



スポーツマップを活用して 楽しく運動しよう！



簡単にできるボールを使った遊びをご紹介します！

☆ボールキャッチゲーム☆



- ①上に投げよう
 - ②高く投げてみよう
- ※チャレンジ編※
上に投げている間に何ができるかな
- ①拍手
 - ②頭を両手でタッチ
 - ③頭・お腹を順番にタッチ
 - ④頭・お腹・お尻を順番にタッチ

☆足でボールに触れてみよう！☆



- ①足の裏でボールにタッチ
- ②右足から左足にボールを転がしてキャッチ
- ③足の内側で交互にボールにタッチ
- ④リズムよく足の裏で交互にボールにタッチ
- ⑤手でボールを持ち、地面に落としたボールをキックしてから手でキャッチ
- ⑥地面に円を描いて、そこから出ないようにバウンドさせながらリフティングをしよう



ゼルビー
(FC町田ゼルビアマスコット)

施設や公園を利用して運動をする場合はルールを守って楽しもう！また、周りのお友だちとゆずり合って利用することも大切だね！

みんなで野津田公園に遊びに来てね！



イベントやグルメなど楽しいことが盛りたくさん！
安心して過ごせるスタジアムでみんなを待ってるね！



Jリーグ開催
情報はコチラ

ルールを読んでから遊びにしよう！

公園のつかいかた

【問い合わせ先：042-724-4399(公園緑地課)】

- ①ゴルフやバットの使用など危ない遊びはやめましょう。
- ②ボール遊びは小学生までです。
- ③公園の外にボールが出ないように遊びましょう。
- ④小さな子どもや体の不自由な方がいる場合には、ボール遊びはやめましょう。
- ⑤早朝や夜間の利用は迷惑になるのでやめましょう。
- ⑥みんなでゆずりあって遊びましょう。

スポーツ広場のつかいかた

【問い合わせ先：042-724-4036(スポーツ振興課)】

- ①団体利用のない時間帯を開放しています。
 - ②試合など広場を占有する利用は原則禁止しています。(許可を受けた団体を除く)
 - ③許可を受けた団体が利用しているときは、その団体の指示に従ってください。
- ※団体での利用をご希望される際は、スポーツ振興課へ問い合わせください。

スポーツ施設のつかいかた

- ①周りの人に危険が及ぶボール遊びはやめましょう。
- ②試合など施設を占有する利用は禁止しています。
- ③予約の状況、天候などにより、開放を中止する場合があります。開放状況については、各施設にお問い合わせください。
- ④施設内では、施設管理者(職員・係員等)の指示に従ってください。

スポーツマップをつかってみよう！

- ①自分の小学校をさがしてみよう！
- ②近くの公園をさがしてみよう！
- ③見つけた公園に行ってみよう！
- ④ルールを守って遊ぼう！



ボール遊びができる!!

まずはウラ面のルールを見てね!

町田市スポーツマップ(町田第一エリア) 21施設

② 町田中央公園(町田市民球場)

所在地: 旭町 3-20-60
開放時間: 毎月第1水曜日 15:00~17:00
小学生以下を対象にボール遊びが出来る場として、野球場の芝生部分を開放しています。
※ボールなどの道具は各自でご用意ください。
※かたいボールやバットを使用する等あぶない遊びはやめましょう。
※施設の利用にあたっては、管理者の指示・ルールに従ってください。
※祝日、行事予定等により、中止となることがあります。ホームページをご確認ください。



【問い合わせ先】
町田中央公園: 042-720-0611

町田シバヒロ

所在地: 中町 1-20-23
開放時間: 8:00~19:00
占用利用や芝生のメンテナンス等がない日時に限り、芝生広場を開放しています。
※かたいボールやバットを使用する等あぶない遊びはやめましょう。
※ボール等は決められた場所ですることができます。
ほかの利用者に当たらないように注意しましょう。
※その他、施設の利用にあたっては、管理者の指示に従ってください。



【問い合わせ先】
町田シバヒロ: 042-724-4816
URL: <https://machida-shibahiro.jp>



① 原町田青空ひろば

所在地: 原町田 1-26



② 金森防災市民いこいの広場

所在地: 金森 7-18



③ 金森わさび田児童公園

所在地: 金森東 3-1073



⑥ 芦ヶ谷公園(多目的広場)

所在地: 原町田 5-16



② 金森中央スポーツ広場

所在地: 金森 3-11
開放日時: 月~土曜 12:00~17:00
日曜 8:30~17:00



① 南大谷スポーツ広場(南大谷公園)

所在地: 南大谷 1104-1
※駐車場はありません
※車での利用はできません



④ 松葉谷戸公園

所在地: 金森東 1-1076-2



⑤ 原公園

所在地: 南成瀬 2-9



公園のつかいかた

【問い合わせ先: 042-724-4399(公園緑地課)】

- ① ゴルフやバットの使用など危ない遊びはやめましょう。
- ② ボール遊びは小学生までです。
- ③ 公園の外にボールが出ないように遊びましょう。
- ④ 小さな子どもや体の不自由な方がいる場合には、ボール遊びはやめましょう。
- ⑤ 早朝や夜間の利用は迷惑になるのでやめましょう。
- ⑥ みんなでゆずりあって遊びましょう。

1:14,000

0 100 200 400 800m

凡例

ボール遊び可能な公園 赤色の文字 スポーツ施設 青色の文字 スポーツ広場 町田シバヒロ 警察署・交番 消防署・分署 郵便局 病院 学校 神社・寺院 信号

※2024年3月時点の情報です。最新情報はホームページを確認してください。