

手話
通訳者が
います

障害のある方もない方も
みんなでスポーツを楽しもう！

ディスクゴルフ&アルティメット

モルック

動きやすい服装で
室内履きをご持参ください

ピククルボール

スマイル スポーツデー

2026年10月18日(日)

in 赤羽体育館

9:30~

16:20 (北区志茂3-46-16)

ボッチャ

スポーツ能力測定

要申込

各項目の測定結果から自分に合ったスポーツを分析します！

★ 最新の測定機器 ★

モーションキャプチャ技術を利用して、身体の動きをデジタル化することで、高さ・タイム・スピードなどを正確に計測。



★ 測定種目 ★



スポーツ能力測定 昨年度参加者の声

- ・スタッフの方が盛り上げてくださり、楽しく測定ができました。
- ・得意なことの評価を聞き、具体的な目標を定めることで、更なるモチベーションに繋がりました。
- ・伸びていない項目の改善方法を教えてもらい、とても参考になりました。

主催：東京都北区

協力：(一社)スポーツ能力発見協会、(公社)東京都障害者スポーツ協会、エアデジタル(株)、北区スポーツ

推進委員協議会、れつど★しゃっふる、コムスポたきのがわ、(株)ティップネス王子店、(株)雄飛堂

お問合せ：北区地域振興部スポーツ推進課 ☎ 03-5390-1134 ✉ spo-suishin@city.kita.lg.jp

※イベントの様子を撮影し、区の広報等に使用する場合がありますので、ご了承ください

参加資格

区内在住・在学の小学生(120名)
区内在住・在学の障害のある小学生以上の方(20名)
※障害のある方は午後の時間帯のみ

参加費

無料

測定時間

約50分+アドバイス(時間帯は裏面をご確認ください)

★測定会お申込み方法

【申込受付期間】2026年10月4日(日)まで

※一般社団法人スポーツ能力発見協会のホームページよりお申込みください。

※障害のある方はお問合わせメールアドレス(info@dosa.or.jp)に①電話番号と

②お名前を記載の上、ご連絡ください。

1 一般社団法人スポーツ能力発見協会のホームページにアクセス

▶ <https://dosa.or.jp/measurement>

2 「測定会に申し込む」をクリック

3 お申込みフォームに必要項目をご入力の上、送信してください。



【当落選通知】2026年10月9日(金)頃メールにて通知

※測定人数に制限がある為、受付は抽選となります。予めご了承ください。

※2026年10月9日(金)頃に当選または落選のご案内をメールでお送りします。

★お問合わせ (一般社団法人スポーツ能力発見協会)

メールアドレス: info@dosa.or.jp

他にもブースは
盛り沢山！詳しくは
裏面へGO!



北区Webサイト
で詳細を確認！

Smile Sports Day

time table

要申込!!

3
階

メイン
アリーナ

スポーツ能力測定(事前申込制)



(①9:30～②10:20～③11:10～④13:00～⑤13:50～⑥14:40～⑦15:30～)

毎年恒例、年に一度のスポーツ能力測定が今年もやってきた！
精密な測定、専門家による的確なアドバイスが、あなたのスポーツに対する気づきにつながります。
これまで数百名の方が体験し、ご好評をいただいている目玉企画です。
※詳しくはチラシ表面をご覧ください。

ウィールズGO！(車いす乗車体験)



(10:00～16:00)

“車輪”・“乗り物”を意味する「ウィールズ (Wheels)＝車いす」に乗って、専用のコースを走ってみよう！
通常の車いすに加えて、バスケット競技用の車いすも用意しました。乗り心地の比較をしたり、車いすで生活する人の目線を体験したり、新しい発見がきっとあるはず。

骨密度・貧血・体組成測定



(10:00～16:00)

健康の鍵は自分を知ることから！
短時間で骨密度測定・貧血チェック・体組成測定ができます。
筋肉量・ボディバランス・推定骨量など、普段測定できない数値が図れるのが特徴です。測定後のアドバイスで自分の体の状態をしっかりと把握することで、これからのスポーツに対するモチベーションにもつながります。

要申込!!

ピックルボール体験

- ①スクール形式(事前申込制)
時間：(A)10:20～11:20 (B)11:20～12:20
(A)・(B)は同じ内容。重複申込不可
対象：区内在学/在勤/在住の10～70歳の方
定員：各回12名(抽選)
申込：右記コードから10月4日までに
②フリー体験(申込不要・直接会場へ)
時間：10:20～12:20
対象：区内在住/在勤/在学の方



①ディスクゴルフ②アルティメット体験



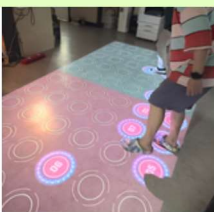
①(13:30～14:30)
②(14:30～15:30)

「狙って投げて」
「走ってつながる」
運動量豊富なディスクスポーツを体験しよう！

1
階

サブ
アリーナ

フロアピック(eスポーツ体験)



(10:00～12:00)

床が運動場に変身！
映像に合わせて動き回ろう。あっちへこっちへ大忙し！
一人でも、家族や友達とでも楽しめます。

モルック体験



(13:30～15:30)

フィンランド発祥のニュースポーツ！
スキttlを倒して40点分集めよう！
手軽さと戦略性の高さにハマるかも？

多目的
ルーム

ボッチャ体験



(10:00～12:00)

ヨーロッパ発祥のパラリンピック正式種目。
白玉にいかにか自ボールを近づけられるかを競います。誰でもできる手軽さが魅力です。

簡単20分エクササイズ



(13:00～14:50)

スポーツジムインストラクターによる本格的なエクササイズ体験！
リラックスして、心も体もほぐしてみては？

エクサ
サイズ
スタジオ