

青森県初! Foam Dodgeball 日本代表選手 がやってくる!

SPECIAL GUEST

いしおか ほのか
石岡 穂乃和 選手

- 2026年度 Foam Dodgeball 日本代表選手 内定
- 国際大会に数多く出場へ
- リベルタ弘前所属
- 2026年12月 タイ・バンコク開催の
世界選手権に出場予定

青森から世界へ!

小学生

ドッジボール 教室

参加
無料

競技ドッジボールの技術指導

投げる・捕る・よけるなど、
ドッジボールの基本的な動きから
楽しく学べます。
青森県ドッジボール協会所属の
JDBA公認指導員が指導します。



フォームドッジボール (Foam Dodgeball) の体験

柔らかいスポンジ製のボールを
6個同時に使う、世界基準のドッジボール!
日本でおなじみの「ボール1個・内野と外野」の
ドッジボールとは異なる、新しいスタイルの
国際競技を体験できます。



開催
日時

2026年 **11月1日** 日

会場

つがる市総合体育館
サブアリーナ

つがる市木造若緑64番地

時間・対象

1 9:30~10:30
小学1・2年生

定員
30名

2 11:00~12:00
小学3~6年生

定員
30名

各回先着**30名**
定員になり次第
受付を終了します。

対象

ドッジボール未経験の小学生
(はじめての方、大歓迎!)

参加費

無料

保護者

見学OK
ぜひご覧ください

持ち物



室内シューズ・飲み物・タオル

申込方法 (いずれかの方法でお申し込みください)

1

つがる市総合体育館へ
直接お電話でお申し込みください。
TEL: 0173-23-3231
(受付時間 9:00~21:00)

2

Googleフォーム
右のQRコードから
お申し込みください。



講師・スタッフ



青森県ドッジボール協会 所属
JDBA公認指導員が指導します。



11月から「定期小学生ドッジボール教室」が
リニューアルスタート!

つがる市総合体育館 / 毎週木曜日 / 参加費 700円

共催

青森県ドッジボール協会
Tsugaru まちづくりパートナーズ



最新情報は
公式SNSでも発信します!

