

平成30年度 スポーツ振興事業実績一覧表(小瀬スポーツ公園)

1 スポーツ教室

春期教室

NO	事業名	開催期間	時間帯	募集人数	回数	参加者	内容	場所
1	太極拳教室	4/2~6/11	10:00~11:30	20	10	18	ゆっくりとした動作と、呼吸を重要視した運動で体内の新陳代謝を促しながら基本動作を習得します。	武道館アリーナ
2	初心者テニス教室	4/9~7/9	11:10~12:40	25	10	31	初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導します。	テニスコート
3	フレンドリーテニスレッスン	4/9~7/2	9:30~11:00	150	10	180	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンをを行います。	テニスコート
4	フレンドリーテニスゲーム	4/9~7/2	9:30~11:00	100	10	116	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスン、ゲームを行う班に分かれ実施します。	テニスコート
5	エンジョイグラウンド・ゴルフ	4/2~6/25	14:00~15:30	400	10	315	誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事が出来ます。	補助競技場
6	託児付きママのためのフィットネスサロン	4/9~6/4	10:15~11:15	60	8	47	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場
7	リズム&ボディケア教室	4/9~6/18	14:00~15:30	45	10	39	音楽に合わせて楽しくシェイプアップでき、加齢の悩みを改善するストレッチやマッサージでリラックスしていただけます。	武道館アリーナ他
8	大人のための陸上(短距離)教室	5/14~6/11	19:15~20:45	20	5	24	大人を対象に短距離を速く走るための基礎知識・動作を指導します。	陸上競技場
9	ソフトエアロビクス教室	4/10~6/12	10:00~11:30	40	10	35	中高齢者を対象に簡単なトレーニングなどを取り入れた健康づくり教室です。	武道館第二武道場
10	初心者バドミントン教室	4/10~5/22	9:30~11:00	20	10	31	初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導します。	体育館メインアリーナ
11	ミットパーカッション	4/3~6/19	19:00~20:30	20	10	10	健康・安全のための楽しいプログラムで、かけがえのない心と体に元氣と癒しを体験します。	武道館第二武道場
12	フレンドリーバドミントン	4/10~5/22	11:00~12:30	100	10	84	開催日には誰もが気軽に参加でき、集まった方々と楽しくゲームを行います。	体育館メインアリーナ
13	エアロビクス教室	4/11~6/20	10:00~11:30	25	10	23	音楽に合わせてながらリズムカルに体を動かし、エアロビクス(有酸素運動)を行います。	武道館アリーナ
14	初心者テニス教室	4/4~7/18	11:10~12:40	25	10	25	初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導します。	テニスコート
15	フレンドリーテニスレッスン	4/4~7/4	9:30~11:00	120	8	164	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンをを行います。	テニスコート
16	フレンドリーテニスゲーム	4/4~7/4	9:30~11:00	80	8	105	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスン、ゲームを行う班に分かれ実施します。	テニスコート
17	あそびのおけいこ	4/4~6/20	10:30~12:00	30	10	35	親子で楽しく遊びを通して体を動かし、日常の危険から身を守る術を学びます。	武道館第二武道場
18	インナーパワーヨガ教室	4/4~6/13	13:30~15:00	65	10	41	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立ちます。	武道館第一武道場
19	エンジョイグラウンドゴルフ	4/4~7/4	10:00~11:30	360	9	189	誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事が出来ます。	補助競技場
20	初心者弓道教室	4/5~7/5	10:00~11:30	25	10	24	日本古来から伝わる弓道の本質や基本の姿勢、動作、息合いなどを習得します。	武道館弓道場
21	インナーパワーヨガ教室	4/6~6/22	10:00~11:30	65	10	68	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立ちます。	武道館第一武道場
22	エンジョイグラウンドゴルフ	4/5~7/19	10:00~11:30	440	11	325	誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事が出来ます。	補助競技場
23	託児付きママのためのフィットネスサロン	4/12~6/21	13:15~14:15	60	8	20	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場
24	マスターズ教室	4/7~7/14	10:00~11:30	30	10	33	高齢者を対象に、ストレッチ体操、ウォーキング又はジョギング、各種軽スポーツを行います。	補助競技場 体育館
25	ヨーガ教室	4/6~6/15	10:00~11:30	60	10	88	ヨーガの呼吸法基本のポーズをマスターし、自律神経の調整・ストレスからの開放を行い、体を癒します。	武道館第一武道場
26	太極拳教室	4/13~6/22	19:00~20:30	20	10	19	ゆっくりとした動作と、呼吸を重要視した運動で体内の新陳代謝を促しながら基本動作を習得します。	武道館アリーナ
27	フレンドリーテニスゲーム	4/6~7/20	13:30~15:00	80	8	65	開催日には誰もが気軽に参加でき、集まった方々と楽しくゲームを行います。	テニスコート
計	27 教室実施			2,485		2,154		

夏期教室

NO	事業名	開催期間	時間帯	募集人数	回数	参加者	内容	場所
1	夏休みファミリースケートday	7/27~8/31	6:30~20:00	500	5	251	自由滑走 ※指導者がワンポイント指導をおこないます。	アイスアリーナ
2	子どもかけっこ教室(夏休み)	8/11・13・15	13:30~15:00	90	3	73	秋の運動会に備え、早く走るための基本等を指導します。	中銀スタジアム
計	2 教室実施			590		324		

秋期教室

NO	事業名	開催期間	時間帯	募集人数	回数	参加者	内容	場所
1	太極拳教室	9/3~11/26	10:00~11:30	20	10	14	ゆつくりとした動作と、呼吸を重要視した運動で体内の新陳代謝を促しながら基本動作を習得します。	武道館アリーナ
2	初心者テニス教室	9/3~12/3	11:10~12:40	25	10	22	初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導します。	テニスコート
3	フレンドリーテニスレッスン	9/3~11/19	9:30~11:00	150	10	234	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンをを行います。	テニスコート
4	フレンドリーテニスゲーム	9/3~11/19	9:30~11:00	80	8	137	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスン、ゲームを行う班に分かれ実施します。	テニスコート
5	エンジョイグラウンドゴルフ	9/3~12/17	14:00~15:30	400	10	241	誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事が出来ます。	補助競技場
6	託児付きママのためのフィットネスサロン	9/3~11/19	10:15~11:15	60	8	55	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場
7	リズム&ボディケア教室	9/3~11/26	14:00~15:30	45	10	36	音楽に合わせて楽しくシェイプアップでき、加齢の悩みを改善するストレッチやマッサージでリフレッシュしていただきます。	武道館メインアリーナ他
8	大人のための陸上(短距離)教室	9/3~10/22	19:15~20:45	20	5	14	大人を対象に短距離を速く走るための基礎知識・動作を指導します。	中銀スタジアム
9	ソフトエアロビクス教室	9/4~11/27	10:00~11:30	40	10	37	中高齢者を対象に簡単なトレーニングなどを取り入れた健康づくり教室です。	武道館第二武道場
10	ミットパーカッション	9/4~11/6	19:00~20:30	20	10	13	健康・安全のための楽しいプログラムで、かけがえのない心と体に元氣と癒しを体験します。	武道館第二武道場
11	初心者フィギュア教室	9/4~11/6	10:00~11:30	20	10	17	基本滑走からバックステップまでを、音楽に合わせてスケートを楽しみます。	アイスアリーナ
12	水曜 エアロビクス教室	9/5~11/28	10:00~11:30	25	10	26	音楽に合わせてながらリズムカルに体を動かし、エアロビクス(有酸素運動)を行います。	武道館アリーナ
13	初心者テニス教室	9/5~11/28	11:10~12:40	25	10	24	初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導します。	テニスコート
14	フレンドリーテニスレッスン	9/5~11/21	9:30~11:00	135	9	302	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンをを行います。	テニスコート
15	フレンドリーテニスゲーム	9/5~11/21	9:30~11:00	80	8	133	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスン、ゲームを行う班に分かれ実施します。	テニスコート
16	あそびのおけいこ	9/5~11/21	10:30~12:00	30	10	32	親子で楽しく遊びを通して体を動かし、日常の危険から身を守る術を学びます。	武道館第二武道場
17	インナーパワーヨガ教室	9/5~11/14	13:30~15:00	65	10	36	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立ちます。	武道館第一武道場
18	エンジョイグラウンドゴルフ	9/5~12/12	10:00~11:30	360	9	286	誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事が出来ます。	補助競技場
19	カーリング教室(1期)	10/4~11/1	19:00~21:00	40	5	31	氷上で20Kgのストーンを40m先のポイントにいかくに近づけられるかを競うゲームです。	アイスアリーナ
20	カーリング教室(2期)	11/8~12/6	19:00~21:00	40	5	47	〃	〃
21	初心者弓道教室	9/6~11/22	10:00~11:30	25	10	26	日本古来から伝わる弓道の本質や基本の姿勢、動作、息合いなどを習得します。	武道館弓道場
22	インナーパワーヨガ教室	9/6~11/8	10:00~11:30	65	10	69	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立ちます。	武道館第一武道場
23	エンジョイグラウンドゴルフ	9/6~12/20	10:00~11:30	360	9	230	誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事が出来ます。	補助競技場
24	託児付きママのためのフィットネスサロン	9/6~11/15	13:15~14:15	60	8	27	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場
25	マスターズ教室	9/14~12/14	10:00~11:30	30	10	34	高齢者を対象に、ストレッチ体操、ウォーキング又はジョギング、各種軽スポーツを行います。	補助競技場 体育館
26	ヨーガ教室	9/14~12/7	10:00~11:30	60	10	66	ヨーガの呼吸法基本のポーズをマスターし、自律神経の調整・ストレスからの開放を行い、体を癒します。	武道館第二武道場
27	太極拳教室	9/7~11/30	19:00~20:30	20	10	20	ゆつくりとした動作と、呼吸を重要視した運動であり、体内の新陳代謝を促します。	武道館アリーナ
28	フレンドリーテニスゲーム	9/7~12/21	13:30~15:00	70	8	92	開催日には誰もが気軽に参加でき、集まった方々と楽しくゲームを行います。	テニスコート
計	28 教室実施			2,370		2,301		

冬期教室

NO	事業名	開催期間	時間帯	募集人数	回数	参加者	内容	場所
1	初心者テニス教室	1/7～3/18	11:10～12:40	25	8	27	初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導します。	テニスコート
2	フレンドリーテニスレッスン	1/7～3/11	9:30～11:00	120	8	109	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンをを行います。	テニスコート
3	月曜フレンドリーテニスゲーム	1/7～3/11	9:30～11:00	80	8	81	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスン・ゲームを行う班に分かれ実施します。	テニスコート
4	エンジョイグラウンド・ゴルフ	1/7～3/25	14:00～15:30	400	10	214	誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事が出来ます。	補助競技場
5	リズム＆ボディケア教室	1/7～3/25	14:00～15:30	45	10	33	音楽に合わせて楽しくシェイプアップでき、加齢の悩みを改善するストレッチやマッサージでリラックスしていただきます。	武道館アリーナ他
6	ソフトエアロビクス教室	1/8～3/26	10:00～11:30	40	10	36	中高齢者を対象に簡単なトレーニングなどを取り入れた健康づくり教室です。	武道館第二武道場
7	ミットパーカッション®	1/8～3/12	19:00～20:30	20	10	19	健康・安全のための楽しいプログラムで、かけがえのない心と体に元気と癒しを体験します。	武道館第二武道場
8	エアロビクス教室	1/9～3/27	10:00～11:30	25	10	22	音楽に合わせてながらリズムカルに体を動かし、エアロビクス(有酸素運動)を行います。	武道館アリーナ
9	初心者テニス教室	1/9～3/14	11:10～12:40	25	10	21	初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導します。	テニスコート
10	フレンドリーテニスレッスン	1/9～2/27	9:30～11:00	120	8	176	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンをを行います。	テニスコート
11	水曜フレンドリーテニスゲーム	1/9～2/27	9:30～11:00	80	8	84	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスン・ゲームを行う班に分かれ実施します。	テニスコート
12	あそびのおけいこ	1/9～3/13	10:30～12:00	30	10	12	親子で楽しく遊びを通して体を動かし、日常の危険から身を守る術を学びます。	武道館第二武道場
13	インナーパワーヨガ教室	1/9～3/13	13:30～15:00	65	10	41	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立てます。	武道館第一武道場
14	エンジョイグラウンド・ゴルフ	1/9～3/27	10:00～11:30	440	11	314	誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事が出来ます。	補助競技場
15	木曜エンジョイグラウンド・ゴルフ	1/10～3/14	10:00～11:30	360	9	152	誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事が出来ます。	補助競技場
16	インナーパワーヨガ教室	1/10～3/14	10:00～11:30	65	10	61	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、ダイエットに役立てます。	武道館第一武道場
17	マスターズ教室	1/11～3/22	10:00～11:30	30	10	29	高齢者を対象に、ストレッチ体操、ウォーキング又はジョギング、各種軽スポーツを行います。	補助競技場 体育館
18	金曜ヨーガ教室	1/11～3/22	10:00～11:30	60	10	64	ヨーガの呼吸法基本のポーズをマスターし、自律神経の調整・ストレスからの開放を行い、体を癒します。	武道館第二武道場
19	フレンドリーテニスゲーム	1/11～3/22	13:30～15:00	100	10	141	開催日には誰もが気軽に参加でき、集まった方々と楽しくゲームを行います。	テニスコート
計	19 教室実施			2,130		1,636		

月単位教室

NO	事業名	開催期間	時間帯	募集人数	回数	参加者	内 容	場 所
1	火曜 いきいきパワーアップ教室	4月～3月(8・12月除く)	14:00～15:30	600	40	246	低下する体力を向上するエクササイズを楽しくわかりやすく指導します。	武道館トレーニングルーム他
2	金曜 いきいきパワーアップ教室	4月～3月(8・12月除く)	14:00～15:30	600	40	144	〃	武道館トレーニングルーム他
計 20 教室実施						390		
合計 96 教室 実施						8,775		6,805

2 スポーツイベント

NO	イベント名	期 日	参加料	募 集	参加チーム・人数		内 容	場 所
1	スポーツ少年団フェスティバル	平成30年4月7日	300円/人	1000人	20 団	201	各スポーツ少年団の地域、単位団の枠を越えグループごとに体力測定や軽スポーツを通して交流活動を行います。	中銀スタジアム補助競技場 園内
2	ファミリースポーツフェスティバル	平成30年5月6日	300円/組	200組	147 組	566	幼児・児童とその家族でチームをつくり、簡単な8種目のゲームで得点を競うと同時に、オリエンテーリングでクイズを解きながら園内を回ります。 種目 三輪車リレー、輪投げ、ストライクターゲット、家族で棒大玉転がし、リングスルー、Gゴルフ、ボール運びリレー	中銀スタジアム 他園内
3	子どもスポーツフェスティバル ・小学生ドッジボール大会	平成30年6月30日	800円/組	32チーム	48 チーム	379	8人～11人でチームを組み、昔ながらのスタイルでドッジボールを行います。	武道館
4	・小学生チャレンジ・ザ・ゲーム	平成31年2月2日	400円/組 高学年 低学年	40チーム 80チーム	58 チーム	201	高学年・低学年の部に分かれた4人でチームを組み、8種目の簡単な競技で記録を争います。	武道館
5	ヤングスポーツフェスティバル ・3on3小瀬チャンピオンシップ	平成30年7月16日 一般男子・混合 一般女子 車椅子バスケット ID	3,000円/組 3,000円/組 3,000円/組 3,000円/組	40チーム 8チーム 8チーム 8チーム	40 チーム 8 チーム 6 チーム 5 チーム	198 32 21 22	1つのバスケットリングのみを使用し、3人対3人でゲームを行います。	やまなみ広場
8	シルバースポーツフェスティバル ・第1回グラウンドゴルフ大会	令和1年5月24日	500円/人	360人	人 340	340	グラウンドゴルフの大会を、県内の50歳以上の方を対象に開催します。	中銀スタジアム補助競技場
9	・第2回グラウンドゴルフ大会	平成30年6月21日	500円/人	360人	人 338	338	〃	〃
10	・第3回グラウンドゴルフ大会	平成30年9月13日	500円/人	360人	340 人	340	〃	〃
11	・第4回グラウンドゴルフ大会	平成30年10月16日	500円/人	360人	312 人	312	〃	〃
12	・第5回グラウンドゴルフ大会	平成30年11月15日	500円/人	360人	294 人	294	〃	〃
13	kose ladys (ミックス・ダブルステニス大会)	平成30年5月30日	1,000円/組	64組 128人	40 組	80	県内の女性対象に、テニスの大会を開催します。	テニスコート
14	杉山愛 Premium Tennis Lesson	平成30年5月19日 初心者ジュニア 経験者小中高生 経験者一般	500円/ 3,000円/人 3,000円/人	50人 50人 50人 150人	57人 50人 50人 157人	57 50 50 157	県民のスポーツへの関心、興味、参加を促すため、杉山愛によるテニス教室を開催します。	テニスコート
合 計 14大会						3,324		

3 スクールフェスティバル

NO	大会名	期 日	参加料	募 集	参加チーム・人数		内 容	場 所
1	スクールフェスティバル オープン大会 テニスの部 カーリングの部	平成30年10月17日 平成31年3月17日	1,000円/組 2,000円/組	56組 8組	43 43 8 8組	86 31	教室参加者及び卒業生を主な対象にしたバドミントン、テニス、カーリングの大会です。	テニスコート アイスアリーナ
計 1大会 実施				80組	51 組	117		

参加者合計						10,246
-------	--	--	--	--	--	--------

平成30年度 スポーツ振興事業実績一覧表(小瀬スポーツ公園)

4. 健康・体力づくり

①トレーニング室利用者講習会・実技指導

指 導 内 容	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
① トレーニングルーム利用者講習会	491	467	450	482	428	385	348	276	289	363	391	451	4,821
② プログラム作成	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1
③ ストレッチ指導	0	3	5	2	3	4	0	14	34	3	5	28	101
④ トレッドミル・ステップ・クライマー指導	103	225	235	182	204	170	176	147	127	132	179	212	2,092
⑤ エアロバイク指導	37	149	160	138	158	140	97	96	64	194	104	147	1,484
⑥ ウェイトマシン指導	901	693	701	781	762	685	801	688	615	691	827	781	8,926
⑦ フリーウェイト指導	53	75	84	10	24	119	17	31	36	41	24	37	551
⑧ 補助	23	17	21	13	11	62	14	10	24	32	7	14	248
⑨ アドバイス	96	29	35	15	0	50	29	40	34	25	36	5	394
小 計	1,704	1,658	1,691	1,623	1,590	1,615	1,482	1,302	1,223	1,481	1,573	1,676	18,618

②メタボリック指導(体組成分析)実績一覧表

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
体組成分析(一般)	91	131	142	156	139	144	129	110	104	125	103	160	1,534
体組成分析(改善)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
小 計	91	131	142	156	139	144	129	110	104	125	103	160	1,534

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
合計	1,795	1,789	1,833	1,779	1,729	1,759	1,611	1,412	1,327	1,606	1,676	1,836	20,152

5 その他事業

スポーツを愛好している一般県民を対象に、身近なスポーツ技術の紹介や基礎的な知識を提供し、本県の健康・体力づくりの底辺拡大につと

スポーツセミナー	第1回	じっくり「ストレッチ」を学ぶ	平成30年 5月11日(金)	午後7時15分～8時4	参加者数: 11名(男:2名 女:9名)
	第2回	ダイエットの基本は正しい栄養知識から	平成30年 6月15日(金)	午後7時15分～8時4	参加者数: 7名(男:4名 女:3名)
	第3回	スポーツと菌の重要性	平成30年 7月13日(金)	午後7時15分～8時4	参加者数: 3名(男:3名 女:0名)
「杉山愛 Premium Tennis Lesson in Kose」	元プロテニスプレイヤーによるテニスレッスン 講師 杉山 愛 氏		平成30年 5月19日(土) テニス場・体育館		参加者数 初心者ジュニア 57名 経験者小中高生 50名 経験者一般 50名 合計157名
軽スポーツ体験コーナー	大人から子供まで気軽に軽スポーツに親しめるように実施した。		実施種目	グラウンド・ゴルフ、ピーンボリング、竹馬、輪投げ、フライングディスクゴルフ、バツゴー、ボウリングシャトル、ユニカール等	実施回数 6回(計画6回) 延べ 1,408人

令和元年度 スポーツ振興事業実績一覧表(小瀬スポーツ公園)

1 スポーツ教室

春期教室

NO	事業名	開催期間	時間帯	募集人数	回数	参加者	内容	場所
1	太極拳教室	4/8~6/24	10:00~11:30	20	10	22	ゆっくりとした動作と、呼吸を重要視した運動で体内の新陳代謝を促しながら基本動作を習得します。	武道館アリーナ
2	初心者テニス教室	4/8~7/22	11:10~12:40	25	10	27	初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導します。	テニスコート
3	フレンドリーテニスレッスン	4/8~6/17	9:30~11:00	120	8	148	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンをを行います。	テニスコート
4	フレンドリーテニスゲーム	4/8~6/17	9:30~11:00	80	8	109	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスン・ゲームを行う班に分かれ実施します。	テニスコート
5	エンジョイグラウンド・ゴルフ	4/8~6/17	14:00~15:30	320	8	275	誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事が出来ます。	補助競技場
6	託児付きママのためのフィットネスサロン	4/15~6/17	10:15~11:15	60	8	42	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場他
7	リズム&ボディケア教室	4/8~6/24	13:30~15:00	45	10	37	音楽に合わせて楽しくジョブアップでき、加齢の悩みを改善するストレッチやマッサージでリラクしていただきます。	武道館アリーナ他
8	大人のための陸上(短距離)教室	4/15~6/17	19:15~20:45	20	8	20	大人を対象に短距離を速く走るための基礎知識・動作を指導します。	陸上競技場
9	ソフエアロビクス教室	4/9~6/18	10:00~11:30	40	10	37	中高齢者を対象に簡単なトレーニングなどを取り入れた健康づくり教室です。	武道館第二武道場
10	初心者バドミントン教室	4/9~7/9	9:30~11:00	30	10	31	初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導します。	体育館メインアリーナ
11	フレンドリーバドミントン ゲーム	4/9~6/25	11:00~12:30	160	8	99	開催日には誰もが気軽に参加でき、集まった方々と楽しくゲームを行います。	体育館メインアリーナ
12	ミットパーカッション	4/9~6/18	19:00~20:30	25	10	15	健康・安全のための楽しいプログラムで、かけがえのない心と体に元気を癒しを体験します。	武道館第二武道場
13	いきいきパワーアップ教室	4/9~6/4	14:00~15:30	20	34	34	一般の方を対象にストレッチ・体操・筋力トレーニングの基礎から有酸素運動まで指導します。	武道館トレーニング室他
14	エアロビクス教室	4/10~7/3	10:00~11:30	25	10	23	音楽に合わせてながらリズムカルに体を動かし、エアロビクス(有酸素運動)を行います。	武道館アリーナ
15	初心者テニス教室	4/3~7/17	11:10~12:40	25	10	18	初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導します。	テニスコート
16	フレンドリーテニスレッスン	4/3~7/10	9:30~11:00	135	9	218	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンをを行います。	テニスコート
17	フレンドリーテニスゲーム	4/3~7/10	9:30~11:00	90	9	124	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスン・ゲームを行う班に分かれ実施します。	テニスコート
18	あそびのおけいこ	4/10~6/26	10:30~12:00	30	10	20	親子で楽しく遊びを通して体を動かし、日常の危険から身を守る術を学びます。	武道館第二武道場
19	インナーパワーヨガ教室	4/10~6/26	13:30~15:00	65	10	47	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、タイエイトに役立てます。	武道館第一武道場
20	はらっぱ教室(幼児)	5/22~6/26	15:30~16:30	15	5	5	さまざまな運動で脳神経を刺激してバランスのとれたからだ作りを目指します。	武道館第二武道場
21	はらっぱ教室(小学生低学年)	7/3~7/31	17:30~18:30	15	5	5	さまざまなスポーツを楽しみながら、競い合って上達する喜びを体験します。	武道館第二武道場
22	大人のためのはじめてみようサッカー教室	6/5~7/9	19:00~20:30	20	5	12	大人の初心者を対象に、サッカーの基本となる各種キックやリフティング等の基礎の習得をめざします。	山梨中銀スタジアム
23	エンジョイグラウンドゴルフ	4/10~7/3	10:00~11:30	280	7	201	誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事が出来ます。	補助競技場
24	初心者弓道教室	4/4~7/4	10:00~11:30	25	10	36	日本古来から伝わる弓道の本質や基本の姿勢、動作、息合いなどを習得します。	武道館弓道場
25	インナーパワーヨガ教室	4/11~6/27	10:00~11:30	65	10	69	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、タイエイトに役立てます。	武道館第一武道場
26	エンジョイグラウンドゴルフ	4/11~6/27	10:00~11:30	280	7	208	誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事が出来ます。	補助競技場
27	託児付きママのためのフィットネスサロン	4/18~7/4	13:15~14:15	60	8	29	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場他
28	LaLaLaサーキット	6/6~7/11	19:30~20:30	10	5	8	油圧マシンを使った筋力トレーニングと有酸素運動であるリズム体操を同時に行います。しっかりと運動をされたい方におススメの運動プログラムです。	武道館トレーニング室他
29	マスターズ教室	4/5~5/31	10:00~11:30	30	8	35	高齢者を対象に、ストレッチ体操、ウォーキング又はジョギング、各種軽スポーツを行います。	補助競技場 体育館
30	ヨーガ教室	4/12~6/28	10:00~11:30	60	10	63	ヨーガの呼吸法基本のポーズをマスターし、自律神経の調整・ストレスからの開放を行い、体を癒します。	武道館第一武道場
31	太極拳教室	4/12~6/28	19:00~20:30	20	10	21	ゆっくりとした動作と、呼吸を重要視した運動で体内の新陳代謝を促しながら基本動作を習得します。	武道館アリーナ
32	シニアのためのウォーキング&筋トレ教室	6/7~7/12	14:00~15:30	20	5	13	Mizunoプログラムの「歩くdeチェック」と「LaLaLaサーキット」でウォーキングチェックと油圧式筋力トレーニングで行動体力の向上を図ります。	武道館アリーナ トレーニング室他
33	スポーツやろうよ! (バスケットボール)	6/7~7/5	18:30~20:00	15	4	6	「リフティング目標10回!」「初めての親子テニス教室」等初心者がスポーツの楽しさ、喜びを体験できる種目を1期4回します。	球戯場 テニスコート他
計	33 教室実施			2,250		2,057		

夏期教室

NO	事業名	開催期間	時間帯	募集人数	回数	参加者	内 容	場 所
1	夏休みファミリースケートday	8/2～8/30	6:30～20:00	500	5	401	自由滑走 ※指導者がワンポイント指導をおこないます。	アイスアリーナ
2	子どもかけっこ教室(夏休み)	8/10・13, 9/15・16	13:30～15:00	120	4	122	秋の運動会に備え、早く走るための基本等を指導します。	中銀スタジアム
計	2 教室実施			620		523		

秋期教室

NO	事業名	開催期間	時間帯	募集人数	回数	参加者	内 容	場 所	
1	月曜	太極拳教室	9/2～12/2	10:00～11:30	20	10	22	ゆっくりとした動作と、呼吸を重要視した運動で体内の新陳代謝を促しながら基本動作を習得します。	武道館アリーナ
2		初心者テニス教室	9/2～12/9	11:10～12:40	25	10	24	初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導します。	テニスコート
3		フレンドリーテニスレッスン	9/2～11/25	9:30～11:00	200	10	159	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンをを行います。	テニスコート
4		フレンドリーテニスゲーム	9/2～11/25	9:30～11:00	100	10	111	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンゲームを行う班に分かれ実施します。	テニスコート
5		エンジョイグラウンドゴルフ	9/2～12/16	14:00～15:30	400	10	322	誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事が出来ます。	補助競技場
6		託児付きママのためのフィットネスサロン	9/2～11/18	10:15～11:15	60	8	60	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場他
7		リズム&ボディケア教室	9/2～12/2	14:00～15:30	45	10	35	音楽に合わせて楽しくジョブアップでき、加齢の悩みを改善するストレッチやマッサージでリフレッシュしていただけます。	武道館メインアリーナ他
8		大人のための陸上(短距離)教室	9/2～11/18	19:15～20:45	20	8	14	大人を対象に短距離を速く走るための基礎知識・動作を指導します。	中銀スタジアム
9	火曜	ソフトエアロビクス教室	9/10～11/26	10:00～11:30	40	10	34	中高齢者を対象に簡単なトレーニングなどを取り入れた健康づくり教室です。	武道館第二武道場
10		初心者バドミントン教室	9/10～12/10	9:30～11:00	30	10	31	初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導します。	体育館メインアリーナ
11		フレンドリーバドミントン ゲーム	9/10～11/19	11:00～12:30	160	8	110	開催日には誰もが気軽に参加でき、集まった方々と楽しくゲームを行います。	体育館メインアリーナ
12		ミットパーカッション	9/3～11/12	19:00～20:30	25	10	21	健康・安全のための楽しいプログラムで、かけがえのない心と体に元気を癒しを体験します。	武道館第二武道場
13		スポーツやろうよ!(野球)	11/5～11/26	18:30～20:00	15	4	0	「リフティング目標10回!」「初めての親子テニス教室」等初心者がスポーツの楽しさ、喜びを体験できる種目を1期4回します。	球戯場 テニスコート他
14		いきいきパワーアップ教室	9/10～11/12	14:00～15:30	20	8	27	一般の方を対象にストレッチ・体操・筋力トレーニングの基礎から有酸素運動まで指導します。	武道館トレーニング室他
15		初心者フィギュア教室	9/3～11/12	10:00～11:30	20	10	17	基本滑走からバックステップまでを、音楽に合わせてスケートを楽しみます。	アイスアリーナ
16	水曜	エアロビクス教室	9/4～11/13	10:00～11:30	25	10	24	音楽に合わせてリズミカルに体を動かし、エアロビクス(有酸素運動)を行います。	武道館アリーナ
17		初心者テニス教室	9/4～12/4	11:10～12:40	25	10	16	初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導します。	テニスコート
18		フレンドリーテニスレッスン	9/4～11/27	9:30～11:00	200	10	257	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンをを行います。	テニスコート
19		フレンドリーテニスゲーム	9/4～11/27	9:30～11:00	100	10	117	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンゲームを行う班に分かれ実施します。	テニスコート
20		あそびのおけいこ	9/4～11/13	10:30～12:00	30	10	16	親子で楽しく遊びを通して体を動かし、日常の危険から身を守る術を学びます。	武道館第二武道場
21		インナーパワーヨガ教室	9/4～11/6	13:30～15:00	65	10	45	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、タイエイトに役立ちます。	武道館第一武道場
22		はらっぱ教室(幼児)	11/13～12/11	15:30～16:30	15	5	9	さまざまな運動で脳神経を刺激してバランスのとれたからだ作りを目指します。	武道館第二武道場
23		はらっぱ教室(小学生低学年)	11/13～12/11	17:30～18:30	15	5	8	さまざまなスポーツを楽しみながら、競い合って上達する喜びを体験します。	武道館第二武道場
24		大人のためのはじめてみようサッカー教室	10/30～12/11	19:00～20:30	20	5	10	大人の初心者を対象に、サッカーの基本となる各種キックやリフティング等の基礎の習得をめざします。	山梨中銀スタジアム
25		エンジョイグラウンドゴルフ	9/4～12/11	10:00～11:30	400	10	313	誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事が出来ます。	補助競技場
26	木曜	カーリング教室(1期)	10/10～11/7	19:00～21:00	40	5	26	氷上で20Kgのストーンを40m先のポイントにいかに近づけられるかを競うゲームです。	アイスアリーナ
27		カーリング教室(2期)	11/14～12/12	19:00～21:00	40	5	31	〃	〃
28		初心者弓道教室	9/5～11/28	10:00～11:30	25	10	36	日本古来から伝わる弓道の本質や基本の姿勢、動作、息合いなどを習得します。	武道館弓道場
29		インナーパワーヨガ教室	9/5～11/7	10:00～11:30	65	10	65	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、タイエイトに役立ちます。	武道館第一武道場
30		エンジョイグラウンドゴルフ	9/5～11/28	10:00～11:30	320	8	196	誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事が出来ます。	補助競技場
31		託児付きママのためのフィットネスサロン	9/5～11/21	13:15～14:15	60	8	22	子育て中のママのストレス解消と産後の運動不足を解消します。	武道館第二武道場他
32	LaLaLaサーキット	11/7～12/19	19:30～20:30	10	5	8	油圧マシンを使った筋力トレーニングと有酸素運動であるリズム体操を同時に行います。しっかりと運動をされた方におススメの運動プログラムです。	武道館トレーニング室他	
33	金曜	マスターズ教室	9/6～11/8	10:00～11:30	30	8	34	高齢者を対象に、ストレッチ体操、ウォーキング又はジョギング、各種軽スポーツを行います。	補助競技場 体育館
34		ヨーガ教室	9/6～12/13	10:00～11:30	60	10	60	ヨーガの呼吸法基本のポーズをマスターし、自律神経の調整・ストレスからの開放を行い、体を癒します。	武道館第二武道場
35		太極拳教室	9/6～11/22	19:00～20:30	20	10	19	ゆっくりとした動作と、呼吸を重要視した運動であり、体内の新陳代謝を促します。	武道館アリーナ
36		シニアのためのウォーキング&筋トレ教室	10/25～11/29	14:00～15:30	20	5	16	Mizunoプログラムの「歩くdeチェック」と「LaLaLaサーキット」でウォーキングチェックと油圧式筋力トレーニングで行動体力の向上を図ります。	武道館アリーナ トレーニング室他
計	36 教室実施			2,765		2,315			

冬期教室

NO	事業名	開催期間	時間帯	募集人数	回数	参加者	内容	場所	
1	月曜	初心者テニス教室	1/20～2/17	11:10～12:40	25	5	22	初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導します。	テニスコート
2		フレンドリーテニスレッスン	1/20～2/17	9:30～11:00	75	5	87	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンをを行います。	テニスコート
3		フレンドリーテニスゲーム	1/20～2/17	9:30～11:00	50	5	56	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンゲームを行う班に分かれ実施します。	テニスコート
4		エンジョイグラウンド・ゴルフ	1/6～2/17	14:00～15:30	200	5	211	誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事が出来ます。	補助競技場
5		リズム&ボディケア教室	1/6～2/17	14:00～15:30	45	6	32	音楽に合わせて楽しくシェイプアップでき、加齢の悩みを改善するストレッチやマッサージでリフレッシュしていただけます。	武道館アリーナ他
6	火曜	初心者バドミントン教室	1/7～2/25	9:30～11:00	30	8	28	初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導します。	体育館メインアリーナ
7		フレンドリーバドミントン ゲーム	1/7～2/25	11:00～12:30	160	8	31	開催日には誰もが気軽に参加でき、集まった方々と楽しくゲームを行います。	
8		ソフトエアロビクス教室	1/7～2/25	10:00～11:30	40	7	33	中高齢者を対象に簡単なトレーニングなどを取り入れた健康づくり教室です。	武道館第二武道場
9		ミットパーカッション®	1/7～2/25	19:00～20:30	20	7	16	健康・安全のための楽しいプログラムで、かけがえのない心と体に元氣と癒しを体験します。	武道館第二武道場
10		いきいきパワーアップ教室	1/7～2/25	14:00～15:30	20	6	28	一般の方を対象にストレッチ・体操・筋力トレーニングの基礎から有酸素運動まで指導します。	武道館トレーニング室他
11	水曜	エアロビクス教室	1/8～2/26	10:00～11:30	25	8	21	音楽に合わせて楽しくシェイプアップでき、加齢の悩みを改善するストレッチやマッサージでリフレッシュしていただけます。	武道館アリーナ
12		初心者テニス教室	1/8～2/26	11:10～12:40	25	6	13	初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導します。	テニスコート
13		フレンドリーテニスレッスン	1/8～2/26	9:30～11:00	75	5	105	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンをを行います。	テニスコート
14		フレンドリーテニスゲーム	1/8～2/26	9:30～11:00	50	5	44	誰もが気軽に参加でき、年間の指導計画に沿った内容でレッスンゲームを行う班に分かれ実施します。	テニスコート
15		あそびのおけいこ	1/8～2/26	10:30～12:00	30	8	20	親子で楽しく遊びを通して体を動かし、日常の危険から身を守る術を学びます。	武道館第二武道場
16		インナーパワーヨガ教室	1/8～2/26	13:30～15:00	65	8	41	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、タイエイトに役立てます。	武道館第一武道場
17		エンジョイグラウンド・ゴルフ	1/8～2/26	10:00～11:30	280	7	258	誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事が出来ます。	補助競技場
18	木曜	エンジョイグラウンド・ゴルフ	1/9～2/27	10:00～11:30	240	6	186	誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回る事が出来ます。	補助競技場
19		インナーパワーヨガ教室	1/9～2/27	10:00～11:30	65	8	57	ヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、身体強化とエクササイズに伴う集中力強化を図り、タイエイトに役立てます。	武道館第一武道場
20		LaLaLaサーキット	2/6～2/20	19:30～20:30	10	4	4	油圧マシンを使った筋力トレーニングと有酸素運動であるリズム体操を同時に行います。しっかりと運動をされたい方におススメの運動プログラムです。	武道館トレーニング室他
21	金曜	マスターズ教室	1/10～3/6	10:00～11:30	30	7	31	高齢者を対象に、ストレッチ体操、ウォーキング又はジョギング、各種軽スポーツを行います。	補助競技場 体育館
22		ヨーガ教室	1/10～2/28	10:00～11:30	60	8	62	ヨーガの呼吸法基本のポーズをマスターし、自律神経の調整・ストレスからの開放を行い、体を癒します。	武道館第二武道場
23		スポーツやろうよ!	1/31～2/28	19:30～21:00	20	4	7	「リフティング目標10回!」「初めての親子テニス教室」等初心者がスポーツの楽しさ、喜びを体験できる種目を1期4回します。	
24		シニアのためのウォーキング&筋トレ教室	1/31～2/21	14:00～15:00	10	3	4	Mizunoプログラムの「歩くdeチェック」と「LaLaLaサーキット」でウォーキングチェックと油圧式筋力トレーニングで行動体力の向上を図ります。	
25	土曜	スポーツやろうよ!	2/1～2/22	14:30～16:00	20	4	23	「リフティング目標10回!」「初めての親子テニス教室」等初心者がスポーツの楽しさ、喜びを体験できる種目を1期4回します。	
計	25 教室実施				1,670		1,420		

2 スポーツイベント

NO	イベント名	期 日	参加料	募集	参加チーム・人数		内 容	場 所
1	スポーツ少年団フェスティバル	平成31年4月6日	300円/人	1000人	20 団	164	各スポーツ少年団の地域、単位団の枠を越えグループごとに体力測定や軽スポーツを通して交流活動を行います。	中銀スタジアム 補助競技場園内
2	ファミリースポーツフェスティバル	平成31年4月29日	300円/組	200組	105 組	412	幼児・児童とその家族でチームをつくり、簡単な8種類のゲームで得点を競うと同時に、オリエンテーリングでクイズを解きながら園内を回ります。 種目 三輪車リレー、輪投げ、ストライクターゲット、家族で棒大玉転がし、リングスルー、Gゴルフ、ボール運びリレー	中銀スタジアム 他園内
3	こどもスポーツフェスティバル ・小学生ドッジボール大会	令和1年5月19日	800円/組	32チーム	41 チーム	330	8人～11人でチームを組み、昔ながらのスタイルでドッジボールを行います。	武道館
4	・小学生チャレンジ・ザ・ゲーム	令和2年2月23日	440円/組 高学年 低学年	40チーム 80チーム	39 チーム	135	高学年・低学年の部に分かれた4人でチームを組み、8種類の簡単な競技で記録を争います。	武道館
5	ヤングスポーツフェスティバル ・3on3小瀬チャンピオンシップ	令和1年7月15日	一般男子・混合 3,000円/組 一般女子 3,000円/組 車椅子バスケット 3,000円/組 ID	40チーム 8チーム 8チーム 8チーム 64チーム	36 チーム 6 チーム 3 チーム 4 チーム 49 チーム	162 26 14 19 221	1つのバスケットリングのみを使用し、3人对3人でゲームを行います。	やまなみ広場
	・フットサル大会 ※2月29日開催予定であったが		4,400円/組	24チーム	- チーム	-	5人对5人でミニサッカーゲームを行います。	体育館
6	ミドルスポーツフェスティバル ・エンジョイフットサル大会	令和1年10月22日	4,400円/組	24チーム	15 組	150	36歳以上の男性および中学生以上の女性を対象に5人对5人でミニサッカーゲームを行います。	体育館
7	シルバースポーツフェスティバル ・第1回グラウンドゴルフ大会	令和1年5月16日	500円/人	360人	359 人	359	グラウンドゴルフの大会を、県内の50歳以上の方を対象に開催します。	中銀スタジアム 補助競技場
8	・第2回グラウンドゴルフ大会	令和1年6月20日	500円/人	360人	361 人	361	〃	〃
9	・第3回グラウンドゴルフ大会	令和1年9月19日	500円/人	360人	346 人	346	〃	〃
10	・第4回グラウンドゴルフ大会	令和1年10月7日	550円/人	360人	312 人	312	〃	〃
11	・第5回グラウンドゴルフ大会	令和2年11月7日	550円/人	360人	367 人	367	〃	〃
12	kose ladys (ミックスマックス・ダブルステニス大会)	令和1年5月22日	1,000円/組	64組 128人	29 組	58	県内の女性対象に、テニスの大会を開催します。	テニスコート
合 計 12大会						3,215		

3 スクールフェスティバル

NO	大会名	期 日	参加料	募集	参加チーム・人数		内 容	場 所
1	スクールフェスティバル オープン大会							
	テニスの部	令和1年10月23日	1,100円/組	56組	37 組	74	教室参加者及び卒業生を主な対象にしたバドミントン、テニス、カーリングの大会です。	テニスコート 体育館 アイスアリー
	バドミントンの部	令和1年10月8日	1,100円/組	16組	14 組	28		
カーリングの部	令和2年2月24日	2,200円/組	8組	8 組	31			
計 1大会 実施				80組	59 組	133		
参加者合計						9,663		

令和元年度 スポーツ振興事業実績一覧表(小瀬スポーツ公園)

4. 健康・体力づくり

①トレーニング実技指導

指 導 内 容	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
① 利用者証の発行	313	386	333	361	338	282	267	273	225	331	393	0	3,502

①トレーニング実技指導

指 導 内 容	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
① プログラム作成	0	3	0	2	0	0	4	5	0	1	3	0	18
② ストレッチ指導	10	5	1	1	0	4	4	3	4	0	1	0	33
③ トレッドミル・アーククライマー指導	51	109	122	48	76	66	106	43	51	44	47	0	763
④ バイク指導	33	58	35	30	34	27	60	12	17	19	29	0	354
⑤ ウェイトマシン指導	363	512	353	374	389	369	336	320	306	443	492	0	4,257
⑥ フリーウェイト指導	92	35	34	35	32	24	30	16	29	31	40	0	398
⑦ 油圧マシン指導	312	177	169	147	125	139	159	175	152	110	97	0	1,762
⑧ 補助	3	5	7	5	6	4	9	4	8	2	9	0	62
小 計	864	904	721	642	662	633	708	578	567	650	718	0	7,647

②体組成分析

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
体組成分析(一般)	107	154	219	203	179	195	160	180	177	166	239	0	1,979
小 計	107	154	219	203	179	195	160	180	177	166	239	0	1,979

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
合計	1,284	1,444	1,273	1,206	1,179	1,110	1,135	1,031	969	1,147	1,350	0	13,128

5. その他事業

スポーツを愛好している一般県民を対象に、身近なスポーツ技術の紹介や基礎的な知識を提供し、本県の健康・体力づくりの底辺拡大につとめる。

スポーツセミナー	より効果的なレジスタンストレーニングを学ぶ	第1回	平成31年 4月26日(金) 午後7時15分～8時45分	参加者数:7名(男: 3名 女: 4名)
	自分の健康は自分で守る	第2回	令和2年 3月14日(土) 午前10時00分～午前12時	コロナウイルス蔓延防止措置として中止
軽スポーツ体験コーナー	大人から子供まで気軽に軽スポーツに親しめるように実施した。	実施種目	グラウンド・ゴルフ、ピーンボリング、竹馬、輪投げ、フライングディスクゴルフ、バッグォー、ボウリングシャトル、ユニカール等	実施回数 5回(計画6回) 延べ 1,580人

令和2年度 スポーツ振興事業実績一覧表(小瀬スポーツ公園)

1 スポーツ教室

No.	教室名	内容	対象	定員	開催期間	曜日	時間帯	回数	会場	参加人数
1	テニス教室	初心者から中級者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導します。	大人	25人	春期中止	月	11:10 ~ 12:40	0	テニス場	0
					R2.9.14~12/7			10		20
					R3.1/18~3/15			5		23
					春期中止	水		0		0
					R2.9/9~11/18			10		17
					R3.1/20~2/10			5		14
2	フレンドリー テニス レッスン	開催日には誰もが気軽に参加でき、当日の参加者同士で楽しくレッスンをを行います。	大人	20人	春期中止	月	9:30 ~ 11:40	0	テニス場	0
					R2.9.14~11/16			9		171
					R3.1/18~3/1			4		65
					春期中止	水		0		0
					R2.9/9~11/18			10		252
					R3.1/20~2/10			4		76
3	フレンドリーテニスゲーム	開催日には誰もが気軽に参加でき、当日の参加者同士で楽しくゲームを行います。	大人	10人	春期中止	月	9:30 ~ 11:00	0	テニス場	0
					R2.9.14~11/16			9		84
					R3.1/18~3/1			4		43
					春期中止	水		0		0
					R2.9/9~11/11			8		33
					冬季中止			0		0
4	初心者バドミントン教室	初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導します。	大人	25人	春期中止	火	9:30 ~ 11:00	0	体育館メインアリーナ	0
					秋期中止			0		0
					冬季中止			0		0
5	フレンドリーバドミントンゲーム	開催日には誰もが気軽に参加でき、集まった方々と楽しくゲームを行います。	大人	20人	春期中止	火	11:00 ~ 12:30	0	体育館メインアリーナ	0
					秋期中止			0		0
					冬季中止			0		0
6	太極拳教室	太極拳の基本的な動作と呼吸を習得できるよう指導を行い、体内の新陳代謝を促します。	大人	30人	R2.7/6~9/14	月	10:00 ~ 11:30	10	武道館アリーナ、体育館サブアリーナ	21
					R2.9/28~12/7			10		30
					R2.7/3~9/11	金	19:00 ~ 20:30	10		21
					R2.9/25~12/18			10		20
7	いきいきパワーアップ	一般の方を対象に、ストレッチ体操・筋力トレーニングの基礎から有酸素運動までを指導します。	大人	30人	R2.7/7~8/25	火	14:00 ~ 15:30	8	武道館各施設	26
					R2.10/6~12/15			8		28
					R3.1/12~3/23			8		25
8	大人のための陸上(短距離)教室	速く走りたい、子どもを指導したい大人を対象に、短距離を速く走るための基礎知識・動作等を指導します。	大人	20人	R2.7/6~8/31	月	19:15 ~ 20:45	8	山梨中銀スタジアム	18
					R2.9/7~11/16			8		13
9	エアロピクス	音楽に合わせてながらリズムカルに体を動かす、いわゆる有酸素運動を行い、心地よい汗を流せシェイプアップ効果も期待できます。	大人	25人	R2.7/1~9/2	水	10:00 ~ 11:30	7	武道館アリーナ、体育館メインアリーナ、体育館サブアリーナ	21
					R2.9/9~12/2			10		20
					R3.1/20~3/24			9		21
10	ソフトエアロピクス	中高齢者を対象に、やさしい有酸素運動や、ストレッチや腰痛予防、肩こり・転倒予防体操をします。	大人	40人	春期中止	火	10:00 ~ 11:30	0	武道館第二武道場	0
					R2.9/15~12/8			10		25
					R3.1/5~3/30			10		25
11	ミットバーカッション	健康・安全のための楽しくて格好いいプログラムで、かけがえない心と体に元気と癒しを体感できます。	大人	10組	春期中止	火	19:00 ~ 20:30	0	武道館第二武道場	0
			親子		秋期中止			0		0
			子供		冬季中止			0		0
12	あそびのおけいこ	スポーツの原点である遊びや、コミュニケーション能力を養いながら、日常の危険から身を守る術を親子で学びます。パラシュート・フープ・ボール・ミットなど遊び道具も充実。	親子	15組	春期中止	水	10:30 ~ 12:00	0	武道館第二武道場	0
					秋期中止			0		0
					冬季中止			0		0
13	インナーパワーヨガ	一般的なヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、より身体強化とエクササイズに伴う集中力の強化を図ります。	大人	65人	R2.7/1~8/26	水	13:30 ~ 14:40	6	武道館アリーナ、体育館メインアリーナ、体育館サブアリーナ	33
					R2.7/1~8/26			10		43
					R3.1/27~4/7			8		45
					R2.7/2~8/27	木	10:00 ~ 11:10	6	武道館アリーナ、体育館メインアリーナ、体育館サブアリーナ	47
					R2.10/8~12/10			10		53
R3.1/14~3/18	8	47								

14	初心者弓道教室	日本古来から伝わる弓道の本質や基本の姿勢、動作、息合いなどを習得することができます。	大人	25人	春期中止 秋期中止	木	10.00	～	11.30	0 0	武道館弓道場	0 0
15	ヨガ	ヨガの呼吸法、基本のポーズをマスターし、自律神経の調整・ストレスからの開放を行い、体を癒します。	大人	60人	R2.7/3～9/4 R2.9/25～12/11 R2.1/15～3/5	金	10.00	～	11.30	5 10 9	武道館アリーナ、体育館メインアリーナ、体育館サブアリーナ	46 55 36
16	マスターズ教室	筋力トレーニング・ストレッチ・体操・ウォーキング・各種軽スポーツ・レクリエーションを行います。	中高齢者	30人	R2.7/3～8/28 R2.9/11～11/27 R2.1/15～3/5	金	14.00	～	15.30	8 8 8	武道館アリーナ、武道館第二武道場、補助競技場	18 18 12
17	エンジョイグラウンド・ゴルフ	開催日には誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回ることができます。	大人	40人	春期中止 R2.9/14～12/21 R3.1/18～3/29 R2.7.22 R2.9/2～11/11 R3.1/20～3/24 R2.7.16 R2.9/10～11/26 R3.1/21～3/25	月 水 木	14.00	～	15.30	0 8 7 1 9 10 1 8 8	補助競技場	0 379 296 23 297 332 14 222 305
18	カーリング教室	カーリングの基本からゲームを楽しめるまでを指導します。ゲームは、氷上で20Kgのストーンを40m先のポイントにいかく近づけられるかを競います。	大人 子供	40人	1期中止 2期中止	木	19.00	～	21.00	0 0	アイスアリーナ	0 0
19	初心者フィギュア教室	基本滑走からバックステップまでを、音楽に合わせてスケートを楽しみます。	大人	20人	秋期中止	火	10.00	～	11.30	0	アイスアリーナ	0
20	夏休みファミリースケートday	6歳以上であれば誰でも参加でき、靴の履き方から安全な滑り方までを指導します。	大人 子ども	500人	夏期中止	-	18.30	～	20.00	0	アイスアリーナ	0
21	託児付きママのためのフィットネスサロン	産後ママが悩んでいる「お腹・お尻・太もも」の気になるタルミを引き締めてメリハリボディを目指します。	大人	託児付き 40組 託児なし 20人	春期中止 秋期中止 冬季中止 春期中止 秋期中止 冬季中止	月 金	10:15	～	11:15	0 0 0 0 0 0	武道館第二武道場	0 0 0 0 0 0
22	リズム&ボディケア	有酸素能力を高め、代謝機能などを向上させていきます。	大人	45人	春期中止 R2.9/14～12/14 R3.1/18～3/22	月	13.30	～	15.00	0 10 8	武道館アリーナ、武道館第二武道場	0 19 17
23	子どもかけっこ教室	速く走りたい子どもを対象に、短距離を速く走るための基礎知識・動作等を指導します。	子ども	90人	R2.8/10～8/14	-	17.30	～	20.00	3	山梨中銀スタジアム	74
24	幼児運動教室	さまざまな運動で脳神経を刺激してバランスのとれた身体づくりを目指します。	子ども	15人	春期中止 秋期中止 冬季中止	土	9.30	～	10.30	0 0 0	武道館第二武道場	0 0 0
25	小学生運動教室	さまざまなスポーツを楽しみながら、競い合って上達する喜びを体験します。	子ども	15人	春期中止 秋期中止 冬季中止	土	11.00	～	12.00	0 0 0	武道館第二武道場	0 0 0
26	スポーツやるうよ!	「リフティング目標10回!」「初めての親子テニス教室」等初心者がスポーツの楽しさ、喜びを体験できる種目を1期 4回します。	子ども	15人	1期中止 2期中止 3期中止 4期中止	-	11.00	～	12.00	0 0 0 0	各施設	0 0 0 0
27	大人のための初心者サッカー教室	大人の初心者を対象に、サッカーの基本となる各種キックやリフティング等の基礎の習得を目指します。	大人	20人	R2.7/3～8/7 R2.11/18～12/16	金 水	19.00	～	20.30	5 5	山梨中銀スタジアム	12 13
28	「お気軽」筋力トレーニング教室LaLaLaサーキット	油圧マシンを使った筋力トレーニングと有酸素運動であるリズム体操を同時に行います。しっかりと運動をされたい方におススメの運動プログラムです。	大人	10人	1期中止 2期中止 3期中止	木	11.00	～	12.00	0 0 0	各施設	0 0 0
29	シニアのためのウォーキング&筋トレ教室	Mizunoプログラムの「歩くdeチェック」でウォーキングチェックを行い、「LaLaLaサーキット」などで筋力トレーニングで行動体力の向上を図ります。	中高齢者	20人	春期中止 秋期中止 冬季中止	金	14.00	～	15.30	0 0 0	武道館アリーナ、武道館トレーニング室	0 0 0
30	アイスホッケー教室	ホッケーシューズを履いて、スティックでパスができるようになるまで指導します。	大人 子ども	30人	中止	-	-	-	-	0	アイスアリーナ	0
合計		50 教室開催		開催延べ日数 383日		参加延べ人数 3,568人						

2 スポーツイベント

No.	イベント・大会名	内容	対象	定員	期日	会場	参加チーム数	参加人数		
1	スポーツ少年団フェスティバル	山梨県スポーツ少年団団員を対象として、交流交流会やレクリエーション活動を体験しながら交流を深める。	スポーツ少年団員	300人	令和2年4月11日(土)に開催予定であったが、新型コロナウイルス感染拡大防止措置により中止した。	武道館	0	0		
2	ファミリースポーツフェスティバル	親子、三世代グループを対象として、チャレンジ・サ・ゲーム&オリエンテーリングを開催する。	家族	200組(800人)	令和2年5月6日(水)に開催予定であったが、新型コロナウイルス感染拡大防止措置により中止した。	山梨中銀スタジアム、補助競技場	0	0		
3	こどもスポーツフェスティバル小学生ドッジボール大会	小学生(1チーム8~11人)を対象に、ドッジボール大会を開催する。	小学生	32チーム(256人)	令和2年8月2日(日)に開催予定であったが、新型コロナウイルス感染拡大防止措置により中止した。	武道館	0	0		
4	こどもスポーツフェスティバル小学生チャレンジ・サ・ゲーム	小学生3~4人チームを組み、グループで各種ゲームにチャレンジする。	小学生	120チーム(480人)	令和3年2月23日(火)に開催予定であったが、新型コロナウイルス感染拡大防止措置により中止した。	武道館	0	0		
5	こどもスポーツフェスティバル忍者学校 feat.ヴァン・フォーレちゃん	からだを動かすことの楽しさ、気持ちよさを感じてもらい、運動が好きなようになるきっかけになるよう幼児・小学生向けの遊びプログラム「ミズノ流忍者学校」を開催する	年長~小学生	45人	令和3年2月24日(火)に開催予定であったが、新型コロナウイルス感染拡大防止措置により中止した。	武道館	-	0		
6	ヤングスポーツフェスティバル 3on3ストリートバスケットボール大会	一般・車イス(3~5人)のチームを対象にリートバスケットボール大会を開催する。	大人子ども(中学生以上)	64チーム(320人)	令和2年9月~10月の間で開催予定であったが、新型コロナウイルス感染拡大防止措置により中止した。	いこいの森広場	0	0		
7	ミドルスポーツフェスティバルフットサル大会	36歳以上の方を対象に、5人対5人でフットサルの試合を行う。	大人(36歳以上)	20チーム(200人)	令和2年12月13日(日)に開催予定であったが、新型コロナウイルス感染拡大防止措置により中止した。	体育館メインアリーナ	0	0		
8	シルバースポーツフェスティバル第1回グラウンド・ゴルフ大会	50歳以上の方を対象に、グラウンド・ゴルフ大会を開催する。	大人(50歳以上)	480人	令和2年5月28日(木)に開催予定であったが、新型コロナウイルス感染拡大防止措置により中止した。	山梨中銀スタジアム、補助競技場	-	0		
	令和2年9月18日				-		335			
	令和2年10月16日				-		365			
	令和2年11月18日				-		325			
	令和2年12月14日				-		336			
9	スクールフェスティバルテニスの部	テニス、バドミントン、カーリング教室の参加者及びそれぞれの愛好者を対象に、テニス、バドミントン、カーリング大会を開催する。	大人	56組(112人)	令和2年11月25日(水)に開催予定であったが、新型コロナウイルス感染拡大防止措置により中止した。	テニス場	0	0		
9	スクールフェスティバルバドミントンの部	テニス、バドミントン、カーリング教室の参加者及びそれぞれの愛好者を対象に、テニス、バドミントン、カーリング大会を開催する。	大人	16組(32人)	令和2年12月1日(火)に開催予定であったが、新型コロナウイルス感染拡大防止措置により中止した。	体育館メインアリーナ	0	0		
9	スクールフェスティバルカーリングの部		大人子ども	8組(32人)	令和2年12月~令和3年3月の間で開催予定であったが、新型コロナウイルス感染拡大防止措置により中止した。	アイスアリーナ	0	0		
合計							開催スポーツイベント数	4イベント	スポーツイベント参加延べ人数	1,361人
スポーツ振興業務等延べ参加者(1スポーツ教室+2スポーツイベント)									4,929人	

令和2年度 スポーツ振興事業実績一覧表(小瀬スポーツ公園)

4. 健康・体力づくり

①トレーニング実技指導

指 導 内 容	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
① 利用者証の発行	0	0	45	176	172	183	139	107	103	159	182	184	1,450

①トレーニング実技指導

指 導 内 容	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
① プログラム作成	0	0	3	0	1	1	3	6	2	1	6	3	26
② ストレッチ指導	0	0	1	1	0	2	5	6	0	2	4	1	22
③ トレッドミル・アーク・クライマー指導	0	1	13	22	18	39	23	33	15	17	28	30	239
④ バイク指導	0	0	9	14	7	16	9	24	7	9	26	16	137
⑤ ウェイトマシン指導	0	17	45	119	172	239	206	244	184	230	201	200	1,857
⑥ フリーウェイト指導	0	8	11	26	34	52	37	65	46	38	40	42	399
⑦ 油圧マシン指導	0	3	1	20	9	11	13	26	18	27	16	14	158
⑧ 補助	0	0	0	0	0	1	2	2	2	0	3	6	16
小 計	0	29	83	202	241	361	298	406	274	324	324	312	2,854

②体組成分析

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
体組成分析(一般)	0	0	12	51	75	70	98	98	100	133	127	117	881
小 計	0	0	12	51	75	70	98	98	100	133	127	117	881

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
合計	0	29	140	429	488	614	535	611	477	616	633	613	5,185

5. その他事業

スポーツを愛好している一般県民を対象に、身近なスポーツ技術の紹介や基礎的な知識を提供し、本県の健康・体力づくりの底辺拡大につとめる。

スポーツセミナー	中止											
軽スポーツ体験コーナー	新たにスポーツをするきっかけを創出するため、山梨県レクリエーション協会、ミスノグループ及びヴァンフォーレ甲府と連携し、定期的に無料で軽スポーツやニュースポーツなどの体験イベントを実施した。	実施種目	モトタイル、キックターゲット、ブラインドサッカー体験	実施回数	1回(計画6回) 延べ 300人							

令和3年度 スポーツ振興事業実績一覧表(小瀬スポーツ公園)

1 スポーツ教室

No.	教室名	内容	対象	定員	開催期間	曜日	時間帯	回数	会場	参加人数	
1	テニス教室	初心者から中級者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導します。	一般	25	R3.4/5~6/28	月	11:10 ~ 12:40	8	テニス場	21	
					R3.9/13~11/8			8		19	
					R4.1/17~1/24			2		16	
					R3.4/7~7/7	水		8		17	
					R3.9/15~11/17			8		17	
					R4.1/12~1/19			2		16	
2	フレンドリー テニス レッスン	開催日には誰もが気軽に参加でき、当日の参加者同士で楽しくレッスンをを行います。	一般	20	R3.4/5~6/28	月	9:30 ~ 11:00	8	テニス場	125	
					R3.9/13~11/8			8		158	
					冬季中止			0		0	
					R3.4/7~7/7	水		8		146	
					R3.9/15~11/10			7		171	
					冬季中止			0		0	
3	フレンドリーテニス ゲーム	開催日には誰もが気軽に参加でき、当日の参加者同士で楽しくゲームを行います。	一般	10	R3.4/5~6/28	月	9:30 ~ 11:00	8	テニス場	73	
					R3.9/13~11/8			8		58	
					冬季中止			0		0	
					R3.4/7~7/7	水		8		17	
					R3.9/15~11/10			7		23	
					冬季中止			0		0	
4	初心者バドミントン教室	初心者を対象とした教室で、基礎からゲームを楽しめるまでを指導します。	一般	25	春季中止	火	9:30 ~ 11:00	0	体育館	0	
					秋季中止			0		0	
					冬季中止			0		0	
5	フレンドリー バドミントンゲーム	開催日には誰もが気軽に参加でき、集まった方々と楽しくゲームを行います。	一般	20	春季中止	火	11:00 ~ 12:30	0	体育館	0	
					秋季中止			0		0	
					冬季中止			0		0	
6	太極拳教室	太極拳の基本的な動作と呼吸を習得できるよう指導を行い、体内の新陳代謝を促します。	一般	30	R3.4/5~6/21	月	10:00 ~ 11:30	10	武道館・体育館	32	
					R3.9/13~11/29			10		30	
					R3.4/16~7/9	金		19:00 ~ 20:30		10	21
					R3.9/17~12/17					10	21
7	いきいきパワーアップ	一般の方を対象に、ストレッチ体操・筋力トレーニングの基礎から有酸素運動までを指導します。	60歳以上	30	R3.4/6~6/1	火	14:00 ~ 15:30		8	武道館・体育館ほか	30
					R3.9/21~11/9				8		25
					R4.1/11~1/25			2	32		
8	大人のための陸上(短距離)教室	速く走りたい、子どもを指導したい大人を対象に、短距離を速く走るための基礎知識・動作等を指導します。	一般	20	R3.4/19~6/14	月	19:15 ~ 20:45	8	JIT リサーチ インク スタジアム	13	
					R3.9/13~11/15			8		13	

9	エアロビクス	音楽に合わせてながらリズムカルに体を動かす、いわゆる有酸素運動を行い、心地よい汗を流せシェイプアップ効果も期待できます。	一般	60	R3.4/14~7/7	水	10:00	~	11:30	10	武道館・ 体育館	23				
					R3.9/22~12/8					10		23				
					R4.1/12~1/27					2		23				
10	ソフトエアロビクス	中高齢者を対象に、やさしい有酸素運動や、ストレッチや腰痛予防、肩こり・転倒予防体操をします。	一般	40	R3.4/13~6/29	火	10:00	~	11:30	10	武道館	32				
					R3.9/14~11/16					10		29				
					R4.1/11~1/25					2		26				
11	ミットエクササイズ	健康・安全のための楽しくて格好いいプログラムで、かけがえのない心と体に元気と癒しを体感できます。	大人・ 子ども	10組	R3.4/13~6/29	火	19:00	~	20:30	10	武道館	23				
					R3.9/14~11/16					10		20				
					R4.1/11~1/25					2		13				
12	あそびのおけいこ	スポーツの原点である遊びや、コミュニケーション能力を養いながら、日常の危険から身を守る術を親子で学びます。パラシュート・フープ・ボール・ミットなど遊び道具も充実。	親子	15組	R3.4/14~7/14	水	10:30	~	12:00	10	武道館	33				
					R3.9/22~12/15					10		36				
					R4.1.12					1		36				
13	インナーパワーヨガ	一般的なヨガに筋力トレーニング的要素を取り入れ、より身体強化とエクササイズに伴う集中力の強化を図ります。	一般	65	R3.4/14~6/30	水	13:30	~	14:40	10	武道館・ 体育館	42				
					R3.9/22~12/15					8		42				
					R4.1/5~1/12					2		36				
					R3.4/15~7/8	木	10:00	~	11:10	10	武道館・ 体育館	55				
					R3.10/7~12/9					10		57				
					R4.1/6~1/20					3		53				
14	初心者弓道教室	日本古来から伝わる弓道の本質や基本の姿勢、動作、息合いなどを習得することができます。	一般	25	R3.4/8~7/15	木	10:00	~	11:30	10	武道館 弓道場	24				
					R3.9/16~10/21					6		25				
15	ヨーガ	ヨーガの呼吸法、基本のポーズをマスターし、自律神経の調整・ストレスからの開放を行い、体を癒します。	一般	60	R3.4/16~7/2	金	10:00	~	11:30	10	武道館・ 体育館	57				
					R3.9/17~12/3					10		56				
					R4.1/7~1/21					3		46				
16	マスターズ教室	筋力トレーニング・ストレッチ・体操・ウォーキング・各種軽スポーツ・レクリエーションを行います。	65歳以上	30	R3.4/2~6/4	金	14:00	~	15:30	8	武道館・ 体育館・ 補助競技場	19				
					R3.9/17~11/5					8		16				
					R4.1/7~1/21					3		14				
17	エンジョイグラウンド・ゴルフ	開催日には誰もが気軽に参加でき、芝生に設定されたコースを楽しく回ることができます。	一般	40	R3.4/5~6/28	月	14:00	~	15:30	10	補助競技場	398				
					R3.9/27~12/20					8		306				
					冬季中止					0		0				
					R3.4/7~7/21	水				14:00		~	15:30	9	補助競技場	246
					R3.9/29~12/22									9		265
					冬季中止									0		0
					R3.4/8~6/10	木				14:00		~	15:30	6	補助競技場	215
					R3.9/30~12/23									10		301
					冬季中止									0		0
18	カーリング教室	カーリングの基本からゲームを楽しめるまでを指導します。ゲームは、氷上で20Kgのストーンを40m先のポイントにいかにかに近づけられるかを競います。	大人子 ども	40	R3.11/5~12/10	金	16:15	~	17:45	5	アイスア リーナ	25				
19	初心者フィギュア教室	基本滑走からバックステップまでを、音楽に合わせてスケートを楽しみます。	一般	20	R3.9/14~11/16	火	10:00	~	12:00	10	アイスア リーナ	14				
20	夏休みファミリースケートday	6歳以上であれば誰でも参加でき、靴の履き方から安全な滑り方までを指導します。	家族	50家族	R3.7/17~7/31	-	19:00	~	20:30	4	アイスア リーナ	475				

21	託児付きママのためのフィットネスサロン	産後ママが悩んでいる「お腹・お尻・太もも」の気になるタルミを引き締めてメリハリボディを目指します。	子育て世代の女性	託児付き 40組	春季中止	月	10:15	～	11:15	0	武道館	0			
					秋季中止					0		0			
					冬季中止					0		0			
							託児なし 20人	春季中止	金	10:15	～	11:15	0	武道館	0
							秋季中止	0					0		
							冬季中止	0					0		
22	リズム&ボディケア	有酸素能力を高め、代謝機能などを向上させていきます。	一般	45	R3.4/12～6/28	月	14:00	～	15:30	10	武道館	17			
					R3.9/27～12/6					10		14			
					R4.1.24					1		12			
23	子どもかけっこ教室	速く走りたい子どもを対象に、短距離を速く走るための基礎知識・動作等を指導します。	幼児・小学生	50	R3.7/25～12/10	金	17:30 19:00	～	18:30 20:00	4	JIT リサイク リンク スタ ジウム	173			
24	幼児運動教室	さまざまな運動で脳神経を刺激してバランスのとれた身体づくりを目指します。	幼児 (年中以上)	15	R3.4/24～8/6	土	9:30	～	10:30	5	武道館	45			
					R3.9/25～12/18					4		41			
					冬季中止					0		0			
25	小学生運動教室	跳び箱・マット・鉄棒を中心に、さまざまなスポーツを楽しみながら、上達する喜びを体験します。	小学生 (小1～小4)	15	R3.4/24～8/6	土	11:00	～	12:00	5	武道館	53			
					R3.9/25～12/18					4		48			
					冬季中止					0		0			
26	スポーツやろうよ!	「リフティング目標10回!」「初めての親子テニス教室」等初心者がスポーツの楽しさ、喜びを体験できる種目を1期 4回します。	-	-	1期中止	-	-	～	-	0	-	0			
					2期中止					0		0			
					3期中止					0		0			
					4期中止					0		0			
27	大人のための初心者サッカー教室	大人の初心者を対象に、サッカーの基本となる各種キックやリフティング等の基礎の習得を目指します。	一般	20	R3.4/28～8/4	金	19:15	～	20:45	8	球技場	37			
					R3.10/13～12/15	水				8		40			
28	「お気軽」筋力トレーニング教室LaLaLaサーキット	油圧マシンを使った筋力トレーニングと有酸素運動であるリズム体操を同時に行います。しっかりと運動をされたい方におススメの運動プログラムです。	一般	10組	R3.6/22～7/20	火	14:00	～	15:00	4	武道館・ 体育館	11			
					R3.11/16～12/21					5		14			
					R4.1.24					1		5			
29	シニアのためのウォーキング&筋力教室	Mizunoプログラムの「歩くdeチェック」でウォーキングチェックを行い、「LaLaLaサーキット」などで筋力トレーニングで行動体力の向上を図ります。	65歳以上	20	R3.6/25～8/6	金	14:00	～	15:30	5	JIT リサイク リンク スタ ジウム・ 園路	9			
					R3.11/12～12/17					5		15			
					冬季中止					0		0			
30	アイスホッケー教室	滑り方から指導を行い、スティックでパス、シュート、ゲームの体験を行います。	大人 子ども	30人	R3.11.7	日	16:15	～	17:45	1	アイスア リーナ	7			
31	スポーツ体験コーナー	公園来園者が気軽に楽しめるスポーツ体験コーナーを開催。	来園者	来園者	R3.11/3～11/14	-	-	～	-	2	園内	250			
合計				31 教室開催		開催延べ日 数				513日	参加延べ 人数		4989人		

2 スポーツイベント

No.	イベント・大会名	内容	対象	定員	期日	会場	参加チーム数	参加人数
1	スポーツ少年団フェスティバル	山梨県スポーツ少年団団員を対象として、交流交歓会やレクリエーション活動を体験しながら交流を深める。	団員	200人	R3.4.10	武道館	—	93人
2	ファミリースポーツフェスティバル	親子、三世代グループを対象として、チャレンジ・ザ・ゲーム&オリエンテーリングを開催。	親子・三世代	200組(800人)	R3.5.5	IT リサイクルリンクスタジアム他	155組	155組(593人)
3	こどもスポーツフェスティバル	小学生(1チーム8〜11人)を対象に、ドッジボール大会を開催。	小学生	40チーム(256人)	R3.8/11に開催予定であったかが中止	武道館アリーナ	0	0
4	こどもスポーツフェスティバル	小学生3〜4人グループで、各種ゲームにチャレンジする。	小学生	120チーム(480人)	R4.2/23に開催予定であったかが中止	武道館	0	0
5	こどもスポーツフェスティバル	からだを動かすことの楽しさ、気持ちよさを感じてもらい、運動が好きになるきっかけになるよう幼児・小学生向けの遊びプログラム「ミズノ流忍者学校」を開催。	幼児・小学生	45人	R4.2月に開催予定であったかが中止	武道館	0	0
6	ヤングスポーツフェスティバル	県バスケットボール協会と共催で3×3Festivalを開催。(小・中・高・一般・シニア・車いす部門の大会とフリースローイベント等を開催。)	—	—	R3.9.20	いこいの森広場・体育館	—	130人
7	ミドルスポーツフェスティバル	36歳以上の方を対象に、5人対5人でフットサルの試合を行う。	36歳以上	20チーム(200人)	R3.9/25に開催予定であったかが中止	体育館メインアリーナ	0	0
8	シルバースポーツフェスティバル グラウンド・ゴルフ大会第1回	50歳以上の方を対象に、グラウンド・ゴルフ大会を開催。	大人(50歳以上)	480人	R3.5.20	JIT リサイクルリンクスタジアム、補助競技場	—	302人
	R3.10.21				—		265人	
	R3.11.25				—		308人	
	R3.12.14				—		271人	
	R4.3/8に開催予定であったかが中止				—		0	
9	スクールフェスティバル バドミントンの部	テニス、バドミントン、カーリング教室の参加者及びそれぞれの愛好者を対象に、テニス、バドミントン、カーリング大会を開催。	一般(スクール参加者)	20組	R3.12.1	テニス場	—	20人
9	スクールフェスティバル バドミントンの部	テニス、バドミントン、カーリング教室の参加者及びそれぞれの愛好者を対象に、テニス、バドミントン、カーリング大会を開催。	—	—	R3.11.30	体育館メインアリーナ	—	0
9	スクールフェスティバル カーリングの部	テニス、バドミントン、カーリング教室の参加者及びそれぞれの愛好者を対象に、テニス、バドミントン、カーリング大会を開催。	—	—	R3.3/12〜R4.3月に開催予定であったかが中止	アイスアリーナ	—	0
合計		開催スポーツイベント数	9イベント	スポーツイベント参加延べ人数		1,388人		
スポーツ振興業務等延べ参加者(1スポーツ教室+2スポーツイベント)							6,377人	

令和3年度 スポーツ振興事業実績一覧表(小瀬スポーツ公園)

4. 健康・体づくり

①トレーニング実技指導

指 導 内 容	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
① 利用者証の発行	180	192	159	180	51	114	186	189	210	236	370	-	2,067

①トレーニング実技指導

指 導 内 容	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
① プログラム作成	3	0	0	2	2	5	21	64	53	61	82	-	293
② ストレッチ指導	4	3	1	2	0	3	7	22	5	24	29	-	100
③ トレッドミル・アーク・クライマー指導	20	15	23	14	4	14	40	53	103	81	92	-	459
④ バイク指導	31	19	12	7	1	7	17	35	73	44	44	-	290
⑤ ウェイトマシン指導	210	263	214	238	43	88	216	328	411	485	675	-	3,171
⑥ フリーウェイト指導	43	40	19	30	0	10	29	54	70	79	116	-	490
⑦ 油圧マシン指導	25	13	13	10	5	8	23	22	26	29	39	-	213
⑧ 補助	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	-	6
小 計	336	354	282	303	55	136	354	579	742	804	1,077	0	5,022

②体組成分析

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
体組成分析(一般)	144	143	164	158	39	105	163	163	203	186	191	-	1,659
小 計	144	143	164	158	39	105	163	163	203	186	191	0	1,659

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
合計	660	689	605	641	145	355	703	931	1,155	1,226	1,638	-	8,748

5. その他事業

スポーツを愛好している一般県民を対象に、身近なスポーツ技術の紹介や基礎的な知識を提供し、本県の健康・体づくりの底辺拡大につとめる。

スポーツセミナー	本協会に設置しているスポーツ医・科学委員会と連携し、より安全で効果的なスポーツ活動における「学びの場」として、スポーツセミナー事業を展開する。(R3年度は開催なし)												
軽スポーツ体験コーナー (スポーツ体験コーナーと同一)	公園来園者が気軽に楽しめるスポーツ体験コーナーを開催。	実施種目	①「避難、救助、物資搬送」を模した障害物走 ②「アワアワ！洗濯テニス」、「ロケットシュート」	実施回数 2回 (計画10回) 延べ 250人									