

参加者大募集

応募〆切
令和6年12月6日(金)
必着

1人参加も
大歓迎!
都内在住
2025
(令和7年)
4月1日
時点
60歳
以上対象
※応募者多数の場合は
抽選となります。

参加費
1人1種目
1,000円

集まれシニア!笑顔広がる交流の輪
第4回

TOKYO 縁ジョイ!

東京都シニア・コミュニティ交流大会
2025 募集案内パンフレット

大会に参加しない方でも、
年代問わずどなたでも
当日体験できる!
eスポーツや
ねんりんピック種目など!



緑ジョイサポーター
香西 かおり
歌手



緑ジョイサポーター
吉原 由香里
囲碁棋士(六段)



緑ジョイサポーター
中川 大輔
将棋棋士(八段)



緑ジョイサポーター
井出 洋介
麻雀プロ



緑ジョイサポーター
大西兄妹
ダンサー

©SOCIAL
HEDGEHOG
CO.,LTD.

カラオケ

囲碁

将棋

健康
マーじゃん

ダンス
スポーツ

ワルツ・タンゴ・チャチャチャ・ルンバ

2025年
(令和7年)
1/25 土

小金井 宮地楽器ホール
10:30 ~ 17:00 終了予定

2/1 土

武蔵野の森総合スポーツプラザ
10:00 ~ 17:00 終了予定

2/8 土

武蔵野の森総合スポーツプラザ
10:00 ~ 17:30 終了予定

【お問合せ】
東京都シニア・コミュニティ
交流大会事務局
【電話】
03-6272-6099
(土日祝日・年末年始を除く 10:00~17:00)

他にも楽しいイベントが盛りだくさん!

TOKYO 縁ジョイ! 検索

<https://www.senior-enjoy.com/>

お申込みは
こちら▶



地域活動紹介ポータルサイト
<https://senior-enjoy.com/circle/>
お住いの地域で活動している
サークル(団体)をお探しの方はこちら!



主催 東京都 / 東京都シニア・コミュニティ交流大会運営実行委員会

協力 一般社団法人日本歌手協会/公益財団法人日本棋院/公益社団法人日本将棋連盟/健康マーじゃん実行委員会/東京都ダンススポーツ連盟 特別協賛 一般社団法人Mリーグ機構 協賛 理研ビタミン株式会社

2028年(令和10年)ねんりんピックの東京開催決定!

リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。



ミックス
紙
FSC® C023103

大会要項

「TOKYO^{エン}縁ジョイ! 2025 東京都シニア・コミュニティ交流大会」

大会目的

シニア世代の皆様に興味として親しまれている種目による交流大会を開催し、人と人のつながりを新たに生み出すとともに、身近なコミュニティへの参加のきっかけづくりを目指すことで、シニア世代の健康で心豊かな生活を応援していきます。

主催

東京都、東京都シニア・コミュニティ交流大会運営実行委員会

協力

一般社団法人日本歌手協会、公益財団法人日本棋院、公益社団法人日本将棋連盟、健康マージャン実行委員会、東京都ダンススポーツ連盟

特別協賛

一般社団法人Mリーグ機構

協賛

理研ビタミン株式会社

種目

カラオケ1月25日(土)、囲碁・将棋・健康マージャン2月1日(土)、ダンススポーツ2月8日(土)
※同じ日に開催されない種目であれば、複数種目の申込みも可。ただし、参加費は1種目1,000円

参加資格

都内に住民登録している2025(令和7)年4月1日時点で満60歳以上の方
ただし、ダンススポーツは、1組(ペア)のうち1名は都内に住民登録している方

参加費

1人1種目1,000円 ※ダンススポーツは1人1,000円とし、団体戦と個人戦の両方に出場可

大会の特徴

各競技では、初心者からベテランまでの誰もが競技を楽しみながら交流できるよう、経験や強さを考慮した組合せやグループなどの工夫を行います。
上位入賞のほかに特別賞を設定するなど、どなたにも入賞できるチャンスがあります。
本大会の上位入賞者(カラオケを除く)は、次年度の「ねんりんピック岐阜2025」東京都代表選手の選考対象となります(若干名)。※ねんりんピックについてはP14をご参照ください。

大会記念品

参加者全員に大会記念品を進呈します。

健康管理

ご自身による万全な健康管理のもとにご参加ください。(大会当日、主催者は傷害保険に加入します。)<傷害保険適用範囲>会場内での怪我(ただし、天災事故、疾病事故は除きます。)詳しくはP8をご確認ください。

昨年の参加者の感想

カラオケ

今回この「TOKYO縁ジョイ!」をきっかけに数年来会っていない友人と再会する良い「縁」がありました。人前で歌うのはすごく元気が出て発散できるのでみなさんにも是非おすすめです。

健康マージャン

去年参加できず、今年こそと思い参加しました。男性にはなかなか勝てませんでしたが、上達しているのがわかって楽しかったです。いろんな人とお話もできました。また是非次があれば参加したいです。

ダンススポーツ

本日は友人に誘われて「TOKYO縁ジョイ!」に参加しました。このイベントがきっかけで知らなかった方ともチームを組み「縁」を広げることができました。楽しいので是非みなさんも参加してみてください。

昨年のイベントの様子



大会参加までの流れ

①

参加お申込み

応募メ切:2024(令和6)年12月6日(金)必着

※応募者多数の場合は抽選となります。

カラオケ・囲碁・将棋・健康マージャン

WEBでお申込みの場合

右のQRより大会公式サイト
のフォームからお申込みください。



郵送でお申込みの場合

P9~P10の参加申込書にご記入の上、
申込書に記載の宛先までご郵送ください。

ダンススポーツ

WEBでお申込みの場合

右のQRより東京都ダンス
スポーツ連盟のフォーム
からお申込みください。



郵送でお申込みの場合

P11~P12の参加申込書にご記入の上、
申込書に記載の宛先までご郵送ください。

②

抽選結果

12月中旬~下旬に発送

郵送でお申込みの方へはハガキで、WEBでお申込みの方へはメールで抽選結果をお送りします。当選した方は「当選通知兼払込依頼案内」に従い、期日までに参加費のお支払いをお願いします。

③

参加費のお支払い

お支払い期限:2025(令和7)年1月6日(月)必着

※期限までに入金を確認できない場合はキャンセルとなり、大会に参加できません。

カラオケ・囲碁・将棋・健康マージャン

(1) クレジットカード決済の方

当選の方には、お申込みの際にご入力いただいたメールアドレス宛に、12月中旬~下旬に「当選通知兼払込依頼案内」をお送りします。

(2) コンビニでお支払いの方

当選の方には、お申込みの際にご入力いただいたご住所宛に、12月中旬~下旬に「当選通知兼払込依頼案内」をお送りします。

ダンススポーツ

(1) クレジットカード決済の方

お申込みの際にご入力いただいたメールアドレス宛に、申込確認後一ヶ月以内を目処にカード決済のご案内メールをお送りします。

(2) 銀行口座振込の方

下記口座に期日までにお振込みください。
三菱UFJ銀行 新宿通支店(店番050)
普通0482944 TOKYO縁ジョイ!事務局
(個人戦のみの参加の方はペアの代表者が、団体戦に参加の方はチームの代表者が、まとめてお支払いをお願いします)
※お振込み手数料はご負担ください。

④

大会参加のご案内送付

大会当日一週間前を目処に発送

大会当日の持ち物、競技ルール、当日のタイムスケジュール、会場へのアクセスなどを記載しております。必ずご確認ください。

※参加費支払後にキャンセルされる場合は、大会事務局までご連絡ください(参加費は返金いたしません)。

⑤

大会に参加

申込みした種目の日時・会場をご確認の上、ご参加ください。

カラオケ



1月25日
来場!!



緑ジョイサポーター
香西 かおりさん

日時

2025(令和7)年

1月25日(土) 10:30~17:00 終了予定

受付 9:45~15:00 開会式 10:30

会場

小金井 宮地楽器ホール 大ホール

東京都小金井市本町6-14-45

交通アクセス:JR中央線「武蔵小金井駅」南口下車徒歩1分

*エレベーター有 ※詳しくはP8をご参照ください

共催

小金井市

募集人数

約100名

参加資格

都内に住民登録している2025(令和7)年4月1日時点で満60歳以上の方

※出場はソロ(1名)とし、1回(1曲)のみとします。

競技内容

- 1コーラス(1番)を歌い、複数の審査員が歌唱力やステージ上でのパフォーマンスを総合的に評価します。

競技方法

- ①歌唱曲は参加申込書に記載の曲と同一曲とします。
- ②1コーラス(1番)を歌唱ください。
※1コーラスが極端に長い曲は、大会事務局の判断により歌唱の途中で打切場合があります。
※1コーラスが極端に短い曲であっても、歌唱は原則1コーラスのみとします。
- ③キー調整については、参加申込書により申告ください。

競技規則

- ①使用機種はDAM(LIVE DAM STADIUM STAGE)とします。
※歌詞をご覧になりながら歌唱いただけるよう、ステージには歌詞モニターを用意します。
- ②歌唱の順番は、主催者が決定します。

審査員

一般社団法人日本歌手協会所属の歌手等が審査を行います。

(カラオケの機械の採点機能は使用しません。)

表彰

審査員の審査で上位5名(最優秀賞、優秀賞)を表彰します。

※上記以外に特別賞も設定し表彰します。

.....どなたでも無料で参加できるイベントも開催!.....

※無料イベントのみ参加をご希望の方は、当日会場に直接お越しください。



歌い方講座



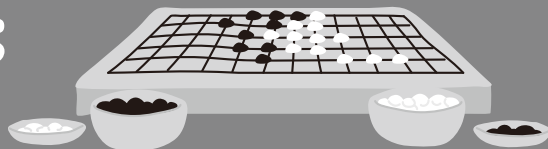
特別ゲスト歌唱



プレゼント抽選会

※写真は昨年の大会の様子です。

囲碁



2月1日
来場!!



緑ジョイサポーター
吉原 由香里さん

日時

2025(令和7)年

2月1日(土) 10:00~17:00 終了予定

受付 9:00~10:00 開会式 10:00

会場

武蔵野の森総合スポーツプラザ メインアリーナ

東京都調布市西町290-11

交通アクセス:京王線「飛田給駅*」下車徒歩5分 *エレベーター有

※詳しくはP8をご参照ください

募集人数

個人戦 約100名

参加資格

都内に住民登録している2025(令和7)年
4月1日時点で満60歳以上の方

競技内容

- 近い棋力同士を組み合わせる変則リーグ制で全員4回の対局を行います(スイス方式)。
- 希望者には抽選で棋士の指導碁を実施

競技方法

- ①互先・先番6目半コミ出しとなります。ただし相手の棋力が異なる場合1段級差1子のハンデ戦(置き石は最大5子まで)で行います。
- ②持ち時間は1人35分切負けとします。

競技規則

- ①ルールは日本囲碁規約に則ります。
- ②対局の組合せ及び審判・競技運営は、公益財団法人日本棋院が行います。
- ③同じ棋力、もしくは近い棋力同士を組み合わせます。
- ④対局において疑義が発生した場合は、審判員の判断を最優先とします。

ねんりんピック東京都代表選考について

- ①本大会では、お申込み時に「ねんりんピックに出場を希望する」として参加された方のうち、上位1名はねんりんピック岐阜2025の東京都代表として出場する権利を得ることができます。
- ②ねんりんピック岐阜2025の詳細については右のQRをご参照ください。

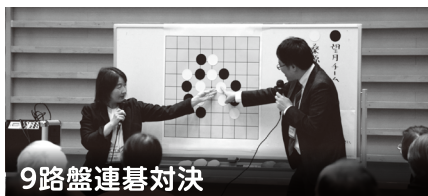


表彰

各ブロックの4戦全勝者を表彰します。
※上記以外に特別賞も設定し表彰します。

.....  **どなたでも無料で参加できるイベントも開催!** 

※無料イベントのみ参加をご希望の方は、当日会場に直接お越しください。



9路盤連碁対決



囲碁ゲームコーナー



自由対局コーナー

※写真は昨年の大会の様子です。

将棋

飛車

王将

2月1日
来場!!



縁ジョイサポーター
中川 大輔さん

日時

2025(令和7)年

2月1日(土) 10:00~17:00 終了予定

受付 9:00~10:00 開会式 10:00

会場

武蔵野の森総合スポーツプラザ
メインアリーナ

東京都調布市西町290-11

交通アクセス:京王線「飛田給駅*」下車徒歩5分 *エレベーター有
※詳しくはP8をご参照ください

募集人数

ねんりんピック選考枠 48名 一般枠 約80名

参加資格

都内に住民登録している2025(令和7)年
4月1日時点で満60歳以上の方

競技内容

- 変則リーグ制で全員4回の対局を行います(スイス方式)。
- 希望者には抽選で棋士の指導対局を実施

競技方法

- ① 総平手戦、先後は振り駒で決定
- ② 持ち時間は1人20分、切れたら1手30秒の秒読みとします。
ただし、進行状況によっては審判員の判断で変更する場合があります。

競技規則

- ① ルールは日本将棋連盟対局規定に則ります。
- ② 対局の組合せ及び審判・競技運営は、公益社団法人日本将棋連盟が行います。
- ③ 同じ棋力、もしくは近い棋力同士を組合せます。
- ④ 対局において疑義が発生した場合は、審判員の判断を最優先とします。

ねんりんピック東京都代表選考について

- ① 本大会では、ねんりんピック選考枠で参加された方のうち、上位3名はねんりんピック岐阜2025の東京都代表として出場する権利を得ることができません。
- ② ねんりんピック岐阜2025の詳細については右のQRをご参照ください。



表彰

各ブロックの4戦全勝者を表彰します。
※上記以外に特別賞も設定し表彰します。

香

どなたでも無料で参加できるイベントも開催!

※無料イベントのみ参加をご希望の方は、当日会場に直接お越しください。



大道詰将棋講座



将棋盤展示コーナー



自由対局コーナー

※写真は昨年の大会の様子です。

健康マーじゃん



2月1日
来場!!

日時

2025(令和7)年

2月1日(土) 10:00~17:00 終了予定

受付 9:00~10:00 開会式 10:00

会場

武蔵野の森総合スポーツプラザ メインアリーナ

東京都調布市西町290-11

交通アクセス:京王線「飛田給駅*」下車徒歩5分 *エレベーター有

※詳しくはP8をご参照ください

募集人数

個人戦 約300名

参加資格

都内に住民登録している2025(令和7)年

4月1日時点で満60歳以上の方

競技内容

- 個人戦4回戦(得点方式)
- 参加申込書により申告された経験等をもとに1ブロック72名程度に分け、全4回戦の総合ポイントでブロックごとに順位を競います。

競技方法

- 1 競技に使用するテーブルは、全自動麻雀卓とし、サイコロは使用しません。
- 2 1ゲーム(以下「対局」という。)は半荘東南まわしとし、半荘の制限時間は55分とします。
- 3 「場所決め」は、組合せ表による座位指定で行います。
- 4 すべての対局は、制限時間到達時の局で終了することとします。

※順位の決定にあたってポイントが同点の場合は、年齢の高い選手を上位とします。

本大会では、全自動麻雀卓のアモスJOYバッテリータイプ(大洋技研)を使用します。ペースメーカーを使用されている方は、事前にかかりつけの医師にご相談の上、お申込みください。

..... **どなたでも無料で参加できるイベントも開催!**

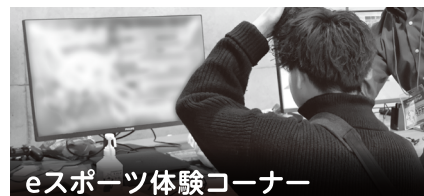
※無料イベントのみ参加をご希望の方は、当日会場に直接お越しください。



自由対局コーナー



自由対局コーナー



eスポーツ体験コーナー

※写真は昨年の大会の様子です。

緑ジョイサポーター

井出 洋介さん

競技規則

- 1 一般社団法人日本健康麻将協会が定める、健康マーじゃん公式競技規定に則ります。
- 2 試合の競技運営及び審判は、健康マーじゃん実行委員会が行います。

大会ルールについて

今回の大会ルールは一般社団法人日本健康麻将協会が推奨する「ウエルネスマーじゃんスマートルール」で行います。このルールは初心者の方でも点数計算が簡単で、経験者の皆さんにとってもなじみやすいものです。

翻 (呼び方)	1	2	3
子	1,000	2,000	4,000

翻 (呼び方)	マンガン	ハネマン	倍マン
	4	5	6
	7	8	9
	10		
子	8,000	12,000	16,000

翻 (呼び方)	3倍マン	役満
	11以上	
子	24,000	32,000

- 1 アリアリルール(クイツン後付けアリ)、一発・裏ドラ・カンドラ・カン裏アリのルールがベース
- 2 符計算無し(右記表参照(親は表の1.5倍))
- 3 アンカンは1つで+1翻ミンカンは2つで+1翻(ただしアガリ役ではない)
- 4 チートイツは2翻

※その他のルール詳細については当日配付のルール表をご覧ください。
※ルールについて事前にお知りになりたい場合のお問合せは一般社団法人日本健康麻将協会 (Mail:info@kenko-mahjong.com)まで

ねんりんピック東京都代表選考について

- 1 本大会では、成績上位数名は、ねんりんピック岐阜2025の東京都代表として出場する権利を得ることができます。
- 2 ねんりんピック岐阜2025の詳細については右のQRをご参照ください。



表彰

各ブロックの得点上位3名(優勝、準優勝、3位)を表彰します。
※上記以外に特別賞も設定し表彰します。

ダンススポーツ

ワルツ・タンゴ・チャチャチャ・ルンバ



2月8日
来場!!

日時

2025(令和7)年

2月8日(土) 10:00~17:30 終了予定

受付 9:00~9:40 開会式 10:00

会場

武蔵野の森総合スポーツプラザ メインアリーナ

東京都調布市西町290-11

交通アクセス:京王線「飛田給駅」下車徒歩5分 *エレベーター有

*詳しくはP8をご参照ください

募集人数

団体戦 約30チーム 個人戦 約200組

参加資格

2025(令和7)年4月1日時点で満60歳以上でリーダー、パートナーのうち1名は都内に住民登録している方
※団体戦と個人戦の両方に出場可

競技内容

- チーム構成:1チーム4組(1組1種目限定)
- 種目:4種目(ワルツ・タンゴ・チャチャチャ・ルンバ)総合戦

- 参加希望部門(スタンダード部門、ラテン部門の一方または両方に出場可)と上級・中級・初級の区分のいずれか1つを参加申込書により申告ください。
 - ・スタンダード部門(ワルツ・タンゴの2種目総合戦)を上級・中級・初級のクラスに分けます。
 - ・ラテン部門(チャチャチャ・ルンバの2種目総合戦)を上級・中級・初級のクラスに分けます。
 - ・上級=過去も含め両名ともダンススポーツ団体公認の上位級(例:A~B級)保有者相当
 - ・中級=過去も含め両名ともダンススポーツ団体公認の中位級(例:C~D級)保有者相当
 - ・初級=上級・中級者以外
- スタンダード部門、ラテン部門の各上級・中級・初級のクラスごとに競技を行います。

緑ジョイサポーター

大西兄妹

©SOCIAL HEDGEHOG CO.,LTD.

競技方法

団体戦

- ①予選はチェック法審査により、審判員の合計チェック数が多い順に既定組数が次のラウンドに進出します。
- ②決勝戦は8チームで行い、順位法審査により順位を決定します。同点で決勝戦進出チームが9チーム以上になる場合は、同点決定戦を行い、8チームに絞ります。

個人戦

- ①予選はチェック法審査により、審判員の合計チェック数が多い順に既定組数が次のラウンドに進出します。
- ②決勝戦は6組で行い、順位法審査により順位を決定します。同点で決勝戦進出組数が7組から9組になる場合は、そのまま決勝戦を行います。10組以上となる場合は、同点決定戦を行い、9組に絞ります。

競技規則

- ①大会開催時点での公益社団法人日本ダンススポーツ連盟競技規程を準用します。
- ②服装は、男女とも正装もしくは平服とします。
- ③使用フィガーは、自由とします。
- ④組合せ及び審判・競技運営は東京都ダンススポーツ連盟が行います。

ねんりんピック東京都代表選考について

- ①本大会では、上級で決勝に残った上位1組は、ねんりんピック岐阜2025の東京都代表として出場する権利を得ることができます。競技内容、競技方法、競技規則については本大会の上級個人戦に則り実施します。
- ②ねんりんピック岐阜2025への出場資格は、2025(令和7)年4月1日時点で満59歳以上で、リーダー、パートナーの両方が都内に住民登録されている方。
- ③ねんりんピック岐阜2025の詳細については右のQRをご参照ください。



表彰

団体戦 上位3チームを表彰します。

個人戦 1位×6部門(スタンダード部門・ラテン部門の各上級・中級・初級)を表彰します。

※上記以外に特別賞も設定し表彰します。

..... どなたでも無料で参加できるイベントも開催!

※無料イベントのみ参加をご希望の方は、当日会場に直接お越しください。



ダンス講習会



ダンスパーティー



プロダンサーデモ

※写真は昨年の大会の様子です。

大会ご参加にあたっての注意事項

健康管理について

- ①参加にあたっては、あらかじめ健康診断を受けるなど、ご自身による万全な健康管理のもとにご参加ください。
- ②主催者および大会事務局では、大会当日は応急処置以外の責任は負いません。
- ③主催者は大会当日傷害保険に加入します。ただし、天災事故や疾病による事故は対象外とします。
- ④大会当日は会場に救護に関する職員(看護師等)を配置します。
- ⑤大会当日は健康保険証およびかかりつけ医の診察券をご持参ください。

申込規約

- ①参加費の返金については、申込者都合によるキャンセルをはじめ、地震・風水害・雨天などによる中止など、いかなる場合においても対応いたしません。
- ②当日は、スタッフカメラによる撮影及び報道各社による取材が入る可能性があります。また、競技中に撮影した写真や動画等は、広報等(ポスター・チラシ・ホームページ・大会事後広報等)に使用される場合がございますので、予めご了承ください。
- ③応募者多数の場合は抽選となります。
- ④当選者には、12月中旬～下旬を目処に、「当選通知兼払込依頼案内」をお送りしますので、案内に記載の期日までに参加費のお支払いをお願いします。
- ⑤期日までに参加費の入金が確認できない場合はキャンセルとなり、大会に参加できません。

お問合せ窓口

当選通知兼払込依頼案内を紛失してしまった場合など、
お困りのときには大会事務局までご連絡ください

【問合せ先】東京都シニア・コミュニティ交流大会事務局
TEL:03-6272-6099
(土日祝日・年末年始を除く10:00～17:00)

個人情報の取扱いについて

個人情報保護管理者:

東京都シニア・コミュニティ交流大会運営実行委員会事務局長
本事業を実施するために参加者等から取得した個人情報は、ご案内等の連絡の実施、サービス提供及び交流大会の実施運営に必要な範囲で利用させていただきます。また、お預りした個人情報は利用目的の範囲内で業務委託先、大会主催者である東京都及び各種目の協力団体と共同利用することがございます。申込者の個人情報を申込者の同意なしに第三者に開示・提供することはありません。個人情報の開示、訂正、削除等についてご質問・ご相談のある方は、事務局までお問合せください。

WEBでの参加お申込みはこちらから!!



カラオケ・囲碁・
将棋・健康マーチン



ダンススポーツ

会場アクセス

武蔵野の森総合スポーツプラザメインアリーナ

東京都調布市西町290-11

交通アクセス:京王線「飛田給駅*」下車徒歩5分 *エレベーター有



小金井 宮地楽器ホール大ホール

東京都小金井市本町6-14-45

交通アクセス:JR中央線「武蔵小金井駅*」南口下車徒歩1分 *エレベーター有



カラオケ・健康マージャン用

2025 東京都シニア・コミュニティ交流大会参加申込書

WEB
エントリー
はこちら→



お申込みについて

- ①本大会へのご参加については、P8「大会ご参加にあたっての注意事項」をご一読いただき、同意の上お申込みください。
②下記の太枠内にご記入のうえ、切離して下に記載の宛先までお送りください。

フリガナ	性別	生年月日	大正・昭和
お名前	男・女・未回答	年	月 日
住所 〒	—		
東京都	区市町村		
電話番号	電話番号（携帯電話）		
緊急連絡先（ご本人以外）	電話番号		
お名前	ご本人との関係（ ）		
メールアドレス ※クレジットカード決済のかたは必須です	車いすの利用 <input type="checkbox"/> 有り <input type="checkbox"/> 無し		
参加費お支払い方法 <input type="checkbox"/> クレジットカード決済 <input type="checkbox"/> コンビニでお支払い [当選の方には、12月中旬～下旬に「当選通知兼払込依頼案内」をお送りします]	介護者の有無 <input type="checkbox"/> 有り <input type="checkbox"/> 無し		

- ▼ 参加希望種目の欄にチェック を入れた後、必要情報をご記入ください。
複数種目の選択も可能ですが、参加費は1種目あたり1人1,000円です。

<input type="checkbox"/> カラオケ	1月25日(土) 10:30～17:00終了予定
曲名	歌手名 (誰の曲か)
キー調整 (DAM カラオケ基準) ※キー調整不要の方は±0に○をつけてください。 (—) · ±0 · (+)	選曲番号 ※指定がある場合

<input type="checkbox"/> 健康マージャン	上位入賞者は、ねんりんピックの東京都代表として出場する権利を得ることができます	2月1日(土) 10:00～17:00終了予定
競技経験等について いずれかに○をつけてください。	1. 教室などで教わった後、経験が少なく、ペースもゆっくりだと思ふ。 2. 経験はあるが、ペースがゆっくりな人もマージャンを楽しめる。 3. 経験は長い方で、可能ならある程度できる人とマージャンがしたい。	

注1) 囲碁・将棋・健康マージャンは同日開催のため、ご参加はいずれか1種目のみです。

宛先

「東京都シニア・コミュニティ交流大会」事務局

〒102-0073 東京都千代田区九段北1-5-5 東建ニューハイツ九段204 ※直接のお持込みはお控えください。

「参加申込書」を三つ折りし定型(※)封筒に入れていただいた場合の切手代は**110円**です(2枚まで)。

※定型の大きさ:最大タテ23.5cm×ヨコ12cm×厚さ1cm

囲碁・将棋用

2025 東京都シニア・コミュニティ交流大会参加申込書

WEB
エントリー
はこちら→



お申込みについて

- ①本大会へのご参加については、P8「大会ご参加にあたっての注意事項」をご一読いただき、同意の上お申込みください。
- ②下記の太枠内にご記入のうえ、切離して下に記載の宛先までお送りください。

フリガナ	性別	生年月日	大正・昭和
お名前	男・女・未回答	年	月 日
住所 〒	—		
東京都	区市町村		
電話番号	電話番号（携帯電話）		
緊急連絡先（ご本人以外）	電話番号		
お名前	ご本人との関係（ ）		
メールアドレス ※クレジットカード決済のかたは必須です	車いすの利用 <input type="checkbox"/> 有り <input type="checkbox"/> 無し		
参加費お支払い方法 <input type="checkbox"/> クレジットカード決済 <input type="checkbox"/> コンビニでお支払い [当選の方には、12月中旬～下旬に「当選通知兼払込依頼案内」が届きます]	介護者の有無 <input type="checkbox"/> 有り <input type="checkbox"/> 無し		

▼参加希望種目の欄にチェック を入れた後、必要情報をご記入ください。

参加費は1種目あたり1人1,000円です。

いずれか1種目を選択してください。	<input type="checkbox"/> 囲碁	ご希望の方はチェックを入れてください。 <input type="checkbox"/> ねんりんピックに出場を希望	2月1日(土) 10:00～17:00 終了予定
	棋力	段 級	棋力のわからない方はおおよそのレベルをご記入ください(例:19路盤で終局がわかる等)
	<input type="checkbox"/> 将棋	いずれか一つにチェックを入れてください。 <input type="checkbox"/> ねんりんピック選考枠で参加する(定員48名) 抽選にはずれた場合、一般枠での申込みを 希望する <input type="checkbox"/> 希望しない <input type="checkbox"/>	2月1日(土) 10:00～17:00 終了予定
	<input type="checkbox"/>	一般枠で参加する(定員約80名)	棋力のわからない方はおおよそのレベルをご記入ください(例:駒の動かし方がわかる等)

注1) 囲碁・将棋・健康マージャンは同日開催のため、ご参加はいずれか1種目のみです。

注2) カラオケ・ダンススポーツへの参加は可能ですが、参加は1種目あたり1人1,000円となります。

注3) 囲碁・将棋でねんりんピック選考として参加を希望される方が定員を超えた場合は抽選となります。

宛先

「東京都シニア・コミュニティ交流大会」事務局

〒102-0073 東京都千代田区九段北1-5-5 東建ニューハイツ九段204 ※直接のお持込みはお控えください。

「参加申込書」を三つ折りし定型(※)封筒に入れていただいた場合の切手代は110円です(2枚まで)。

※定型の大きさ:最大タテ23.5cm×ヨコ12cm×厚さ1cm

宛先

「東京都ダンススポーツ連盟」事務局 〒161-0031 東京都新宿区西落合 1-28-14 榊原ビル 1F

「参加申込書」を三つ折りし定型(※)封筒に入れていただいた場合の切手代は110円です(2枚まで)。

※定型の大きさ:最大タテ23.5cm×ヨコ12cm×厚さ1cm

ダンススポーツ個人戦用

2025 東京都シニア・コミュニティ交流大会参加申込書

WEB
エントリー
はこちら→

お申込みについて

- ①本大会へのご参加については、P8「大会ご参加にあたっての注意事項」をご一読いただき、同意の上お申込みください。
- ②下記の太枠内にご記入のうえ、切離して上に記載の宛先までお送りください。

フリガナ	性別	生年月日	大正・昭和
お名前	男・女・未回答	年	月 日
住所 〒	区 市 町 村		
電話番号	電話番号(携帯電話)		
緊急連絡先(ご本人とペア以外)	電話番号		
お名前	ご本人との関係()		
メールアドレス ※クレジットカード決済のかたは必須です。	車いすの利用【有・無】 介護者の有無【有・無】		
参加費お支払い方法 (個人戦のみ出場の方は、ペアの代表者がまとめてお支払いください)			
<input type="checkbox"/> クレジットカード決済 [申込確認後一ヶ月程度で 支払通知(メール)が届きます]	<input type="checkbox"/> 指定口座へのお振込み ※振込先:大会パンフレットP2を参照 ※支払期日:2025年1月6日(月)必着	<input type="checkbox"/> 団体戦などで支払い済	

▼代表者の組み相手は、下記の太枠線内にご記入ください。

フリガナ	生年月日
お名前	大正・昭和 年 月 日
住所 〒	<input type="checkbox"/> 代表者と同じ(記入不要) 性別 男・女・未回答
区 市 町 村	
携帯電話(または自宅電話番号)	

出場区分(上級・中級・初級のいずれか1つ)を○で囲んでください

2月8日(土) 10:00~17:30終了予定

部門	出場区分	種目
スタンダード ★上級で決勝に残った1組は、ねりんピックの東京都代表選手に出場する権利を得ることができます	上 級 ★	ワルツ・タンゴ
	中 級	
	初 級	
ラテン ★上級で決勝に残った1組は、ねりんピックの東京都代表選手に出場する権利を得ることができます	上 級 ★	チャチャチャ・ルンバ
	中 級	
	初 級	
団体戦出場の有無を○で囲んでください		有 (団体戦チーム名) ・ 無

注1)スタンダード部門・ラテン部門の両方に出場することは可能です。

注2) 別日程のカラオケ・囲碁・将棋・健康マージャンへの参加も可能ですが、別途費用がかかります。

注3) 囲碁・将棋・健康マージャンは同日開催のため、ご参加はいずれか1種目のみです。

注4) 上級で決勝に残った上位1組は、ねりんピックの東京都代表として出場する権利を得ることができます。

宛先

「東京都ダンススポーツ連盟」事務局 〒161-0031 東京都新宿区西落合 1-28-14 榊原ビル 1F

「参加申込書」を三つ折りし定型(※)封筒に入れていただいた場合の切手代は110円です(2枚まで)。

※定型の大きさ:最大タテ23.5cm×ヨコ12cm×厚さ1cm

ダンススポーツ団体戦用

2025 東京都シニア・コミュニティ交流大会参加申込書

WEB
エントリー
はこちら→

お申込みについて

- ①本大会へのご参加については、P8「大会ご参加にあたっての注意事項」をご一読いただき、同意の上お申込みください。
- ②下記の太枠内にご記入のうえ、切離して上に記載の宛先までお送りください。

フリガナ お名前	性別 男・女・未回答	生年月日 年 月 日	大正・昭和
住所 〒 ー 東京都 区市町村			
電話番号	電話番号(携帯電話)		
緊急連絡先(ご本人とペア以外) お名前	電話番号 ご本人との関係()		
メールアドレス※クレジットカード決済のかたは必須です	車いすの利用 <input type="checkbox"/> 有り <input type="checkbox"/> 無し		
参加費お支払方法(チームの代表者がまとめてお支払いください) <input type="checkbox"/> クレジットカード決済 [申込確認後一ヶ月程度で 支払通知(メール)が届きます]	<input type="checkbox"/> 指定口座へのお振込み ※振込先:大会パンフレットP2を参照 ※支払期日:2025年1月6日(月)必着		介護者の有無 <input type="checkbox"/> 有り <input type="checkbox"/> 無し

▼代表者は、下記の太枠線内にご記入ください。(個人戦にもお申込みの方は、住所・電話番号は記入不要)

団体戦チーム名【		2月8日(土) 10:00~17:30終了予定				
区分	フリガナ お名前	性別	生年月日	住所	※「TEL」には携帯電話番号をご記入ください	
ペア①「ワルツ」	リーダー	男・女 未回答	大正 昭和 年 月 日	〒 ー	<input type="checkbox"/> 個人戦と同じ(記入不要) TEL:	
	パートナー	男・女 未回答	大正 昭和 年 月 日	〒 ー	<input type="checkbox"/> 個人戦と同じ(記入不要) TEL:	
ペア②「タンゴ」	リーダー	男・女 未回答	大正 昭和 年 月 日	〒 ー	<input type="checkbox"/> 個人戦と同じ(記入不要) TEL:	
	パートナー	男・女 未回答	大正 昭和 年 月 日	〒 ー	<input type="checkbox"/> 個人戦と同じ(記入不要) TEL:	
ペア③「チャチャチャ」	リーダー	男・女 未回答	大正 昭和 年 月 日	〒 ー	<input type="checkbox"/> 個人戦と同じ(記入不要) TEL:	
	パートナー	男・女 未回答	大正 昭和 年 月 日	〒 ー	<input type="checkbox"/> 個人戦と同じ(記入不要) TEL:	
ペア④「ルンバ」	リーダー	男・女 未回答	大正 昭和 年 月 日	〒 ー	<input type="checkbox"/> 個人戦と同じ(記入不要) TEL:	
	パートナー	男・女 未回答	大正 昭和 年 月 日	〒 ー	<input type="checkbox"/> 個人戦と同じ(記入不要) TEL:	

注1)個人戦に出場するペアは別途個人戦用の申込みが必要です。

注2)携帯電話を所有していない場合は、「TEL」の欄に自宅の電話番号を記入してください。

注3)チーム名に公序良俗に反する文言が含まれている場合、他者の著作権に抵触する文言が含まれている場合は、変更をお願いする場合があります。

無料

当日お楽しみコンテンツ

※無料イベントのみ参加をご希望の方は、当日会場に直接お越しください。

大会当日は、競技者として参加する方も、大会を応援に来た方、見学に来た方でも、どなたでも楽しんでいただけるコンテンツをご用意しております。年齢に関わらず、どなたも無料で楽しめますので、お一人でも、お友達やご家族と一緒にでも大歓迎です！ぜひお気軽にご参加ください。

eスポーツ体験コーナー

eスポーツとは？

eスポーツはパソコンなどの電子機器を使い、“脳のスポーツ”として対戦や競技ができるゲームです。

人生100年時代を応援！ eスポーツがシニア世代に人気の理由

- ・操作が簡単なので初めてでも安心
- ・ストレス解消になる
- ・脳の血流や活性化を促す
- ・認知機能の維持や向上に役立つ
- ・体力に自信がなくても楽しめる
- ・種類が豊富で自分に合ったゲームも多い
- ・慣れると上達を感じられて達成感がある



太鼓の達人™ ドンダフルフェスティバル & ©Bandai Namco Entertainment Inc.

eスポーツを通じて対戦したり協力しあうことで人とのコミュニケーションが充実したり、新たな知識や体験を広げ、生きがいの創出にもつながります。

ねんりんピック種目体験コーナー

ねんりんピックとは？

毎年、全国から60歳以上のシニアの方々が集まり、約30種類以上の様々なスポーツ・文化の種目で大会が開催されています。ゲートボールや俳句などおなじみの種目から、地元縁のある種目まで、幅広く実施されています。

シニアに人気！ ねんりんピック種目の一部をご紹介

【ペタンク】

フランス発祥のボールゲーム。決められた位置からボールを投げ、目標の位置に近いボールの数を競います。シンプルなルールと戦略性の高さが魅力のスポーツです。



ペタンク競技イメージ

ユニバーサルコミュニケーション(UC)技術体験コーナー

ユニバーサルコミュニケーション(UC)とは？

UC(ユニバーサルコミュニケーション)技術とは、国籍や障害の有無等に関わらずスムーズなコミュニケーションを支援する技術を指します。言語を「見える」化し、きこえる、きこえないに関わらず誰とでもつながることができます。

例:音声を瞬時に、文章で相手に伝える。手話を瞬時に、文章で相手に伝える。

「UC技術」の一部をご紹介 (体験できる機器は日程によって異なります)

透明インターフェイスRaelclear



SureTalk

インターネット接続を使用し、会話機能として社会に普及・促進を目指す、新しい「対話型AIコミュニケーションシステム」。



SiLa HP

SoftBank



SureTalk HP

【お問合せ先】
一般社団法人
手話言語等の多文化共生社会協議会 事務局
Mail: contact@sil.or.jp

この他にも、各種目ごとに誰でも参加でき、楽しめる様々なコンテンツをご用意しております！

2028年(令和10年)ねんりんピックの東京開催決定!



～高齢者が主役のスポーツ・文化の祭典～

ねんりんピック(全国健康福祉祭)

ねんりんピックは、
60歳以上のシニアを中心とした、
「健康と福祉の総合的な祭典」です

「ねんりんピック」の愛称で親しまれている「全国健康福祉祭」は60歳以上の方々を中心として、あらゆる世代の人たちが楽しみ、交流を深めることができる健康と福祉の総合的な祭典です。

ねんりんピックは、厚生労働省、開催地の地方自治体、一般財団法人長寿社会開発センターが主催しており、昭和63年(1988年)から、全国各地で開催されています。ねんりんピックでは、卓球やテニス、囲碁、俳句などのスポーツ文化種目の交流大会をはじめ、美術展・音楽文化祭・健康福祉機器展など様々なイベントを通じて、地域や世代を超えて交流の輪が広がっています。

37回目となる令和7年の大会は、10月18日(土)～21日(火)まで岐阜県で開催されます。



ねんりんピックに参加するには

・選手などとして参加

予選大会等で選出された選手が、都道府県・政令指定都市代表としてねんりんピックに参加できます。美術展などでは60歳以上の方の作品を募集しております。いずれもお住まいの都道府県・政令指定都市にお問合せください。

・イベントに参加

講演会や音楽文化祭などのイベントでは事前に入場者募集を行います。また事前予約なしでお楽しみいただけるイベントも多数開催されます。

令和6年度以降の開催予定地

第36回(令和6年度)
鳥取県

期間:令和6年10月19日
～10月22日

第37回(令和7年度)
岐阜県

期間:令和7年10月18日
～10月21日

第38回(令和8年度)
埼玉県

期間:令和8年11月7日～
11月10日

第39回(令和10年度)
東京都

期間:未定

過去の大会動画



ねんりんピック
愛顔のえひめ2023



ねんりんピック
かながわ2022

ABEMA®

最高の個人競技が、最高の団体競技になる。



2024-25 REGULAR SEASON

Mリーグ開幕!

プロ麻雀リーグ



毎週月・火・木・金 よる7時～放送中!

アベマにて全試合無料で完全生中継!!

スマートフォン・PC・TVでも

Mリーグ

