

ルールを読んでから遊びにいきましょう！

# 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



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だくさん！  
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

## 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、スポーツ振興課へお問い合わせください。

## スポーツ施設のつかいかた

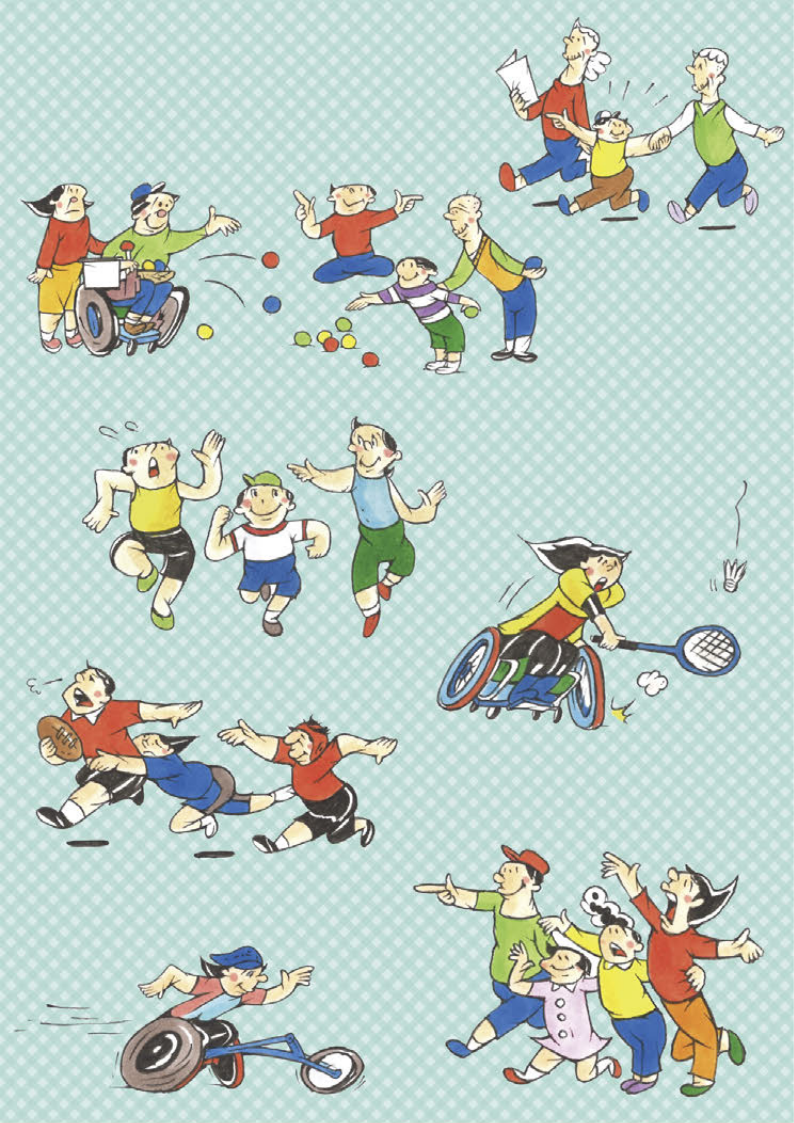
- ①周りの人に危険が及ぶボール遊びはやめましょう。
- ②試合など施設を占有する利用は禁止しています。
- ③予約の状況、天候などにより、開放を中止する場合があります。開放状況については、各施設にお問い合わせください。
- ④施設内では、施設管理者(職員・係員等)の指示に従ってください。

## 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！



※この冊子は、7979部作成し、1部あたりの単価は132円です。(職員人件費を含みます。また、印刷についてはFC町田ゼルビアから寄付していただいております。)



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

## (町田第二エリア) 11施設

### ② 緑ヶ丘グラウンド

所在地: 本町田 2380-6  
 開放日時: 毎週木曜日 15:00~16:30  
 小学生を対象にボール遊びができる場として無料で開放しています。

※サッカーゴールはありますが、それ以外の道具は各自でご用意ください。

※バッティングはできません。

※祝日や行事予定等により中止となることがあります。HPをご確認ください。

【問い合わせ先】  
 緑ヶ丘グラウンド: 042-792-7071



### ① 木曾森野防災市民いの広場

所在地: 森野 4-8



### ② 木曾ほがらか公園

所在地: 木曾東 1-149-1



### ① 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

### ④ 薬師台はにわ公園

所在地: 薬師台 1-1-1



### ⑤ 金井遊歩公園

所在地: 金井 2-6



### ⑥ ゆうき山公園

所在地: 金井ヶ丘 1-2882-2



### ⑥ ゆうき山公園

所在地: 金井ヶ丘 1-2882-2



### ⑦ 芹ヶ谷公園 (多目的広場)

所在地: 原町田 5-16



### 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の利用できます。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>



凡例: 緑色の文字 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。