

2025

2/22(土)~23(日)

高松 スポーツ

大人も子どもも楽しく体を動かそう!!

参加無料



スマート
フェンシング体験
できるよ!

健康 感謝祭

事前申し込み 体験一覧(先着順)

2/22(土) 13:00~16:00

【本館】第1競技場

- 卓球体験
- スポーツウエルネス吹矢体験
- バスケ体験ブース
- よさこいを踊ろう!
- 田中姿子さんの「バレーボール教室」

【別館】第2競技場

- ラグビー体験
- ソフトテニス体験会
- 健康チェック
- InBody測定会



第1武道場(2F)

- ブレイクダンス体験

第2武道場(3F)

- ウレタンスティックでふりふり体操
- 和弓場(4F)
- はじめての「弓道」体験

第5・6・7会議室

- モルック体験
- 本館ロビー
- トライアスロン体験



2/22(土)

- ウレタンスティックでふりふり体操
- ブレイクダンス体験

対象:4歳~小学3年生と保護者

元バレーボール日本代表

田中姿子さんの「バレーボール教室」

2部制 各部50名

- ① 12:30~14:00 小学生対象
- ② 14:30~16:00 中学生以上の女性対象



田中姿子(たなかしなこ)さん
●2001年・2002年 日本代表
●2002年 世界選手権 出場
ビーチバレーもやっています!

2/23(日) 10:00~12:30

【本館】第1競技場

- スラックライン体験
- ミニサッカー体験
- &走らないサッカー体験
- ピクセルボール体験会
- みんなでバスケを楽しもう!
- ハンザクラスヨット展示・説明

第5・6・7会議室

- 体幹&アジリティトレーニング体験
- 本館ロビー
- 歩行領域モビリティ体験
- 音楽演奏(昼休憩中)

【別館】第2競技場

- スマートフェンシング体験
- 楽しいトランポリン体験会

第1武道場(2F)

- 「なぎなた」のすごいヒミツ!

第2武道場(3F)

- 寒さしらずの足踏みエクササイズ
- 体力測定

アーチェリー場(4F)

- 初心者スケートボード体験

2/23(日)

- ミニサッカー体験
- &走らないサッカー体験

2部制 各部20名
対象:4歳~小学2年生

- ① 10:00~11:30
- ② 13:30~15:00

元日本代表GK
小島伸幸さん来場!!

- 1995年・1998年 日本代表
- 1998年 FIFAワールドカップ フランス大会

各種目 定員制 先着順



- 寒さしらずの足踏みエクササイズ
- 体幹&アジリティトレーニング体験
- うたって!おどって!楽しく親子体操
- ベースボール型スポーツ体験
- 初心者スケートボード体験

2/23(日) 13:30~16:00

【本館】第1競技場

- ミニサッカー体験
- &走らないサッカー体験
- スラックライン体験
- ハンザクラスヨット展示・説明
- 香川ファイブアローズ

パブリックビューイング

Fivearrows vs「山口パッツファイブ」

香川オーリーブガイナーズ

ベースボール型スポーツ体験

第5・6・7会議室

- 体幹&アジリティトレーニング体験

本館ロビー

- 歩行領域モビリティ体験

【別館】第2競技場

- 世界最大球技のキンボールスポーツを親子で楽しもう!
- スマートフェンシング体験

第1武道場(2F)

- ティーボール体験

第2武道場(3F)

- うたって!おどって!楽しく親子体操

アーチェリー場(4F)

- 初心者スケートボード体験

事前
申込

ウォーキング

- 屋島シーサイドウォーク
- 屋島ブッシュウォーク

SUP体験もできるよ!

福岡町プール

23日(日)無料開放

プールであそぼう

※水泳帽必須 10:00~16:00

2月3日(月)9時より受付開始(先着順)

問い合わせ
高松市総合体育館 087-822-0211(火曜日休館)



- キッチンカー
- うみまち商店街 来場!



事前申し込みはこちらから

詳しくは
「高松市スポーツ協会」を
要check!!

主催:高松市民スポーツ・レクリエーション組織委員会 共催:高松市 公益財団法人高松市スポーツ協会
 主管:高松市民スポーツ・レクリエーション組織委員会 高松スポーツ・健康感謝祭実行委員会 協賛:株式会社マイナビ
 後援:四国新聞社/高松リビング新聞社/KSB瀬戸内海放送/RNC西日本放送/CMSケーブルメディア四国/株式会社ナイスタウン
 運営協力:高松市保健委員会連絡協議会/高松市スポーツ推進委員連絡協議会/香川オーリーブガイナーズ/香川ファイブアローズ/泉鋼業株式会社/明治安田生命保険相互会社/ムラサキスポーツゆめ
 タウン高松店/スポーツデポ/株式会社レモリフ/国立大学法人香川大学/一般社団法人香川県サッカー協会/香川県トライアスロン協会/香川県ヨット連盟/香川県ダンススポーツ連盟/高松市トラン
 ポリン協会/一般社団法人日本スラックライン連盟四国支部/たかせん(協同組合日専連高松)/香川県フェンシング協会/うみまち商店街/一般社団法人香川県キッチンカー協会

高松スポーツ・健康感謝祭2025実施種目

実施日	種目	時間	場所	対象者	募集人数	申込方法	注意事項等	問合せ						
2/22 (土)	元日本代表田中 安子さんの「バレーボール教室」	12:30～14:00 14:30～16:00	高松市総合体育館 第1競技場	小学生 中学生以上の女性	各50人	要事前申込		高松市総合体育館（火曜日休館） TEL：087-822-0211						
	卓球体験	13:00～16:00		高松市総合体育館 本館ロビー 高松市総合体育館 第5・6・7会議室	どなたでも	定員なし	当日参加可能		よさこい連風華 によるよさこい体験					
	スポーツウェルネス吹矢体験													
	よさこいを踊ろう！													
	香川ファイブアローズ バスケ体験ブース													
	トライアスロン体験													
	モルック体験													
	ラグビー体験													
	In Body測定会													
	健康チェック													
	ソフトテニス体験会													
	ブレイクダンス体験								13:00～13:30 14:00～14:30 15:00～15:30	高松市総合体育館 第1武道場	各30人	要事前申込	講師によるブレیکن披露あり	
	ウレタンスティックでふりふり体操								13:00～14:10 14:50～16:00	高松市総合体育館 第2武道場	R6.4.1現在4歳以上から 小学3年生とその保護者	各20組	要事前申込	様々な道具を使っての遊びや軽運動を体験
	はじめての「弓道」体験								13:00～16:00	高松市総合体育館 和弓場	どなたでも	定員なし	当日参加可能	初心者・経験者問わず 講師による演武あり
2/23 (日)	ミニサッカー体験	10:00～11:30 13:30～15:00	高松市総合体育 第1競技場	4歳～小学2年生	各20人	要事前申込	元サッカー日本代表GK小島伸幸さん来場							
	走らないサッカー体験	11:30～12:30 15:00～16:00		どなたでも	定員なし	当日参加可能								
	スラックライン体験	10:00～12:30 13:30～16:00												
	ハンザクラスショットの展示・説明	10:00～12:30 13:30～16:00												
	ビックルボール体験会	10:00～12:30					高松市総合体育館 本館ロビー							
	みんなでバスケットを楽しもう！													
	歩行領域モビリティ体験	10:00～12:30 13:30～16:00					高松市総合体育館 第5・6・7会議室	5歳以上	各10人	要事前申込	・未就学児は保護者同伴 ・体の中心を鍛え敏捷性を高める トレーニング体験			
	体幹&アジリティトレーニング体験！	10:00～10:45 11:15～12:00 13:30～14:15 14:45～15:30												
	楽しいトランポリン体験会	10:00～12:30										高松市総合体育館 第2競技場	定員なし	当日参加可能
	スマートフェンシング体験	10:15～11:15 11:30～12:30 13:30～14:30 14:45～15:45										高松市総合体育館 第2競技場	どなたでも	各40人
	「なぎなた」のすざいヒミツ！！	10:00～12:30					高松市総合体育館 第1武道場	どなたでも	定員なし					
	寒さ知らずの足踏みエクササイズ	10:00～12:00					高松市総合体育館 第2武道場	どなたでも	50人	要事前申込				
	体力測定	10:00～12:30					高松市総合体育館 第2武道場	どなたでも	定員なし	当日参加可能				
	初心者スケートボード体験	10:30～11:15 11:30～12:15 14:00～14:45 15:00～15:45					高松市総合体育館 アーチェリー場	3歳以上	各10人	要事前申込				
	スポーツと音楽演奏会	12:30～13:30					高松市総合体育館 本館ロビー	どなたでも	定員なし	当日参加可能				
	香川ファイブアローズ AWAY山口戦 バブルックビューイング	13:30～16:00					高松市総合体育館 第1競技場	どなたでも	定員なし	当日参加可能				
	香川オーリーブガイナズ ベースボール型スポーツ体験	13:30～14:15 14:20～15:05 15:10～16:00					高松市総合体育館 第1競技場	小学生	各20人	要事前申込				
	世界最大球技のキンポールスポーツを 親子で楽しもう！	13:30～16:00					高松市総合体育館 第2競技場	どなたでも	定員なし	当日参加可能				
	テーパーボール体験	13:30～16:00					高松市総合体育館 第1武道場	どなたでも	定員なし	当日参加可能				
	うたって！おどって！楽しく親子体操	13:30～14:20 15:00～15:50					高松市総合体育館 第2武道場	R6.4.1現在1歳半以上の 未就学児とその保護者	各30組	要事前申込	子供たちに人気のうたや踊りを親子で体験			
	プール無料開放	10:00～16:00					高松市福岡町プール	どなたでも	定員なし	当日参加可能	SUP体験他			
	プールであそぼう	10:00～12:30 13:30～16:00												
屋島プッシュウォーク (屋島山上まで)	10:00～14:00													
屋島シーサイドウォーク Aコース(屋島山上まで)	10:00～15:00	高松市総合体育館～屋島	どなたでも	25人	要事前申込									
屋島シーサイドウォーク Bコース(長崎ノ鼻まで)	10:00～13:00			25人										

※事前申込が必要な種目も定員に空きがあれば当日参加可能
※体育館は要屋内シューズ、プールは要水泳帽子

高松 Takamatsu Sports & Health Festival 2025
スポーツ・健康感謝祭

屋島シーサイドウォーク

～屋島半島最北端「長崎ノ鼻」へ～



高齢者のための健康保持・増進や、子供たちの郷土学習のきっかけづくりを目的に、健康づくり行事を開催します。

潮風を感じながら、瀬戸内海と屋島の自然のすばらしさを体感してみませんか。

どなたでも気軽に参加できますので、一人でも多くの方々の参加をお待ちしております。

- 主催 高松市民スポーツ・レクリエーション組織委員会
共催 高松市 公益財団法人高松市スポーツ協会
主管 高松市民スポーツ・レクリエーション組織委員会 高松スポーツ・健康感謝祭実行委員会
協力団体 高松里山ボランティアガイド組合
後援 四国新聞社 高松リビング新聞社 KSB瀬戸内海放送 RNC西日本放送
CMS ケーブルメディア四国 株式会社ナスタウン
- 開催日 令和7年2月23日(日)
時間 午前10時までに高松市総合体育館エントランスホール 集合(雨天決行)
コース Aコース:屋島山上駐車場まで Bコース:長崎ノ鼻まで
高松市総合体育館～屋島大橋～やしま第一健康ランド前～鞆羽(うわ)神社～
長崎ノ鼻(午後1時頃 Bコース現地解散)～北嶺登山口～遊鶴亭～千間堂跡～
屋島山上駐車場(午後3時頃 Aコース現地解散)
- 対象者 どなたでも(10km以上歩ける方 初心者・高齢者歓迎)
定員 25人(先着順)
参加費 無料
指導者 高松里山ボランティアガイド組合
申込み 令和7年2月3日(月)午前9時から、右のQRコードを読み取り、
応募フォームから申込み。なお、定員になり次第、締め切ります。
準備物 リュックサック、帽子、タオル、飲料、行動食(携行食)、昼食(必要な方)、雨具
問い合わせ 高松市総合体育館(高松市福岡町四丁目36番1号)
Tel087-822-0211 Fax087-822-0120 Email:soumu03@taka-spo.or.jp

【申込方法】

下記QRコードを読み取り、応募フォームから申込み。



高松 Takamatsu Sports & Health Festival 2025
スポーツ・健康感謝祭

屋島ブツシュウォーク

がんじん
～「鑑真樹海」を歩く～



日本で最初の国立公園に指定された屋島の自然を利用し、運動不足の解消や生活習慣病の予防を目的とした里山歩きイベントを開催します。

1,200年前に「鑑真」が屋島寺建立のために歩いたとされる、ウバメガシ（備長炭）の森を辿ってみませんか。初心者の方も奮ってご参加ください。

- 主催 高松市民スポーツ・レクリエーション組織委員会
共催 高松市 公益財団法人高松市スポーツ協会
主管 高松市民スポーツ・レクリエーション組織委員会 高松スポーツ・健康感謝祭実行委員会
協力団体 土曜探検学校
後援 四国新聞社 高松リビング新聞社 KSB瀬戸内海放送 RNC西日本放送
CMS ケーブルメディア四国 株式会社ナスタウン
- 開催日 令和7年2月23日（日）
時間 午前10時までに高松市総合体育館エントランスホール 集合（雨天決行）
コース 高松市総合体育館 ～ 屋島大橋 ～ やしま第一健康ランド前 ～ 鶺羽(うわ)神社 ～ 屋嶋城跡（浦生の石塁）～ 千間堂広場（昼食）～ 屋島山上駐車場
（午後2時頃 現地解散）
- 対象者 里山歩きに興味のある方（初心者歓迎）
定員 25人（先着順）
参加費 無料
指導者 土曜探検学校
申込み 令和7年2月3日（月）午前9時から、右のQRコードを読み取り、応募フォームから申込み。なお、定員になり次第、締め切ります。
- 準備物 リュックサック、帽子、軍手、タオル、水分補給できるもの、行動食（携行食）、昼食（必要な方）、雨具
- 問い合わせ 高松市総合体育館（高松市福岡町四丁目36番1号）
Tel087-822-0211 Fax087-822-0120 Email : soumu03@taka-spo.or.jp

【申込方法】

下記QRコードを読み取り、応募フォームから申込み。

