

## オリエンピアン竹澤健介講師の「速く走る」レッスン 14日、小学生対象に体験型スポーツイベントを開催

摂南大学（学長：久保康之）スポーツ振興センターは2月14日、寝屋川キャンパスグラウンドで小学生を対象にした体験型スポーツイベント『SETSUDAI SPORTS TRIAL 2026』を開催します。本学体育会の陸上競技部やラグビー部の部員が主体となり運営します。

### 【本件のポイント】

- 陸上競技部やラグビー部の部員が主体となり、地域と交流しながらスポーツを振興
- オリンピックでも活躍した竹澤健介講師が「速く走る」レッスンを実施



昨年のSETSUDAI SPORTS TRIALの様子

小学生を対象に、ミニマラソンやラグビー、バレーボールの体験ができるスポーツイベントを開催します。

ミニマラソンは親子で体験できるコースや学年別に1~3kmのコースを用意します。「速く走るためのワンポイントレッスン」として、2008年北京オリンピック（陸上男子5000m、10000m）代表や箱根駅伝で3度の区間賞を獲得し、早稲田大エースとして活躍した本学陸上競技部ヘッドコーチの竹澤健介講師（スポーツ振興センター所属）がフォームや呼吸法などをアドバイス。また、親子で参加できる「からだチェック」では、体成分分析装置（In Body）を使い、体の栄養状態や筋肉・脂肪量を測って健康状態を確認できます。

このイベントは、体育会の部員が地域と交流しながらスポーツを振興させたいと毎年開催しております。今回が4回目となります。

1. 開催日時：2026年2月14日（土）12:00~15:00
2. 場所：摂南大学 寝屋川キャンパスグラウンド（大阪府寝屋川市池田中町17-8）
3. 内容：ミニマラソン、ラグビーティー、バレーボール体験、からだチェック（In Body測定）
4. 対象：小学生、保護者の方
5. その他：先着順。参加費無料。

※プログラムの詳細は、添付の資料をご覧ください。

### ■内容に関するお問い合わせ先

摂南大学 スポーツ振興センター事務室（担当：内部）

TEL:072-839-9187 [setsunan.sports@joshu.ac.jp](mailto:setsunan.sports@joshu.ac.jp)

### ■本件発信部署・取材のお申し込み先

学校法人常翔学園 広報室（担当：石村、木下）TEL:06-6954-4026 [Koho@joshu.ac.jp](mailto:Koho@joshu.ac.jp)

# SETSUDAI SPORTS TRIAL 2026

みんなでマラソン大会に挑戦しよう!

2/14(土) 12:00~15:00

摂南大学 寝屋川キャンパス



Special Coach

竹澤健介 講師

摂南大学  
スポーツ振興センター講師  
陸上競技部ヘッドコーチ

早稲田大学出身  
箱根駅伝 3度の区間賞  
2008北京オリンピック出場



メダルあり!

各グループ上位3人に金・銀・銅メダルをプレゼント!

バレーボール体験



ラグビー体験



からだチェック

In Body 測定



詳しいイベント情報・  
当日スケジュール等は  
裏面へGO

参加費  
無料

摂南大学

# SETSUDAI SPORTS TRIAL 2026

ミニマラソンの上位入賞者は  
メダルを贈呈



2026年2月14日(土)  
摂南大学寝屋川キャンパスグラウンド

## ミニマラソン

全天候型のグラウンドを走る特設コースをご用意。  
各学年で距離が変わります。

受付時間11時50分～

親子マラソン  
「1kmコース」

12:10レッスン  
↓  
12:30スタート

小学生1・2年生  
「1kmコース」

12:50レッスン  
↓  
13:10スタート

小学生3・4年生  
「2kmコース」

13:30レッスン  
↓  
13:50スタート

小学生5・6年生  
「3kmコース」

14:20レッスン  
↓  
14:40スタート

本学の陸上競技部による「速く走るためにのワンポイントレッスン」もあります！

☆オリンピック出場経験のある竹澤健介講師監修

## ラグビー体験

ワンチーム！  
安全に！楽しく！  
ラグビーを体験しよう！

## In Body Check

In Bodyって？  
筋肉量や体脂肪量など、  
見かけでは分からぬ  
体の成分を調べます！

## バレーボール体験

ハイキュー！！  
ジャンプ・トス・アタック  
を思いきり体験！！！

時間 12:00～14:30※上記の時間内で、  
いつでも参加OK

応募はこちらから



申込みは先着順です。  
※定員に達した場合、応募は締め  
切りとさせていただきます。

摂南大学

摂南大学スポーツ振興センター  
setsunan.sports@josho.ac.jp