



元日から始まるスポーツの街

今年で65回大会を迎えた市民元旦マラソン大会を始め、市川のスポーツ活動は盛んです。昨年は、市制施行80周年の記念イベント

でも、ストリート陸上などさまざまなスポーツ活動を行っています。みなさんも機会をつくってスポーツ活動に参加してください。

問 37333112 スポーツ課

市民元旦マラソン

平成27年1月1日に第65回を迎えた歴史のある大会です。毎年1,000人近いランナーが元旦のスポーツセンターに集まり、新年をこの大会と共にスタートさせています。



みんなでスポーツ

スポーツの秋には、みなさんが楽しむことができるイベント「みんなでスポーツ」をスポーツセンターで、10月25日(日)に開催します。さまざまな軽スポーツの体験や、普段なかなか受けることができない新体力テストを受け、自身の体力レベルを知ることができます。



市民体育大会

市体育協会と共催で市体育協会加盟団体主管によるさまざまな種目の市民体育大会を行います。

その他にも、市体育協会各加盟団体は、年間を通して、各種スポーツ大会、スポーツ教室を開催します。



スポーツ推進委員地区活動

市には、約100人のスポーツ推進委員があり、地域のスポーツ活動への支援を行っています。

市内を13地区に分け、それぞれの地区において、ベタンクやソフトバレーボールといった軽スポーツの教室などの活動を行っています。

健康スポーツ教室

年間を通し3期に分けて、塩浜市民体育館・信篤市民体育館でエアロビクスヨガなどの教室を開催します。健康、体力づくりに効果があります。好きな教室を選んでリフレッシュしませんか。

市民スポーツ教室(定期)

市体育協会と共催で年間を通して、小・中学校などで16種目19教室のスポーツ教室を開催します。学校週5日制導入の際に子どもたちのために開始しましたが、現在は、子どもから大人まで参加できる教室も多くなっています。

市公認スポーツ指導者養成講習会

市では、スポーツを「安全に、正しく、楽しく」指導し、スポーツの本質的な楽しさ、素晴らしさを伝えることができる指導者を推進しています。

スポーツ指導についての基礎的な知識が身に付き、市公認スポーツ指導者資格と日本体育協会公認スポーツリーダーの資格を取得することができます。

スポーツ指導に関心のある方、これからスポーツ指導者を目指す方、既に普段からスポーツの指導を行っている方の受講をお待ちしています。

冬
秋



市民スポーツ教室

市体育協会と共催でゴールデンウィークを中心に、スポーツセンターなどで29種目のスポーツ教室を開催します。



スポーツ少年団交流大会 ラグビー フェスティバル Withクボタスピアーズ NTTコミュニケーションズシャイニングアークス

3月22日(日)に、スポーツセンターで、ジャパンラグビートップリーグに所属するクボタスピアーズ、NTTコミュニケーションズシャイニングアークスの選手などによるラグビーと安全なタグラグビー教室を行います。



あわせてバレーボールやバドミントン体験、近隣の大学による歯磨き指導や栄養指導も行います。



下総・江戸川 ツーデーマーチ

4月11日(土)・12日(日)に開催される2日間のウォーキング大会です。

ウォーキングは、年齢や時間、場所を問わずに気軽に取り組めるスポーツとして親しまれています。市内の名所・旧跡を回る事ができる8コースの中から、好きなコースを歩いてみませんか。

春

夏

ファミリー デイキャンプ

市民キャンプ場で、テントの張り方、火おこし、飯ごう炊飯などのキャンプの基礎を、初心者の方でも楽しく学ぶことができます。
午後はレクリエーションとして、グラウンドゴルフなどの軽スポーツや、簡単なできる創作活動を行います。
今年は6月28日(日)、7月12日(日)、9月13日(日)に開催します。



市民プール開場

市民プールには、毎年多くの方が市内外から泳ぎに来ます。
平成27年度の開場期間は7月18日(土)から9月6日(日)まで、市民プールでは教室も行っていますので、参加してください。



アクアスロン教室

高校生以上対象のスイムランの競技を7月11日(土)に開催します。
水中競技と陸上競技に必要な筋肉や、心肺機能をバランスよく鍛えるために適しています。



アクアビクス教室

水の抵抗を利用して運動を行います。泳げなくても水中での運動は、健康や体力づくりにとっても効果があり、音楽に合わせて楽しく運動ができます。市民プール開場中に開催します。

総合型地域スポーツクラブ

「健康都市いちかわ」を宣言し、「市川スポーツセンター」を設立しました。地域に根付くスポーツクラブとして、多くの方が気軽に参加しています。今後、左記の北東部にも設立します。

エアロビクスやヨガなどの健康教室や、バスケットボールやバドミントンなどのスポーツ、ノルディックウォークやダンスなどといった幅広い種目の教室を行っています。
健康・体力づくりの向上、またスポーツを親しむ場として、気軽に活用してください。

北東部スポーツタウン基本構想まとまる 未来に広がるスポーツ文化 の拠点づくり

市では、スポーツ施設を北西部、南部に多く配置しています。北東部は、市民プール、少年運動広場などの整備にとどまり、拠点となるスポーツ施設を配置していないため、スポーツを実施する場所について、地域により差がある状況です。

そこで、平成27年から北東部に、豊かな自然の中で、スポーツを通じて交流を深め、健康づくりのための場の提供も目指す、北東部スポーツタウン基本構想に基づく施設づくりを順次行います。

まず、平成28年度には、テニスコートを整備し、市民のみなさんが、健全で豊かにスポーツや自然を楽しめる施設の充実を図ります。

