

2030年に
島根県で開催される
国民スポーツ大会に向けた
選手を募集しています。

令和7年度

集まれ！島根かみあり国スポ 競技体験会！

いろんなスポーツを体験して、
自分の可能性に
挑戦してみませんか。

(5月～9月実施分) ※10月以降の体験会は9月ごろにお知らせします



島根かみあり国スポ全スポ
第84回国民スポーツ大会 2030 第29回全国障害者スポーツ大会



2030年に島根県で開催される国民ス
ポーツ大会に向けた選手を募集してい
ます。
いろんなスポーツを体験して、自分の
可能性に挑戦してみませんか。

必ず事前に申込をしてください。申込は各スポーツの連絡先へ連絡してください。※小学生は保護者の付き添いが必要です

東 部 地 区

アーティスティックスイミング



水中でも音楽が聞こえる専用
のスピーカーを使って、泳い
だり・潜ったり・足を上げてみ
たり、水の中で音楽に合わせて
リズム水泳を楽しみましょう。

●日時

8月～9月 計6回 土曜日又は日曜日

①9:00～10:00 ②13:00～14:00

●対象者

幼児～小学6年生(15m程度泳げること) 20名

●連絡先

電話:0852-26-5767

メール/kyouka@shimane-suiaren.jp

●会場

①島根県立水泳プール

②島根スイミングスクール松江

●準備するもの

水着、帽子、ゴーグル、タオル

●担当者

竹内 久美子

サッカー



サッカーをこれから始めてみたい
子どもたち、子どもにサッカーを
始めてもらいたい保護者の皆さ
ま、ぜひ一度体験にお越しくださ
い。その他イベント情報について
は島根県サッカー協会 HPで案内
しています。

●日時

毎週水・木・土曜日

水・木曜日 未就学児15:30～16:30/小学生17:30～18:30

土曜日 未就学児・小学1年生16:00～17:00/小学2～6年生17:00～18:00

●対象者

未就学児(年少)～小学生

●連絡先

メール/s-pitch@tx.miracle.ne.jp・電話/0852-32-4673

●会場

松江総合運動公園補助競技場

子どもスポーツ広場

●準備するもの

動きやすい服装、シューズ、水筒、
タオル

●担当者

小松 寛規

男子新体操



男子新体操は、アクロバティックな技と
迫力のある動きが特徴です。体験会は
マット運動と手具操作を指導者が丁寧に
教えます。バク転・バク宙にも挑戦でき
ます。君の「できた!!」が夢への第一歩!!
につながるはずです。参加をお待ちして
います。

●日時

8月中旬

※日時・場所は未定です。参加希望者に後日連絡します。

●対象者

小学校3年生から6年生の男子

●連絡先

メール/yelcaps3@jeans.ocn.ne.jp

電話/090-2869-5385

●会場

出雲市内スポーツ施設

●準備するもの

運動のできる服装、水筒、タオル

●担当者

河井 誠治

ハンドボール



①大田、雲南からも参加されてま
す。みんな初心者で、運動が苦手
な人もたくさん。お問い合わせ待っ
てます。
②初めての方大歓迎です。高校生
も一緒に教えてくれますので、お
気軽に参加してください。

●日時

①毎月2回 休日/10:30～12:00または14:30～16:00

②毎週木・土・日 木/19:00～20:30 土日/17:15～18:45

●対象者

①小学1～6年生(30人程度)、②未就学児～中学3年生

●連絡先

①「ばいっく 出雲」で検索

②「松江ナビ」のイベントに掲載

●会場

①出雲市内体育館(その都度案内します)

②松江南高校体育館

●準備するもの

体育館シューズ、飲み物、タオルなど

●担当者

①南口 哲也 090-4801-8547

②山根 貴志 090-7973-5218

①「ばいっく 出雲」▶



申込フォーム

②「松江ナビ」▶



申込フォーム



東部地区

自転車



自転車競技にチャレンジしてみませんか？島根から全国を制覇する夢と一緒に叶えましょう！日々の活動は自転車連盟のInstagramをご覧ください。詳しくは二次元コードから。

●日時

6月7日（土）、7月12日（土）、8月10日（日）／9月15日（月・祝）、10月26日（日） 時間：9:00～11:00

●対象者

小学校（高学年）、中学生 定員：10名

●連絡先

メール／shimane-cf@gmail.com
電話／090-4897-9160

●会場

大田市自転車競技場または三瓶山西の原

●準備するもの

運動できる服装

●担当者

寺本 道彦



申込フォーム

馬術



馬術は馬と一緒にするスポーツです。他のスポーツは違い、パートナーである馬と心を通わせることが楽しさであり難しさでもあります。競技では障害物を飛び越えたり、音楽に合わせてダンスをしたりします。

●日時

5月31日（土）14:00～15:30
6月14日（土）14:00～15:30
※天候により変更する場合があります

●対象者

小学校5年生以上 定員：6人

●連絡先

電話／0853-63-3937

●会場

MKホースパーク（出雲市東郷町801-1）

●準備するもの

ジャージ等動きやすい服装（ジーンズ可）、飲み物

●担当者

光成（みつなり）

ソフトボール



みんなでできるボール遊びから本格的なソフトボール体験まで、親子でも楽しむことのできる体験会です。投げて、打って、走って！思いっきり体を動かそう！

●日時

5月18日（日） 14:00～15:00

●対象者

幼児～小学生 定員：30名

●連絡先

問合せ／info@shimane-softball.net

●会場

雲南市立加茂中学校体育館

●準備するもの

飲み物、上靴

●担当者

舟木 千恵



申込フォーム

ライフル射撃



ライフル射撃とはライフル銃を使用し10m先にある固定された標的を撃ち、精度の高さを競う競技です。ヨーロッパを中心に始まったといわれており、現在国際大会では、参加国数が陸上競技に次いで多く、世界ではとても人気の高いスポーツです。

●日時

毎月1回 土曜日 13:30～15:00

●対象者

小中学生 全学年（男・女）10名

●連絡先

参加希望される日の5日前迄に二次元コードよりお申し込みください。都合により日程変更していただく場合もございます。連絡先アドレス／info@shonangakuen-h.ed.jp

●会場

立正大学淞南高校射撃場

●準備するもの

上履き、飲み物、タオルなど

●担当者

木原 一也



申込フォーム

ラグビーフットボール



ラグビーはルールを大切にする安全なスポーツです。段階に応じた体験ができますので、幼児・小中学生のみなさんの申込を男女問わずまっています！

●日時

6月22日（日） 9:00～11:00

●対象者

小中学生 全学年（男・女）10名

●連絡先

当日申し込みもできますが、できるだけ二次元コードからお申し込みください。

●会場

島根県立出雲工業高校体育館

●準備するもの

スポーツのできる服装、上履き、タオル、給水

●担当者

新田 紀久



申込フォーム

自分を**超**えろ、**神**話をつくれ

東 部 地 区

カヌー 美郷地区



昨年10月に美郷町信喜にカヌーパークみさとカヌーレ imaiが完成しました。カヌーを保管できる倉庫とトレーニングルーム・研修室が完備されています。カヌーを楽しむには絶好の環境です。みなさん一度来てみてください。お待ちしております。

●日時

6月28日(土)、7月5日(土)、
8月11日(月・祝)、10月13日(月・祝)
時間 9:00~11:00もしくは13:00~15:00

●対象者

小学生・中学生 20名まで

●連絡先

メール／ hotta-ikuko@edu.pref.shimane.jp

●会場

カヌーパークみさとカヌーレ imai

●準備するもの

着替え、サンダル(シューズ)、
タオル、水分

●担当者

堀田 育子

ゴルフ



広いゴルフ場や練習場で球を打つのは気持ちいいよ！
すぐには上手になれないかもしれないけど、たくさんの仲間と楽しくゴルフをしよう！

●日時

①第2・第4土曜日14:00~17:00 ②毎週金曜日17:30~19:30

●対象者

①島根ゴルフ倶楽部ジュニア会員に登録する(登録料無料)
②利用料金550円(1回)※①②とも5名程度

●連絡先・担当者

電話 ①0853-67-0016(片寄 巳津恵)
②0852-31-8888(永田 健)

●会場

①島根ゴルフ倶楽部
出雲市美野町1652
②法吉ゴルフ倶楽部 松江市法吉町

●準備するもの

運動のできる服装(帽子、運動靴)

トライアスロン チャレンジ松江



自転車とランニングや、水泳とランニングなど、2つ以上の運動を組み合わせたマルチスポーツに挑戦してみませんか？トライアスロンにもチャレンジできます。今、マルチスポーツ体験講習会参加者を募集中！さあ、あなたもチャレンジ！！

●日時

7月27日(日) 8:30~12:00

●対象者

小学1年生~中学3年生 20人

●連絡先

(一社)島根県トライアスロン協会審判委員長

●会場

松江市立持田小学校

●準備するもの

水泳用具、自転車、ヘルメット、
ランニングシューズ、Tシャツ等

●担当者

大内 和枝



申込フォーム

西 部 地 区

水 球



ボールを使って遊ぶことが好きな子、水泳が好きな子、両方好きな子、全員集合！！

●日時

①6月15日(日) ②7月26日(土)
①②ともに16:00~18:00

●対象者

①は小学生のみ ②は小学生~中学生

●連絡先

メール／ e.g0828kr@icloud.com

●会場

①島根SS江津
②江津市民プール

●準備するもの

水泳道具、飲み物

●担当者

北川 綾大



西部地区

剣 道



「メン・コテ・ドウ」大きな声で身体と心を鍛えましょう。剣道は人として正しい道を学ぶ武道です。

●日時

10月11日（土） 9:00～11:50

●対象者

大田市以西の小学4年生以上 定員：40名
（4年生未満の場合はご相談ください）

●連絡先

メールアドレスに児童、保護者の氏名・学年・連絡先を記載して申し込んでください。
jun1958217ken.dou@outlook.jp

●会場

島根県立体育館（浜田市）
島根県立石見武道館（浜田市）

●準備するもの

運動のできる服装、タオル持参

●担当者

島根県剣道連盟石見部各支部事務局

弓 道



弓に興味をもっているけど、どうしたらできるのか、やり方がわからない人集合。本物の弓道場で、本物の弓をもって、本物の的に向かって、本物の矢を離してみましよう。弓道の達人が親切にお教えます。

●日時

8月3日（日） 13:30～16:30

●対象者

小学6年生～中学3年生 12名まで

●連絡先

メール／ suiibun13@outlook.jp
電 話／080-1911-0773

●会場

益田運動公園 弓道場
（益田市乙吉町イ874）

●準備するもの

ソックスまたは足袋を履いてきてください

●担当者

中田 保

カヌー 益田地区



さまざまな種類のカヌーを体験することができます。
1部 1名 2,000円ですが、親子での参加の場合割引があります。

●日時

5月18日（日）、6月8日（日）、8月17日（日）、
9月23日（火・祝）
時間 午前の部9:00～11:00、午後の部13:00～15:00

●対象者

5歳以上 各部10名

●連絡先

メール／ masuda-canoe.4@ymail.ne.jp

●会場

益田市染羽町（河川敷）

●準備するもの

濡れてもよい服と靴、タオル、着替え

●担当者

土田 泰聖

トライアスロン チャレンジさくらえ



自転車とランニングや、水泳とランニングなど、2つ以上の運動を組み合わせたマルチスポーツに挑戦してみませんか？トライアスロンにもチャレンジできます。今、マルチスポーツ体験講習会参加者を募集中！さあ、あなたもチャレンジ！！

●日時

8月2日（土） 8:30～12:45

●対象者

小学1年生～中学3年生 20人

●連絡先

（一社）島根県トライアスロン協会普及委員長

●会場

江津市立桜江小学校

●準備するもの

水泳用具、自転車、ヘルメット、ランニングシューズ、Tシャツ等

●担当者

木村 孝



申込フォーム

隠岐地区

トライアスロン チャレンジ隠岐



自転車とランニングや、水泳とランニングなど、2つ以上の運動を組み合わせたマルチスポーツに挑戦してみませんか？トライアスロンにもチャレンジできます。今、マルチスポーツ体験講習会参加者を募集中！さあ、あなたもチャレンジ！！

●日時

8月24日（日） 8:30～12:45

●対象者

小学1年生～中学3年生 20人

●連絡先

（一社）島根県トライアスロン協会強化部長

●会場

島後地区（調整中）

●準備するもの

水泳用具、自転車、ヘルメット、ランニングシューズ、Tシャツ等

●担当者

母里 充



申込フォーム