

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！



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

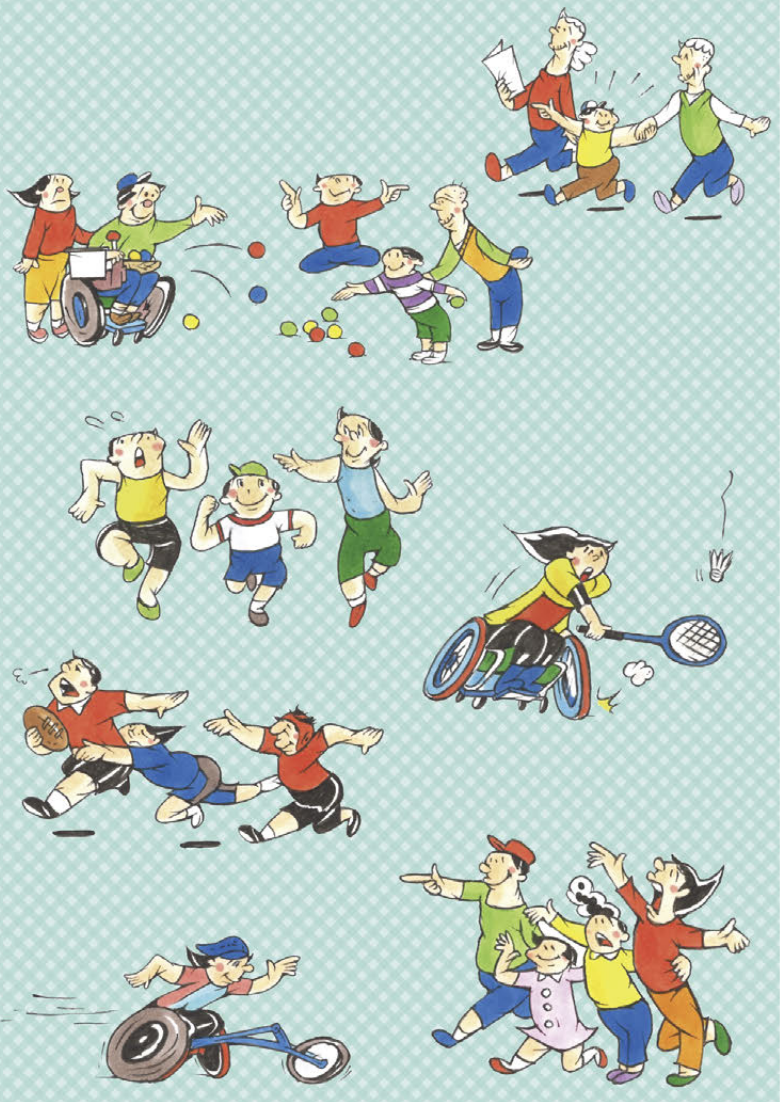
- ①周りの人に危険が及ぶボール遊びはやめましょう。
- ②試合など施設を占有する利用は禁止しています。
- ③予約の状況、天候などにより、開放を中止する場合があります。開放状況については、各施設にお問い合わせください。
- ④施設内では、施設管理者(職員・係員等)の指示に従ってください。

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！



※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(南エリア) 20施設

9 成瀬が丘児童公園
所在地: 成瀬が丘 1-13-6



1 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 町田市立総合体育館メインアリーナ(1/3面)
住所: 南成瀬 5-12
開放日時: 毎週月曜日・木曜日 15:00~16:00
小学生を対象にメインアリーナの1/3面の半分をバスケットボール等が出来るよう無料で開放しています。
※室内シューズを持ってきてください
※サッカー・野球での利用は出来ません
【問い合わせ先】
町田市総合体育館: 042-724-3440



1 小川しもおがわ公園
所在地: 小川 2-17



2 小川蜂谷戸公園
所在地: 小川 3-10-2



3 金森防災市民いこの広場
所在地: 金森 7-18



4 金森わさび田児童公園
所在地: 金森東 3-1073



5 松葉谷戸公園
所在地: 金森東 1-1076-2




6 つくし野宮まえ児童公園
所在地: つくし野 2-8



7 神間寺公園
所在地: つくし野 1-36-13



2 鶴間公園運動広場
所在地: 鶴間 3-1-1
開放日時: 毎週火曜・水曜・木曜日 13:00~17:00
小学生以下を対象にボール遊びができる場として開放しています。
【問い合わせ先】鶴間公園: 042-850-6630
HP: <https://www.tsuruma-park.com>



8 鶴間三角公園
所在地: 鶴間 6-1503-21



10 南つくし野やなぎ公園
所在地: 南つくし野 3-14



11 つばき公園
所在地: 南つくし野 2-10-6



12 定方寺公園
所在地: 南町田 1-5



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 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。