自由参加

晝田(ひるた) 瑞希さん

日本の女子プロボクサー。岡山県岡山市出身。スタイルはサウスポー。第4代日本女子フライ級王者、第9代WBO世界女子スーパーフライ級王者。



12:30~15:30

1部のみ
自由参加

明日夢 プロジェクト(バレーボール)

観覧できます

※1部(12:30~13:45)のみ当日参加可能

櫻井由香さん(元 デンソーエアリービーズ)

グランドチャンピオンズカップ銅メダル 2001年
V・プレミアリーグ準優勝 2007年
北京オリンピック出場 2008年

榎谷佳奈さん(元 NECレッドロケッツ)

ジュニア世界選手権出場 1993年
第3回Vリーグ優勝 1996年
第46回黒鷲旗優勝 1997年



落合一貴さん(元 東レアローズ)

V.LEAGUE優勝 2016/17
天皇杯優勝 2016年
茨城国体優勝 2019年



和光スポーツアイランド



10:00~14:00

元プロ野球選手 里崎智也「野球教室」

観覧できます

※参加はできません。ご了承ください。

里崎 智也さん

元プロ野球選手(捕手、右投右打)、野球解説者、野球評論家、千葉ロッテマリーンズスペシャルアドバイザー、タレント、YouTuber、ビックリマン終身名誉PR大使。現役時代はロッテの正捕手として1度のリーグ優勝、2度の日本シリーズ優勝に貢献。2006年のWBCでは正捕手として日本代表に貢献している。



10:00~12:00

浦和レッズハートフルクラブ サッカー教室

観覧できます

※参加はできません。ご了承ください。

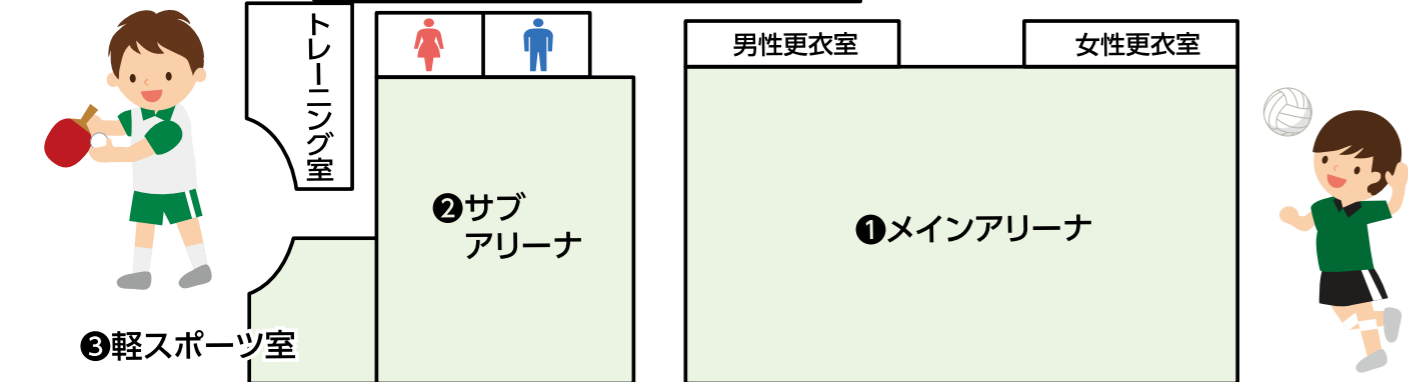
浦和レッズは、「こころ」を育むことをテーマに、サッカーという素晴らしいスポーツを通じ、より多くのコミュニケーションが誕生する活動を行っています。その一つが浦和レッズハートフルクラブです。



和光市総合体育館 会場図

※雨天時は一部プログラムが変更となります。
朝7時頃にホームページでお知らせいたします。

2階



無料開放

2階 トレーニング室

高校生以上は無料でご利用いただけます。
10:00～22:30
定員:25名※2時間入れ替え制
※利用者証をお持ちください。
※お持ちでない方は受付スタッフにお申し付けください。
※2時間入れ替え制です。延長利用はできません。
※トレーニング室は10時までご利用できません。

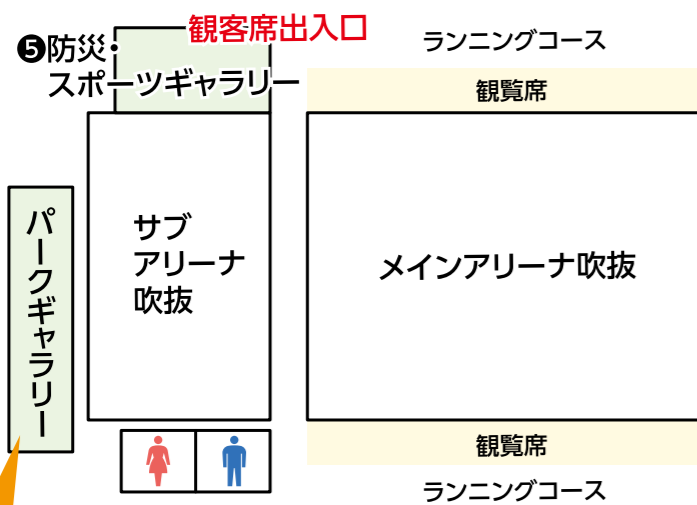
2階 サブアリーナ

バスケットボール 無料開放
18:00～22:30
定員:30名※2時間入れ替え制
※利用者証をお持ちください。お持ちでない方は受付スタッフにお申し付けください。
※ボールは無料でお貸しします。数に限りがございますので、予めご了承ください。
※2時間入れ替え制です。延長利用はできません。
※試合形式のご利用はできません。シュート練習やパス練習のみのご利用となります。
※小学生以下のご利用は18時までとさせていただきます。(保護者もしくは大人・指導者同伴の場合は、20時まで可)
※中学生のご利用は、18時30分までとさせていただきます。(保護者もしくは大人・指導者同伴の場合は、21時30分まで可)
※ゴールの高さについて 20時まではこどもの高さ 20時以降は大人の高さ

2階 メインアリーナ

バドミントン・卓球 無料開放
18:00～22:30
定員:バドミントンコート・卓球台が埋まり次第
※利用者証をお持ちください。お持ちでない方は受付スタッフにお申し付けください。
※ラケット・シャトル・ボールは無料でお貸しします。数に限りがございますので、予めご了承ください。
※2時間入れ替え制です。延長利用はできません。
※小学生以下のご利用は18時までとさせていただきます。(保護者もしくは大人・指導者同伴の場合は、20時まで可)
※中学生のご利用は、18時30分までとさせていただきます。(保護者もしくは大人・指導者同伴の場合は、21時30分まで可)

3階



3階 パークギャラリー

イートインスペースです。自由にご利用ください。
※席数に限りがございます

会場アクセス

- バス** 南口バスターミナル 1番乗り場より「司法研修所循環」行き「和光市総合体育館前」下車徒歩2分
- 駅** 和光市駅下車 徒歩20分
- P** 有料駐車場/172台 駐輪場/170台



その他いろいろ

4階 通路

骨密度測定や無料試飲会を行います♪
1年に1度は骨のチェックをしよう!
高校生以上から測定できます。
※混雑時はお待ちいただく場合がございます。



4階 弓道場

どなたでも観覧できます。
減多に見る事が出来ない
弓道を生で見よう!
一つ一つの所作がとても
美しい競技です。5月には
初心者教室もあります♪



和光市総合体育館 プログラム一覧

- 1 開催時間・体験の目安時間
- 2 対象者
- 3 定員



1 メインアリーナ わこうスポーツ祭り 開会式

1 9:00～9:30

どなたでもご覧になれます。
和光太鼓による演奏。迫力のある演舞をご覧くださいませ。
※観覧は3階よりご入場ください。混雑時は入場を制限する場合がございます。

ゲスト
元卓球女子日本代表
石川佳純さん
WBO世界女子
スーパーフライ級王者
豊田(ひるた)瑞希さん

1 メインアリーナ

石川佳純47都道府県 サックスツアー in 埼玉・和光市

1 9:30～12:00

卓球教室・トークショーを
どなたでもご覧になれます。
※卓球教室・トークショーへの参加は出来ません。ご了承ください。観覧は3階よりご入場ください。混雑時は入場を制限する場合がございます。

1 メインアリーナ

～自分の運動能力を調べてみよう～ 新体力テスト

1 13:00～15:30(最終受付～15:15迄) / 約5～10分

2 どなたでも 3 なし

握力、上体起こし、反復横跳びなど、様々な体力テストを体験できます。

1 メインアリーナ

明日夢プロジェクト バレーボール教室

1 12:30～15:30

2 どなたでも 3 定員20名(1部のみ)

元Vリーグや元オリンピック代表選手による、バレーボール教室です。どなたでもご覧いただけます。
※1部(12:30～13:45)のみ当日参加可能。定員になり次第参加申し込みを締め切ります。観覧は3階よりご入場ください。

2 サブアリーナ

動体視力の限界に挑戦! スーパリュームビジョン

1 9:30～15:30 / 約5分

2 どなたでも 3 なし

広いフィールドで目と身体をつかい、視覚のトレーニングを行うことができます。視機能トレーニングマシンです!制限時間内にくっつかせながら挑戦してみよう!パーフェクトの方は豪華景品をプレゼント!
※混雑時はお待ちいただく場合がございます。ご了承ください。

2 サブアリーナ

最先端のARスポーツ テクノスポーツHADO

1 9:30～15:30(最終受付～15:00迄) / 約20分

2 小学生以上 3 約100名 雨天時12:00～15:30(最終受付～15:00迄)

頭にヘッドマウントディスプレイ、腕にアームセンサーを装着して楽しむARスポーツです。フィールドを自由に移動し、対戦を楽しもう!
※小学生のご参加には、保護者の同伴が必要です。定員になり次第、参加申し込みを締め切ります。予めご了承ください。雨天時は開催時間等の変更がございます。詳しくは当日にホームページをご覧ください。

2 サブアリーナ

いつでもどこでもだれでも ミニテニス体験

1 12:00～14:00 / 約5分

2 どなたでも 3 なし

ミニラケットでビーチボール、スポンジボール、プラスチックボール、いろいろなボールを試して、ボールを打つ楽しさを体感してみよう!
※混雑時はお待ちいただく場合がございます。ご了承ください。

3 軽スポーツ室

オリンピック競技種目 ボクシング体験

1 9:40～12:00(最終受付～11:00迄) / 約40分

2 小学生～高校生 3 各20名

拳にグローブを着用しパンチのみを使い、相手の上半身前面と側面のみを攻撃対象とする格闘スポーツです。世界王者の豊田(ひるた)選手に直接教えてもらえるかも!?
※混雑時はお待ちいただく場合がございます。ご了承ください。
※定員になり次第、参加申し込みを締め切ります。ご了承ください。

3 軽スポーツ室

中国武術 太極拳・健身気功・カンフー 初心者体験

1 13:00～15:15 / 約60分

2 どなたでも 3 なし

太極拳・健身気功・カンフーの中から興味のあるものを選んで体験してみよう。体験の最後には演武を披露いたします。
※混雑時はお待ちいただく場合がございます。ご了承ください。

4 研修会議室

立教大学スポーツウェルネス学部 川端雅人教授 講演会

1 11:15～12:15(10分前入室可) / 約60分

2 どなたでも 3 30名

スポーツを楽しむということのために指導者や保護者ができることについてスポーツを支える人たちに参考となる講演会です。
※定員になり次第、参加申し込みを締め切ります。ご了承ください。

4 研修会議室

株式会社 ピーカー ファッションモデル体験&UV実験

1 12:30～13:30(10分前入室可) / 約60分

2 どなたでも 3 30名

光老化と風邪を防ぐオーストラリア発のUVケアを目で見て体験する講座です。
※定員になり次第、参加申し込みを締め切ります。ご了承ください。

4 研修会議室

株式会社 明治 スポーツ栄養セミナー

1 13:45～14:45(10分前入室可) / 約60分

2 高校生以上 3 30名

SAVAS(ザバス)やVAAM(ヴァーム)でおなじみの明治よりスポーツ専門の管理栄養士がお話します。健康のためのカラダづくりに必要な栄養の知識を学びませんか?
※定員になり次第、参加申し込みを締め切ります。ご了承ください。

5 防災・スポーツギャラリー

和光南特別支援学校 障がい者作品展

1 9:30～15:30

高等部の生徒による作品の展示を行います。是非ご覧ください。

6 剣道場

日本発祥の武道 少林寺拳法の技を使った”護身術”体験

1 12:00～14:00 / 約60分

2 どなたでも 3 各20名

普段体験する事ができない、少林寺拳法の練習体験や少林寺拳法の技を使った護身術を体験する事ができます。
※混雑時はお待ちいただく場合がございます。ご了承ください。

6 剣道場

スタジオプログラム体験

1 ①9:45～10:15(受付9:30～) / 約30分

②10:30～11:00(受付10:15～) / 約30分

③11:15～11:45(受付11:00～) / 約30分

～全て素足で行うプログラムです～
①ストレッチ ②やさしいヨガ ③背骨コンディショニング
※定員になり次第、参加申し込みを締め切ります。ご了承ください。

7 柔道場

無料体組成測定 インボディ・AGEs測定

1 9:30～15:30 / 約5分

2 6歳以上 3 なし

筋肉・脂肪量の計測により、体の健康状態(運動不足など)を知ることが出来ます。また、体内糖化度検査をすることで、体内の老化物質の蓄積量を調べます。自分の体の状態を確認してみよう!





和光市運動場

会場図

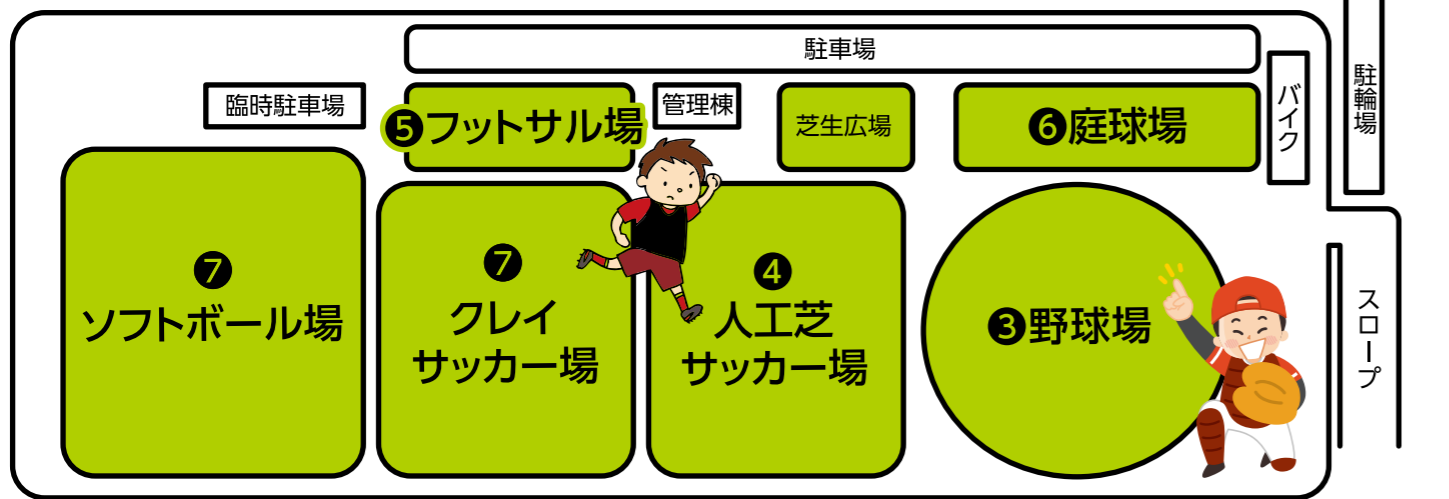
※雨天中止は当日、朝7時頃にホームページでお知らせいたします。



和光スポーツアイランド

会場図

※雨天中止は当日、朝7時頃にホームページでお知らせいたします。



会場アクセス

●バスでのアクセス

両施設とも、和光市駅から徒歩約29分以内です。

和光市運動場

●和光市駅より

- 市内循環バス「南コース」南公民館下車徒歩1分
- 東武バス「和01」税務大学校下車徒歩10分

●成増駅より

- 東武バス「増32」諏訪原下車徒歩1分
- 西武バス「泉33」団地西口(諏訪原)下車徒歩1分

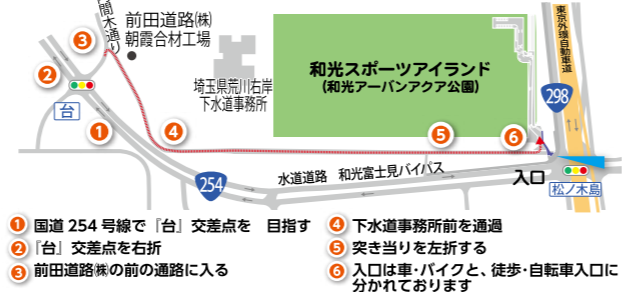
和光スポーツアイランド

●和光市駅より

- 市内循環バス「北コース」和光北インター 下車徒歩5分
- 東武バス「和14」SGリアルティ和光 下車徒歩3分
- 東武バス「和03」アクシス入口 下車徒歩11分

●和光スポーツアイランドお車でのアクセス

※松ノ木島交差点からは直接入れませんので、ご注意ください。



和光市運動場

プログラム一覧

- 1 開催時間・体験の目安時間
- 2 対象者
- 3 定員

1 野球場

- 参加賞あり
- 当日自由参加
- 事前申し込み可

手で打つ野球!「ベースボールファイブ」体験

- 1 9:30~12:00/約60分(2部制)
 - 2 小学三年生以上
 - 3 各部20名
- バット、グローブを使わない!ゴムボールを自分でトスして、手で打つ!老若男女問わず楽しめる5人野球です。
※事前申込みは5人一組です。空きがあれば当日参加も可能です。

2 庭球場

- 参加賞あり
- 当日自由参加

ソフトテニスにチャレンジ!!

- 1 10:00~14:00/約60分
 - 2 小学生以上
 - 3 なし(交代制)
- 初心者でも経験者でも誰でも集まれ!日本発祥の競技、ソフトテニスを体験してみよう!
※混雑時はお待ちいただく事がございます。ご了承ください。

和光スポーツアイランド

プログラム一覧

- 1 開催時間・体験の目安時間
- 2 対象者
- 3 定員

3 野球場

元プロ野球選手 里崎智也「野球教室」観覧

- 1 10:00~14:00

WBCにも出場した元プロ野球選手、今では野球解説やYouTuberとしても有名な里崎智也さんがわこスポで野球の楽しさを伝えます。

※この教室への参加はできません。ご了承ください。

4 人工芝サッカー場

浦和レッズハートフルクラブ サッカー教室観覧

- 1 10:00~12:00

元浦和レッズ選手を含む、コーチ達がサッカーを通じてこころを育む事を目標として指導します。是非ご観覧ください。

※この教室への参加はできません。ご了承ください。

6 庭球場 やってみよう テニス教室体験

- 1 13:00~15:30/約60分(2部制)
- 3 各部10名

わこスポでは成人向け、ジュニア向けのテニス教室を行っています。この機会に、無料で教室を体験しませんか?

※混雑時はお待ちいただく事がございます。ご了承ください。

5 フットサル場

いつでも・どこでも・だれとでも、エンジョイフットサル!

- 参加賞あり
- 当日自由参加

- 1 10:00~15:00(受付9:30~)/5分~
- 2 小学生以上
- 3 なし(交代制)

ひとりでも、親子でも参加可能! 現役選手(熊倉選手)も参加してちょっとしたアドバイスもいたします。気軽にお越しください。

※混雑時はお待ちいただく事がございます。ご了承ください。

6 庭球場 凸凹支援 スポーツ教室体験

講師 熊倉重徳

- 1 10:00~12:00/約50分(2部制)
- 2 1部:年長~小学2年生 2部:小学生
- 3 各部10名

発達障がい、不登校、引きこもり、もしくはその傾向や悩みのあるお子様を対象とした運動教室の体験です。全力で動ける場所で、専門のコーチが無理なく、楽しく、運動を教えます。

質問、申込みはQRから



7 クレイサッカー場 ソフトボール場(遊具貸出)

- 1 なし
- 2 どなたでも
- 3 なし

※数に限りがあります。また、持参した遊具の利用も可能ですが、バット、ゴルフクラブ等、遊具によっては利用をお断りさせていただく場合がございます。

和光市民プール

プログラム

- スイミングクリニックなど、イベント開催!

★水着・キャップ・タオルをお持ちください。

詳細は市民プールHP「最新ニュース」でご確認ください!



和光樹林公園

会場図



和光樹林公園

プログラム一覧

- 1 開催時間・体験の目安時間
- 2 対象者
- 3 定員

管理事務所まえ 参加賞あり

～はっぱアートをつくろう～

① はっぱで切り絵 当日自由参加

- 10:00～12:00(午前の部)／約15分
13:00～15:00(午後の部)／約15分
- どなたでも
- 午前の部①②あわせて50名
午後の部①②あわせて50名

木のイラストに好きな葉をはり付けて、切り絵のように自由に作品を作ります。世界で一つだけのオリジナルの木をデザインしてみよう♪

※混雑時はお待ちいただく場合がございます。ご了承ください。

管理事務所まえ 参加賞あり

② 葉脈アート 当日自由参加

- 10:00～12:00(午前の部)／約15分
13:00～15:00(午後の部)／約15分
- どなたでも
- 午前の部①②あわせて50名
午後の部①②あわせて50名

葉と紙と色鉛筆で、葉脈柄のアート作品を作ってみよう♪

※混雑時はお待ちいただく場合がございます。ご了承ください。

屋根付き広場 参加賞あり

ボーイスカウトからの5つの挑戦 (チャレンジ) 当日自由参加

- 9:30～15:30／約60分
- 小中学生及び保護者同伴での未就学児
- 200名

ボーイスカウトは子どもたちの好奇心や探求心にこたえる活動を通して、心身ともに健全な人材を育成することを目的とする世界的な教育運動です。今回は公園内の5つのポイントを自由に回っているいるな事に挑戦(チャレンジ)しよう! みんなクリアできるかな?

※混雑時はお待ちいただく場合がございます。ご了承ください。

会場アクセス

- バス** 南口バスターミナル1番乗り場より「司法研修所循環」行き「和光市総合体育館前」下車徒歩2分
- 駅** 和光市駅下車徒歩20分



エントランス広場

10:00～15:00

キッチンカーもやってくる

出店予定店舗

- ウイグルキッチン
- 欧風カレー ポンティ
- (株)丸善マテリアル本舗
- Dandy Lion Kitchen
- ワンステップ
- ドネルケバブサンド
- カレー
- ラーメン
- クレープ
- チョコバナナ

スーパーボールすくい



JAあさか野
和光農産物直売センターによる
地場野菜等の販売も行います。

★9時から販売いたします★
マイバッグをご持参ください♪

販売状況により売り切れとなる場合がございます

和光市総合体育館玄関ホール

9:30～15:30

和光ブランド ブース出展

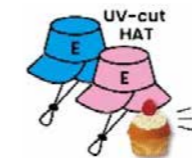
和光市・埼玉県ゆかりのアスリート応援グッズ・商品を特別販売!

- 自転車競技・梶原悠未選手の応援Tシャツ販売
- 乳酸菌生産物質入りクッキー・アーモンドの試食
- 卓球チーム「T.T彩たま」ブレンドコーヒー販売

参加者には素敵なプレゼントがあります♪



同時開催
「発酵メンテナンス」クイズ大会
「和光・発酵・健康」
光英科学研究所



- UVカット帽の販売
- 抗酸化おやつ販売

株式会社
ピーカブー





MEMO



A large white rectangular area with rounded corners, containing 15 horizontal dotted lines for writing.

わこうスポーツ祭り



わこうスポーツ祭り 注意事項

- ★駐車台数に限りがございます。可能な限り公共交通機関をご利用ください。
- ★事故・混乱防止のため、スタッフの指示には必ず従ってください。スタッフの指示及び注意事項に従って頂けない場合、入場をお断りする場合や、イベント自体を中止することがあります。
- ★会場内・外で生じた事故等については、主催者に過失がある場合を除き、一切責任を負いません。
- ★貴重品を含む物品は、各自で管理してください。盗難等に関しては、主催者は一切責任を負いません。
- ★イベントの様子は撮影される場合がございます。その場合、お客様が写り込む場合もございますので、予めご了承ください。
- ★酒気帯び状態でのご入場は固くお断りいたします。

会場アクセス



お問合せ先

来場者の皆様へ アンケートのご協力をお願いいたします!



和光市総合体育館 TEL.048-462-0107
和光市スポーツ青少年課 TEL.048-424-9117
和光スポーツアイランド TEL.048-465-7511
和光市民プール TEL.048-465-2525

和光スポーツアイランド・
和光市運動場の
お問合せはコチラ

和光市民プールの
お問合せはコチラ

主催/和光市 和光市教育委員会 セिकासポーツセンター・クリーン工房共同事業体

協力/PFI和光市広沢株式会社、T.T彩たま株式会社、あさか野農業協同組合、一般社団法人さいたまスポーツコミッション、一般社団法人日本バレーボールリーグ機構、エンジョイフィットサル、株式会社光英科学研究所、株式会社ティップネス、株式会社ピーカブー、株式会社明治、埼玉県ボクシング連盟、セノー株式会社、全国農業協同組合連合会、ボーイスカウト和光第一団、立教大学、和光市就労継続支援B型事業所ワンステップ、和光市商工会、和光市スポーツ推進委員、和光市スポーツ協会、和光市南特別支援学校、和光樹林公園パートナーズ、和光スポーツパーク共同事業体、和太鼓会 和光太鼓

※五十音順