

みんなで楽しく健康づくり

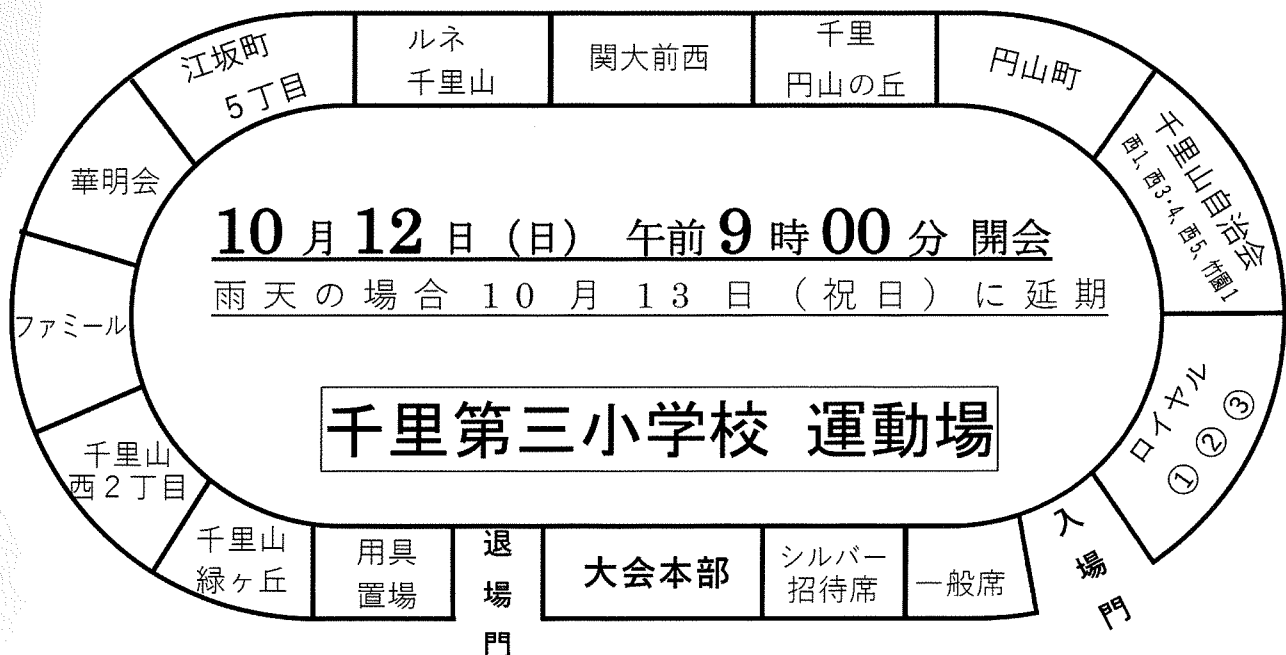


市民体育祭

令和7年度・千三地区



玉入れさせん競争



主催/千三地区市民体育祭運営委員会

後援/吹田市・吹田市教育委員会

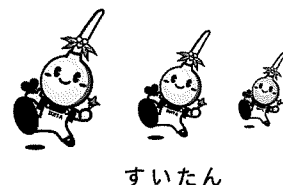
プログラム

午 前 の 部

- | | | | |
|----------------|--|-----------|-------|
| ① 開会式・体操・抽選会 | 開会式・準備運動・みんなでワクワク抽選会 | 全員 | 9:00 |
| ② 野菜合わせ競走 | 同じ野菜を持つ人探して一緒にゴールを目指せ！
※今年は男女区分けなく、タスキを持って走ることに変更 | 中学生以上(大人) | 9:20 |
| ③ 50 m 走 | みんなで全力疾走！50メートル走！ | 小学生1・2・3 | 9:30 |
| ④ 親子三輪車レース | こいで→かついで親子三輪車レース！ | 幼児と親 | 9:45 |
| ⑤ 障害物競走(中学生以上) | 跳んでくぐって履いて走れ！障害物チャレンジ！ | 中学生以上(大人) | 10:00 |
| ⑥ 100 m 走 | 風になれ！スピード勝負の100メートル走！ | 小学生4・5・6 | 10:10 |
| ⑦ ちびっこ宅急便 | 荷物を届けて大冒険！ちびっこ配達員、出動！ | 小学生1・2・3 | 10:25 |
| ⑧ パン食い競走 | 走ってくわえてパクッと勝負！パン食い競争！ | 中学生以上(大人) | 10:40 |
| ⑨ 男女混合リレー | 力を合わせてバトンをつなげ！熱きリレー勝負！ | 小学生4・5・6 | 11:00 |

昼食・休憩

11:20~12:10



午 後 の 部

- | | | | |
|-----------------------|--|-----------|-------|
| ⑩ ホールインワン | 狙え一発！奇跡のホールインワンチャレンジ！ | 60歳以上・来賓 | 12:10 |
| ⑪ ボール送り | 落とすな！つなげ！みんなで協力ボールリレー！ | 中学生以上(大人) | 12:30 |
| ⑫ NEW 障害物競走 | 走って跳んでお菓子ゲットできるNEW 障害物！ | 小学生1・2・3 | 12:45 |
| ⑬ 自治会
対抗ラグビーボールリレー | ラグビーボール乱舞！自治会熱戦バトル！ | 自治会対抗 | 13:05 |
| ⑭ 障害物競走(小4-6) | 割ってくぐって全力突破の障害物競走！ | 小学生4・5・6 | 13:20 |
| ⑮ 親子電車 | 親子で連結！電車ごっこ！ | 幼児と親 | 13:45 |
| ⑯ 150m・100m 走 | 久々疾走！ケガ注意！全力だけど体を大事に！
※男性は例年通り150m走、女性は100m走へ変更 | 中学生以上(大人) | 14:00 |
| ⑰ 玉入れさせん競争 | 狙って投げて玉を入れろ！新感覚玉入れバトル！ | 小学生・一般 | 14:20 |

閉会式

全 員

整理体操を行う

閉会式終了後、グラウンドにて「福引き」を行います



◎自治会対抗レース以外は、競技への申し込みは いりません。自由にご参加ください。



市民体育祭 新種目紹介



みんなで楽しもう！4つの新しい競技

親子三輪車レース

参加者：親子ペア

1

子どもが三輪車で
交代地点まで行く
親は横で歩く
(三輪車を押してもOK)

2

中間地点で親と
子が役割交代

3

親が三輪車を担いで
子どもの手を引いて
ゴール(担げない場合
は押してもOK)

ルール

- ・ 漕げない場合は親が押してもOK
- ・ 親子協力がカギの楽しい種目

男女混合リレー

参加者：小学4～6年生（男女混合）

1

男子スタート
バトンをもって走る

2

女子にバトン
タッチ

3

男女交互にバトン
をつないでゴール

ルール

- ・ チームは男女同数で構成
- ・ 男女交互にバトンをつなぐ

ラグビーボールリレー

参加者：チーム戦（4～6名）

1

ラグビーボールを
足で蹴りながら進む

2

コーンを1周
ぐるっと回る

3

スタート地点に戻
って次の人に交代
スタート線越えた
ら手で戻してOK

ルール

- ・ ボールは足でのみ扱う
- ・ 楕円形ボールの扱いが技術のポイント

玉入れさせん競走

参加者：小学生チーム、大人チーム

1

背負いかごを持っ
た人が円中を走る

2

チームが動くかごに
ボールを投げ入れる

3

入った玉の数で
勝敗を決める

ルール

- ・ 小学生戦→大人戦の順で実施
- ・ 背負いかごは円内を自由移動

新種目で盛り上がろう！

家族の絆、チームワーク、そして何より楽しさを大切に！

お知らせ

- 場内は全面禁煙です。
- 貴重品は各自で責任を持って管理してください。紛失・盗難については一切責任を負いません。
- ゴミは各自お持ち帰りいただくか、指定されたゴミ箱に分別して捨ててください。
- 熱中症対策として、こまめな水分補給と適度な休憩を心がけてください。
- 怪我をした場合は、すぐに近くのスタッフまたは体育館内の救護室にお知らせください。
- 他の参加者や観客への迷惑行為（大声での野次、不適切な応援等）は慎んでください。
- 写真・動画撮影は個人利用の範囲内とし、SNS等への投稿は参加者のプライバシーに配慮してください。



皆様のご参加をお待ちしております