

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つかい、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。

さいたま市グラウンド・ゴルフ協会

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

【会長：鈴木】

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

https://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、笑いとお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。

さいたま市レクリエーション指導者協議会

TEL:080-5054-8173【事務局：小林】

E-mail:simik.136j2@ezweb.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、楽しい時間のお手伝いをいたします。どうぞお声かけ下さいませ。

さいたま市ソフトバレーボール連盟

TEL:090-1886-1528/FAX:048-645-6658

【会長：武田】

E-mail:yumika-takeda@jcom.zaq.ne.jp

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楽しめるスポーツです。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？

新規会員随時募集中！



お気軽にお問い合わせください！

さいたま市ビーチボール協会

TEL:090-5428-0953

FAX:048-756-8253【会長：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。

さいたま市サイクリング連盟

TEL:090-6018-8184【理事長：渡邊】

E-mail:cross_side05@yahoo.co.jp

http://saitamashicyc.shichihuku.com



[HPはこちら]

環境に優しい自転車の普及・安全教育・環境整備を目指して活動しています。タンデム車の公道走行が可能になりました。会話が弾むタンデムに乗ってみましょう！乗用時はヘルメット着用や賠償保険の加入を忘れずに。

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、傘を逆さにしたような籠(ホール)に入れるスポーツです。とても爽快です。専用コースが市内に4ヶ所あります。是非一緒に。

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。

さいたま市社交ダンス連盟

TEL:090-8878-5765/FAX:048-664-6841【事務局：神谷】

E-mail:s-dance@jcom.zaq.ne.jp

社交ダンスは有酸素運動であり、体脂肪を燃焼させる、善玉コレステロールを増やす、心肺機能が鍛えられる等さまざまな健康効果が期待できます。そして、年齢に捉われることなく気持ちを若く持ち続けることができる生涯スポーツです。

さいたま市日本民踊連盟

TEL/FAX: 048-666-0858 【事務局：伊藤】

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活動の一環として、皆で楽しく踊っています。音楽によって心の癒し、脳の活性化にいかがでしょうか！！お待ちしております。

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、珍プレーに笑いとお声援が沸きあがります！

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。

令和7年度は13団体
で活動しています！



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7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