

和歌山ビッグ愛・ビッグホエール・ビッグウエーブ 10月催事案内

1(木) ビッグホエール 入場無料	ハンドボール ジュニア育成練習会 ■時間 17:00～21:00 ■主催 和歌山県ハンドボール協会 090-7491-7154(丸山)	2(金) ～6(火) ビッグ愛展示ホール 入場無料	ふれあい作品展 ■時間 2日13:00～17:00 3日～6日10:00～17:00 ■主催 (社福)和歌山県社会福祉協議会 073-435-5214
4(日) ビッグウエーブ 関係者のみ	審判講習会およびジュニア育成練習会 ■時間 9:00～17:00 ■主催 和歌山県空手道連盟 090-5365-7394(津本)	7(水) ビッグウエーブ 対象者限定	ナイスハート2026 ふれあいのスポーツ広場和歌山大会 ■時間 9:00～17:00 ■主催 (公財)国際障害者年記念ナイスハート基金 090-2018-9595(中)
7(水) ビッグ愛大ホール 入場無料	令和8年度ハローワーク 和歌山障がい者就職面接会 ■時間 13:30～15:30 ■主催 和歌山公共職業安定所 073-424-9773	10(土) ～11(日) ビッグホエール 入場無料	第78回わかやま商工まつり ■時間 10日 9:00～20:00 11日 11:00～17:00 ■主催 和歌山商工会議所 073-422-1111
10(土) ビッグウエーブ 対象者限定	2026 和歌山県フットサルリーグ ■時間 9:00～21:00 ■主催 (一社)和歌山県サッカー協会 073-472-2713	11(日) ビッグウエーブ 入場無料	小学生バドミントン大会 ランキング戦 ■時間 9:00～17:00 ■主催 和歌山県小学生バドミントン連盟 090-9864-0624(吉川)
12(月・祝) ビッグウエーブ 入場無料	第10回 わかバドオープン バドミントン大会 ■時間 9:00～21:00 ■主催 和歌山県レディースバドミントン連盟 090-9113-9140(早)	12(月・祝) ビッグ愛展示ホール 入場無料	おいでよ！こどもまつり ■時間 9:30～11:30 ■主催 LASHIK 073-498-8073
13(火) ビッグ愛展示ホール 事前申し込み	法の日週間記念行事 「無料法律相談」(和歌山会場) ■時間 13:30～16:30 ■主催 和歌山弁護士会・和歌山地方検察庁・和歌山地方事務局 073-422-4580	14(水) ビッグ愛展示ホール 入場無料	暮らしのなんでも相談所 ■時間 12:45～16:30 ■主催 総務省 和歌山行政監視行政相談センター 073-431-8221
18(日) ビッグホエール 入場無料	「トラックの日」 交通安全フェスティバル ■時間 9:45～15:30 ■主催 (公社)和歌山県トラック協会 073-422-6771	19(月) ビッグ愛 大ホール 展示ホール 入場無料	高校生のための合同企業説明会 ■時間 13:30～15:30 ■主催 和歌山県経営者協会 073-431-7376
24(土) ビッグホエール 入場無料	関西シャッフル2026(キャップ野球) ■時間 9:00～21:00 ■主催 日本キャップ野球協会 070-4203-3793(河内)	25(日) ビッグウエーブ 入場無料	形講習会 ■時間 9:00～17:00 ■主催 和歌山県空手道連盟 090-5365-7394(津本)
25(日) ビッグ愛展示ホール 入場無料	整えるココロとカラダ 第4弾！！ ■時間 9:30～17:00 ■主催 辻 須美代 090-3651-6442	27(火) ビッグ愛大ホール 事前申し込み	外国人と企業のための生活・雇用相談会 ■時間 13:00～16:00 ■主催 大阪出入国在留管理局・和歌山県 0570-064-259

※催事内容等については主催者に直接お問合せください。

施設
お問い合わせ先

■和歌山ビッグ愛
和歌山市手平2-1-2 TEL.073-435-5200

■和歌山ビッグホエール 武道・体育センター和歌山ビッグウエーブ
和歌山市手平2-1-1 TEL.073-433-0035

スッキリのびのび健康体操



10月9日
13:30~14:30 (金曜日)

簡単でやさしい体操を行います
膝や腰に負担をかけず運動不足を解消しましょう!

【場 所】和歌山ビッグ愛

6階スポシムルーム

【参加料】1,000円

【講 師】三宅 令子先生

【定 員】20名 (先着順)

【持ち物】ヨガマットもしくはバスタオル等 敷物、飲み物

※無料貸出ヨガマットあります



ノルディックウォーク講習会

10月13日(火) 10:00~11:00

認定資格を持つ講師が丁寧に指導します!

【場所】ビッグ愛北側芝生広場

【参加料】600円 【定員】15名

【講師】財団職員

*ポールの無料レンタル
ございます*

ノルディック
ウォークの効果



- ①下半身はもちろん、腕や背中筋の筋力強化にも効果的です!
- ②ポールを持って歩くことで安定感が増し姿勢が良くなる!
- ③無理なく歩幅が広がることで足腰の筋力や柔軟性がアップ!

月いちヨガ

大下気

10月25日 (日曜日)
10:00~11:00

場所 和歌山ビッグ愛6階スポシムルーム

参加料 1,200円

講師 井田真美先生

定員 25名(先着順)

持ち物 ヨガマット・飲み物
※無料貸出ヨガマットあります

平日は仕事や家事で時間を作るのは難しい...
月に一度のヨガで心も身体もリフレッシュしましょう

Let's have fun in English!

英語でチャレンジ

~Halloween Special~

英語が初めてでも楽しく参加できます!
ゲームや楽しいアクティビティを通して、
ハロウィン気分を味わいながら英語にチャレンジしよう!

令和8年
開催日 10月31日(土)

時間
① 13:30~14:20 対象: 年中・年長
② 14:30~15:20 対象: 小学1~3年生

会場 和歌山ビッグホール 軽運動場

参加費 1,100円 ... **定員** 各回先着10名

申込み開始 9/7(月) 13:00~

仮装での参加も大歓迎!
みんなで楽しくハロウィンを過ごそう!

お申込み・お問い合わせ
和歌山ビッグホール
☎ 073-433-0035

QRコード

主催 公益財団法人 和歌山県スポーツ振興財団 事業振興課