令和7年度 第26回
あおもりシニアフェスティバル スポーツイベント
～青森県版ねんりんピック～

参加者募集！

総合開会式（文化イベント）
日時：令和7年9月6日（土）10:00～15:00 ※総合開会式は11:00～
場所：青森県総合社会教育センター（青森市大字荒川字藤戸119-7）

競技日程	競技種目	競技会場
9月13日（土）	パークゴルフ	八甲田パノラマパークゴルフ場（十和田市大字法量字焼山64-458）
9月20日（土）	ラージボール卓球	新青森県総合運動公園（青森市大字宮田字高瀬22-2）
	なぎなた	
	剣道	
	バウンドテニス	
9月21日（日）	テニス	新青森県総合運動公園（青森市大字宮田字高瀬22-2）
	ターゲット・バードゴルフ	
	ゲートボール	盛運輸サンドーム（青森市大字浜田字豊田123-6）
	ペタンク	
	弓道	青森市スポーツ会館（青森市合浦1-13-1）
	ウォークラリー	青森駅前公園（青森市新町1-2-15）
9月27日（土）	水泳	新青森県総合運動公園（青森市大字宮田字高瀬22-2）
9月28日（日）	グラウンド・ゴルフ	小渡平公園（三戸郡五戸町倉石中市字小渡88-1）
10月 4日（土）	ソフトバレーボール	青森県武道館（弘前市大字豊田2-3）
11月22日（土）	太極拳	三沢市国際交流スポーツセンター（三沢市南山1-138-2）

※詳しい内容や申込方法など、次ページをご覧ください。

ウォークラリー　9/21（日）

参加資格：年齢制限は以下の通り
競技方法：①シニアの部（59歳以上、5人で編成）
②一般の部（年齢制限関係なく、3～5人）
※競技は、運営団体が作成した地図（コマ図）とチェックカードを携帯し、時間得点とチェックポイントでの課題得点の合計で競う

申込期限：9月19日（金）

申込先：青森県長寿社会振興センター
TEL　017-777-6311

水泳　9/27（土）

参加資格：59歳以上
※但し、定期的に週1回以上の練習をしている者
競技方法：①すべてタイムレース決勝とする
②背泳ぎ 25m、50m
自由形 25m、50m
バタフライ 25m、50m
平泳ぎ 25m、50m
（1人2種目まで参加できる）

申込期限：8月22日（金）

申込先：青森県長寿社会振興センター
TEL　017-777-6311

太極拳　11/22（土）

参加資格：年齢制限は以下の通り
競技方法：①ねんりんピック対応の部（59歳以上）
②一般競技の部
◎個人競技部門（男女別）
◎集団競技部門
※一般競技の部は年齢を問わない

※各種目の詳細は青森県長寿社会振興センターのホームページよりご確認下さい。

申込期限：10月31日（金）

申込先：青森県武術太極拳連盟
事務局長　佐藤　憲子
TEL　017-788-3680

水泳

太極拳

グラウンド・ゴルフ　9/28（日）

参加資格：59歳以上
競技方法：①プレーは、個人ゲームとする
②8ホール×3ラウンドの全24ホールを、A、B、Cの3ブロックに分かれて行う
③1組5～8人に編成して行う

申込期限：8月22日（金）

申込先：五戸町グラウンド・ゴルフ協会
事務局長　苫米地　正美
TEL　090-7074-4735

ソフトバレーボール　10/4（土）

参加資格：年齢制限は以下の通り
①シニアの部（59歳以上）
②スポレクの部（40歳以上）
③トリムフリーの部（大会当日18歳以上）
④ミックスフリーの部（大会当日18歳以上）
※ただし、高校生は不可とする
競技方法：①チーム構成
監督1人、選手8人以内、合計9人以内（男女各3人以上、4人以内）
※監督は選手を兼任できる
②競技は男女混合とし、コート内で男女（ミックスフリーの部を除く）各2人が常時プレーする

申込期限：9月12日（金）

申込先：青森県ソフトバレーボール連盟
事務局長　乗松　朋博
TEL　090-7065-8911

表彰式の様子（ゲートボール）

●募集内容の詳細については、各競技団体、または長寿社会振興センターへお問い合わせください。
●全競技の申込書は、長寿社会振興センターのホームページからダウンロードできます。➡

【問い合わせ先】青森県長寿社会振興センター（社会福祉法人青森県すこやか福祉事業団）
所在：〒030-0822 青森市中央三丁目20-30 県民福祉プラザ3階
TEL：017-777-6311　　FAX：017-735-1160

主催：青森県／社会福祉法人青森県すこやか福祉事業団
後援：青森県市長会、青森県町村会、公益財団法人青森県スポーツ協会、公益社団法人青森県看護協会、特定非営利活動法人青森県消費者協会、社会福祉法人青森県共同募金会、公益財団法人青森県老人クラブ連合会、東奥日報社、デーリー東北新聞社、陸奥新報社、RAB青森放送、青森テレビ、青森朝日放送、NHK青森放送局、青森ケーブルテレビ、エフエム青森（順不同）
協賛：青森県信用組合、青森県庁消費生活協同組合、青森ヤクルト販売株式会社、株式会社伊藤園青森支店、株式会社エービッツ、株式会社角弘、株式会社金入青森支店、カルビー株式会社、北日本石油株式会社青森販売支店、株式会社工藤パン、株式会社鹿内組、ハッピードラッグ、株式会社トヨタレンタリース青森青森造道店、ヒロフーズ株式会社、株式会社マルキ、株式会社明治、株式会社ヤマイシ、明治安田生命保険相互会社青森観光通営業所（順不同）

令和6年度 総合開会式の様子

あおもりシニアフェスティバルとは

スポーツ・文化活動等を通じて、県内在住者の健康の保持・増進と生きがいの高揚を図るために、毎年青森市を中心に開催しています。参加者は高齢者を中心に約1,000人を数え、日頃の練習の成果を発揮すると共に、参加者同士が交流を深める場所にもなっています。

【参　　加　　費】100円（傷害保険料）

【参加資格】**県内在住者**とし、年齢制限は各競技・種目によって異なります。
※原則1人1競技とし、競技団体の登録の有無は各競技によって異なります。

【申込期間】各競技によって異なりますので、詳細は各競技お問い合わせ先まで。

※実施競技の成績は、第38回全国健康福祉祭埼玉大会
（ねんりんピック彩の国さいたま2026）の選手選考の参考となります。
【開催日程】令和8年11月7日（土）～10日（火）

ねんりんピックはばたけ鳥取2024
青森県選手団

パークゴルフ　9/13（土）

参加資格：59歳以上
競技方法：①競技は、個人戦とする
②4コース・36ホール、ストロークプレー
大会規則：同スコアの場合、1位のみプレーオフとする。その他はカウントバック方式にて順位を決定する

申込期限：8月22日（金）

申込先：青森県パークゴルフ協会連合会
事務局長　石坂　一広
TEL　090-5590-4411

なぎなた　9/20（土）

参加資格：①シニアの部　59歳以上
②一般の部　30歳以上58歳以下
※級・段位制限なし、性別を問わない
競技方法：①試合競技（個人）と演技競技（組）を行う
②試合競技は指定された時間で行う
③演技競技は、指定された「しかけ」・「応じ」（2本目、4本目、7本目）を旗形式で行う

申込期限：8月22日（金）

申込先：青森県長寿社会振興センター
TEL　017-777-6311

剣道　9/20（土）

参加資格：59歳以上とする
競技方法：「交流試合」と「稽古会」を行う

申込期限：8月22日（金）

申込先：青森県長寿社会振興センター
TEL　017-777-6311

ラージボール卓球　9/20（土）

参加資格：年齢制限は以下の通り
競技方法：①団体戦
監督1人、
選手（男子）3～4人（女子）3～4人
※監督は、選手を兼任できる
②シングルス戦
男女別60歳以上、70歳以上、
80歳以上の部
③ダブルス戦
男女混合70歳以下、70歳以上の部

申込期限：8月22日（金）

申込先：青森県ラージボール卓球協会
事務局長　齋藤　幸子
TEL　017-738-2870

バウンドテニス　9/20（土）

参加資格：県内在住者
競技種目：①ゴールドシニアの部（70歳以上）
男子・女子ダブルス
②シニアの部（60歳以上）
男子・女子ダブルス
③フリーの部（年齢制限なし）
男子・女子ダブルス
※競技種目については、参加者数によって変更する場合がある

申込期限：8月22日（金）

申込先：青森県バウンドテニス協会
Email：bound_aomori@yahoo.co.jp

パークゴルフ

ラージボール卓球

テニス　9/21（日）

参加資格：59歳以上
競技方法：①試合は次の部門で行い、6ゲーム先取の変則リーグ戦により第3位まで決定する。
②男子ダブルス・ゴールド（69歳以上）
③男子ダブルス・シルバー（59歳以上）
④女子ダブルス（59歳以上）

申込期限：9月12日（金）

申込先：青森県テニス協会
事務局長　下山　正孝
TEL　070-5621-3272

ターゲット・バードゴルフ　9/21（日）

参加資格：年齢制限は以下の通り
競技方法：①グランドシニア男子・シニア男子
一般男子・シニア女子・一般女子の
5部門による個人戦とする
※年齢区分は、参加状況により決定する
②18ホールのストロークプレーとする

申込期限：8月22日（金）

申込先：青森県ターゲット・バードゴルフ協会
事務局長　菊池　美枝子
TEL　017-739-9618

弓道　9/21（日）

参加資格：59歳以上
競技方法：①競技は近的競技（射的28m、36cm霞的）とし、個人戦とする
②射数は、各自10射（2射5回）とし、的中数により順位を決定する

申込期限：8月22日（金）

申込先：青森県長寿社会振興センター
TEL　017-777-6311

ペタンク　9/21（日）

参加資格：59歳以上
競技方法：①対戦方法はトリプル（3人）とする
②チーム構成
監督1人、選手3人、合計4人以内
（女性1人以上、70歳以上1人以上［男女問わず］）
※監督は選手を兼任できる
③試合は、予選リーグ戦を行い各ブロック1位チーム及び2位チームによる決勝トーナメント戦。3位及び4位チームによる交流トーナメント戦を行う。
④すべての試合は、11点取先取りで勝者を決定する
⑤競技時間は40分＋1メーヌ方式とする

申込期限：8月22日（金）

申込先：青森県ペタンク協会
事務局長　菊池　昭男
TEL　080-1651-6151

ゲートボール　9/21（日）

参加資格：59歳以上
競技方法：チーム構成
監督1人、選手5～8人、合計9人以内。
（女性2人以上4人以内、男女問わず70歳以上1人以上）
※監督は選手を兼任できない

申込期限：9月1日（月）

申込先：青森県ゲートボール協会
会長　大宮　仁
TEL　090-8257-3841

バウンドテニス

なぎなた