

# 新宿スポレク2025

日時	令和7年10月13日(月祝) 9:30~15:30
場所	新宿コズミックセンター、新宿スポーツセンター、四谷スポーツスクエア、戸山多目的運動広場
延べ参加者	9,184人
参加費	無料

## イベント概要

毎年スポーツの日に開催されているスポーツ・レクリエーションの祭典です。新宿コズミックセンターをはじめとした区内のスポーツ施設等で、様々なスポーツ・レクリエーションを楽しむことができる一日です。

例年多様な目玉企画を実施していますが、令和7年度は柔らかい剣で気軽にフェンシングを体験できる「スマートフェンシング体験」、アルバルク東京アカデミーコーチによる「バスケットボール教室・体験」、ブルース・リーが創始した総合武術ジークンドーを体験できる「ジークンドー教室」等を実施しました。

オープニングセレモニーには元フェンシング日本代表の福島 史帆実さんが出席し、新宿区長とスマートフェンシングで対戦する一幕も見られました！

## イベントの様子

### オープニングセレモニー



元フェンシング日本代表の福島 史帆実さん、吉住 健一新宿区長が参加し、イベントのスタートを盛り上げました。二人がスマートフェンシングで対戦し、白熱した勝負となりました。福島さんはオリンピックの銅メダルを持ってきてくださり、参加者にも触らせてくれました！



福島 史帆実さんと新宿あわわのツーショット！  
クリアソン新宿のくりあにゃん、新宿区の新宿あわわ、新宿区浴場組合のゆげじいが集まり、参加者とふれあいました。

### スマートフェンシング体験



柔らかい剣とジャケットを使ってフェンシングを体験するスマートフェンシングが好評でした。子どもから大人まで、安全に楽しくフェンシングが体験できました。



体験の合間に、本格的なフェンシングのデモンストレーションも見ることができました。金属の剣と防具を使い、素早く鮮やかな攻防が展開されました。

## イベントの様子



### バスケットボール教室・体験

アルバルク東京アカデミーコーチから、未就学児～小学生の参加者がバスケットボールの基礎を習ったり、ドリブル・シュート体験をすることができました。



### ジークンドー教室

ブルース・リーが創始した総合武術で、映画等でも目にするもののある「ジークンドー」を、日本で数少ない指導者であるヒロ 渡邊さんから学ぶことができました。



今年はたくさんのキッチンカー、飲食ブースも集まりました。

その数なんと9種類！スポーツ・レクリエーションの合間に食も楽しむことができました。

## イベントフォトギャラリー

