



凡例

☎…電話番号
日…日時
会…会場
他…その他
対…対象
FAX…ファクス
種…種目
部…部別
内…内容
定…定員
費…費用
担…担当課
持…持ち物
方…申込方法
申…申込先
問…問い合わせ先

モ…モンチャレポイント付与対象事業です。



【モ】 ランニング・ウォーキング教室 \ 走って寒さに打ち勝とう! /



第9回

日 12月27日(土)
※予備日 1月10日(土)
会 富の湯
(立石2-19-6)
内 ランニング教室



第10回

日 令和8年1月17日(土)※予備日 1月31日(土)
会 水元総合スポーツセンター
内 ランニング教室



いずれも午後4時～5時30分に実施!雨天時は予備日に実施します。
定 各回20人
方 詳しくは区HPからご確認ください。(第9回)12月15日(月)、(第10回)令和8年1月5日(月)まで(いずれも多数抽選)。

問 申 124-0022 奥戸7-17-1
奥戸総合スポーツセンター体育館内生涯スポーツ課
☎03-3691-7111
FAX 03-5698-1752



▲区HP



令和7年度

葛飾区スポーツ指導員養成講習会【健康体操】

学校体育や社会体育の現場等において子どもから高齢者までを対象に、健康体操・運動指導を学び、グループ指導にあたる指導者を養成する講習会になります。少しでもご興味があればぜひお申込みください!

日 令和8年1月31日(土)午前10時～午後4時
会 奥戸総合スポーツセンター体育館 小体育室
対 区内においてスポーツ指導が可能な18歳以上の方で、地域スポーツ活動に熱意のある方、または既にスポーツ指導を実践している方、及びこれから指導員を目指す方
師 山田多佳子(棒びくす®教育トレーナー・健康運動指導士・他)
井積宏子(棒びくす®テクニカルトレーナー・健康運動指導士・他)
定 25人※医師から運動を止められていない方
費 1,000円(保険料など含む。)



持 運動着、ヨガマット又はバスタオル、室内シューズ、スポーツタオル、筆記用具、飲料
方 オンライン申請で、令和8年1月12日(月・祝)まで(多数抽選)。
問 生涯スポーツ課 ☎03-3691-7111



▲オンライン申請

\ 集え、区民の力! /

フットサルFリーグ
「リガーレヴィア葛飾」ホーム最終戦へ
ご招待!



守り神: ぼっぴんだ



フットサルF 2リーグに所属するリガーレヴィア葛飾は、この度、ホームタウンである葛飾区の皆様へ感謝を込めて、ホーム最終戦を「葛飾区民デー」として開催いたします。
リーグ戦を戦い抜くチームにとって、ホームでの最終戦は来シーズンにつながる非常に重要な一戦です。

日 12月27日(土)午後2時キックオフ VS ヴィンセドール白山
会 水元総合スポーツセンター アリーナ
対 区内在住者 定 200人 費 無料
方 オンライン申請で
12月20日(土)まで(先着順)。



▲オンライン申請



【注意事項】
・ご案内は自由席のみとなります。
・お申し込みは1グループ4名様(代表者含む)までとさせていただきます。
・当日、施設の駐車場は大変混み合いますので公共交通機関でのご来場や、他駐車場のご利用をお願いいたします。
・未就学児は大人1名様につき、1名様まで無料でご入場いただけます。
問 リガーレヴィア葛飾 ☎info@ligare-futsal.com



迫力満点のフットサルと、選手たちの熱いプレーを間近で体感できるこの機会に、是非会場で選手を後押ししてください!
区民の皆様の熱いご声援が、チームを勝利に導く大きな力となります。是非ご家族・ご友人と一緒にご来場ください。