

第56回 スポーツの秋! みんなでスポーツを楽しみましょう!!

四日市市民スポーツフェスタ

令和7年10月12日(日)

8時30分~15時00分

会場: 四日市市総合体育館・中央第2体育館

四日市市中央陸上競技場 他 四日市市日永東1丁目3-21

※9月1日より四日市市総合体育館・中央第2体育館は、

愛称が「相好アリーナ四日市」・「相好サファアリーナ四日市」となります。

四日市市中央緑地

申込期日: 令和7年9月12日まで

※詳細・申込は右記QRコードからご確認ください。→



グラウンド・ゴルフ大会

会場: 中央陸上競技場

グラウンド・ゴルフは、日本で高齢者向けに考案されたスポーツ!!ホールインワンを目指して頑張ろう!!



- 時 間: 競技時間9時00分~14時00分(受付7時30分~)
- 対 象: 市内に在住、または通勤・通学する小学4年生以上
- 参加料: 無料 ●定員: 300人(先着順)
- 持ち物: クラブ(貸し出しあります)、運動できる服装
- 内 容: 試合数3ゲーム
- 申込: 申請書にて9月12日までにお申し込みください。

ファミリーロゲイニング大会(3時間の部)

会場: 総合体育館アリーナ他

地図をもとにチェックポイントをできるだけ多く回り、得点を競うスポーツ!!家族、仲間と一緒にレッツロゲイニング!!

1

まずは
地図をよく見て
チームで作戦会議



3

街で得点を集めたら
制限時間内にゴール
しよう



2

チェックポイント
で写真を撮って
得点をゲット!!



4

獲得点数の上位
入賞チームを表彰



- 時間: 競技時間9時30分~12時30分(受付8時10分~) 集計後表彰式
- 対象: 市内に在住、または通勤・通学する成人を含む2~5人のグループ
①4・5歳児クラス②小学1・2年生クラス
③小学3・4年生クラス④小学5・6年生クラス⑤一般クラス
- 参加料: 中学生以上500円/1人小学生以下無料 ※参加料は当日支払い
- 定員: 120組(先着順)
- 持ち物: スマートフォン・携帯電話(緊急連絡用)、体育館シューズ、
デジタルカメラ(スマートフォン・携帯電話でも可)、雨具、
時計、軽食、飲物、運動できる服装など
- 申込: フォームにて9月12日までにお申し込みください。

PEARLSとタグ取り鬼ごっこであそぼう

会場: 中央第2体育館

「タグ(しっぽ)を取り合う」鬼ごっこ!前後左右に素早く逃げたり、追っかけよう!!

協力: 三重女子ラグビーチームPEARLS(パールズ)



- 時 間: 競技時間10時30分~11時30分(受付10時00分~)
- 対 象: 市内に在住する小学生 ●定 員: 50人
※上記申込多数の場合は抽選し、当選者に9月30日までに連絡します。
- 内 容: ルールの説明、準備運動、体験会
- 持ち物: 体育館シューズ、運動できる服装、など
- 参加料: 無料 ●申込: フォームにて9月12日までにお申し込みください。

ヴィアティン三重とバレーボールであそぼう

会場: 中央第2体育館

バレーボールなどを使って、ヴィアティン三重の選手と一緒に体を動かそう!!

協力: ヴィアティン三重バレーボール



- 時 間: 競技時間13時30分~14時30分(受付13時00分~)
- 対 象: 市内に在住する4歳から小学生以下 ●定 員: 50人
※上記申込多数の場合は抽選し、当選者に9月30日までに連絡します。
- 内 容: ルールの説明、準備運動、体験会
- 持ち物: 体育館シューズ、運動できる服装、など
- 参加料: 無料 ●申込: フォームにて9月12日までにお申し込みください。

ポッチャ体験会

会場：総合体育館多目的室1

白いボール(ジャックボール)を目標に、赤・青のボールを投げたり、転がしたりして、近づけよう!!



協力：みえポッチャ協会、四日市市社会福祉協議会

- 時 間： 午前の部10時30分～11時30分 体験会（受付10時00分～）
午後の部13時30分～14時30分 試合形式（受付13時00分～）
- 対 象： 市内に在住、または通勤・通学する方
※小学生以下の方が申し込む場合、保護者1人の同伴をお願いします
- 定 員： 午前の部 定員なし 午後の部 30名
※上記申込多数の場合は抽選し、当選者に9月30日までに連絡します。
※定員に余裕があれば当日参加できます。
- 持ち物： 体育館シューズ、運動できる服装など
- 参加料： 無料 ●申込： フォームにて9月12日までに申し込みください。

SSピンポン体験会

会場：総合体育館多目的室2

三重県発祥の新しいスポーツ!卓球台の上でボールを転がして打ち合おう!!



協力：三重県SSピンポン協会、四日市市社会福祉協議会

- 時 間： 午前の部10時30分～11時30分 体験会（受付10時00分～）
午後の部13時30分～14時30分 試合形式（受付13時00分～）
- 対 象： 市内に在住、または通勤・通学する方
※小学生以下の方が申し込む場合、保護者1人の同伴をお願いします
- 定 員： 午前の部 定員なし 午後の部 30名
※上記申込多数の場合は抽選し、当選者に9月30日までに連絡します。
※定員に余裕があれば当日参加できます。
- 持ち物： 体育館シューズ、運動できる服装など
- 参加料： 無料 ●申込： フォームにて9月12日までに申し込みください。

生涯スポーツ体験コーナー

会場：総合体育館アリーナ

四日市市スポーツ推進委員が各地区で普及推進している生涯スポーツを体験できます。



- 時 間： 10時00分～14時30分
- 対 象： 市内に在住、または通勤・通学する方
※小学生以下は保護者1人の同伴をお願いします
- 内 容： テニボン、ファミリーバドミントン、ソフトバレーボール、モルック
- 持ち物： 体育館シューズ、運動できる服装など
- 参加料： 無料 ●定員： なし ●申込： 不要

ACP（アクティブ・チャイルド・プログラム）コーナー

体を使った遊びを通して、運動能力や体の使い方を身につけられる運動遊びを体験できます。 会場：総合体育館アリーナ



- 時 間： 11時15分～12時15分
- 対 象： 市内に在住する小学生以下
※小学生未満は保護者1人の同伴をお願いします
- 持ち物： 体育館シューズ、運動できる服装など
- 参加料： 無料 ●定員： なし ●申込： 不要

みんなで遊んで
元気アップ!!

主催：四日市市スポーツ課 主管：四日市市スポーツ推進委員協議会

協力：四日市市社会福祉協議会・三重女子ラグビーチームPEARLS(パールズ)・ヴィアティン三重バレーボール・みえポッチャ協会・三重県SSピンポン協会

【お問い合わせ・申し込み先】四日市市役所スポーツ課 TEL:059-354-8429 FAX:059-354-8432 E-mail:sports@city.yokkaichi.mie.jp