

新感覚エンターテインメントスポーツ！



発泡スチロールのブロックを
バランスを取りながら
限界まで高く積み上げる!!

スタッキング ボックス
STACKING BOX
ハコズミ
HAKOZUMI

が永福体育館に
やってくる！



SHIMOTAKAIDO



クリケット
CRICKET

イギリスや南アジア諸国で圧倒的人気のスポーツ！
トップ選手の年収は数十億!?
世界で人気のクリケットを体験しよう！



2025 10/13 mon SPORTS FESTIVAL

TENNIS

世界で戦った
熊谷宗敏氏によるテニス教室
技術やメンタルについて学ぼう！



EIFUKU



くまがえむねとし
熊谷宗敏 テニスコーチ

【生年月日】1989年1月4日 【出身地】宮崎県

14歳以下日本代表に選出され世界大会で2位を記録。
高校はオーストラリアのメルボルンに留学し、全豪オープンジュニアに出場。
その後は関西の大学に進学し、関西学生で1位、日本学生ランキングは最高5位を記録する。
社会人としては、(株)リコーに実業団選手として入社し、全日本選手権に準優勝。
日本リーグでは最優秀新人賞を受賞する。
現役を引退後はテニスコーチとして、一般の方からジュニア選手まで、幅広い世代の方々にレッスンをを行う。
技術等の指導に加えて、メンタル面からのアプローチを取り入れ、選手のパフォーマンス向上に繋げる。



MATSUNOKI

10/13 mon
9:00~

<https://www.suginami-spocul.com/>

CHECK!!



3施設共通HP

TAC杉並区永福体育館
開館時間 9:00~21:00
〒168-0064 杉並区永福1-7-6
TEL 03-3328-3146

【アクセス】
●京王線「下高井戸駅」から徒歩8分
●京王線の路線「永福町駅」から徒歩10分
●京王線の路線「須田山駅南」から南北バス
すざ丸（さくら路線）「京王線下高井戸駅」行き
に乗車。「下高井戸駅入口」下車。徒歩5分

【注意】駐車場はありません。
公共交通機関または自転車でお越しください。

下高井戸運動場/区民集会所
開館時間 9:00~21:00
〒168-0073 杉並区下高井戸3-26-1
（運動場）03-5374-6191
（集会所）03-5374-6192

【アクセス】
●京王線「桜上水駅」から徒歩8分
●京王線の路線「西永福駅」から徒歩10分

【注意】
公共交通機関または自転車でお越しください。

松ノ木運動場
開館時間 9:00~21:00
〒166-0014 杉並区松ノ木1-3-22
TEL 03-3311-7410

【アクセス】
●京王電鉄の路線「永福町」駅から関東・京王バス「新高井戸駅(新02)」または「高円寺駅(高45)」行きに乗り「都立和田堀公園」下車徒歩1分
●JR中央線「高円寺」駅から関東・京王バス「永福町駅(高45)」行きに乗り「都立和田堀公園」下車徒歩1分
●東京メトロ丸ノ内線「新高井駅」駅から関東・京王バス「永福町駅(新02または高45)」行きに乗り「都立和田堀公園」下車徒歩1分

2025 スポーツフェスティバル in 永福/下高/松ノ木 10/13(月・祝)

TAC杉並区永福体育館 タイムスケジュール

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00
ビーチコート		ビーチバレーボール 9:00～11:30		子どもタイム ビーチであそぼう♪ ①11:30～12:50		ビーチテニス 13:00～15:00		子どもタイム ビーチであそぼう♪ ②15:00～15:50	ビーチサッカー 16:00～18:00
1F 体育館		STACKING BOX ⑨15:00～16:30	STACKING BOX ⑩10:45～12:00		エイフパーク 13:30～16:00				
1F エントランスホール		e-sports パーチャルサイクリング ⑨13:30～12:00	アスリートネイル体験コーナー ⑩10:00～12:00	フェイスペイント 10:00～16:00	e-sports パーチャルサイクリング ⑩13:30～16:30	アスリートネイル体験コーナー ⑩13:30～16:30			
2F 小体育室1		ボッチャ・スポンジモルック体験 ⑨13:30～12:00			ボッチャ・スポンジモルック体験 ⑩13:00～16:30				
2F トレーニングルーム									
3F 小体育室2			VRアトラクション ⑨13:30～12:00		VRアトラクション ⑩13:00～16:30				
3F 会議室1			遊びの部屋Ver.2.0 ⑩10:00～12:00		遊びの部屋Ver.2.0 ⑩13:30～16:30				
なみすけ会場1 ※変更になることも ございます			館内	館内	館内	館内	館内	ビーチ	
SUNABA Cafe									
ピロティ (正面入り口前)									

SUNABA Café

営業時間 11:00 - 16:30

DRINK

- コーヒー (HOT・COLD) 150円
- レモン茶 COLD 80円

FOOD

- 卵黄の拌弁当 650円
- パイの焼き菓子 100円
- パン工房Puku Pukuのパン 200円

※なくなり次第終了
【決済方法】現金のみ(税込価格)

ビーチバレーボール

時間/9:00～11:30
定員/40名程度
対象/どなたでも
永福体育館アンプサダーの浦田聖子さんも
ビーチバレーボールに参加します!!
(ビーチスポーツネットワーク事業)

ビーチテニス

時間/13:00～15:00
定員/25名程度
対象/小学4年生以上
ビーチテニスは地面にバウンドさせません!
初めての方でも簡単に参加できます。
(ビーチスポーツネットワーク事業)

ビーチサッカー

時間/16:00～18:00
定員/40名程度
対象/どなたでも
親子で一緒に、もちろん個人参加もOK!
ビーチサッカーを楽しく体験できます。
(ビーチスポーツネットワーク事業)

子どもタイム

時間/11:30～12:50
定員/25名程度
対象/どなたでも
砂遊びやボールゲームで遊ぼう!
(ビーチスポーツネットワーク事業)

e-sports パーチャルサイクリング

時間/13:30～16:30
定員/25名程度
対象/小学3年生程度 ※身長130cm以上
上昇車スポーツセンターと合同開催!
500mスプリント!1番速いのは誰だ!
(ビーチスポーツネットワーク事業)

アスリートネイル体験コーナー

時間/10:00～12:00
定員/25名程度
対象/小学1～3年生
場所/1F エントランスホール
対象/15歳以上(中学生を除く)
(1人10分程度)
爪のことを知って競技パフォーマンスアップ!!

前衛見スポーツエンターテインメントゲーム

時間/11:00～12:00
定員/25名程度
対象/小学1～3年生
大人によるデモンストレーションあり!
選手が実際にプレイする様子を見学!
HAKOZUMIにチャレンジ!
チャレンジ後はメダルバッジをプレゼント!

STACKING BOX HAKOZUMI

時間/11:00～12:00
定員/25名程度
対象/小学1～3年生
普段の生活で当たり前に使っている発泡スチロール。
その発泡スチロールをパズルを取りながら限界まで高く積み上げよう!
世界のアスリートも挑戦できたSTACKING BOXが永福体育館にやってくる!

フェイスペイント

時間/10:00～16:00
定員/25名程度
対象/どなたでも
顔に絵を描いて「ドキドキ・ワクワク」
スポーツフェスティバルを更に楽しもう!

遊びの部屋Ver.2.0

時間/10:00～12:00 ②13:30～16:30
定員/3F会議室
対象/どなたでも
けん玉やブロック積みなど
大人も子供も楽しめます!
※内容は予告なく変更する場合がございます。

エイフパーク

時間/13:30～16:00
定員/1F体育館
対象/どなたでも
スラックラインやSTACKING BOXなど
色々な遊びができます!
※内容は予告なく変更する場合がございます。

VRアトラクション

時間/13:30～16:30
定員/3F小体育室2
対象/15歳以上推奨(保護者同伴の場合は相談のうえ)
※恐竜アドベンチャーVR「ダイノキックウェイ」
恐竜たちの住まうパークを駆け抜けろ! 近距離で恐竜の迫力を体感せよ!
※大岩回避VRゲーム「ゴキウゴキウ」
落ちてくる大量の岩を避け、宝箱を集めてVRスポーツアトラクション!
(杉並区わかやまウォーキング)

ボッチャ・スポンジモルック体験

時間/13:30～12:00
定員/25名程度
対象/小学3年生以上
場所/2F小体育室1
対象/どなたでも
ボッチャやモルックを体験しよう!
(杉並区スポーツ推進委員会)

健康測定会

時間/10:00～12:00 ②13:30～16:00
定員/25名程度
対象/どなたでも
測定項目/握力・肩関節可動域・体脂肪率・血圧測定
測定結果の解説とアドバイスを提供します。
スタッフウォッチで1分をタピオラと止める
「ピタリ選手権」も開催!!

ボールウォーキング体験

時間/10:00～12:00 ②13:30～16:00
定員/25名程度
対象/どなたでも
場所/ピロティ (正面入り口前)
対象/どなたでも
2本のボールを持ち、永福体育館から近隣公園を往復する
ジョグコースを歩きます。
(杉並区わかやまウォーキング)

クイズラリー

時間/13:30～16:00
定員/25名程度
対象/どなたでも
会場内・会場外に設置されているクイズが用意されています。
クイズは全部で10問!
クイズラリーに参加して景品をゲット!!

松ノ木運動場 タイムスケジュール

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00
野球場	東京ヤクルトスワローズ親子野球体験 ⑨10:00～10:00 ⑩10:10～11:10								親子サッカー教室 15:00～16:00	小学生サッカー教室 15:00～16:00	
テニスコート 1番～4番											
テニスコート 5～6番											
イベントスペース (駐車場・ロビー)											
松ノ木運動場周辺											

プレイ&ステイテニス教室

時間/19:00～10:15 ②10:30～11:45
定員/各16組(32名)
場所/野球場
対象/1～6歳未満(年中・年長)と保護者
対象/1～6歳未満(年中・年長)と保護者
親子でテニス体験! 野球場に必要!
親子でテニス体験! 野球場に必要!
親子でテニス体験! 野球場に必要!
親子でテニス体験! 野球場に必要!

東京ヤクルトスワローズ親子野球体験

時間/19:00～10:00 ②10:10～11:10
定員/各30組(60名) 場所/野球場
対象/1～6歳未満(年中・年長)と保護者
対象/1～6歳未満(年中・年長)と保護者
親子で野球体験! 野球場に必要!
親子で野球体験! 野球場に必要!

親子サッカー教室

時間/14:00～14:45
定員/15組(30名) 場所/野球場
対象/年少・年中・年長と保護者
対象/年少・年中・年長と保護者
親子でサッカー体験! 野球場に必要!
親子でサッカー体験! 野球場に必要!

小学生サッカー教室

時間/15:00～16:00
定員/20名 場所/野球場
対象/小学1～3年生
対象/小学1～3年生
親子でサッカー体験! 野球場に必要!
親子でサッカー体験! 野球場に必要!

テニスコート無料貸出

時間/10:00～11:00
定員/20名 場所/5～6番テニスコート
対象/15歳以上(中学生を除く)
対象/15歳以上(中学生を除く)
親子でテニス体験! 野球場に必要!
親子でテニス体験! 野球場に必要!

肩甲骨ほぐし体操

時間/13:00～13:30
定員/20名 場所/5～6番テニスコート
対象/15歳以上(中学生を除く)
対象/15歳以上(中学生を除く)
親子でテニス体験! 野球場に必要!
親子でテニス体験! 野球場に必要!

熊谷宗敏氏によるテニス教室

時間/14:00～14:45
定員/15組(30名) 場所/野球場
対象/年少・年中・年長と保護者
対象/年少・年中・年長と保護者
親子でテニス体験! 野球場に必要!
親子でテニス体験! 野球場に必要!

夜ヨガ

時間/18:00～19:00
定員/20名 場所/5～6番テニスコート
対象/15歳以上(中学生を除く)
対象/15歳以上(中学生を除く)
親子でテニス体験! 野球場に必要!
親子でテニス体験! 野球場に必要!

フリーカルチャー体験ゾーン

時間/10:00～15:00
定員/20名 場所/松ノ木運動場-善福寺川沿い
対象/15歳以上(中学生を除く)
対象/15歳以上(中学生を除く)
親子でテニス体験! 野球場に必要!
親子でテニス体験! 野球場に必要!

ノルディックウォーキング体験

時間/11:30～13:00
定員/20名 場所/松ノ木運動場-善福寺川沿い
対象/15歳以上(中学生を除く)
対象/15歳以上(中学生を除く)
親子でテニス体験! 野球場に必要!
親子でテニス体験! 野球場に必要!

ドッグラン写真展

時間/18:00～19:00
定員/20名 場所/5～6番テニスコート
対象/15歳以上(中学生を除く)
対象/15歳以上(中学生を除く)
親子でテニス体験! 野球場に必要!
親子でテニス体験! 野球場に必要!

下高井戸運動場/区民集会所 タイムスケジュール

	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00
運動場A		親子サッカー教室 10:00～10:45	小学生サッカー教室 11:00～12:00						
運動場B		おどろおどろ 10:00～10:50	おどろおどろ 11:00～11:50						
体育室									
体育室半面 集合室・1FDビー									

親子サッカー教室

時間/10:00～10:45
定員/15組(30名) 場所/運動場A面
対象/小学1～3年生
対象/小学1～3年生
親子でサッカー体験! 野球場に必要!
親子でサッカー体験! 野球場に必要!

小学生サッカー教室

時間/11:00～12:00
定員/20名 場所/運動場A面
対象/小学1～3年生
対象/小学1～3年生
親子でサッカー体験! 野球場に必要!
親子でサッカー体験! 野球場に必要!

クリケット体験会

時間/13:00～14:30
定員/15組(30名) 場所/運動場A面
対象/小学1～3年生
対象/小学1～3年生
親子でクリケット体験! 野球場に必要!
親子でクリケット体験! 野球場に必要!

ジャイアンツアカデミー親子野球教室

時間/15:00～16:30
定員/15組(30名) 場所/運動場A面
対象/小学1～3年生
対象/小学1～3年生
親子で野球体験! 野球場に必要!
親子で野球体験! 野球場に必要!

段ボール迷路

時間/10:00～14:00
定員/20名 場所/運動場B面
対象/小学1～3年生
対象/小学1～3年生
親子で迷路体験! 野球場に必要!
親子で迷路体験! 野球場に必要!

あおぞら太極拳

時間/10:00～10:50
定員/20名 場所/運動場B面
対象/小学1～3年生
対象/小学1～3年生
親子で太極拳体験! 野球場に必要!
親子で太極拳体験! 野球場に必要!

親子ZUMBA*

時間/13:00～14:30
定員/15組(30名) 場所/運動場B面
対象/小学1～3年生
対象/小学1～3年生
親子でZUMBA体験! 野球場に必要!
親子でZUMBA体験! 野球場に必要!

ZUMBA*

時間/15:00～16:30
定員/20名 場所/運動場B面
対象/小学1～3年生
対象/小学1～3年生
親子でZUMBA体験! 野球場に必要!
親子でZUMBA体験! 野球場に必要!

紙飛行機とぼさう

時間/10:00～14:00
定員/20名 場所/運動場B面
対象/小学1～3年生
対象/小学1～3年生
親子で紙飛行機体験! 野球場に必要!
親子で紙飛行機体験! 野球場に必要!

しもたか遊びスペース

時間/13:00～14:00
定員/20名 場所/体育室半面
対象/小学1～3年生
対象/小学1～3年生
親子でしもたか遊び体験! 野球場に必要!
親子でしもたか遊び体験! 野球場に必要!

事前申込

▼お申込みはこちら▼

ご希望のプログラム開催施設のQRコードを読み取ってください。

1次申込期間 9月22日(月)9:00～9月28日(日)21:00まで

※杉並区在住・在勤・在学・在国の方のみ
※区外の方のお申込みは自動でキャンセル扱いとなりますのでご了承ください。

2次申込期間: 10月1日(水)9:00～10月12日(日)12:00まで

※1次申込で定員に達したプログラムはキャンセル待ちとなります。
※杉並区外の方もお申込みいただけます。

申込方法



なみすけ © SUGINAMI CITY

随時参加

当日、開催施設に直接お越しください! 開催時間に随時ご参加いただけます。

人気のプログラムは混雑する可能性もございますので予めご了承ください。

開催施設、時間を確認の上、お間違いないようご来場ください。開催時間内に何度でもご参加いただけます。

事前申込 で当日空きがあれば開始20分前より先着順で当日参加の受付をいたします。