

中学校で行われてきた「部活動」の取組が変わろうとしているのは知っていますか？
所沢市では、将来にわたって、みなさんが継続的にスポーツ・文化芸術活動に
親しむ機会を確保・充実するために部活動地域展開を考えていきます。
学校部活動以外の場所でスポーツ・文化芸術等さまざまな活動に出会う場です。

部活動地域展開実証事業 地域認定クラブ

ENJOY

インジョイチャレンジ

CHALLENGE DAY

2025. 10. 5 日

9:00 - 12:00

対象

市内在学中学生

および

市内在学小学生

4～6年生

費用

原則無料

種目の詳細は裏面をCHECK!!

※保険は各自で前もって加入して
ください。

※材料費等がかかる種目もあります

■ スポーツ活動に関して・・・
所沢市教育委員会スポーツ振興課

☎04-2998-9248

■ 文化芸術活動に関して・・・
所沢市教育委員会学校教育課

☎04-2998-9238

種 目

実施種目	実施団体	参加定員 (先着)	開催場所	材料費等
ボウリング	株式会社イースタンスポーツ 所沢スターレーン	30名	所沢スターレーン	500円
クラシックバレエ・ コンテンポラリーダンス	佑奈バレエスクール・ フキバレエアートプロダクション	30名	所沢市民文化センターMUSE第2練習室	なし
ジュニアラクロス	所沢ラクロスクラブ	25名	南小 体育館	なし
ダンス(ジャズ・ヒップホップ)	(株)西武ライオンズ	20名 ×2コマ	ライオンズアカデミー所沢スタジオ	なし
硬式テニス	所沢市総合型地域スポーツクラブ	10名	早稲田大学テニスコート	なし
ウォーキング	所沢市総合型地域スポーツクラブ	40名	早稲田大学所沢キャンパスから小手指公民館分館まで	なし
太極拳	所沢市総合型地域スポーツクラブ	10名	早稲田大学所沢キャンパススポーツホール	なし
フルート	村松フルート	20名 ×2コマ	所沢まちづくりセンター2階音楽室	なし
茶道	所沢市茶道連盟	20名	所沢まちづくりセンター3階和室	500円
フラワーアレンジメント	新所沢フラワーサークル花菜	15名	新所沢コミュニティセンター大会議室	800円

申 込

所沢市ホームページもしくは運動部各種目申込一覧より
電子申請にてお申込みください。

その他詳細は所沢市ホームページをご覧ください。

所沢市ホームページ

QR



申 込 期 間

今回につきましては、中学生を優先した実証事業となります。
申込は先着順となります。定員となり次第締切とします。

● 中学生のみの申込期間

8 / 1 正午 ~ 8 / 7

● 参加者申込期間

(小学生・中学生)

8 / 8 正午 ~ 8 / 24



先着30名様なのでお早目にお申込みください！

楽しいボウリング

2025年10月5日(日)
9:00~11:30



参加資格 市内中学生および市内小学校4~6年生
募集人数 定員30名様
費用 1人500円(当日集金・貸靴代込)
内容 準備体操+ボウリング3ゲーム
会場 所沢スターレーン
担当者 加藤・鈴木

主管団体:所沢スターレーン

協力:所沢市ボウリング連盟

ココロ、カラダ、元気！



所沢スターレーン



検索

埼玉県所沢市星の宮2丁目1-37 TEL:04-2923-3101 FAX:04-2923-3001



10/5(日)

@所沢市民文化センターMUSE第2練習室
(所沢市並木一丁目9番地の1)

09:40~11:30

9:20 現地集合

Enjoy! Challenge! 参加無料

クラシックバレエ コンテンポラリーダンス

初めてでも挑戦しやすいレッスンメニュー！
クラシックバレエ初心者、ダンス初心者にも
気軽に参加いただける内容です。



インストラクター
江波戸佑奈



Stretch

まずはストレッチで体をほぐします。



Barre Lesson

バーを使ってバレエの基礎的な体の使い方をレクチャー。



Contemporary

クラシックだけでなく、モダンダンスにもチャレンジ！

SNSでよく見るあの踊りにもトライ♪

Instagramのショート動画、TikTokでよく流れてくる"あの"踊りや"あの"動きにも挑戦！
#バレエチャレンジ#バレエ踊ってみた#バレエ界隈

- ✓動きやすい服装でお越しください
- ✓タオル、飲み物をご持参ください
- ✓バレエシューズはこちらで用意します
※スカート、ジーンズは不可

主催団体 フキバレエアートプロダクション/佑奈バレエスクール

担当者 永井 → ☎ 090-9116-2893 ✉ fukinotami@gmail.com



10/5・部活動地域展開実証事業
「エンジョイチャレンジDAY」

ラクロス 体験会

参加費
無料

みんな
初めての
スポーツ

全部入り
スポーツ
なんです

考えながら
取り組み
楽しい



子どもも大人も
大興奮のラクロス！

日 時

10/5(日)9～12時

持ちもの

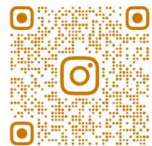
- ・ 体育館シューズ
- ・ 運動着
- ・ 飲み物

会場

所沢南小体育館
(駐車場あり)



080-9638-2040



@TOKOROZAWA_LAX

運営：所沢ラクロスクラブ

ベルーナドームで
いっしょに
おどろう！

エンジョイ！チャレンジDAY！
ライオンズダンスアカデミー
LIONS DANCE ACADEMY

2025 年 10 月 5 日 (日)

一小学 4～6 年生ー
9:15～10:15
受付開始：9:00～

一中学 1～3 年生ー
10:45～11:45
受付開始：10:30～

参加費：無料

会場：BLUE LIONS STUDIO

地図は右 QR よりご確認ください
持ち物：室内用シューズ、飲み物
動きやすい服装でお越しください

埼玉西武ライオンズの公式パフォーマーチーム bluelegends の
現役・OG メンバーが講師を務めるダンススクール！

詳細は
webを
チェック！

© SEIBU Lions

エンジョイチャレンジDAY 硬式テニス体験会

青い空の下、思いっきり体をうごかしましょう！
硬式テニスにご興味のある方、未来の錦織圭や、
大阪なおみを目指してみませんか。

日時：10月5日（日）受付10時 10時30分～11時40分体験
11時40分～12時アクト記入・解散

場所：早稲田大学所沢キャンパステニスコート

参加費用：無料（交通費自己負担）

募集人員：10名程度（先着順）

募集対象：市内中学生

服装等：運動ができる服装、運動靴、水筒、硬式テニス
ラケット（お持ちでない場合、貸与できます）持参

雨天：中止

所沢市総合型地域スポーツクラブ
（WASEDA Club2000）
テニスサークル



早稲田ウォーキングサークル [WASEDA Club2000 所属] 「エンジョイ・チャレンジDAY」参加企画

ウォーキングコース名「東川の源流？から大沢橋を経て長野公園まで」

開催日：2025年10月5日（日）※雨天中止

集合・スタート：早稲田大学所沢キャンパス（ペガサス下）午前9時30分

ゴール：長野公園（小手指まちづくりセンター分館近く）12時解散予定

距離：約6.2km

中学生のみなさん 当サークルは早稲田大学所沢キャンパスから生まれて今年で26年を迎えます。健康ウォーキングのさがけであり、今私たちはその活動を受け継いでいます。普段は狭山丘陵、トトロの森の中などを歩いて森林浴を楽しみ、季節の花や樹々の自然とふれあいながらおしゃべりしています。

ご存知ですか、所沢市には東川と柳瀬川の大きな川が流れていますが、東川は春には満開の桜並木が有名で、多くの人びとの目を楽しませてきています。その一級河川である東川の川沿いを歩いてみませんか！橋の名前や石橋供養塔などをチェックして、ちょっぴり歴史を観じながら歩いてみてはどうでしょう。

スタート前とゴール後に早稲田式ウォーキングストレッチを行います。服装・靴はウォーキングしやすいものを着用ください。軽リュック、水分持参。所沢キャンパスへは西武池袋線小手指駅下車、南口から早稲田大学行きか宮寺行き（芸術総合高校入口下車）の路線バスに乗ります。時刻表はWebでアクセスしてお調べの上お越しください。



2024年4月6日 東川の桜並木

ぜひ参加をお待ちしています。



体験してみよう！！

太極拳

10月5日(日)10:30～12:00
早稲田大学所沢キャンパス スポーツホール

太極拳は、もともとは中国武術の一種で、皇帝たちの護身術でもあったものが
長い年月の間に改良を経て、身体に良いとされる中国古来の知恵が組み合わさ
れて、整理統合され生まれた現代の健康体操です。

太極拳は高齢者だけではなく、全体の動きで心身をリラックスさせ新陳代謝を
活発にして本来の健康を取り戻すなど、様々な症状に効果があります。

若い人にも太極拳に挑戦していただき、ゆっくりした動作ながら心身とも
リラックスさせてくれます。

ご参加、お待ちしております！！

定員：10名



問い合わせ先

運動部各種目申込フォーム

種目	QRコード	URL
ボウリング		https://ur0.link/c1bgNG
クラシックバレエ・ コンテンポラリーダンス		https://ur0.link/3rrcBz
ジュニアラクロス		https://ur0.link/e27j2Q
ダンス (ジャズ・ヒップホップ)		https://ur0.link/JjIwzk
硬式テニス		https://ur0.link/6q0AHC
ウォーキング		https://ur0.link/HgWReT
太極拳		https://ur0.link/DLCAf8

10/5
日

主催 所沢市教育委員会（学校教育課）

文化部活動 エンジョイ チャレンジDAY！

部活動の地域展開を見据え、「専門性を身につけたい！」
「既存の部活動以外にもチャレンジしたい！」という子どもを
対象にした【エンジョイチャレンジDAY】を開催します



茶道



フルート



フラワー



対象 市内在学中学生および市内在学小学4～6年生

応募 **8月1日（金）**から所沢市ホームページの
電子申請サービスにて受付開始（先着順）



詳細は市ホームページ（右記QRコード）からご確認ください。

茶道



日本の伝統文化・茶道を体験できます。
お茶碗やお茶道具等は貸し出します。

日 時 10月5日（日）9：20～12：00
場 所 所沢まちづくりセンター3階和室1・2
定 員 20人
参加費 500円（抹茶代・お菓子代）
持ち物 白い靴下
講 師 所沢市茶道連盟

フルート



日本で初めてフルートを作った所沢のメーカー
「ムラマツフルート」による体験会です。

日にち 10月5日（日）
時間／定員 小学生…9：15～10：30／定員20人
 中学生…10：50～12：00／定員20人
場 所 所沢まちづくりセンター2階音楽室
参加費 無料
講 師 ムラマツフルート

フラワー



お花を身近に感じるフラワーアレンジメントで
すてきな作品を作ります。

日 時 10月5日（日）9：50～11：00
場 所 新所沢コミュニティセンター大会議室
定 員 15人
参加費 800円（材料費）
持ち物 万能はさみ、花を持ち帰る袋
講 師 新所沢フラワーサークル花菜

※飲み物は各自ご持参ください。

※参加費が必要な体験会について、当日欠席の場合は材料費を後日いただきますのでご了承ください。

【お問い合わせ】

所沢市教育委員会 学校教育課

TEL：04-2998-9238

Mail：a9238@city.tokorozawa.lg.jp