

新型コロナウイルス感染症対策について

以下の項目を読み同意の上、必要事項を記入し、切り離れた用紙をご提出ください。

- 本日(11/6)及び利用前2週間前において、以下の事項に一つも該当しない。
 - ① 平熱を超える発熱 ② せき・のどの痛みなど風邪の症状がある ③ 強いだるさ(倦怠感)、息苦しさ
 - ④ 嗅覚や味覚の異常 ⑤ 体が重く感じる、疲れやすい等の症状がある
 - ⑥ 新型コロナウイルス感染症「陽性」とされた者との濃厚接触があった ⑦ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる
 - ⑧ 過去14日以内に、政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされる国・地域等への渡航または当該在住者との濃厚接触がある
- 利用当日の体温に異常がない
- 飛沫飛散防止対策としてマスクを持参している、または、ハンカチやタオル等で口元を覆う対策が出来る(受付・着替え等の運動・スポーツ活動を行っていない間の会話時のため)
- こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施する
- 感染防止のため、主催者が決めた措置を遵守し、主催者の指示に従う
- 利用中に大きな声で会話、応援等をしない
- 他の利用者、主催者等との距離(できるだけ2m以上)を確保する。※障害者の誘導や介助を行う場合を除く
- 利用者は、利用後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、速やかに濃厚接触者の有無等について施設に連絡することに同意する

上記の説明事項を読み、同意しました

氏名	連絡先	当日朝の体温

瀬谷区スポーツ協会 SEYA SPORT ASSOCIATION

瀬谷区スポーツ協会は、
区民の皆様のスポーツ振興と健康増進、
さらにスポーツで楽しい社会を目指して
活動しています。



協会HPはこちらから！

加盟団体一覧(20団体)

- | | |
|----------|----------------|
| バレーボール協会 | ゲートボール連合 |
| スキー協会 | サッカー協会 |
| 野球協会 | フライングディスク協会 |
| 陸上競技協会 | ダンススポーツ連盟 |
| 剣道連盟 | リトル・シニア野球協会 |
| ソフトボール協会 | バスケットボール協会 |
| 民踊協会 | ターゲット・バードゴルフ協会 |
| ソフトテニス協会 | 太極拳協会 |
| 卓球協会 | 硬式テニス協会 |
| バドミントン協会 | スポーツ推進委員連絡協議会 |

いつでも誰でも気軽にスポーツ！

横浜市瀬谷スポーツセンター

事前申込制	当日受付
<p>気持ちよく汗を流そう！</p> <p>バスケットボールタイム</p> <p>開催日時：毎月金曜日 19:15～20:45 場所：第2体育室 参加料：610円/回 対象：16歳以上 持ち物：室内用運動靴、スポーツウェア、飲み物、タオル</p> <p>当日集まった方でチームを作り、ゲームを中心に楽しむプログラムです。</p>	<p>忙しい毎日を送るあなたへ！</p> <p>心と身体を整えるヨーガ</p> <p>開催日時：毎週水曜日 19:00～19:50 場所：第3体育室 参加料：610円/回 対象：16歳以上 持ち物：ヨガマット、飲み物、タオル、スポーツウェア</p> <p>ヨガを通して心身ともに心地よく快適で笑顔があふれる毎日となるように一緒にヨガライフを送りましょう。</p>

<p>1回(3時間)300円で利用可！</p> <p>トレーニング室</p> <p>こんな方にオススメ！</p> <ul style="list-style-type: none"> ・シェイプアップしたい ・パフォーマンスを上げたい ・美しいボディラインにしたい ・体力をつけたい <p>指導員がいるので、初めての方も安心！</p>	<p>1回(2時間)120円で利用可！</p> <p>個人利用</p> <p>(卓球・バドミントン・バスケットボール)</p> <p>こんな時にオススメ！</p> <ul style="list-style-type: none"> ・仲間同士のレクリエーション ・休日に家族でスポーツ ・会社帰りにいい汗流そう ・健康のために体力をつけたい <p>ご利用可能日時はお問い合わせください</p>
--	--

横浜市瀬谷スポーツセンター

TEL : 045(302)3301

横浜市瀬谷区南台2-4-65

http://www.yspc.or.jp/seya_sc_ysa/

休館日 第2月曜日(祝日の場合は翌日)及び年末年始 / 開館時間 9:00～21:00

指定管理者 公益財団法人 横浜市スポーツ協会



横浜元気!! スポーツ・レクリエーション フェスティバル 2022



キッチンカーもくるよ！

レッツエンジョイ
スポーツ！

キャプテンわん © ゆず華・(公財)横浜市スポーツ協会



瀬谷区スポーツ協会 第13回瀬谷区 スポーツフェスタ



瀬谷区マスコットキャラクター せやまる

お子様から大人・シニアまでみんなで1日中楽しめるイベント！

11月6日(日)

8:30～17:00(一部除く)

場所 瀬谷スポーツセンター
南台公園グラウンド

※雨天の場合は南台公園グラウンドのプログラムは一部屋内となります

	8:30	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	～20:50
第一体育室	開会式	バスケット3x3 横浜ビー・コルセアーズ	卓球 (雨天時屋外移目)	卓球 (雨天時屋外移目)	卓球 (雨天時屋外移目)	卓球 (雨天時屋外移目)	ソフトバレーボール (雨天時屋外移目)	ソフトバレーボール (雨天時屋外移目)	教室・サークル発表会	教室・サークル発表会	教室・サークル発表会
第二体育室		さわやかスポーツ 体験コーナー	さわやかスポーツ 体験コーナー	さわやかスポーツ 体験コーナー	さわやかスポーツ 体験コーナー	太極拳	太極拳	太極拳	テニス ジュニア①	テニス ジュニア②	無料開放
第三体育室		すこやか 体操	はじめての 陸上発表	はじめての 陸上発表	簡単ボ ールEX	初めて ヨーガ	民踊	民踊	ズンバ	ズンバ	ズンバ
トレーニング室	終日無料開放 ※入場制限あり(25名)										
南台 グラウンド		ゲートボール	ゲートボール	ゲートボール	ゲートボール	フットサル	フットサル	フットサル	陸上	陸上	ティンボール ストラックアウト
ロビー		けん玉教室	けん玉教室	けん玉教室	けん玉教室	けん玉教室	けん玉教室	けん玉教室	足型測定	足型測定	ベビーヨーガ
正面入口横		足型測定	足型測定	足型測定	足型測定	足型測定	足型測定	足型測定	チャレンジ体力測定	チャレンジ体力測定	キッチンカー営業

横浜市瀬谷スポーツセンター・瀬谷区スポーツ協会

イベント種目 体験一覧

次のことにご協力ください！



チェックシートにご記入頂きます

当日朝検温の上、マスクを着用しお越しください

アルコール消毒等ご協力ください

“ここでしかできない”を体験してみよう！

～お気に入りを見つけよう！～ ワンコイン教室体験プログラム

ジュニアテニスは300円！

・**事前申込**は、瀬谷スポーツセンターに電話にてお申込みください。(申込開始:9月26日14時～)
・当日受付各教室は**20分前**より受付いたします。教室体験待機場所に並んでお待ちください。

ジュニアテニス教室 **事前申込**

スポーツセンター特別教室
時間 ① 15:00～15:50 小学1～3年生
② 16:00～16:50 小学4～6年生
対象 小学1～6年 **定員** 各回20名
場所 第2体育室 **料金** 300円/人
小学生集まれ！テニスの楽しさを味わおう！
※定員に達していない場合、当日受付有

ベビーヨーガ **事前申込**

スポーツセンター特別教室
時間 ①14:00～14:30 **定員** 各回3組
②14:45～15:15 **料金** 500円/組
③15:30～16:00
4か月～1歳10か月
場所 キッズルーム **対象** のお子様と保護者1名
赤ちゃんと呼吸を合わせ、触れ合うことで親子の絆を深めましょう！
※定員に達していない場合、当日受付有

簡単ポールエクササイズ

スポーツセンター特別教室
時間 11:30～12:15 **定員** 15名
対象 成人・シニア **料金** 500円
場所 第3体育室
ストレッチポールを使い、姿勢の歪みや筋肉のコリを改善します。心も身体もリフレッシュして帰りましょう！

初めてはじめるヨーガ

スポーツセンター特別教室
時間 12:30～13:15 **定員** 35名
対象 どなたでも **料金** 500円
場所 第3体育室
「ヨガって名前聞いたことあるけど…」
「以前から興味があって…」そんなあなたに！
初めての方へのヨガ入門教室です。

すこやか体操

スポーツセンター特別教室
時間 9:30～10:15 **定員** 30名
対象 シニア・成人 **料金** 500円
場所 第3体育室
イスに座った体操やボールなどを使い、体操を行います。体力向上・健康づくりを考えるあなたにオススメ。

はじめての踏台昇降運動

スポーツセンター特別教室
時間 10:30～11:15 **定員** 15名
対象 シニア・成人 **料金** 500円
場所 第3体育室
踏み台を使った運動をすることで、脂肪燃焼や筋力増量効果が期待できます。一緒にさわやかな汗をかきませんか？

ズンバ

スポーツセンター特別教室
時間 15:30～16:15 **定員** 40名
対象 どなたでも **料金** 500円
場所 第3体育室
ラテンの曲を中心に、様々な音楽のリズムに合わせて踊るダンスフィットネスです。楽しく踊って心も身体も元気に！

教室・サークル発表会

時間 15:15～17:15
場所 第1体育室
観覧 どなたでも自由にご覧になれます
瀬谷スポーツセンターの教室やサークルによる、日頃の成果発表会です。皆で盛り上がりましょう！
観覧無料！



～気軽に楽しく発見！～ ロビー開催プログラム

チャレンジ体力測定

瀬谷区スポーツ推進委員連絡協議会
時間 9:15～12:30(受付9:00～)
対象 どなたでも **定員** 人数制限なし
場所 キッズルーム
自分の体をチェック！簡単な測定なので誰でもお気軽にお楽しみいただけます！

足型測定

インクスポーツ瀬谷店
時間 ① 9:15～12:00(受付9:00～)
② 13:00～16:00
対象 どなたでも **定員** 人数制限なし
場所 ロビー
足型を3Dスキャンして、自分の足にピッタリな靴を見つけよう。

けん玉教室

スポーツセンター特別教室
時間 ① 10:30～12:00
② 13:30～15:00
対象 どなたでも **定員** 各回先着15名
場所 ロビー
昔懐かし、されども奥深し。大人も子どもも、Let's けん玉！

様々なスポーツを体験して“好き”を見つけよう！

武術・舞踊教室

心を落ち着かせ
身体を整える

太極拳教室
瀬谷区太極拳協会
時間 13:00～14:30
(受付12:30～)
対象 太極拳:子ども、一般の方
椅子に座った太極拳:シニアの方
場所 第2体育室 **定員** 60名
椅子に座って行う太極拳、入門、初級、24式の太極拳を気軽に楽しみましょう。

楽しい民謡教室
瀬谷区民謡協会
時間 14:00～15:00
(受付13:45～随時)
対象 どなたでも
場所 人数制限なし
定員 第3体育室
日本の伝統文化である民謡を踊って、心と体をリフレッシュしましょう！

プロバスケットボールチーム
横浜ビー・コルセアーズがやってくる！
時間 9:00～11:00
対象 どなたでも
場所 第1体育室
横浜ビー・コルセアーズとフリースローゲームやドリブル体験レッスンなどで楽しもう！チアリーダーズのパフォーマンスも予定しています！
B-CORSAIRS/T.Osawa

～いい汗かいて気分爽快！～ 屋内スポーツ ※すべて

さわやかスポーツ体験
瀬谷区さわやかスポーツ普及委員会
時間 9:00～12:00
対象 どなたでも
定員 人数制限なし
場所 第2体育室
「いつでも・どこでも・だれでも」
楽しめるさわやかスポーツを体験しましょう

卓球教室
瀬谷区卓球協会
時間 11:30～13:00
(受付11:15～)
対象 小中学生、中途障がい者、シニア
定員 30名
場所 第1体育室半面
はじめての方でも気軽に体験できる卓球教室を行います。

ソフトバレーボールコーナー
瀬谷区バレーボール協会
時間 13:30～14:45
(受付13:15～)
対象 どなたでも
定員 人数制限なし
場所 第1体育館半面
やわらかいボールを使って、ソフトバレーボールを楽しみます。

バスケット3×3
瀬谷区バスケットボール協会
時間 9:00～11:00
(受付8:20～8:30)
対象 小学4年～6年
定員 人数制限なし
場所 第1体育室
1つのゴールで行う3人制バスケットです。個人やチームで申し込んでください。※申込は10/28(金)まで。瀬谷SCへ。

～青空の下で思いっきり動こう！～ 屋外スポーツ 【南台グラウンド住所】瀬谷区南台2-10 ※雨天の場合は一部を除き屋内開催となります

ターゲットバードゴルフ体験
瀬谷区ターゲットバードゴルフ協会
時間 9:00～12:00
(受付8:50～随時)
対象 どなたでも **定員** 人数制限なし
場所 南台グラウンド
羽根つきのボールをアイアンで打ちます。ゴルフの気分が味わえます。

ディスクゴルフ体験
瀬谷区フライングディスク協会
時間 9:00～12:00
(受付8:50～随時)
対象 どなたでも **定員** 人数制限なし
場所 南台グラウンド
ゴルフのボールの代わりにフライングディスクを使用したスポーツです。

ゲートボール体験
瀬谷区ゲートボール連合
時間 9:00～12:00
(受付8:50～随時)
対象 どなたでも **定員** 人数制限なし
場所 南台グラウンド
正式コートでゲートボールの体験ができます。

フットサル体験
瀬谷区サッカー協会
時間 12:00～14:00
(受付11:45～随時)
対象 幼稚園児、小学1年～4年
場所 南台グラウンド **定員** 人数制限なし
ボールを蹴る、走る楽しさを体験してください！

陸上体験
瀬谷区陸上競技協会
時間 13:00～15:00
(受付12:45～)
対象 どなたでも **定員** 60名
場所 南台グラウンド
走る・投げる・跳ぶ！
3種目の記録を測定してみよう！

ティーボール&ストラックアウト体験
瀬谷リトル・シニア野球協会/瀬谷区ソフトボール協会
時間 15:00～16:30
(受付14:45～随時)
対象 どなたでも **定員** 人数制限なし
場所 南台グラウンド
気軽に野球体験ができるよ！！
みんな待ってるよ～！

～ご注意～
※定員のあるプログラムは、定員になり次第、締め切らせていただきます。
※受付時間内にお申込みを行ってください。「〇:〇〇～随時」となっているプログラムは出入りが自由となっています。入るたびに受付を行ってください。
※妊娠や疾患のある方は必ず医師に相談の上、ご参加ください。
※当日、内容や時間に変更のある場合がございますので、あらかじめご了承ください。
※屋内スポーツを実施される際には、室内用スポーツシューズをご準備ください。
※イベント中、主催側で広報・記録用に写真を撮影致します。撮影した写真は、社内外の告知(HPやTwitter等)に使用することがありますのでご了承ください。