

総合体育館で借りられる主な道具

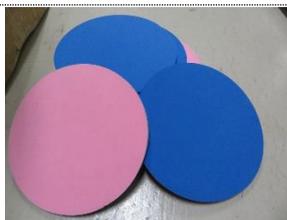
2022年5月作成

リバースカード

表裏がそれぞれ青色とピンク色になっている丸いカードです。それぞれの色を同じ枚数並べます。2チームに分かれ、一斉に自チームの色が多くなるようカードを裏返していきます。時間内により多くのカードを自チームの色にした方が勝ちとなります。

(数量 10枚入り3袋と9枚入り1袋 計39枚)

★サブアリーナ倉庫



ソフトジムボール (エンドウボール)

やわらかいボールです。空気の調節も簡単にできます。ボール遊びの苦手な小さい子や女子でも安心して遊ぶことができます。また、ストレッチなどにも活用できます。

(数量 25個)

★サブアリーナ倉庫



キンボール

大きなピンク色のボールを打ち、名前を呼ばれたチームがレシーブします。落とさないように、チームワークが大事なスポーツです。得点板や空気入れもあります。

(数量 2セット)

★サブアリーナ倉庫



ビーチボール

小さいお子さんがサッカーなどの蹴る運動を行ったり、バレーボールの導入で使ったりできます。

(数量 10個)

★サブアリーナ倉庫



ドッジビー

やわらかいfrisbeeです。ドッジボールのルールで遊びます。当たっても痛くなく、取りやすいのが特徴です。

(数量 特大1枚・大2枚・中34枚・小4枚)

★サブアリーナ倉庫



フライングディスク

プラスチック製のfrisbeeです。4色×10枚ずつあります。そのままfrisbeeとしての使用や、ストラックアウト（ディスクゲッター）やフープゲッターと一緒に使うのもおすすめです。

(数量 38枚)

★サブアリーナ倉庫



リングキャッチ

向かい合った人同士（10m程離れる）が片手で1つずつリングを持ち、「せーの」の合図で同時に投げ合います。落とさず連続何回できるかを競うニュースポーツです。リングはゴム製です。

(数量 黄色10個・赤15個)

★サブアリーナ倉庫



ストラックアウト（ディスクゲッター）

フライングディスクやカラーボールを使用してストラックアウトが楽しめます。組み立ても簡単。

(数量 3セット)

★サブアリーナ倉庫



フープゲッター

フライングディスクやカラーボールを使用します。フープの中にディスクなどを通します。組み立ても簡単。いくつか並べて使っても楽しめます。

(数量 4セット)

★サブアリーナ倉庫



ラダーゲッター

両端にボールが付いたヒモをラダー（はしご）に向かって投げて引っかけるスポーツ。ラダーの組み立ても簡単。

ゲームをするときは、ラダーの場所によってポイントが異なり、バウンドしてから引っかけると更に高得点が与えられます。

(数量 2セット)

★サブアリーナ倉庫



インディアカ

ネット型のニュースポーツです。バドミントンコートほどの広さで行います。白い部分を手のひらで打ちあいます。正式ルールは4対4ですが、人数はこだわりません。

(数量 羽根8本)

★事務室及び医務室



クッブ

2チームで行うゲームです。両チーム5個ずつの角材（クッブ）を自分の陣地に並べます。先攻のチームは丸い棒（カストピンナ）を投げ、相手の角材を倒します。すべての角材を倒したらキングを倒すことができます。先にキングを倒した方が勝ちです。ただし相手チームに倒された角材は自チームが攻撃する時に相手コートに投げ入れ、その角材を倒さないと相手チームの元からある角材は倒せません。戦略が大切なスポーツですが、ゲームをせずに丸棒で角材を倒すだけでも爽快感があります。丸棒を投げる際は下手投げのみです。

(数量 2セット)

★サブアリーナ倉庫



ラケットテニス

ネット型のニュースポーツです。黄色いスポンジ製のボールを打ちあいます。ボールのスピードが遅いため打ちやすく、初心者でもすぐに試合を楽しめます。ラケットが手から離れることのないように手首に巻きつける紐がついています。

(数量 ラケット 14本・ボール 16個)

★サブアリーナ倉庫



スカーフ

お手玉、ジャグリングのように使用できるスカーフ。ゆっくり浮くので投げるのも取るのも簡単。子供から高齢者まで幅広く使うことができます。

(数量 黄 24枚・赤 38枚・オレンジ 47枚)

★サブアリーナ倉庫



キャッチング・ザ・スティック

(通称「トントンパツ」)

「トントン」のリズムに合わせて手に持ったスティックを床に突きます。「パツ」のタイミングで手を離し、隣の仲間のスティックをキャッチします。

10人が横一列になって行いますが、円形で行う事も可能です。何回続けられるかチャレンジ!

(数量 青 47本・黄 29本)

★階段下倉庫、サブアリーナ倉庫



カードリング

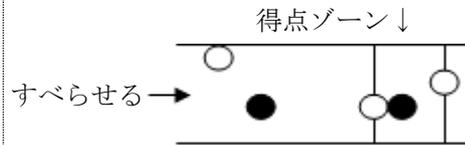
小千谷市スポーツ推進委員（体育指導委員）開発？のオリジナル遊びです。

白 VS 黒でおはじきをします。体育館内に引かれているラインを使用しますが、コートの上でもできます。卓上でもできます。1人あたり3～5枚ほどカードを持って交互に床に滑らせ、最終的に得点ゾーンに多く入っていた人（チーム）の勝ちとなります。

約200枚のカードとビニールテープ、スコアカード、鉛筆がケースの中に入っています。世界にたった一つのセットです。

(数量 1セット)

★サブアリーナ倉庫



フロアカーリング・カローリング

室内で行うカーリングのようなスポーツです。ストーンの下にはローラーが付いています。

フロアカーリング：的がない。緑色のターゲットストーンにいかに近づけるか。

カローリング：的がある。カーリングにかなり近い。

(数量 2セット)

★サブアリーナ倉庫



ユニホック

ゴール型のニュースポーツです。スティックを使い、プラスチック製のボールを奪い合い、敵のゴールに打ち込みます。

(数量 ゴール1組・ボール24個)

スティック白19本 黒14本 赤1本 黄1本)

★サブアリーナ倉庫



スカットボール

スティックを使い、的となる台の穴に向かってボールを入れるスポーツです。小千谷市内の高齢者にとってはおなじみのスポーツです。

(数量 1セット)

★サブアリーナ倉庫



ペタンク

目標球（ビュット）に向かって重い金属製のボール（ブール）を投げ合って、相手より近づけることで得点を競うゲームです。

(数量 3セット)

★サブアリーナ倉庫



エアボールゲーム

あらゆる年齢層で楽しめるゲームです。3人でパラシュートを持ち、エアボールを使ってサーブとレシーブを繰り返します。

(数量 2セット)

★サブアリーナ倉庫



ボッチャ

パラリンピックの正式種目として有名なボッチャ。白いボール（ジャックボール）に自分のチームのボールをどれだけ近づけることができるか競います。ボールが持てない人、投球できない人が使用する「ランプ」もあります。

小千谷市では大会も行われています。

(数量 旧7セット・新5セット
ランプ1セット・コート1枚)

★サブアリーナ倉庫



輪投げ

輪投げの形が変えられるタイプのもので、使用の方のレベルに合わせて使ってみてください。

(数量 台4台・輪3セット)

(輪1セット9本=赤4青4黄1)

★サブアリーナ倉庫



ラグビーボール（子供用）

サイズ：12×22×38 cm

(数量 17個)

★サブアリーナ倉庫

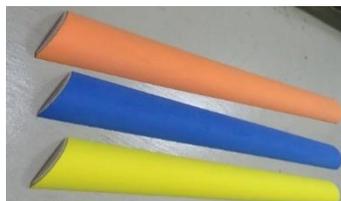


バランス平均台

スポンジでできた平均台。数センチの高さで、安全に使用できます。マジックテープのジョイントが付いており、工夫次第で色々な形にすることができます。バランス感覚を養うのにピッタリ。

(数量 2セット)

★サブアリーナ倉庫



すず入りボール

ゴールボールなどのブラインドスポーツの体験ができる鈴入りのやわらかいボールです。

小さなお子様も、音を楽しみながらのボール遊びができます。サイズ：ボール周り 63cm、ボール直径 18cm

(数量 4個)

★サブアリーナ倉庫



リフレックスボール

不規則な動きをする一面が三角形のボールです。バウンドで軌道が変わりますので、それを察知しキャッチしましょう。バウンドさせたり転がしたりして遊びましょう。

(数量 3個)

★サブアリーナ倉庫



グラウンドゴルフ

木製のスティックでゴム製ボールを打ち、旗の台座（白い円形部分）にボールを止めます。ゴルフのように何打で台座に入れられるかを競います。少ない回数が勝ち。旗は8ホール分あり、ボールは屋外用と室内用があります。

(数量 台座1台・スティック3セット・ボール屋外用1式 屋内用1式)

★階段下倉庫



ターゲット・バードゴルフ

ゴルフボールにバドミントンの羽根をつけた専用ボールをゴルフクラブで打ち、傘を逆さまに立てた形のホールへ入れるスポーツです。屋外でも屋内でも老若男女どなたでも気軽に楽しめます。

(数量 ボール35個・ショットマット7枚・ゴルフクラブ6本・アドバンテージホール3本・セカンドホール2本)

★階段下倉庫



ビブス

チーム分けなどに使用できます。メッシュタイプのもものが着用しやすく便利です。

(数量 スタッフビブス 97着)

※大人用ビブス (番号なし)

オレンジ8着。黄色10着。

※子供用ビブス

オレンジメッシュ 1~10番。緑 1~10番。

紫 1~10番。黄色 1~10番。赤 1~10番。

黄色メタリック 14~20番。

※子供用ビブス (ゴム紐付き)

オレンジ 1~15番。水色 1~15番。赤 1~12番。

★階段下倉庫



ビブス

救護用 (数量 2着)

検温中 (数量 3着)

★階段下倉庫



フラフープ

大小のフラフープがあります。通常のフラフープとしての使用方法だけでなく、レクリエーションなどにも使えます。手をつなぎ輪になり、フラフープをくぐる、などのレクリエーションがあります。

(数量 大 42本・中 28本・小 36本)

★階段下倉庫



フラットリング (ケンステップ)

地面 (床) に置くだけでケンケンパ遊びができます。ケンケンパは、身体のリズムやバランス感覚が養えますよ。

(数量 赤 20本・青 20本・黄色 20本)

★サブアリーナ倉庫



三角コーン

ドリブルの目印、コート上の目印、走るトレーニングなどをする時の目印に使えます。特にマーカーコーン (通称皿コーン) は持ち運びもしやすく手軽に使えます。屋内用です。

(数量 皿コーン 78枚)

中 61個・小 14個・極小 2個)

★階段下倉庫



ジグザグドリブル用ポールセット

元々は体力テスト種目であった「ジグザグドリブル」測定時に使用していたもの。障害物、目印として用いるほか、インディアカ、ラケットテニス、風船バレーなどのネット型スポーツなどの際センターのポールとしても使えます。平ゴムなどを準備しネット代わりにすると◎。赤い台座に黄色いポールを差し込んで使用します。

(数量 丸形 12個・キャップ型 11個)

★階段下倉庫



カラーボール

キャッチボールや野球遊びなどで使えます。
ストラックアウト（ディスクッター）やフープゲッターと一緒に借りて使うのもおすすめです。

（数量 大 51 個・中 45 個・小 77 個）

★階段下倉庫



ジョイントなわ

→短めの縄跳びです。持ち手（緑の部分）をつなぎ合わせるができます。

（数量 38 本）

★階段下倉庫



綱引き用大縄

（数量 1 巻）

★3 階倉庫



大縄

（数量 10m13 本・6m8 本）

★階段下倉庫



3 色縄

（数量 オレンジ 19 本・緑 20 本・青 15 本）

★階段下倉庫



ダブルタッチ

2 本のロープを使って跳ぶなわとびです。
向かい合った 2 人のターナー（回し手）が、右手のロープと左手のロープを半回ずらせて内側に回します。
その中を、ジャンパー（跳び手）が色々な技を交えて跳びます。

（数量 17 セット）

★階段下倉庫

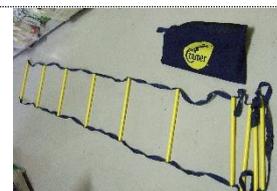


ラダー

動きづくりに使う道具です。敏捷性などが鍛えられます。

（数量 2 セット）

★階段下倉庫



<p>ミニハードル</p> <p>走るトレーニングなどに使用できます。高さを変えられるものもあります。使用する人に応じて調節してください。</p> <p>(数量 15本)</p> <p>★階段下倉庫</p>	
<p>ジャグ・クーラーボックス</p> <p>(数量 ジャグ7個・クーラーボックス3個)</p> <p>★階段下倉庫</p>	
<p>誘導棒</p> <p>(数量 79本)</p> <p>★階段下倉庫</p>	
<p>スケール</p> <p>(数量 2本)</p> <p>★階段下倉庫</p>	
<p>トランシーバー</p> <p>(数量 20個)</p> <p>★階段下倉庫</p>	
<p>プリンター付きストップウォッチ</p> <p>(数量 11個)</p> <p>★階段下倉庫</p>	
<p>ストップウォッチ</p> <p>(数量 20個)</p> <p>★階段下倉庫</p>	

<p>ハンドホイッスル</p> <p>(数量 2個)</p> <p>★階段下倉庫</p>	
<p>ADカード</p> <p>役員用。</p> <p>(数量 67枚)</p> <p>★階段下倉庫</p>	
<p>スターターピストル</p> <p>(数量 5丁)</p> <p>★階段下倉庫</p>	
<p>ボイスウォーカー</p> <p>腰につけるスピーカー。</p> <p>(数量 4セット)</p> <p>★階段下倉庫</p>	
<p>握力計</p> <p>(数量 3台)</p> <p>★階段下倉庫</p>	
<p>拡声器</p> <p>(数量 6台)</p> <p>★階段下倉庫</p>	
<p>長座体前屈計</p> <p>(数量 2台)</p> <p>★階段下倉庫</p>	

健康かるた

(数量 幼児用 1箱・集会用 3箱)

★階段下倉庫



モルック

番号のついた 12 本のピン (スキットル) を隙間なく配置し、3~4m 離れた場所にしたラインから棒 (モルック) を投げます。ちょうどピッタリ 50 点を得たプレイヤーが勝ちとなります。

2 本以上のピンが倒れた場合 = 倒れた本数が得点

1 本だけピンが倒れた場合 = ピンの数字が得点

(数量 2セット)

★階段下倉庫

