

## さいたま市インディアカ協会

TEL:090-2335-4281/FAX:048-622-5427

【事務局：千原】

E-mail:s-c@ceres.ocn.ne.jp

https://www.saitama-city-indiaca.com/ [HPはこちら]



いつでも誰でも簡単に楽しめる、ドイツで生まれたスポーツです。4枚の赤い羽根がついた特殊なボールを手で打ち合い、バレーボール形式でプレーします。ルールも技術も簡単です。幅広い年齢層に親しまれ、大きな運動効果があります。

## さいたま市ソフトバレーボール連盟

TEL:090-1799-6775/FAX:048-610-8150

【事務局担当副会長：小山田】

E-mail:oyamada@oyasoft.com

http://www.softvolleyball.jp/saitama-city/ [HPはこちら]



ソフトバレーは、柔らかいゴムボールを使う、老若男女問わず誰もができるスポーツです。ヤング世代はゲームを楽しみ、ミドル世代は体づくり、シニア世代は仲間づくりと幅広く楽しめます。生涯スポーツとして始めてみませんか？

## さいたま市ビーチボール協会

TEL:090-5428-0953

FAX:048-756-8253【事務局：宮尾】

E-mail:miyao38032124@hb.tp1.jp

https://sbba.localinfo.jp/



[HPはこちら]

高さ180cmのネットをはさみ4人1組で、重さ70g直径27cmのビニール製ボールを打ち合います。ネットが低いので小柄な人も強打でき、ボールが軽いので、ケガの心配もなく、老若男女が楽しめるスポーツです。

## さいたま市ファミリーバドミントン協会

R5.3.31付で退会しました

バドミントンコートを使用し、3対3でシャフトの短いラケットでスポンジにナイロン製の羽根をつけたシャトルを打ち合います。返球は2打まで許されます。打ったシャトルが打点より下がれば反則となります。ラリーが続くと楽しいですよ。

## さいたま市グラウンド・ゴルフ協会

TEL:070-5575-7711/FAX:048-641-6929

【事務局：鈴木】

E-mail:naru-noa-kano@nifty.com

http://saitama-gg.jp/ [県協会HP]



[HPはこちら]

小学生から高齢者まで幅広く、簡単に高度な技術も必要なく、いつでもどこでもできる、生涯スポーツとして全国的に普及しています。さあ皆さん青空の下、笑いと歓声の上がるグラウンドで、一緒に楽しんでみませんか。お待ちしております。

### 新規会員随時募集中！



### お気軽にお問い合わせください！

## さいたま市サイクリング連盟

TEL:048-831-4768【理事長：渡邊】

E-mail:cross\_side05@yahoo.co.jp

http://saitamashicyc.shichihuku.com/



[HPはこちら]

地球にやさしい自転車の普及・安全教育・環境整備を求めて活動しています。昨年度から公道走行が可能になったタンデム自転車(2人以上が乗れる自転車)の活用を進めていきます。自転車走行の際はヘルメットの着用や賠償保険の加入も忘れずに。

## さいたま市ターゲット・バードゴルフ協会

TEL/FAX:048-853-3155【事務局：森川】

E-mail:3230572901@jcom.home.ne.jp

ターゲット・バードゴルフは、バドミントンの球に羽根をつけたボールを1本のゴルフクラブで打ち、傘を逆にしたような籠(ホール)に入れるスポーツです。とても爽快です。専門コースが市内に3ヶ所あります。是非一緒に。

## さいたま市日本民踊連盟

TEL/FAX:048-685-6081【事務局：久保田】

E-mail:kubota2311@jcom.zaq.ne.jp

北は北海道から南は沖縄まで、全国各地に伝承されている日本民踊をレクリエーションの一環としてみんなで楽しく踊っています。仲間づくり、健康維持、脳の活性化に日本民踊はいかがでしょう！

## さいたま市レクリエーション指導者協議会

TEL/FAX:048-686-2766【事務局：須賀】

E-mail:su04ga@jcom.home.ne.jp

各種イベント、集会でのゲームやダンス、昔遊び、クラフト、折り紙、ニュースポーツ、脳トレ、健康体操等々。幼児から高齢者の方まで、性別に関わらず、楽しい時間の演出のお手伝いをいたします。どうぞお声かけくださいませ。

## さいたま市フォークダンス連絡協議会

TEL/FAX:048-624-7565【会長：高橋】

E-mail:mayalice515@yahoo.co.jp

世界各国の民族舞踊は人々を幸せにする力を持っています。音楽にのって踊り、交流することにより、健康を増進し、心が癒されます。明朗で豊かな日々は喜びとなり世界平和への思いに繋がります。次世代の人々にもこの思いを伝えたいと思います。

## さいたま市親子体操協会

R5.3.31付で退会しました

小さい時に親子で一緒に体を動かすことが実は本当に大切なのです。一緒に体を動かしてみませんか？是非お近くの公民館をのぞいてみてください。

## さいたま市ミニテニス連盟

TEL/FAX:048-882-7086【事務局：坂本】

E-mail:su321024r@jcom.zaq.ne.jp

ミニテニスはラケットを短くしたものと空気を入れて膨らませたビニール製のボール(直径13cm)を使い、バドミントンコートでダブルスでプレーします。必ずワンバウンドしたボールを打つのですぐ楽しめます。

## さいたま市3B 体操同好会

TEL/FAX:048-625-0096【事務局：四方】

E-mail:pochi03198@yahoo.co.jp

ボール・ベル・ベルターの用具を使い、音楽に合わせて無理なく楽しく身体を動かすことができます。赤ちゃんから高齢者まで、みんなで楽しめる健康体操です。是非一緒に楽しく身体を動かしてみませんか？

## さいたま市社交ダンス連盟

TEL/FAX:048-664-6841【事務局：神谷】

E-mail:ittyann\_k@yahoo.co.jp

年齢・経験・レベル等に関係なく、手軽に楽しめる生涯スポーツです。初心者対象の教室も開催しています。ダイエットやアンチエイジング効果も期待されています。ブルース、ワルツ、タンゴなど、皆さん一緒に踊ってみませんか？

## さいたま市ペタンク連盟

TEL/FAX:048-885-6659【事務局：高頭】

E-mail:hiromi-takatou@mbn.nifty.com

ペタンクは1910年にフランスで生まれた球技スポーツです。現在世界各国で親しまれています。子供から高齢者まで対等に競技ができ、ルールが複雑でなく、誰でもすぐプレーでき、奥深さと意外性があり、飽きることがないスポーツです。

## さいたま市ディスコン協会

TEL/FAX:048-861-8162【事務局：長澤】

赤と青の2チームに分かれ、1チーム6枚のディスク（円盤）を投げ、どちらがポイントに近づいているかを競います。子どもから高齢者、障がいのある方も楽しめます。ナイスショットに拍手やハイタッチ、珍プレーに笑いと歓声で沸きかえります！

## さいたま家庭婦人バレーボール愛好会

TEL/FAX:048-649-1252【理事長：市川】

E-mail:ichimido@gmail.com

体力向上・健康増進・ストレス解消したい方、ご連絡ください。50歳以上の方々の「いそじ大会」も盛んになっています。生涯スポーツとして幅広い年齢層でバレーボールを楽しんでいます。

## レクリエーション協会 こんな活動をしています



1. 加盟団体への支援と協力
2. レクリエーションを気軽に楽しんでもらう、市民参加の「レクリエーションフェスティバル」の開催
3. 指導者育成のための研修会
4. 広報誌の発行・ホームページの運用

### ● 発 行 ●

#### さいたま市レクリエーション協会事務局

〒330-9588

さいたま市浦和区常盤 6-4-4

さいたま市スポーツ振興課内

TEL ▶ 048-829-1058

FAX ▶ 048-829-1996

E-mail ▶ sports-shinko@city.saitama.lg.jp

ホームページ ▶ <http://www.saitamashi-rec.net>



[HPはこちら]

令和4年度版

さいたま市レクリエーション協会ご案内

あなたのHappyここにある♪

笑顔でつなぐ  
レクリエーション



つなぐ  
又  
さいたま市PRキャラクター

さいたま市レクリエーション協会