

無料で気軽に参加できるイベントです！  
令和7年度

## スポーツコンテンツ

こどもから大人まで、年齢や体力差に関係なく楽しめる  
ニュースポーツが体験できます。寒い季節ですが、元気に体を動かしましょう！！

# スポーツ・健康

参加  
無料

## フェスティバル

2026 2月1日 日

10:00-15:00

ボッチャ

ユニカール

ラダーゲッター

ストラックアウト

シャッフルボード

## 健康コンテンツ

### 足の健康診断 株式会社ジャパンヘルスケア

足の健康状態を確認して、足の専門家の医療従事者からのアドバイスが受けられます。“歪み”を“痛み”に変えないため、足の健康診断を受けてみませんか？

### 体幹測定 & 栄養ミネラルチェック

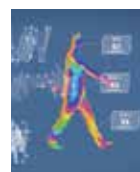
株式会社アウローラ

健康できれいな体づくりをテーマに半球バランスボールを使った体幹測定や、肩甲骨はがし、その他必須ミネラルのチェックができます。

### AI による歩行診断

株式会社ジャパンヘルスケア

歩行指導システム ミラーウォークを活用することで、歩くだけですぐに歩き方が解析され、専門家のノウハウが詰まった美しく健康的に歩くためのアドバイスをもらえます。



### 保健師による健康チェック 水戸市健康づくり課

血管年齢の測定や、保健師等による血圧測定・健康相談を実施します。

みとちゃん



会場

### アダストリアみとアリーナ サブアリーナ（東町運動公園体育館）

水戸市緑町2-3-10 TEL 029-303-6335



周辺の商業施設等への駐車は、ご迷惑となりますので絶対におやめください。  
駐車台数には限りがございますので、公共交通機関等をご利用ください。

お問い  
合わせ

スポーツコンテンツ

スポーツ課 TEL 029-306-8136

健康コンテンツ

健康づくり課 TEL 029-243-7311



開催日 2026年2月1日(日)

会場 アダストリアみとアリーナ  
(メインアリーナ)

SOMPO ボールゲームフェスタ スペシャルゲスト



つかはら なおき  
**塚原 直貴 氏**  
元 陸上競技日本代表

当日はみんなと  
いっしょに  
体験するよ!

**参加費無料!**

オリジナル  
Tシャツ  
プレゼント!

当日はプロ  
カメラマンが  
撮影!



当日写真は後日販売! 詳細やサンプルは HP よりご覧ください! ▶



**あそびバ!**

親子で参加

対象 年中～小学2年生  
と保護者・引率者  
定員 80組160名(先着)  
時間 9:30～12:15  
(受付9:00～)

ご自宅でも気軽に実施できるような、  
いろんなあそびをお子さんと一緒に楽しみましょう!

子どもは成長する過程でさまざまな運動能力を身につけます。ご自宅  
でも気軽に実施できるような、いろいろな運動あそびをお子さんと  
一緒に楽しみましょう! 幼児期に獲得したさまざまな動きが将来の  
土台となります! あそびバ! メニューをwebで公開  
しています。開催レポートや写真も後日掲載。



**キッズ  
チャレンジ**

未経験者  
大歓迎!

対象 小学3～6年生

定員 100名(先着)

時間 13:30～17:15  
(受付13:00～)

体験できる4競技 40分ずつ順番にチャレンジ!

元日本代表などのアスリートから4種の球技を教えてもらい、  
自分のやりたい種目を探してみよう!  
初歩・導入部分から教えてもらえるので、未経験でも楽しめます!



バスケットボール



ソフトボール



アメフト



サッカー

※個人情報の取り扱いについて：申込において記入された参加申込者の個人情報は、管理に細心の注意を払い、プライバシーを尊重し、これを適正に取り扱います。  
※写真使用承諾について：当日撮影した写真は主催者や開催自治体、スポンサー等の宣伝活動などに使用することがあります。予めご了承の上、お申し込みください。

● 一般社団法人日本トップリーグ連携機構は団体ボールゲーム12リーグの競技力向上と運営活性化を目的として活動しています。●

### 持ち物

水筒、タオル、屋内シューズ  
※あそびバ! については保護者もご持参ください。

### お申し込み方法

QRコードを読み取り、専用申込サイトよりお申し込みください。  
URL : [https://japantopleague.jp/events/bgf/260201\\_mito](https://japantopleague.jp/events/bgf/260201_mito)

### 申込期間

**2025年11月1日(土)～2026年1月16日(金)**

※先着順

※サイト内の注意事項をよくお読みの上でお申し込みください。



### お問い合わせ

水戸市 市民協働部スポーツ課  
TEL : 029-306-8136

主催 水戸市、一般社団法人日本トップリーグ連携機構  
後援 スポーツ庁、公益財団法人日本スポーツ協会  
協賛 トップスポンサー：SOMPOホールディングス株式会社  
スポンサー ：クリヤマホールディングス株式会社、ゼビオグループ