

金岡西部連合自治会  
各位

令和8年4月  
金岡西部地区連合自治会  
会長 上杉 和男  
体育委員長 植松 喜久夫

## 軽スポーツ講習会のご案内

令和8年度の、「軽スポーツ講習会」をご案内申し上げます。

例年と同様、「ファミリーバドミントン」ならびに「ソフトバレーボール」の講習会を実施致します。  
また、「ワンバウンドふらば～るバレーボール」というニュースポーツの体験を始めます。

### 記

1. 実施日 令和8年 5月8日(金) 開講式  
**毎月第2、4金曜日に実施します**  
※学校都合等で利用できない場合があります。  
利用可否については、各自治会の体育部長、または  
スポーツ推進委員にご確認ください
2. 場所 沢田小学校 体育館
3. 時間 PM7:30～9:00
4. 種目 **ファミリーバドミントン**  
スポンジボールにバドミントンの羽をつけたものを使用します  
ラケットのシャフトが短いため、手のひらで打つ感覚で  
ボールが打てます。  
**ソフトバレーボール**  
ゴム製の柔らかいボールを打ち合うバレーボールです。  
**ワンバウンドふらば～るバレーボール**  
ゴム製の変形したボールをワンバウンドしてからレシーブして  
3回で相手コートに返すバレーボールです。
5. 参加資格 沢田校区在住者であればどなたでもかまいません。  
ファミリーバドミントンは、1チーム3名以上  
ソフトバレーボールは、1チーム4名以上  
ワンバウンドふらば～るバレーボールは、1チーム5名以上  
**※人数が足りない場合は混合チームを作ります**  
**中学生以下は父兄の同伴(1名以上)をお願いします。**
6. 指導 競技規則に従いまして、競技方法を指導いたします。
7. 持ち物 運動のできる服装  
体育館用シューズ
8. 参加費 無料
9. 問合せ先 金岡西部地区連合体育部  
スポーツ推進委員

