

令和5年度第2回朝霞市スポーツ推進委員会議

日 時 令和 5年9月14日 (木)
午後7時

場 所 朝霞市立総合体育館 会議室

1 開 会

2 あいさつ

3 議 題 (1) 第68回朝霞市民総合体育大会市民体育祭について
ア 当日の流れについて
イ 競技説明書について
(2) その他

4 閉 会

朝霞市スポーツ推進委員名簿

(任期：令和5年7月1日から令和7年6月30日まで)

氏名	備考
馬場 典成	少年サッカー
塩味 光夫	卓球
椎橋 成美	スポーツ少年団
茂木 善行	卓球
野島 安広	ソフトテニス
佐々木 雄悦	ジョギング
篠崎 大輔	野球
土屋 秀雄	バスケットボール
荒川 教子	エクササイズ
藤田 志穂	なぎなた
谷津 諭	陸上競技
大越 永人	野球連盟
星 紀宏	陸上競技
吉井 美佐子	陸上競技
大橋 和美	テニス
坂本 邦春	バスケットボール
伊藤 秀晃	野球
中西 一裕	少年サッカー
貝塚 裕	少年サッカー
井上 瞭	少年サッカー
山本 昌利	空手道
木村 直登	卓球
浅見 優斗	バドミントン
山口 英雄	バドミントン
渡辺 孝	水泳

スポーツ推進委員の集合時間等について

- 1 集合日時 **令和 5年10月8日(日)**
 午前6時30分
 ※他競技役員は7時

- 2 集合場所 朝霞中央公園陸上競技場内 本部テント前
 ※市民体育祭会場案内図参照

- 3 天候不良による可否の確認
 午前6時以降に次の場所へ電話で確認してください。
 TEL 070-5558-3886 (当日のみ)
 TEL 070-5550-1269 (当日のみ)
 ※スポーツ推進委員は実施の可否に関わらずお集まりください。

- 4 駐 車 場 朝霞市立総合体育館第2駐車場
 ※お車で来られる場合、駐車可能台数が少ないため、乗り合わせで
 のご来場にご協力ください。
 ※中央公園の駐車場には駐車しないでください。

- 5 駐 輪 場 野球場前、総合体育館

市民体育祭の流れ

開催日 令和5年10月8日(日)

時間	内容
6:30	スポーツ推進委員集合
7:00 ↓	①役員受付開始 ※陸上競技場内、本部テント前 ②主任への用具等の引渡し
7:15	役員打合せ ※IDカード・記念品券・食券等の配布
↓	
8:00	開会式
↓	
8:30	競技開始(自由種目 100m競走・50m競走)
↓	
11:00	団体行進のため石畳に集合
↓	
11:30 ↓	団体行進及び市民体育賞表彰 ※昼休みは特に設けていませんので、係ごとに交代して昼食を取ってください。
12:30	午後 競技開始(自由種目 障害物競走)
↓	
14:20	閉会式
↓	
15:00 ↓	片付け開始 後片付け終了後解散(テント等の撤去は業者に委託)
時間	内容

～スポーツ推進委員やることリスト～

- 2階観覧席の雑巾がけ(市民吹奏楽団が開会式で使用します。)
- 役員受付設営(フィールド内に展示パネル1セット、拡大用紙、テーブルを設置する。)
- 「市民体育祭」横断幕を設置する。(2階観覧席、掲揚塔裏)
- 係ごとの用具を持ち出し、用具の確認をする。
- 国旗、市旗、スポーツ協会旗の準備(※ホームストレッチから見て左から市旗、国旗、スポーツ協会旗)

市民体育祭 種目毎の係の役割早見表

	決勝審判	監察員	選手	出発	選手誘導	種目説明	表彰・賞品	用具
開会式	×	×	×	×	×	×	×	×
100m	○	○	○	○	○	×	○	×
50m	○	○	○	○	○	×	○	×
大玉リレー	○	○	○	○	○	○	○	○
みんなでかけっこ	×	×	○	○	○	×	○	×
玉入れ	○	○	○	○	○	○	○	○
パンつかみ取り競走	×	×	○	○	○	×	○	○
エキシビジョン	○	×	×	×	○	×	○	○
チームジャンピング	○	○	○	○	○	○	○	×
団体紹介	—	—	—	—	—	—	—	—
市民体育賞表彰	×	×	×	×	×	×	○	×
障害物競走	×	○	○	○	○	×	○	○
綱引き	○	○	○	○	○	○	○	○
親子動物競走	×	○	○	○	○	×	○	○
年代別リレー	○	○	○	○	○	○	○	○
スポーツ〇×クイズ	—	—	—	—	—	—	—	—
閉会式	×	×	×	×	×	×	×	×

スポーツ係主導

推進委員・スポーツ係対応

推進委員・スポーツ係対応

第68回市民体育祭 スポーツ推進委員競技役員一覧

No.	氏 名	R4年度		R5年度	
	篠崎大輔	決勝審判員	主任	決勝審判員	主任
	谷津諭	決勝審判員	副主任	決勝審判員	副主任
	木村直登				
	野島安広	監察員	主任	監察員	主任
	吉井美佐子	監察員	副主任	監察員	副主任
	渡邊孝				
	塩味光夫	選手係	主任	選手係	主任
	大越永人	選手係	副主任	選手係	副主任
	馬場典成	出発係	主任	出発係	主任
	貝塚裕				
	坂本邦春	用具係	副主任	用具係	副主任
	土屋秀雄	選手誘導係	副主任	選手誘導係	主任
	星紀宏	決勝審判員	副主任	決勝審判員	副主任
	伊藤秀晃	選手誘導係	副主任	選手誘導係	副主任
	茂木善行	出発係	副主任	出発係	主任
	山口英雄				
	椎橋成美	選手誘導係	主任	選手誘導係	主任
	荒川教子	表彰・賞品係	副主任	表彰・賞品係	副主任
	佐々木雄悦	用具係	主任	用具係	主任
	浅見優斗				
	山本昌利				
	藤田志穂	種目説明係	副主任	欠席	
	大橋和美	欠席		欠席	
	中西一裕			欠席	
	井上瞭			欠席	



MUSASHINO FRONT ASAKA

第68回 朝霞市民総合体育大会 市民体育祭競技説明書

役員用



開催日：令和5年10月8日(日)
※雨天中止
会場：朝霞中央公園陸上競技場



朝霞市ぼぼたん



朝霞市ぼぼたん



発行 朝霞市民総合体育大会実行委員会
事務局 朝霞市教育委員会 生涯学習部
生涯学習・スポーツ課



目 次

競技説明書について	1
朝霞市民総合体育大会市民体育祭実施要領	2
市民体育祭プログラム	4
選手・競技役員の動き	5
競技役員名簿	6
競技説明	
1 開 会 式	9
2 自 由 100m競走	10
3 自 由 50m競走	10
4 地区対抗 大玉リレー (レク種目)	12
5 自 由 みんなでかけっこ	14
6 地区対抗/オープン 玉入れ (レク種目)	16
7 自 由 パンつかみ取り競走	18
8-1 エキシション 実業団男子3000m	20
8-2 エキシション 実業団女子1500m	21
9 地区対抗/オープン チームジャンピング (レク種目)	22
10 団体紹介・市民体育賞表彰	24
11 自 由 障害物競走	28
12 地区対抗 綱引き	30
13 自 由 親子動物競走	32
14 地区対抗 年代別リレー	34
15 自 由 スポーツ○×クイズ	36
16 閉 会 式	37

競技説明書について

市民体育祭の参加、また、競技運営にご協力いただきありがとうございます。

この競技説明書は、市民体育祭で行う全ての競技について説明しています。

内容については、各専門委員会の決定事項に基づき作成しており、種目ごとに参加対象、競技方法、競技上の注意点、参考図等を記載してあります。

また、注意点には波線、前回大会からの変更点には下線が引いてあります。

読みやすさ、使いやすさに配慮しながら作成しておりますが、不明な点がありましたらお問い合わせください。

地区実行委員の皆様におかれましては、この競技説明書に基づき、説明していただければ幸いです。

なお、参加者の肖像権及び著作権は事務局に帰属するものとします。撮影された写真は、事務局において市民体育祭のPRに使用させていただきます。

問い合わせ先

朝霞市民総合体育大会実行委員会事務局

朝霞市教育委員会

生涯学習部 生涯学習・スポーツ課

朝霞市役所4階 40番窓口

電話463-1111 内線2462

463-2403 直通

朝霞市民総合体育大会市民体育祭実施要領

(基本方針)

第1条 朝霞市民総合体育大会市民体育祭（以下「市民体育祭」という。）は、毎年スポーツの日の前日に開催する。

第2条 市民体育祭は、朝霞市民総合体育大会実行委員会（以下「実行委員会」という。）が開催に当たる。

(実施種目)

第3条 市民体育祭は地区対抗種目（得点種目）と自由種目（非得点種目）とする。

(表彰)

第4条 市民体育祭の表彰は次のとおりとする。

(1) 総合成績表彰

(2) レクリエーション種目成績表彰

第5条 総合成績1位から6位の地区に表彰状及びカップを授与することができる。

2 総合成績7位から10位の地区は努力賞、11位以降は敢闘賞を授与することができる。

3 レクリエーション種目成績1位から6位の地区に表彰状及びトロフィーを授与することができる。

(採点及び順位決定の方法)

第6条 総合成績の決定方法は、地区対抗種目の得点の総計により決定する。

2 レクリエーション種目成績の決定方法は、地区対抗種目のうち、レクリエーション要素の高い種目の得点の総計により決定する。

第7条 地区対抗種目の得点は、1位を8点、2位7点、3位6点、4位5点、5位4点、6位3点、7位2点、8位1点とする。ただし、綱引きの得点は、勝ち地区を10点、負け地区を5点とする。

2 地区対抗種目で同位の地区がある場合は、当該順位の得点をそれぞれに与える。

3 前項の場合において、一順位下位にあたる地区の順位は、同位の地区数分の順位を繰り下げることとする。

第8条 総合成績の総計において同点の地区がある場合は、1位の数の多い地区を上位とする。同位の場合は、リレー種目の1位の数の多い地区を上位とする。更に、同位の場合は、レクリエーション種目の1位の数の多い地区を上位とする。

2 レクリエーション種目成績の総計において同点の地区がある場合は、レクリエーション種目の1位の数の多い地区を上位とする。更に同位の場合は、リレー種目の1位の数の多い地区を上位とする。

(出場条件)

第9条 地区対抗種目の出場は1人3種目以内とする。ただし、年代別リレー及び小学生男女混合リレーは含まない。また、同一種目に重複して出場することはできない。

第10条 地区対抗種目の出場は地区ごとに申し込まなければならない。

第11条 自由種目の申込みは市民体育祭当日に行う。ただし、運営の都合上参加人数を制限する場合がある。

第12条 出場者の年齢基準は10月1日現在とする。

第13条 出場者は市内在住又は在勤者に限る。ただし、地区対抗種目は在住者のみとする。

(その他)

第14条 各地区の応援席は年度ごとに地区代表の抽選により決定する。

第15条 市民体育祭当日は市民体育賞授賞式を行う。

第16条 この要領に定めないことについては、実行委員会が別に定める。

附 則

この要領は、平成 6年5月1日より施行する。

平成 7年7月1日一部改正

平成10年7月1日一部改正

平成11年7月1日一部改正

平成12年6月1日一部改正

平成18年6月1日一部改正

平成22年6月1日一部改正

平成24年4月1日一部改正

平成31年4月1日一部改正

令和2年4月1日一部改正

市民体育祭プログラム

No.	競技区分	種目	参加対象	開始時間	招集時間
1	開会式		参加者全員	8:00	7:55
2	自由参加	100m競走	小学5年生以上	8:30	8:15
3	自由参加	50m競走	小学1～4年生・30歳以上	8:30	8:15
4	地区対抗	大玉リレー (レク種目)	小学生以上/男女各4人 計8人	9:00	8:40
5	自由参加	みんなでかけっこ	未就学児(一人で走れる子)	9:30	9:15
6	地区対抗/オープン	玉入れ (レク種目)	年齢、性別の制限なし /計15人以上30人以内	9:50	9:30
7	自由参加	パンつかみ取り競走	小学生以上	10:20	10:05
8	エキシビジョン	男子3000m	市内実業団等	10:40	10:25
		女子1500m			
9	地区対抗/オープン	チームジャンピング (レク種目)	年齢/性別の制限なし /縄回し2人、ジャンパー10人	11:00	10:40
10	団体紹介・市民体育賞表彰			11:30	11:00
11	自由参加	障害物競走	小学生以上	12:30	12:15
12	地区対抗/オープン	綱引き	年齢の制限なし /男女各8人 計16人	13:00	12:40
13	自由参加	親子動物競走	小学生3年生以下と その親又は保護者	13:30	13:15
14	地区対抗	年代別リレー	小学生以下・19歳以下・20歳以上・ 30歳以上・40歳以上 /各男女各1人 計10人	13:50	13:30
15	自由参加	スポーツ○×クイズ	どなたでも	14:10	—
16	閉会式		参加者全員	14:20	14:15

<注意>

- 1 競技参加者は、運動靴を履いてください。スパイクシューズは使用できません。
- 2 地区対抗の選手は、地区名の入ったゼッケン、または地区名の分かるものを身に付けてください。
- 3 招集時間を守りましょう。
- 4 参加対象要件を守りましょう。

選手・競技役員の動き ※一部の競技で、これと異なる場合があります！

選 手		競 技 役 員		
		係 名	役 割	
競技開始 15 分前までに選手招集所に行き、選手係の確認を受ける。		選 手 係	選手を招集し、人数等確認する。確認終了後、選手を競技説明所に誘導する。	
競技説明所へ移動する。				
競技説明所で競技方法及びルールの説明を受ける。		種目説明係	選手に競技方法及びルールの説明をする。	
スタート（競技場所及び待機場所）へ移動する。		出 発 係	選手をスタート（競技場所及び待機場所）へ誘導する。	
待機場所で待機する。 待機場所から、スタート（競技場所）へ移動する。		選手誘導係	選手を待機場所からスタート（競技場所）へ誘導する。	
※リレーゾーン説明を受ける。		ゾーン説明係	選手にリレーゾーンの説明をする。	
スタート		スターター	ピストル又は笛でスタートの合図をする。	
競技中		監 察 員	ルールが守られているかを監視する。	
ゴール		決勝審判員	ゴールで選手の順位の判定をする。	
等賞旗の前に並ぶ。		選手誘導係	ゴールし順位が決定した選手を等賞旗の前に誘導し並ばせる。	
		競技記録員	等賞旗の前に並んだ選手の地区を確認、記録用紙に記録し、記録集計係に引き渡す。	
1～3位	表彰所へ移動する。	選手誘導係	1～3位	選手を表彰所へ誘導する。
4位以降	参加賞引渡所へ移動する。		4位以降	選手を参加賞引渡所へ誘導する。
1～3位	表彰を受ける。	表彰・賞品係	1～3位	表彰及び賞品（メダル）の授与を行う。
4位以降	参加賞を受け取る。		4位以降	参加賞引渡所へ誘導されてきた選手に、参加賞を渡す。
退場門から退場する。		選手誘導係	表彰の終わった選手を退場門へ誘導する。	
		記録集計・速報表示係	記録用紙から得点を算出し集計する。速報表示板に得点を記入する。記入後、得点表を得点掲示係に渡す。	
		得点掲示係	得点表に基づき、得点板に得点を掲示する。	

委 嘱 状

◎主任 ○副主任 ☆所属団体責任者

敬称略

役職名	所属団体	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名
総務	スポーツ協会	◎蕪木 利秋	○水久保幸之助	藤山 典	遠藤 佳子	
※ゴシック体・太字の方は8時50分までにもう一方の係に就いてください。						
上訴審判員	体育協会	◎蕪木 利秋	○水久保幸之助			
	陸上	高橋悦次郎				
審判長	陸上	渋谷 昇				
副審判長	陸上	石井 重信				
スターター	陸上	◎安田 秀隆	○鶴田 浩一	石嶋 史弥		
決勝審判員 33人 R4 34人 H30 30人 H29 28人 H28 34人	スポ推	◎藤崎 大輔	○谷津 諭	○木村 直登		
	陸上	○野島 武夫	大山 和茂	木幡 憲	田中 和夫	
	ソフトテニス	☆野島 加代子	天満 敦江	吉成 直子	安岡 今日子	村山 やよい
		後藤 若湖	新田 千春	喜屋武由美子		
	空手道	☆野中 良一	鈴木 学	高野 兼一	土佐 唱	土切 英之
		吉玉 真太	胡井 上 修	中平 康太		
	バスケット	☆小林 理生	中村 葉子	小林 千花	楠橋 沙登美	大野 五月
		谷上 秀一	伊藤 伸幸	羽場 英一	藤野 貴広	
	JAC	田中 和夫	山本 雅裕			
	サンズ	岡部 利枝	佐藤 豊子			
監 察 員 24人 R4 25人 H30 25人 H29 24人 H28 26人	スポ推	◎野島 安広	○吉井 美佐子			
	陸上	○阿部 貴志	池田 謙一			
	水泳	☆筒内 みゆき	平澤 佑一郎	赤羽 俊一	澤田 明美	太宰 敦
		代田 晃一	吉岡 満雄	鈴木 忠徳		
	バドミントン	☆成田 哲男	楠本 恒輝	幸崎 勉	玉掛 英幸	岡田 邦彦
		久保 理香	佐藤 由美子			
ソフトボール	☆山田 哲朗	小川 明光	江川 厚史	遠藤 敏昭	秋庭 文広	
	木村 肇	高野 智恵子	小林 安也子			
選手係 21人 R4 22人 H30 28人 H29 28人 H28 28人	スポ推	◎塩味 光夫	○大越 永人			
	野球	☆金子 智之	浅野 正晴	島田 恒一	比留間 寿昭	大野 大介
	琉球古武術	☆大畑 俊昭	柴沼 勇太	並木 和枝		
		☆島海 真	富井 裕	工藤 理穂	勝沼 悠	石崎 順二
	鶴崎 浩太郎	中野 威	上原 健			
弓道	☆馬場 礼子	若月 泰平	北岡 秀樹	北岡 三奈子	阿部 泰子	
ゾーン説明係	陸上	◎山本 雅裕	○藤田 まり子	高麗 大輔	井島 守	大久保 誠吾
出 発 係 54人 R4 57人 H30 50人 H29 55人 H28 55人	スポ推	◎馬場 典成	○貝 塚 裕	○坂本 邦春		
	合気道	☆箕輪 良子	大貫 勇	野口 浩司	稲葉 道則	松本 尊義
		門脇 たづみ	坂田 光彦	石黒 昌広	古結 晋之	
	柔道	☆池見 寿幸	橋本 幹夫	長谷 一生	羽成 伸夫	羽成 珠美
		渡川 洋一郎	谷藤 和仁	山口 真	吉井 奈美	
	バレーボール	☆森岡 敦巳	河合 粟月	石井 有香	白岩 里菜	大塚 公典
		田中 優子	伊藤 瑞恵	夏目 和美	朝比 理乃	
	歩こう会	☆前川 好正	阿久津 高伸	阿久津 かつり	今城 典雄	今城 光江
		内田 幸子	島 龍一	松下 昌代		
	アズマ	丸山 勝美	鳥居 佳子	石川 順子		
	三原	松居 望	佐藤 和典	高橋 萌	長田 富美	
	少林寺	☆陣野 文彦	三尾 和央	宮水 英行		
	朝市・五ツッコー	加藤 元	藍 春恵	佐藤 恵	柴田 みゆき	
	レップドラゴン	小口 友美	川本 友花	高橋 恭也	高久 容子	

(裏面につづく)

委 嘱 状

◎主任 ○副主任 ☆所属団体責任者

敬称略

役職名	所属団体	氏名	氏名	氏名	氏名	氏名
選手誘導係 36人 R4 37人 H30 37人 H29 38人 H28 37人	スポーツ推	◎上屋 秀雄	○星 紀宏	○伊藤 秀晃		
	卓球	☆金原 亨	宮本 公仁	宮本 亮仁	副 昭義	口木 良秋
		後藤 信幸	前田 智哉	高橋 寿人		
	ミニテニス	☆辻 賢了	久保 平子	古寺 恵美子	茂木みどり	島田 恵美子
		折田 健吉	熊谷 浩	兼本 尚昌		
	テニス	☆青山 健二	藤本 美乃	坂本 有希子	荻野 照夫	河野 弘幸
		森下 貴之	松永 佳大	田中 政行	村上 晃一	
柔サッカー	森田 令子	鷺木 小無	新井 啓司			
レツアサカ	吉原 美ほろ	田上 亜弥子	鈴木 文枝	新宮 正美		
朝霞いずみ	賢藤 奈美	浅井 尊子	高田 愛子	北代 静香		
種目説明係	スポーツ推	◎茂木 善行	山口 英雄			
招集種目告知係	教委	◎玉利 拓也	○高橋 萌恵子	野 恵利花		
	スキー	☆新井 フジ子	藤 剛 聡	佐藤 哲浩	増田 和則	澤村 優子
競技記録員	教委					
表彰・賞品係 15人 H30 15人 H29 13人 H28 14人	スポーツ推	◎椎 隆 成美	○丸川 教子			
	なぎなた	☆佐々木 恵子	前田 道子	岡田 陽子	相川 布美子	櫻井 和子
	ユニオンズ	岩 鼻 絢子	阿部 佐智子			
	フレンドリース	宮川 美穂	佐々木 恵美	鈴木 千佳江	喜多 舞梨菜	
	フイスターズ	野呂 瀬由美	熊澤 美智子			
JVC	原田 亜紀子	小幡 なつみ				
用具係 42人 R4 40人 H30 41人 H29 43人 H28 43人	スポーツ推	◎佐々木 雄悦	○浅見 優斗	○山本 昌利		
	剣道	☆森上 和夫	國松 朋秀	赤塚 浩二	石川 剛	上村 紳一郎
		馬場 和樹	渡邊 幹夫	松山 康久		
	相撲	☆安部 達	佐藤 真	佐々木 勇人	土谷 奈緒英	芳賀 博行
		一 森 崇	土師 隆志	大野 司	本橋 健一郎	
	エアロビック	☆鈴木 智子				
	ベタンク	☆高垣 公子	保坂 文江	藤岡 義江	岸本 瑞枝	浅見 知恵子
	岡 芳生	田中 千代子	大石 雄司			
ジョギング	☆早川 佳男	早川 敬子	橘口 里美	藤田 義芳	遠藤 晶	
	吉楽 和幸	松尾 幸雄	松宮 寛芳	雨宮 豊		
交通統制係 (駐車場)	教委					
自転車整理係 8人	グラウンド ゴルフ	◎橋本 幸男	○青木 幸子	西山 博	成澤 良子	櫻井 宏昌
		青江 桂子	山野井 佳徳	川越 静子		
	兼しり要員会の会	○立川 正輝				
接待係 3人	スポーツ協会	◎鈴木 静江	渡邊 佳子			
		兼しり要員会の会	○稲垣 栄子	井上 敬子		
医務員		長谷 利子				
記録集計・速報表示 得点表示係	教委					
大会記録係	教委					
通告員	教委					
音響係	教委					
連絡調整係	教委					
事務局	教委	神頭 勇	堀川 政昭	村山 雅一	渡邊 雄	相澤 辰実
		伴仲 邦彦	鈴木 裕章	鈴木 智恵	津田 睦子	小澤 恵美子
		堀岡 宏子				

第68回朝霞市民総合体育大会市民体育祭競技役員に委嘱します
令和 5年9月27日

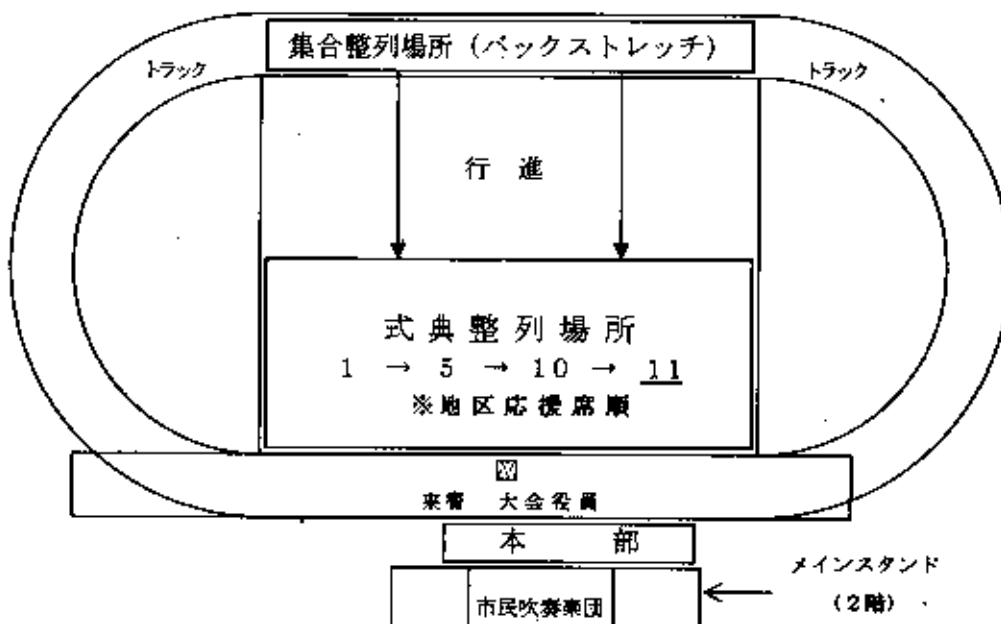
朝霞市民総合体育大会実行委員会
会 長 石 原 茂

競 技 說 明

1 開 会 式

開始時間 8:00

- 7:30 選手宣誓のリハーサルを本部前に集合して行う。
- 7:40 参加者は、集合整列場所の地区ブラカードを持った係員の後方に整列する。
- 8:00
- 1 市民吹奏楽団による演奏開始
 - 2 参加者及びブラカード係員（監察員）は、足踏みをする。
 - 3 参加者及びブラカード係員（監察員）は、通告員の「全体進め」の合図により、行進を開始する。
 - 4 参加者及びブラカード係員（監察員）は、所定の場所に到着後、その場で足踏みをする。
 - 5 参加者及びブラカード係員（監察員）は、通告員の「全体止まれ」の合図により、足踏みを止める。
 - 6 式典開始
 - 7 式典終了
 - 8 参加者は地区応援席に戻る。
- 8:30 自由種目「100m・50m競走」開始



2・3 自由 100m・50m競走

開始時間 9:00
招集時間 8:45

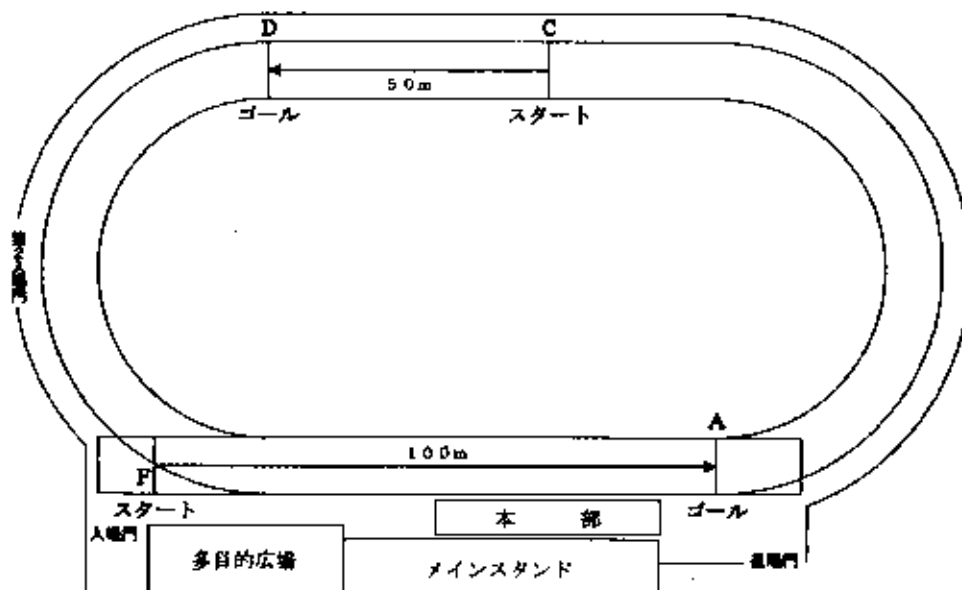
- I 参加対象
 100m: 小学5年生以上
 50m: 小学1年生～4年生・30歳以上

- II 競技方法
 1 競技場所
 100m: ホームストレッチ
 50m: バックストレッチ
 2 極力、学年別・男女別に行う。
 スタートは、大人からスタートさせる

- III 使用用具
 1 ゴールテープ: 各2本

IV 役員の動き・注意点

競 技 前	
選手係	・選手を招集し、学年別・男女別に参加者を並べる。 ・おおむねの人数を確認する。 ・確認終了後、出発係にひきつぐ。 ※100・50m共、スタートは大人からとする。
出発係	・100mは入場門から(F)スタートライン後方まで参加者を整列させる。 ・50mは退場門から(C)スタートライン後方まで誘導する。
選手誘導係	・上記出発係の参加者整列を手伝う。
競 技 中	
監察員	・競技開始準備ができたなら紅白旗でスターターにレース可の合図を送る。
出発係	・選手をスタートラインまで誘導する。(選手誘導と連携・調整)
選手誘導係	・上記出発係と連携・調整を行う。
スターター	・監察の白旗を確認しピストルでスタートの合図をする。
決勝審判員	・ゴールテープ持ちをする。(順位の決定は行わない)
選手誘導係	・決勝審判員から選手をひきつぎ、50m走は第2入場門へ100m走は退場門へ誘導する。
監察員	・前走者レース終了後、紅白旗でスターターに次レース可の合図を送る。
競 技 後	
表彰・賞品係	・参加賞引渡所へ誘導されてきた選手に、参加賞を渡す。



開始時間 9:00

4 地区対抗 大玉リレー (レク種目)

招集時間 8:40

I 参加対象

小学生以上 男・女 各4人 合計 8人 (男女の組み合わせは自由)

II 競技方法

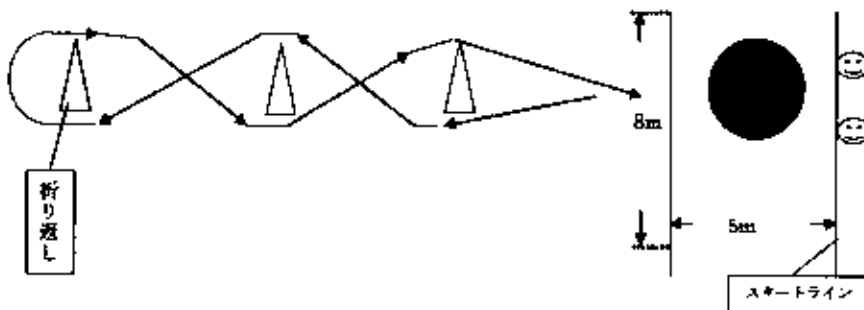
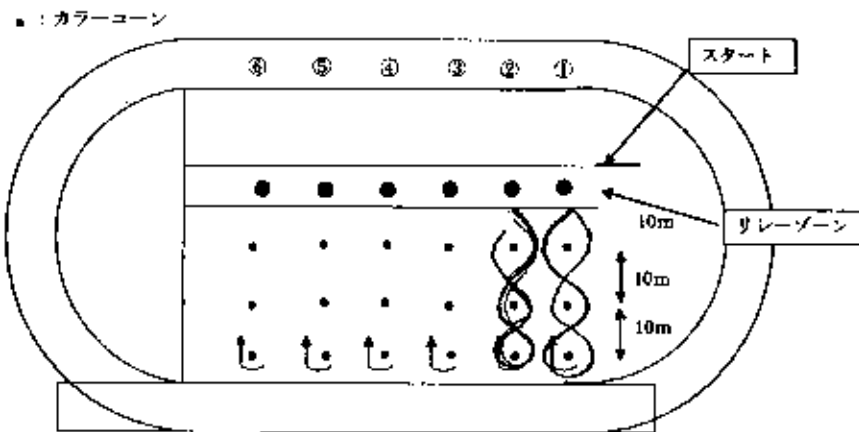
- 1 2人1組で大玉を転がし、4組でリレーを行う。
- 2 第一走者は、スタートラインに立ち、スタートの合図でリレーゾーン内に用意された大玉を転がし出走する。
- 3 カラーコーンを矢印の方向にジグザグに進み、折り返しのカラーコーンを回り、矢印の方向にジグザグに走り大玉を転がしながら戻ってくる。
- 4 リレーは、リレーゾーン内で行い、次走者は前走者から大玉を受け取りスタートする。
- 5 2走者から4走者まで3から4までを繰り返す。
- 6 タスキを付けたアンカー(4走者)は、3を行った後、リレーゾーン内に大玉を置いた状態で、その場で座ることでゴールとなる。

III 競技上の注意点

- 1 リレーはリレーゾーン内で行う。
- 2 カラーコーンのジグザグ及び折り返しの回りは矢印の指示のとおりとする。
- 3 他の地区のコースにボールが転がった場合、他の地区の進行を妨げてはいけない。

V 使用用具

- 1、大玉 7個(予備1個) 2、カラーコーン 18個 3、着順用旗 7本(予備1本)
 4、タスキ 7本(予備1本)※アンカー用 5、黄旗 7本



競 技 前	
用具係	カラーコーン、ボールの用意をする。
選手係	<ul style="list-style-type: none"> 選手を招集し、並べる。 参加者の人数構成等参加要件を確認する。 確認終了後、種目説明係にひきつぐ。
種目説明係	・種目の説明をする。
出発係	・1組目をスタートラインに誘導する。2組目以降は競技前待機場所に誘導する。
選手誘導係	・2組目を競技前待機場所からスタートラインへ誘導する。
競 技 中	
監察員	<ul style="list-style-type: none"> 競技開始準備ができたなら審判台総括監察（監察係主任）に白旗でレース可の合図を送る。 総括監察は各コースの白旗を確認後、スターターに合図を送る。
スターター	・総括監察の白旗を確認しピストルでスタートの合図をする。
監察員	<ul style="list-style-type: none"> カラーコーンを指示のとおりジグザグに回っているか確認をする。 ※折り返し後もジグザグする。 リレーゾーン内で大玉リレーが行われているか確認する。 転がったボールを追う選手が、他地区の競技進行を妨げないように注意する。
決勝審判員	・旗を持ち、順位の確認をする。
競技記録員	<ul style="list-style-type: none"> 決勝審判員から受け取った結果を写す。 確認後、写しを1部通告へ渡す。 1部を記録集計係に渡す。
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> 各組1位～3位の地区代表者を表彰場所へ誘導する。 4位以下の地区は、代表者を参加賞引渡所へ誘導する。 ※それ以外の方は、そのまま自席に戻ってもらう。
競 技 後	
表彰・賞品係	<ul style="list-style-type: none"> 1位～3位の地区代表者に賞品を渡す。 4位以下の地区代表者に参加賞を渡す。（参加賞引渡し所）
選手誘導係	・表彰の終わった選手を退場門へ誘導する。

組合せ表(1組目)

コース	地区名	順位	得点
1	東南部		
2	上の原		
3	溝沼		
4	膝折		
5	広沢		
6	膝折宿		

組合せ表(2組目)

コース	地区名	順位	得点
1	岡		
2	栄町		
3	緑ヶ丘		
4	向山		
5	富士見		

5 自 由 みんなでかけっこ

開始時間 9:50

招集時間 9:35

I 参加対象

未就学児 ※一人で走れる子

II 競技方法

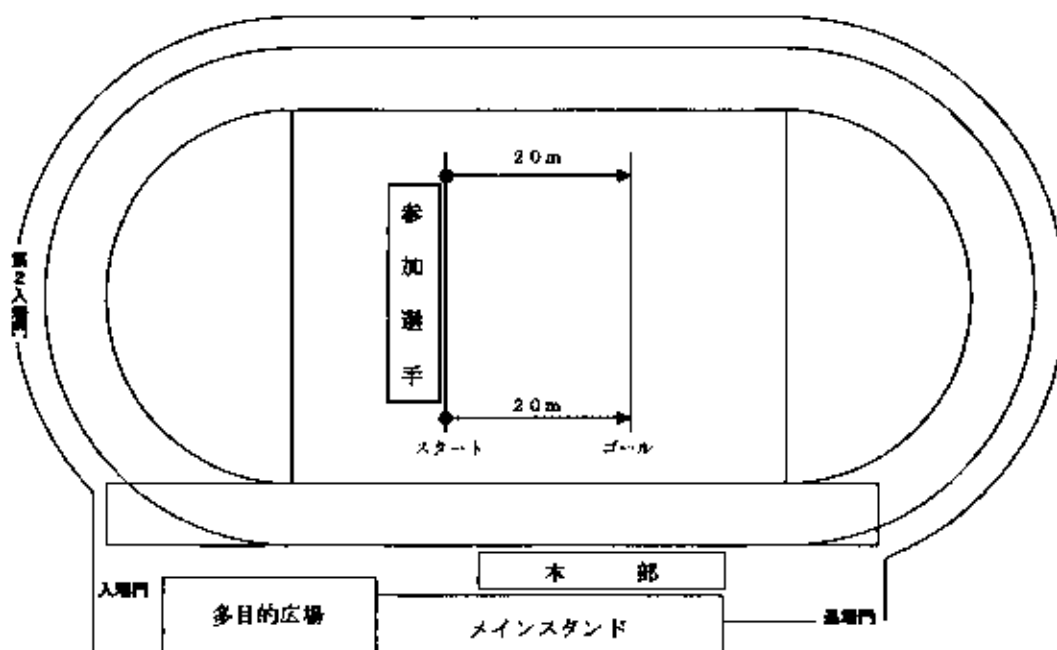
- 1 フィールドに作った20mコースを走る。
- 2 この種目は順位を競わない。

III 競技上の注意点

保護者の「付添い」は可能とする。

IV 役員の動き・注意点

競 技 前	
選手係	<ul style="list-style-type: none"> ・選手を招集し、並べる。 ・おおむねの人数を確認する。 ・保護者にゴールした後、参加賞を受け取るよう説明する。
出発係	<ul style="list-style-type: none"> ・説明を受けた子ども達をスタートライン後方まで誘導する。 ・飛び込み参加あり ※状況に応じ、競技場内にて下記選手誘導係と連携・調整を行う。
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> ・10人の列で整列させる。
競 技 中	
スターター	<ul style="list-style-type: none"> ・準備が出来しだい笛でスタートの合図をする。
出発係	<ul style="list-style-type: none"> ・次走者をスタートラインに並ばせる。
競 技 後	
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> ・ゴールした子どもたちを退場門へ誘導する。
表彰・賞品係	<ul style="list-style-type: none"> ・参加賞を渡す。



開始時間 9:50

6 地区対抗/オープン 玉入れ (レク種目) 招集時間 9:30

I 参加対象

15人以上30人以内 (※年齢、性別の制限なし)

II 競技方法

直径5mの円の中心に立っている高さ3mのカゴに、40秒間に何個の玉を入れられるかを競う。
競技終了の合図後、投げ入れた玉は数に入れない。

III 競技の進行

- 1 選手は、あらかじめ玉を2個手に持ち、円の外で待つ。
- 2 競技開始の合図により、円の中に入りカゴに玉を投げ入れる。
- 3 競技終了の合図により、円の外に出て座って待機する。
- 4 通告員の掛け声により、カゴに入った玉を数える。

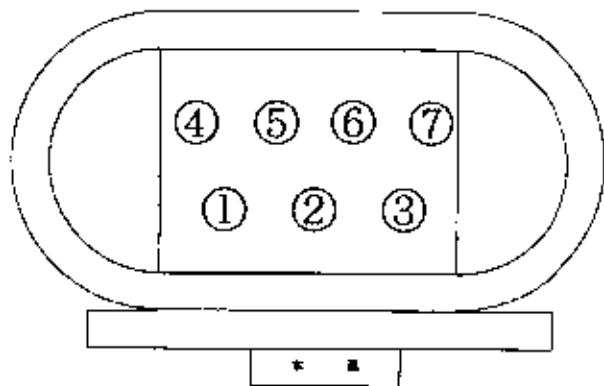
IV 使用用具

- 1 カゴ・支持棒 8組 (予備1組)
- 2 玉 (60個/組) 8組 (予備1組)

V 役員の動き・注意点

競 技 前	
選手係	・選手を招集し、組別に並べる。 ・確認終了後、種目説明係にひきつぐ。
種目説明係	・種目の説明をする。
出発係	・選手を各競技場所へ誘導する。
用具係	・競技用具の準備を各コースごとに行う。 ・競技用玉が60個あるか確認する。
競 技 中 (1回目)	
用具係	・玉入れポールを支える。 ・競技終了の合図と同時に、カゴを高く上げる。
監察員	・競技開始準備ができたなら審判台総括監察 (監察係主任) に白旗でレース可の合図を送る。 ・総括監察は各コースの白旗を確認後、スターターに合図を送る。
スターター	・総括監察の白旗を確認しピストルでスタートの合図をする。 ・ストップウォッチで時間を計る (40秒)
監察員	・ルールが守られているか監察する。 ・競技終了の合図の後に入った玉を取り除き、通告の掛け声にあわせ、かごの中の玉を上投げる。
決勝審判員	・監察員の投げ上げた玉を数え集計票に記入し、競技記録員へ渡す。
競 技 後 (1組目)	
競技記録員	・決勝審判から受け取った記録を写す。 ・確認後、写しを1部通告へ渡す。 ・1部を記録集計係に渡す。

選手誘導係	・ 1位～3位の地区全員を待機場所へ誘導する。 ・ 4位以下は、退場門（参加賞引渡所）へ誘導する。
表彰・賞品係	・ 参加賞引渡所へ誘導されてきた地区の代表者に、参加賞を渡し自席に戻ってもらう。
選手誘導係	・ 前組移動後、次組を各競技場所へ誘導する。
監察員	・ 次組準備開始後、レース可の合図を送る。
競 技 後（2組目）	
用具係	・ 玉の回収及び個数の確認をする。
選手誘導係	・ すべての競技終了後、表彰場所に1位～3位の地区を誘導する。
表彰・賞品係	・ 各順位代表者1名に賞品を渡す。
選手誘導係	・ 表彰の終わった選手を退場門へ誘導する。



組合せ表(1組)

コース	地区名	順位	得点
1	上の原		
2	岡		
3	広沢		
4	向山		
5	溝沼		
6	栄町		
7	オープン参加		

組合せ表(2組)

コース	地区名	順位	得点
1	緑ヶ丘		
2	膝折		
3	富士見		
4	東南部		
5	膝折宿		
6	オープン参加		
7	オープン参加		

7 自由パンつかみ取り競走

開始時間 10:20

招集時間 10:05

I 参加対象

小学生以上

II 競技方法

- 1 スタートして、パンのぶら下がっているところまでの20mを走る。
- 2 パンのぶら下がっているところまで来たら、手でつかみ取り、そのまま走ってゴールする。
- 3 競技は20人同時に行う。

III 競技上の注意

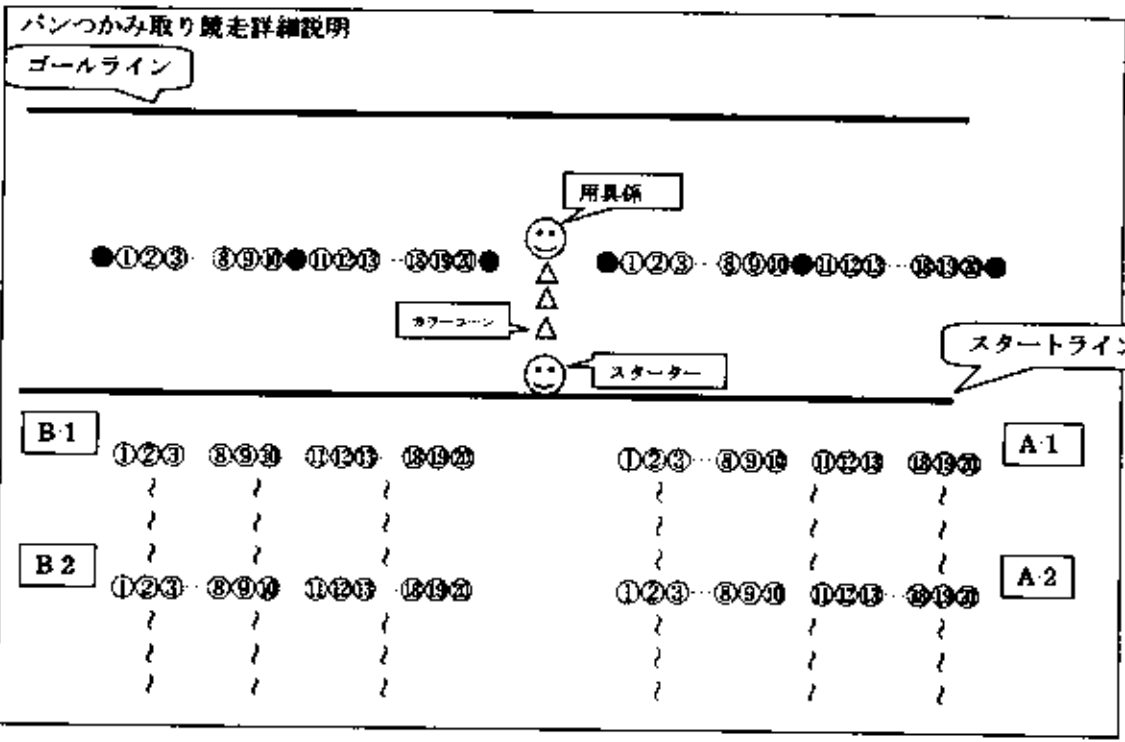
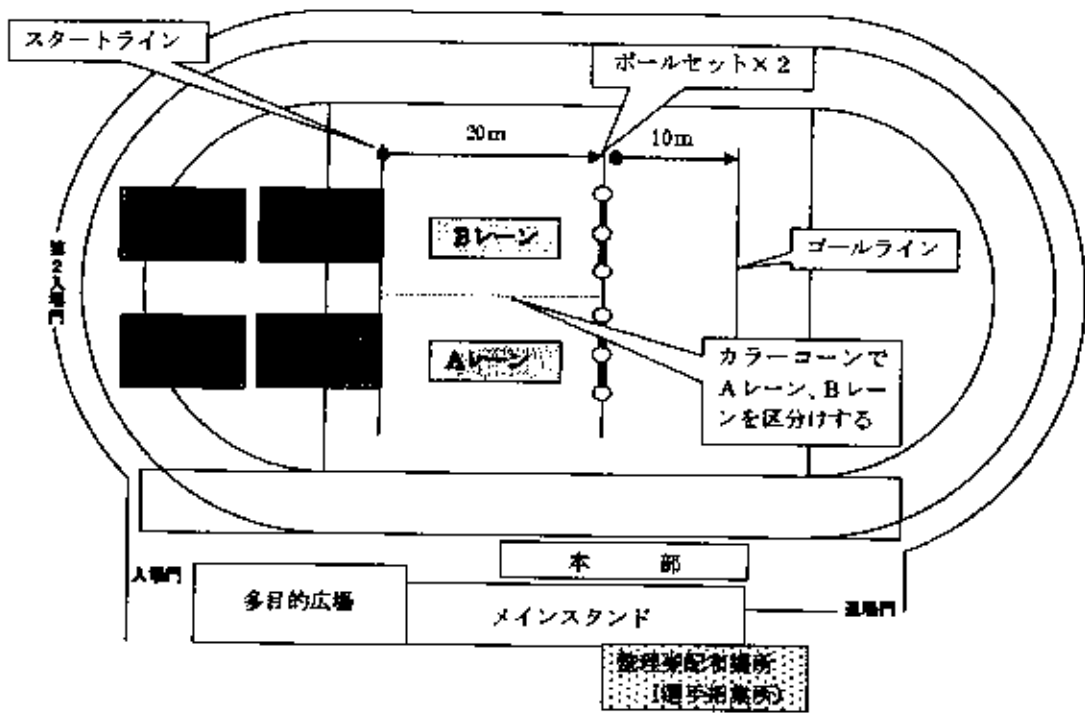
- 1 選手は、パンを自由に選択できるが、一度ふれたものを途中で換えることはできない。
- 2 参加者数に制限があるので、参加整理券を午前9時から先着順に配布(1人1枚のみ)する。
- 3 参加整理券をもっていない者は、参加することはできない。

IV 役員の動き・注意点

競 技 前	
通告員	・整理券について、事前に案内する。 配布：9時から参加整理券がなくなり次第終了 場所：陸上競技場 選手招集所 方法：先着順
選手係	・選手を大人と子どもに分け、A-1、B-1、A-2、B-2と振り分ける。 ・並び方は、大人、子どもの順。 (子どもは背の高さをだいたい合わせる) ・確認終了後、種目説明係に引きつぐ。 ・事前配布の整理券を持っている人のみ参加可能。
種目説明係	・種目の説明をする。
出発係	・説明を受けた参加者をA-1、B-1、A-2、B-2の順にスタートラインへ誘導する。 ・整列後、整理券を回収する。
選手誘導係	・適宜、出発係と連携をはかる。
用具係	・競技用パンを準備したポールを2組用意する。 ・AレーンとBレーンの区切りにカラーコーンを設置する。
競 技 中	
用具係	・ポールを支える。 ・ひも先クリップにパン袋をつける。 ・中央に立ち、AレーンまたはBレーンの準備が整ったら、白旗を挙げ、スターターに合図を送る。
出発係	・スターターと連携し20人ずつAレーン、Bレーン交互に出発してもらう。
スターター	・用具係と連携し、笛でスタートの合図をする。
選手誘導係	・ゴールした選手を、退場門(参加賞引渡所)に誘導する。
競 技 後	
表彰・賞品係	・参加賞引渡所へ誘導されてきた選手に、参加賞を渡す。

V 使用用具

- | | | |
|---|---------------|---------------------|
| 1 | ひも付きポール(3本支柱) | 2組 |
| 2 | パン | 500個(予定) |
| 3 | 紅白旗 | 1組 |
| 4 | カラーコーン | 10本 |
| 5 | ほうき・ちりとり | 1組 |
| 6 | ビニール手袋 | 5組 |
| 7 | プラカード | 4本(A-1、A-2、B-1、B-2) |



8 エキシビジョン 男子 3000m

開始時間 10:40

招集時間 10:25

I 参加対象

実業団チーム 男子選手 人

II 競技方法

- 1 トラックを7周と1/2周する。 2 スタートは、D地点とする。

III 競技上の注意点

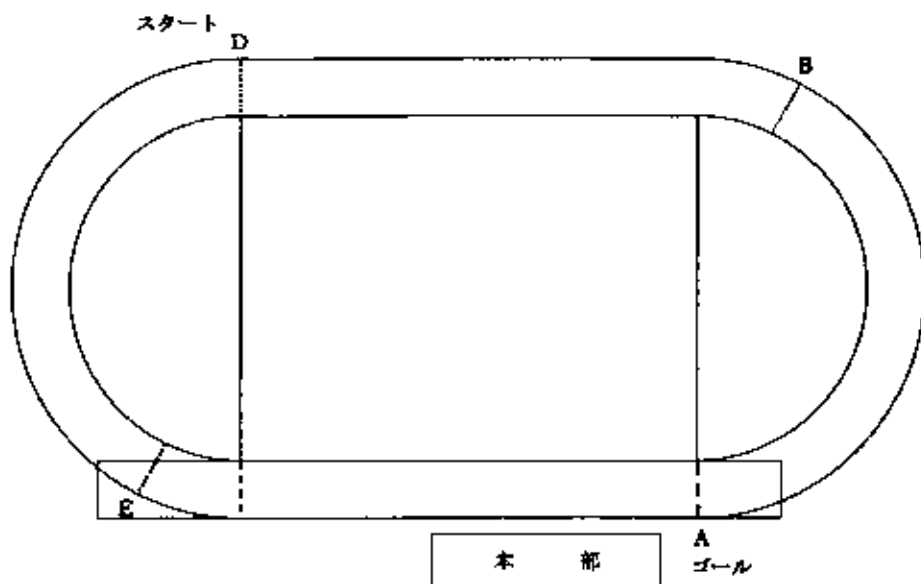
- 1 スタート時1レーンは空け、2レーン以降から並ぶ。

IV 失格となる行為

- 1 走行妨害 2 インレーン侵入

V 役員の動き・注意点

競 技 前	
スポーツ係	<ul style="list-style-type: none"> ゼッケン、安全ピンを用意し選手に渡す。 スポーツタイマー、スポーツプリンターを準備し、陸協へ渡す。 選手を本部テントに招集し、スタートへ誘導し、スタートラインに並ばせる。
用具係	<ul style="list-style-type: none"> ゴール脇に等賞旗を準備する。(1~3位) 周回の鐘を用意する。
競 技 中	
スターター	<ul style="list-style-type: none"> ピストルでスタートの合図をする。
陸協	<ul style="list-style-type: none"> タイムを計測する。ルールが守られているか監察する。 ラスト1周の周回の鐘を鳴らす。
決勝審判員	<ul style="list-style-type: none"> ゴールテープ持ちをする。 着順を確認する。 ゴールした選手を等賞旗まで誘導する。
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> 決勝審判員から選手をひきつぎ、等賞旗前に並ばせる。(女子1500m走が終わるまで待機する。) 4位以降の選手は、本部テントへ誘導し、スポーツ係に引き継ぐ。
競技記録員	<ul style="list-style-type: none"> 着順を記録用紙に写す。 写しを1部通告へ渡す。
競 技 後	
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> 女子のレース終了後、選手(1~3位)を表彰場所へ誘導する。
表彰・賞品係	<ul style="list-style-type: none"> 1位~3位にはメダルを渡す。
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> 表彰の終わった選手を本部テントへ誘導し、スポーツ係に引き継ぐ。



8 エキシビション 女子 1500m

開始時間 10:40

招集時間 10:25

I 参加対象

実業団チーム 女子選手 人

II 競技方法

- 1 トラックを3周と3/4周する。 2 スタートは、B地点とする。

III 競技上の注意点

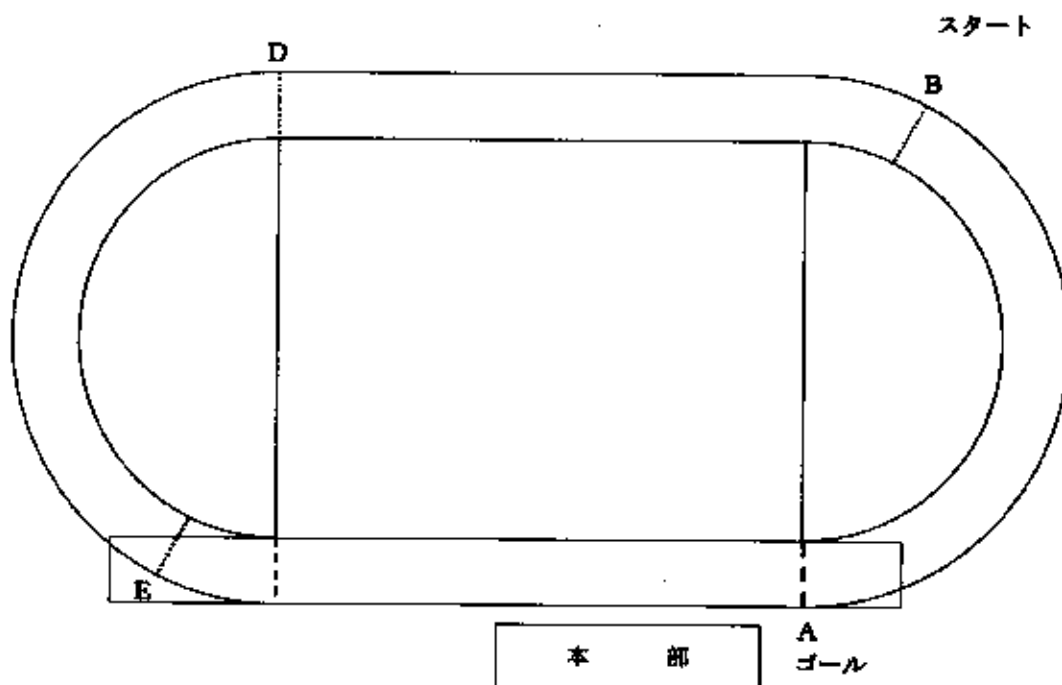
- 1 スタート時1レーンは空け、2レーン以降から並ぶ。

IV 失格となる行為

- 1 走行妨害 2 インレーン侵入

V 役員の動き・注意点

競 技 前	
スポーツ係	<ul style="list-style-type: none"> ゼッケン、安全ピンを用意し選手に渡す。 スポーツタイマー、スポーツプリンターを準備し、陸協へ渡す。 選手を本部テントに招集し、スタートへ誘導し、スタートラインに並ばせる。
用具係	<ul style="list-style-type: none"> ゴール脇に等賞旗を準備する。(1~3位) 周回の鐘を用意する。
競 技 中	
スターター	<ul style="list-style-type: none"> ピストルでスタートの合図をする。
陸協	<ul style="list-style-type: none"> タイムを計測する。ルールが守られているか監察する。 ラスト1周の周回の鐘を鳴らす。
決勝審判員	<ul style="list-style-type: none"> ゴールテープ持ちをする。 着順を確認する。 ゴールした選手を等賞旗まで誘導する。
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> 決勝審判員から選手をひきつぎ、等賞旗前に並ばせる。 4位以降の選手は、本部テントへ誘導し、スポーツ係に引き継ぐ。
競技記録員	<ul style="list-style-type: none"> 着順を記録用紙に写す。 写しを1部通告へ渡す。
競 技 後	
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> レース終了後、選手(1~3位、男子選手も含む。)を表彰場所へ誘導する。
表彰・賞品係	<ul style="list-style-type: none"> 1位~3位にはメダルを渡す。
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> 表彰の終わった選手を本部テントへ誘導し、スポーツ係に引き継ぐ。



9 地区対抗/オープン チームジャンピング

開始時間 11:00

招集時間 10:40

I 参加対象

- 綱回し 2人
ジャンパー 10人
交代要員 8人以内
合計 12人から20人以内

※ 年齢・性別の制限なし。また交代要員はいなくてもよい。

II 競技方法

- 1 各地区の選手が一堂に会し、競技時間（5分間）内に連続して跳べた回数を競う。
なお、競技時間内であれば何度でも挑戦することができる。
- 2 競技場所は、地区応援席前トラックとする。また、各応援席中央の位置で行う。
競技をする際、並び方は応援席に対して縦横どちらでもよい。

III 競技の進行

- 1 競技開始20分前までに選手招集所（石畳）に行き、選手係の確認を受ける。
- 2 出発係の誘導により、競技説明所へ移動し、競技説明を受ける。
- 3 競技説明終了後、出発係の誘導により、フィールドに移動する。
- 4 フィールドに到着後、各自で競技場所（地区応援席前トラック）に移動する。
- 5 競技場所へ到着後、速やかに競技ができる体制に整列する。
- 6 通告員の合図（場内放送）により2分間の練習をする。
- 7 練習終了後、競技ができる体制に再整列する。
- 8 ピストルの合図により競技開始。
- 9 ピストルの合図により競技終了。係員の指示があるまで、その場で待機する。
- 10 記録発表
- 11 ①各組1位から3位の地区は、選手誘導係の誘導により、表彰所へ移動し表彰を受ける。
②4位以降の地区は、代表の選手が選手誘導係の誘導により、参加賞引渡所へ移動、参加賞を受領し、その他の選手は直接地区応援席に戻る。

IV 競技上の注意点

- 1 計数は、大綱がジャンパー全員の頭上を通過し、かつ、ジャンパー全員が大綱をジャンプできたら1回と計測する。
- 2 制限時間内であれば何回でも挑戦ができる。
- 3 選手の交代は、再挑戦するときに行う。※跳躍中は、選手の交代はできない！
- 4 跳躍中に競技終了となった場合、ピストルの合図の直後に跳躍した分については1回の計数に入れる。
- 5 大綱は、必ず『グリップ（プラスチック部分）』を持って回すこと。

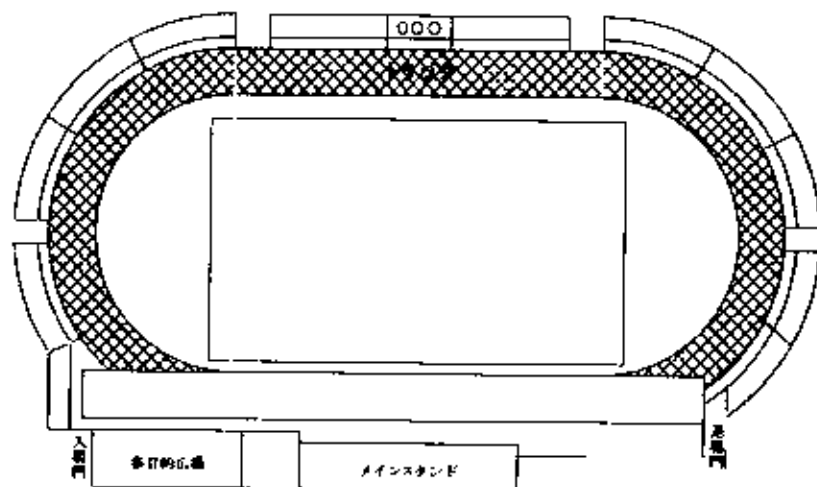
V 使用用具

各地区に大綱1本 計5本

VI 役員の動き・注意点

競 技 前	
選手係	・選手を招集し、並べる。 ・参加者の人数構成等参加要件を確認する。 ・確認終了後、種目説明係に引きつぐ。
種目説明係	・種目の説明をする。
出発係	・フィールドに到着した選手を、競技場所（各応援席前中央）に誘導する。
用具係	・競技用大綱を用意する。
競 技 中	
用具係	・競技用大綱を通告のアナウンスがあったら各地区に渡す。 （それまでは渡さない）
監察員	・競技場所に着いた参加者が20人以内であることの確認を再度する。 （練習開始までは20人以内なら補充可）
通告	・練習開始のアナウンスをする。
スターター	・練習開始の合図をピストルでする。（2分間）

監察員	<ul style="list-style-type: none"> ・競技開始準備ができたなら審判台総括監察（監察係主任に白旗でレース可の合図を送る。 ・総括監察は各コースの白旗を確認後、スターターに合図を送る。
スターター	<ul style="list-style-type: none"> ・総括監察の白旗を確認しピストルでスタートの合図をする。 ・ストップウォッチで時間を計る。（5分間）
監察員	<ul style="list-style-type: none"> ・ルールが守られているか監察する。 ・競技中ジャンパーが10名そろっているか確認する。
決勝審判員	<ul style="list-style-type: none"> ・各地区の飛んだ回数を数える。（連続回数） ・競技終了後、地区毎に連続して一番多く飛んだ回数を用紙に記入し、競技記録員へ渡す。
競技記録員	<ul style="list-style-type: none"> ・決勝審判から受け取った結果を写す。 ・確認後、写しを1部通告へ渡す。 ・1部を記録集計係に渡す。
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> ・各組1位～3位の地区代表者を表彰場所へ誘導する。 ・4位以下の地区は、代表者を参加賞引渡所へ誘導する。 ※それ以外の方は、そのまま自席に戻ってもらう。
競 技 後	
表彰・賞品係	<ul style="list-style-type: none"> ・1位～3位の地区代表者に賞品を渡す。 ・4位以下の地区代表者に参加賞を渡す。（参加賞引渡し所）
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> ・表彰の終わった選手を退場門へ誘導する。
用具係	<ul style="list-style-type: none"> ・競技用大縄を回収する。



組合せ表(1組)

コース	地区名	順位	得点
1	栄町		
2	岡		
3	上の原		
4	膝折		
5	溝沼		
6	緑ヶ丘		

組合せ表(2組)

コース	地区名	順位	得点
1	広沢		
2	膝折宿		
3	東南部		
4	富士見		
5	向山		
—	—	—	—

組合せ表(3組)

コース	地区名	順位	得点
1	オープン	—	—
2	オープン	—	—
3	オープン	—	—
4	オープン	—	—
5	オープン	—	—
6	オープン	—	—

10 団体紹介・市民体育賞表彰

開始時間 11:30

集合時間 11:00

【団体紹介】

I 参加対象

スポーツ協会加盟団体

II 行進の方法

1 集合場所：陸上競技場石畳

2 団体の行進の方法

①各団体の行進列は、6コース分・10m以内とする。

②団体と団体の行進間隔は、5m以内とする。

※例年、予定時間を超過するので、行進列及び団体と団体の間隔は、できる限り詰めること。

3 行進の順序

スポーツ協会本部役員 → スポーツ協会加盟団体 → レクリエーション協会加盟団体
→ スポーツ少年団加盟団体

4 行進の流れ

入場門より入場 → ホームストレッチを行進 → 途中、本部前来賓・招待者及び朝礼台登壇者に挨拶 → 第1コーナーを行進 → 第2コーナー手前からフィールドに入場
→ 全団体が並び終わったら市民体育賞表彰を開始

①本部前来賓・招待者及び朝礼台登壇者への挨拶の方法は、各団体任意とする。

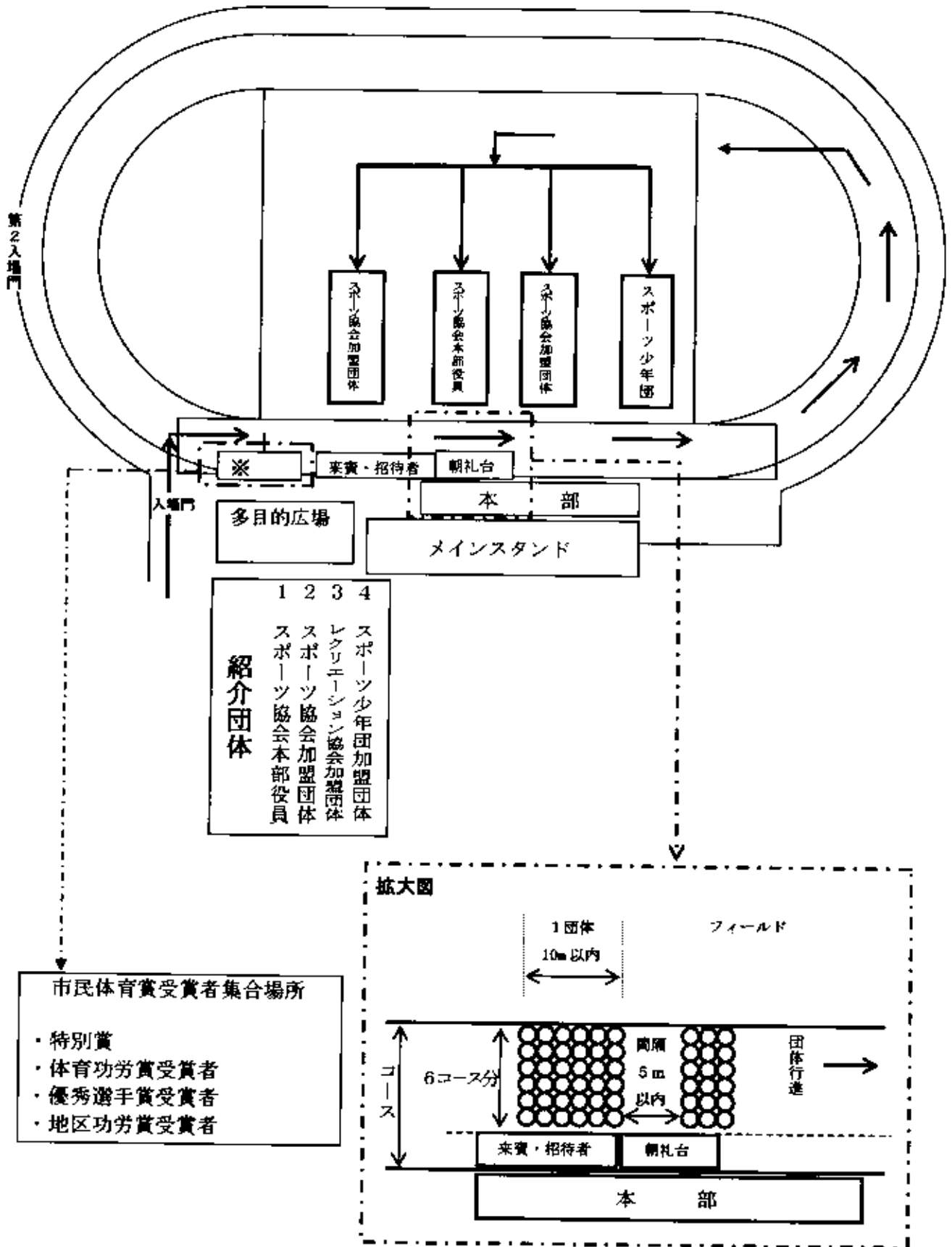
②団体の紹介は、本部前行進時に場内放送する。

【市民体育賞表彰】

I 参加対象 市民体育賞受賞者（特別賞・体育功労賞・優秀選手賞・地区功労賞受賞者）

II 集合場所 本部席横（体育館側）

III 表彰の流れ 団体行進した団体が並び終わったら、市民体育賞を開始
特別賞 → 体育功労賞 → 優秀選手賞（個人） →
優秀選手賞（団体） → 地区功労賞



10 団 体 紹 介

招 集 時 間 11:00

行 進 順 序

順 序	団 体 名
	ス ポ ー ツ 協 会
1	陸 上 競 技 協 会
2	野 球 連 盟
3	柔 道 部
4	剣 道 連 盟
5	水 泳 部
6	相 撲 連 盟
7	卓 球 協 会
8	ソ フ ト テ ニ ス 連 盟
9	な ぎ な た 連 盟
10	空 手 道 部
11	バ ド ミ ン ト ン 連 盟
12	バ レ ー ボ ー ル 連 盟
13	ス キ ー 連 盟
14	バ ス ケ ッ ト ボ ー ル 連 盟
15	合 気 道 部
16	テ ニ ス 協 会
17	少 林 寺 拳 法 部
18	ゲ ー ト ボ ー ル 連 盟
19	ソ フ ト ボ ー ル 協 会
20	グ ラ ウ ン ド ゴ ル フ 連 合
21	琉 球 古 武 術 部
22	弓 道 連 盟
23	ミ ニ テ ニ ス 連 盟
24	エ ア ロ ビ ッ ク 連 盟

順 序	団 体 名
	レ ク リ エ ー シ ョ ン 協 会
25	ジ ョ ギ ン グ ク ラ ブ
26	歩 こ う 会
27	楽 し み 発 見 友 の 会
28	ペ タ ン ク 同 好 会
	ス ポ ー ツ 少 年 団
29	ジュニアアスレチッククラブ
30	朝霞いずみサッカースポーツ少年団
31	アズマフットボールクラブ
32	栄サッカースポーツ少年団
33	三原フットボールクラブ
34	レッツアサカサッカースポーツ少年団
35	レッドドラゴンサッカースポーツ少年団
36	朝志ヶ丘サッカースポーツ少年団
37	朝霞ジュニアバレーボールクラブ
38	朝霞フレンドリーズ
39	朝霞台ユニオンズスポーツ少年団
40	朝霞サンズスポーツ少年団
41	朝霞ツイスターズスポーツ少年団

開始時間 12:30

11 自由障害物競走

招集時間 12:15

I 参加対象

小学生以上

II 競技方法

1 スタートからゴールまでの60メートルの間に設定した障害を越え走る。

①第1障害：シートくぐり

コース上に設置したシートをくぐり第2障害へ行く。

②第2障害：山越え谷越え

張ってある、ゴムロープをくぐるか若しくはまたぎ第3障害へ行く。

③第3障害：なわとび走

コース上に置いてある、なわとびで走り飛びしながらゴールに向かう。

※なわとびは賞品となる。

2 競技場所は、フィールド内とし2箇所にて行う。

III 使用用具

1 シートくぐり：ブルーシート2枚

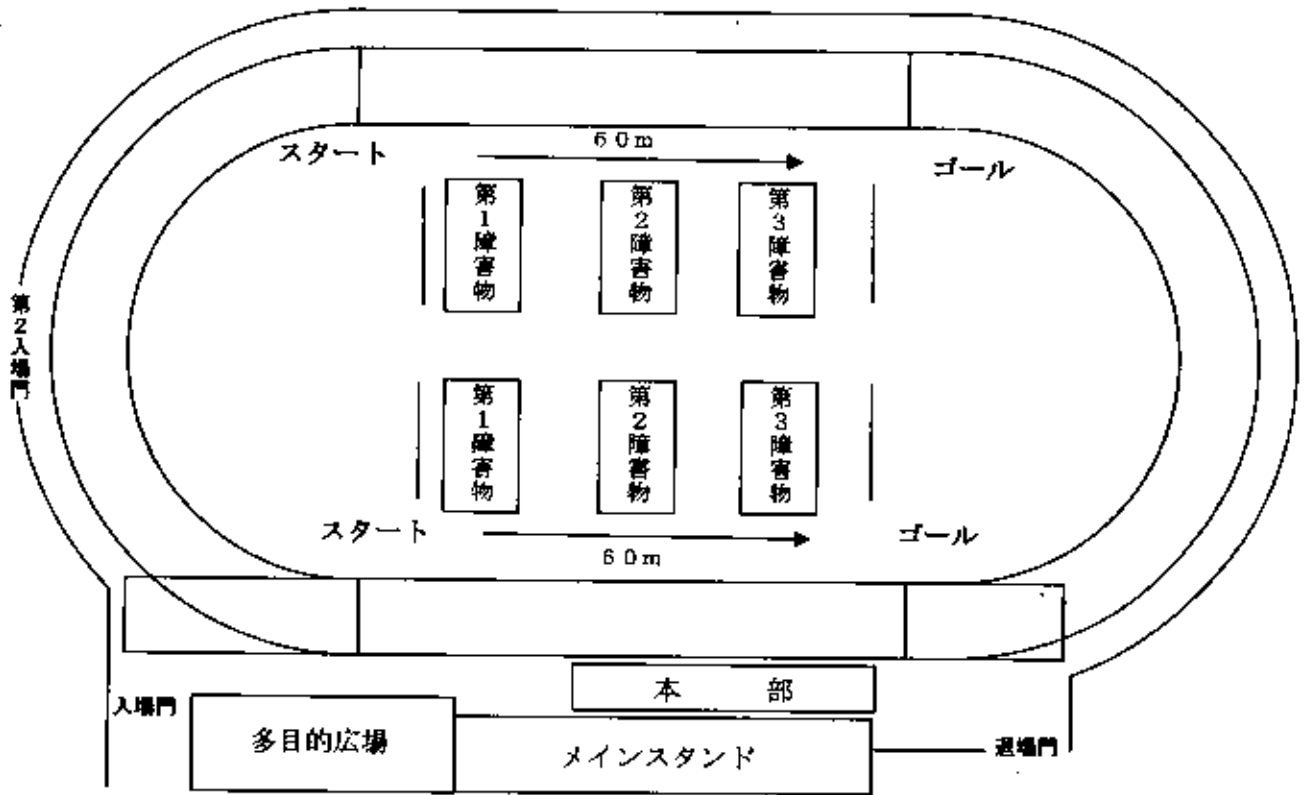
2 山越え谷越え：ゴムロープ(10m)2本

3 なわとび：700本(賞品)

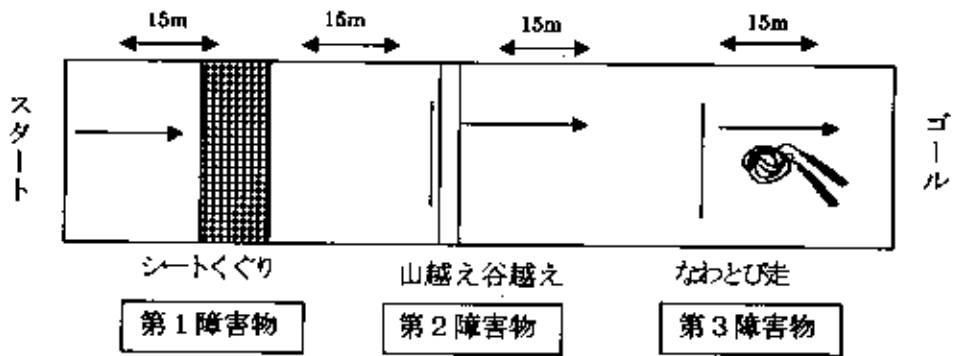
IV 役員の動き・注意点

競 技 前	
用具係	・第1～第3障害物を用意し各場所に設置する。
選手係	・選手を招集し、「学年別」に分け、参加者のおおむねの人数確認を行う。 ・確認終了後、出発係にひきつぐ。
出発係	・選手招集所からスタートラインに誘導する。
選手誘導係	・上記出発係の参加者整列を手伝う。
競 技 中	
監察員	・競技開始準備ができたなら紅白旗でスターターにレース可の合図を送る。
スターター	・監察の白旗を確認しピストルでスタートの合図をする。
用具係	①第1障害のシートくぐりのシートの両はじを持つ。 ②第2障害の位置にロープを張る。 ③第3障害のなわとびを補充する。
選手誘導係	・ゴールした選手を参加賞引渡所へ誘導する。
監察員	・前走者レース終了後、紅白旗でスターターに次レース可の合図を送る。
競 技 後	
表彰・賞品係	・参加賞引渡所へ誘導されてきた選手に、参加賞を渡す。

全 体 図



詳 細 図



12 地区対抗 綱引き/オープン

II 競技方法

1 競技は各地区1試合のみとする。

ただし、出場地区数が奇数の場合に限り、「1度負けている地区」が復活し「試合相手のいない地区」と再度試合をするものとする。なお、この場合復活した「1度負けている地区」の得点は、2試合目の勝敗結果で決定するものとする。(※このことを「敗者復活方式」という。)

2 試合は3本勝負とし、2本先取した地区を勝ちとする。

3 得点は、勝ち地区10点、負け地区5点とする。

4 1本の勝負の時間は20秒間とし、勝敗は次の①、②を勝ちとする。

① 20秒以内に、「綱のセンターマーク」を「2mライン」まで引寄せせる。

② 20秒経過後、「綱のセンターマーク」を「2mライン」寄りに引寄せしている。

III 競技の進行

1 出発係の誘導で競技説明所から「第1試合の地区」は「競技場所」に、「その他の地区」は「待機場所」に移動する。競技直前に軍手を配布する。(使用については任意)

2 試合開始

① 勝負の開始と終了の合図は、ピストルで行う。

② スターターの「位置について」の号令で綱を持つ。

③ スターターの「用意」の号令で手のひらを上側にして綱を引ける状態にする。このとき綱がピンと張られた状態を保たなければならない。

④ スターターのピストルの合図とともに、綱を引き開始する。

⑤ 競技場所は、勝負毎にチェンジする。ただし、3本目の勝負については、先頭の選手のジャンケンにより、勝ったほうが場所を選択することができる。

⑥ 2本の勝負で勝敗が決まった組は、3本目の勝負が終わるまで競技場所で待機する。

⑦ 「2回試合をする地区」は、第1試合終了後、係員の指示があるまで競技場所で待機する。

3 表彰・参加賞授与

① 「勝ち地区」は選手誘導係の誘導により「表彰所」へ移動し、表彰を受ける。

② 「負け地区」は代表者が参加賞を取りに行き、その他の選手は直接地区応援席に戻る。

4 次の試合の地区は競技場所に移動し、「2～3」を行う。

IV 競技上の注意点

1 選手と応援者の交代はできない。

2 スパイクの使用はできない。

3 軍手の使用は指定された物以外使用できない。(使用については任意とする)

4 「先頭の選手」はブルーマークのすぐ後を握ること。

5 選手のポジションは、勝負ごとに変更できる。

V 失格となる行為

1 スパイクの使用。

2 指定された軍手以外の使用。

3 後ろの選手の足や地面に座り込む。

VI 使用用具

1 綱 4本(試合用3本+予備1本)

2 黄色旗 3本

3 ストップウォッチ(スターター用) 3個

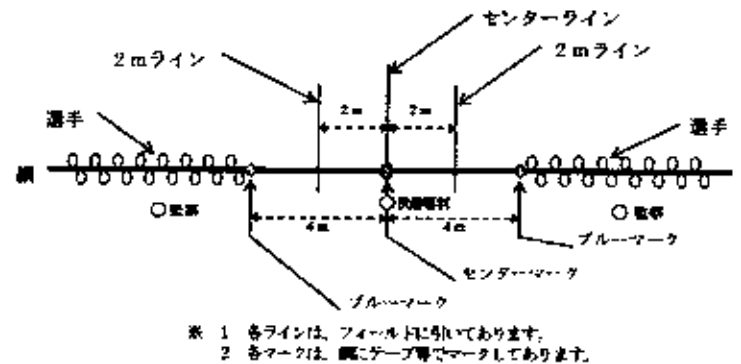
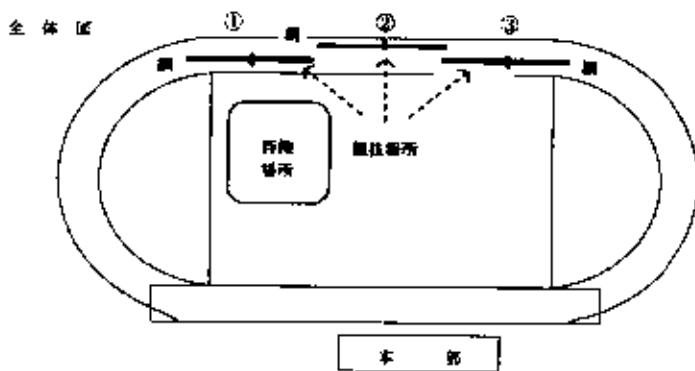
4 ホイッスル 3個

5 軍手

VII 役員の動き・注意点

競技前	
選手係	<ul style="list-style-type: none"> 選手を招集し、並べる。 参加者の男女構成等参加要件を確認する。 確認終了後、種目説明係にひきつぐ。
種目説明係	<ul style="list-style-type: none"> 種目の説明をする。
出発係	<ul style="list-style-type: none"> プラカードを持って選手を各競技場所へ誘導する。待機地区は待機場所へ誘導する。
用具係	<ul style="list-style-type: none"> 競技用具の綱を準備する。 競技用手袋を用意する。

競 技 中	
決勝審判員	<ul style="list-style-type: none"> ・綱のセンターマークを踏み、準備が整ったら黄旗を監察係に振り合図する。 ・スタート合図とともに退く。
監察員	<ul style="list-style-type: none"> ・競技開始準備ができたなら審判台総括監察（監察係主任）に白旗でレース可の合図を送る。 ・総括監察は各コースの白旗を確認後、スターターに合図を送る。
スターター	<ul style="list-style-type: none"> ・総括監察の白旗を確認しホイッスルで開始と終了の合図をする。 ・時間計測をする。
決勝審判員	<ul style="list-style-type: none"> ・競技開始後、時間内に勝負がついた場合、黄旗で競技終了を競技者に教える。 ・勝敗を確認後、用紙に記入する。 ・全ての試合が終了したら、用紙を競技記録員へ渡す。
監察員	<ul style="list-style-type: none"> ・手袋を使用したい選手に軍手の場所を教える。 ・ルールが守られているか監察する。
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> ・試合毎の選手の対戦位置の誘導をする。 ・勝ち地区全員を、表彰場所へ誘導する。 ・負け地区を、退場門へ誘導する。
競技記録員	<ul style="list-style-type: none"> ・決勝審判から受け取った結果を写す。 ・確認後、写しを1部通告へ渡す。 ・1部を記録集計係に渡す。
表彰・賞品係	<ul style="list-style-type: none"> ・参加賞引渡所へ誘導されてきた負け地区に賞品を渡す。
競 技 後	
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> ・表彰の終わった選手を退場門へ誘導する。
表彰・賞品係	<ul style="list-style-type: none"> ・勝ち地区代表者に賞品を渡す。



試合	場所	地区名	勝敗	得点	地区名	勝敗	得点
第1試合	1	上の原			岡		
	2	膝折宿			向山		
	3	オｰﾌﾝ参加			オｰﾌﾝ参加		
第2試合	1	膝折			緑ヶ丘		
	2	溝沼			東南部		
	3	オｰﾌﾝ参加			オｰﾌﾝ参加		
第3試合	1	栄町			富士見		
	2	広沢			敗者復活※		
	3	オｰﾌﾝ参加			オｰﾌﾝ参加		

※第1試合第2競技場所の敗者

13 自 由 親 子 動 物 競 走

開始時間 13:30

招集時間 13:15

I 参加対象

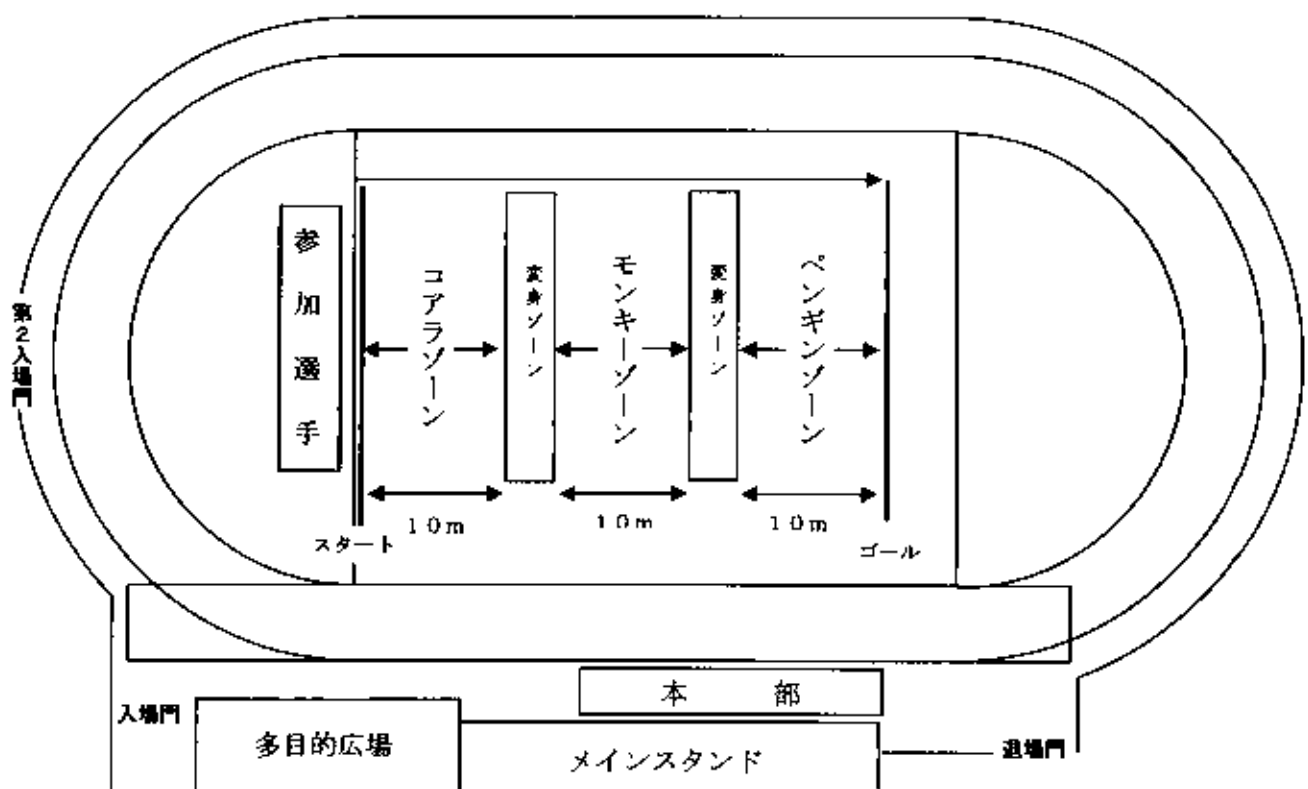
小学3年生以下とその親又は保護者

II 競技方法

- 1 フィールドに作った各動物ゾーンを走る。
- 2 始めに親又は保護者が子供をおんぶし、スタートにたち、スタートの合図でおんぶしたままコアラゾーン10mを走る。
- 3 続いて、変身ゾーンにておんぶから子どもを降ろし、次に、親又は保護者が子供を抱っこしてモンキーゾーン10mを走る。
- 4 最後に、変身ゾーンにて子どもを抱っこから降ろし、次に、親又は保護者の足の甲に子供の足を乗せ子供の手を持ちペンギンゾーン10mを走りゴールとなる。

III 役員の動き・注意点

競 技 前	
選手係	・選手を招集し、おおむねの人数を確認する。 ・確認終了後、出発係にひきつぐ。
出発係	・1レースおおむね10組で走れるように参加者をスタートライン後方に整列させる。
選手誘導係	・上記出発係の参加者整列を手伝う。
用具係	・各ゾーンに看板(コアラ・モンキー・ペンギンの絵が描いてあるもの)を置く。
競 技 中	
監察員	・競技開始準備ができたなら紅白旗でスターターにレース可の合図を送る。
スターター	・監察の白旗を確認しピストルでスタートの合図をする。
選手誘導係	・ゴールした選手を参加賞引渡所へ誘導する。
監察員	・前走者レース終了後、紅白旗でスターターに次レース可の合図を送る。
競 技 後	
表彰・賞品係	・参加賞引渡所へ誘導されてきた選手に、参加賞を渡す。



14 地区対抗 年代別リレー

開始時間 12:10

招集時間 11:50

I 参加対象

小学生以下	男・女	各1人
19歳以下	男・女	各1人
20歳以上	男・女	各1人
30歳以上	男・女	各1人
40歳以上	男・女	各1人
合計		10人

※ 各走者とも、基準年齢以上（小学生以下及び19歳以下の場合は以下）であれば選手になれる。

II 競技方法

- 1 40歳以上の男・女は1人50m、その他の選手は1人100m、合計900mのリレーをする。
- 2 スタートは、E地点とする。
- 3 スタートは各コースに並び、スタート後はオープンとする。
- 4 走者の順番は次のとおりとする。

順 番	年 代	性別	距 離
第1走者	40歳以上	女子	50m
第2走者		男子	50m
第3走者	小学生以下	女子	100m
第4走者		男子	100m
第5走者	30歳以上	女子	100m
第6走者		男子	100m
第7走者	20歳以上	女子	100m
第8走者		男子	100m
第9走者	19歳以下	女子	100m
第10走者		男子	100m

III 競技上の注意点

- 1 第1走者は、スタート直後、他の選手と接触する危険があるため、急激なコースの変更はしないこと。
- 2 バトンをリレーするときにバトンを落とした場合は、バトンはどちらが拾ってもよい。

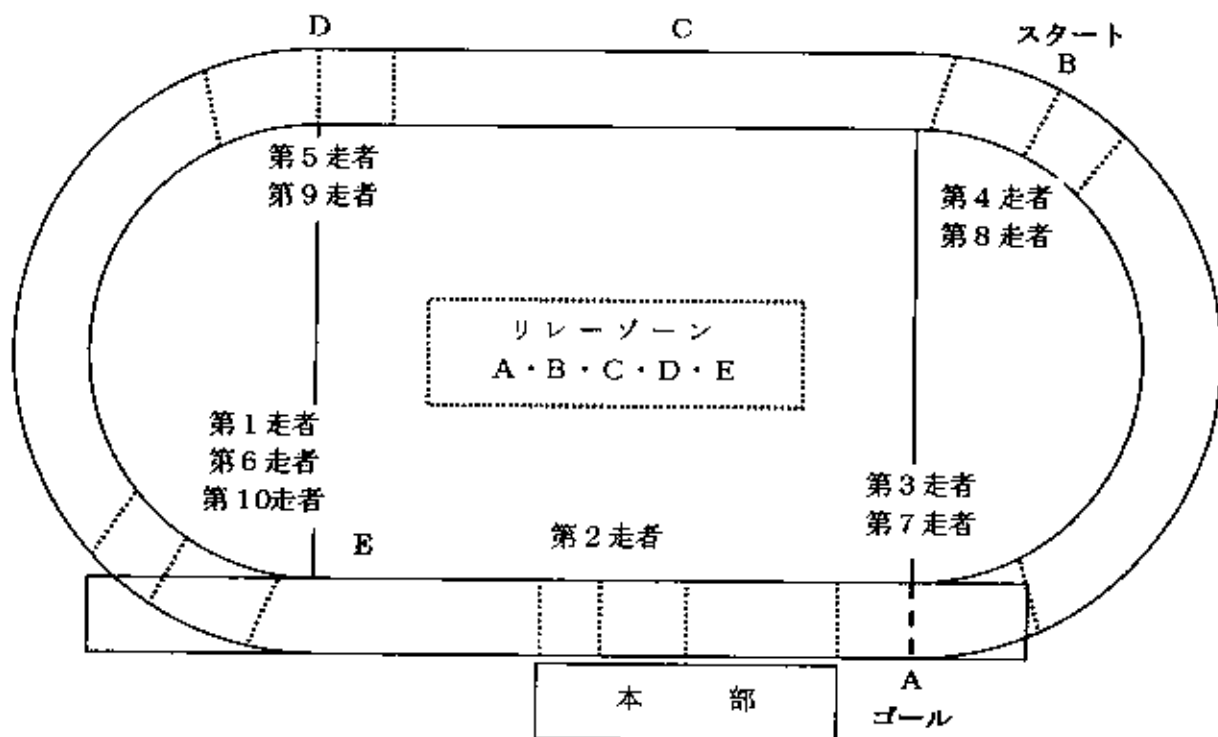
IV 失格となる行為

- 1 オーバーゾーン
- 2 走路妨害
- 3 バトンを不正な方法でリレーした場合

V 役員の動き・注意点

競 技 前	
選手係	<ul style="list-style-type: none"> ・選手を招集し、並べる。 ・参加者の男女構成等参加要件を確認する。 ・確認終了後、種目説明係にひきつぐ。
種目説明係	<ul style="list-style-type: none"> ・種目の説明をする。（リレーゾーンの説明はしない）
出発係	<ul style="list-style-type: none"> ・1組目を各競技場所へ誘導する。（選手誘導係と連携・調整）
ゾーン説明係	<ul style="list-style-type: none"> ・リレーゾーンについて説明する。
用具係	<ul style="list-style-type: none"> ・等賞旗を用意する。
競 技 中	
監察員	<ul style="list-style-type: none"> ・競技開始準備ができたなら審判台総括監察（監察係主任）に白旗でレース可の合図を送る。

	・総括監察は各コースの白旗を確認後、スターターに合図を送る。
スターター	・総括監察の白旗を確認しピストルでスタートの合図をする。
監察員	・ルールが守られているか監察する。
決勝審判員	・ゴールテープ持ちをする。 ・着順を確認する。
競技記録員	・レース終了後審判台の総括監察の白旗が上がったことを確認する。 ・着順を記録用紙に写す。 ・写しを1部通告へ渡す。 ・1部を記録集計係に渡す。
選手誘導係	・選手を各等賞旗前に整列させる。 ・1位～3位の地区全員を表彰場所へ誘導する。 ・4位以降は、退場門へ誘導し参加賞を受け取ってもらう。
表彰・賞品係	・参加賞引渡所へ誘導されてきた選手に、参加賞を渡し退場門へ誘導する。
競 技 後	
表彰・賞品係	・各順位の地区の選手全員にメダル及び参加賞の授与をする。
選手誘導係	・表彰の終わった選手を退場門へ誘導する。



組合せ表(1組目)

コース	地区名	順位	得点
1	富士見		
2	岡		
3	膝折		
4	溝沼		
5	栄町		

組合せ表(2組目)

コース	地区名	順位	得点
1	広沢		
2	東南部		
3	上の原		
4	膝折宿		
5	向山		

開始時間 14:10

15 自由スポーツO×クイズ

招集時間 14:10

I 参加対象

誰でも出場できる ※参加制限なし

II 競技方法

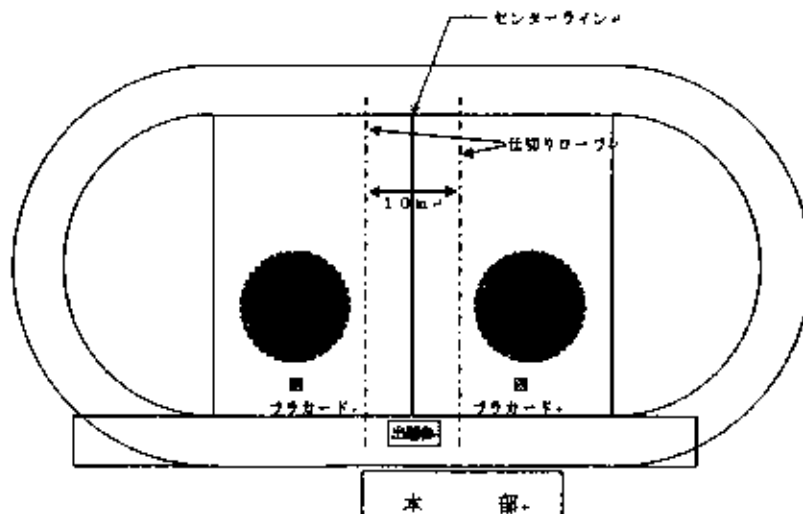
- 1 クイズはフィールドで行い、10問程度出題する。
- 2 参加者は、出題後、15秒以内に「○」か「×」のエリアに移動する。
- 3 競技の進行
 - ① 年代別リレー終了後、場内放送で招集
 - ② 参加者は直接フィールドに集合する。(集合時に参加賞を配布する。)
 - ③ 問題を出題
 - ④ 15秒以内に「○」または「×」のエリアに移動する
 - ⑤ 15秒経過の笛の合図により、ロープで仕切る
 - ⑥ 正解発表
 - ⑦ 正解者：その場で待機
不正解者：速やかに地区応援席に戻る
③～⑦を繰り返す

III 競技上の注意

- 1 出題後、15秒経過したら「○」「×」を変更することはできない。
- 2 不正解者は、速やかに地区応援席に戻る。

IV 役員の動き・注意点

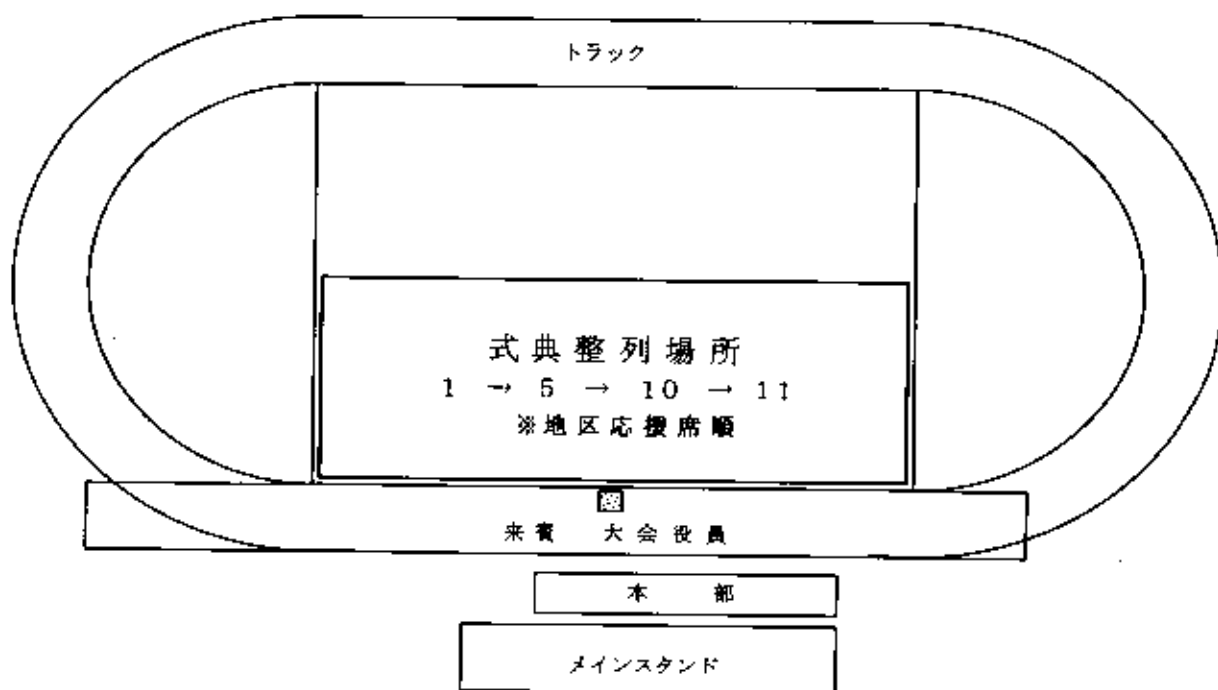
競 技 前	
用具係	・O×看板を用意する。 ・仕切り用トラロープを用意する。(3人1組で2組作る)
表彰・賞品係	・参加者に参加賞を渡す。
競 技 中	
ロープ係	・2組が仕切り用トラロープを準備する。
通告	・クイズを出題する。
ロープ係	・解答時間が終了したら、トラロープで仕切る。
中央監視係	・ロープ係がトラロープで仕切った後、参加者を○又は×に移動するよう促す。 ・解答時間終了後に参加者がO×間を移動しないよう観察する。 ・解答発表後、正解者を座らせ、不正解者は競技場脇に行くよう促す。
サイド監視係	・競技場脇に移動してきた不正解者を、各地区応援席に戻す。 ・退場した不正解者・失格者等が場内に戻らないよう観察する。
競 技 後	
選手誘導係	・最後まで残っていた参加者を地区応援席に誘導する。



※閉会式では、全ての地区に賞状を授与します。みなさん帰らずに必ず出席してください！

14:15 場内放送により閉会式の招集をします。
参加者のみなさんは、開会式と同じ式典整列場所に整列してください。

- 14:20
- 1 式典開始
 - 2 表彰
 - (1) レクリエーション表彰
 - ① 1～6位：賞状及びトロフィーの授与
 - (2) 総合表彰
 - ① 1～6位：賞状及びカップの授与
 - ② 7～10位：努力賞の授与
 - ③ 11位～：敢闘賞の授与
 - 3 講評
 - 4 国旗・市旗降納
 - 5 閉会
 - 6 参加者は地区応援席に戻る。



地区対抗種目得点表

種目 \ 地区	栄町	岡	上の原	膝折	溝沼	緑ヶ丘	広沢	膝折宿	東南部	富士見	向山
大玉リレー (レク種目)											
玉入れ (レク種目)											
チームジャンピング (レク種目)											
綱引き											
年代別リレー											
合 計											
順 位											

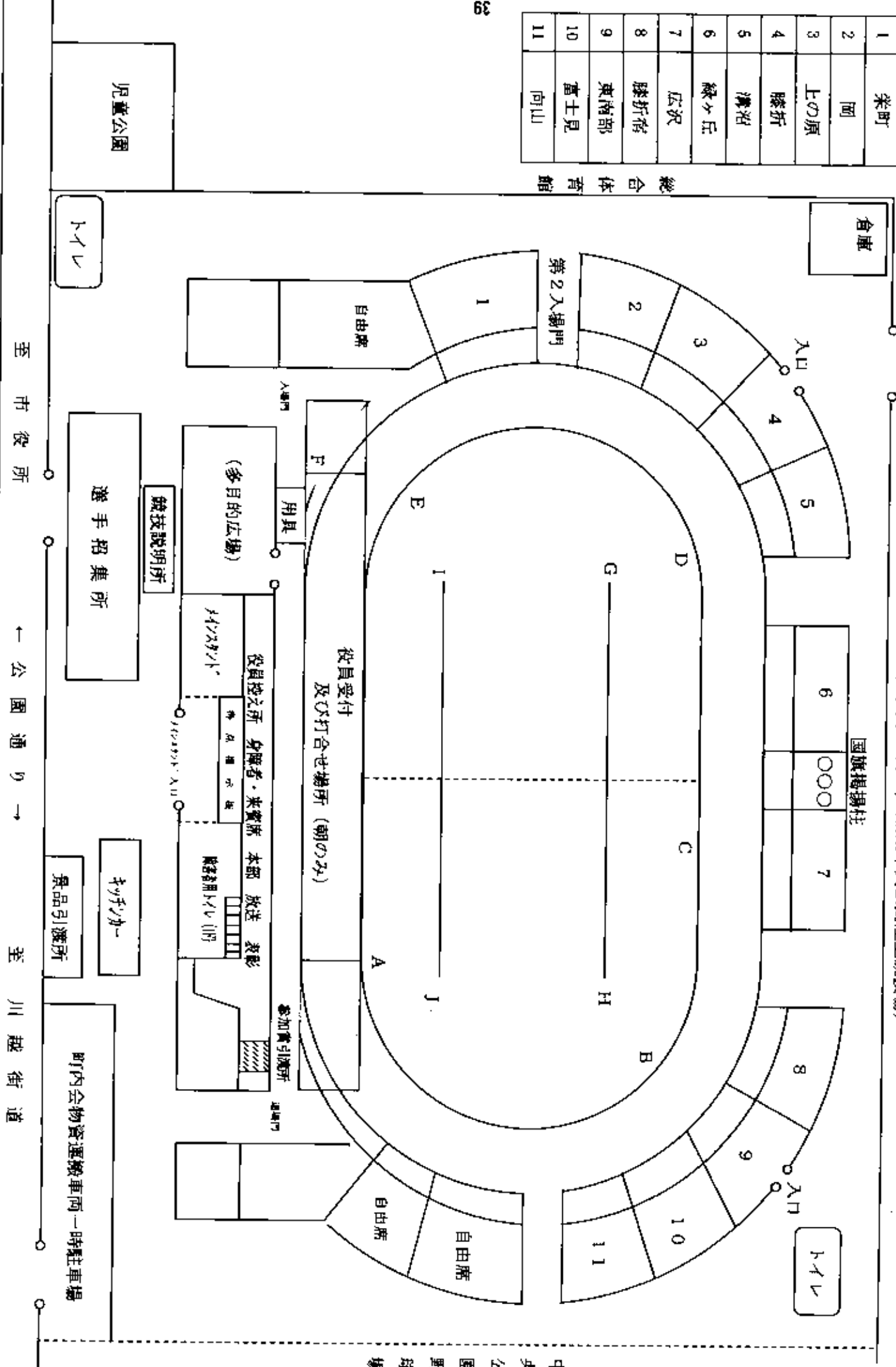
※この表の並びは地区応援席順です。

1	栄町
2	岡
3	上の原
4	膝折
5	溝沼
6	緑ヶ丘
7	広沢
8	膝折宿
9	東南部
10	富士見
11	向山

総合体育館

市民体育祭会場案内図 (朝霞中央公園陸上競技場)

中央公園野球場



至 市役所

← 公園通り →

至 川越街道

トイレ

選手招集所

キッチンカー

景品引渡所

町内会物資運搬車両一時駐車場

倉庫

国旗掲揚柱

トイレ

決勝審判係 マニュアル

2・3 自由 100m・50m競走

I 参加対象

- 100m：小学5年生以上
50m：小学1年生～4年生・30歳以上

II 競技方法

1 競技場所

- 100m：ホームストレッチ
50m：バックストレッチ

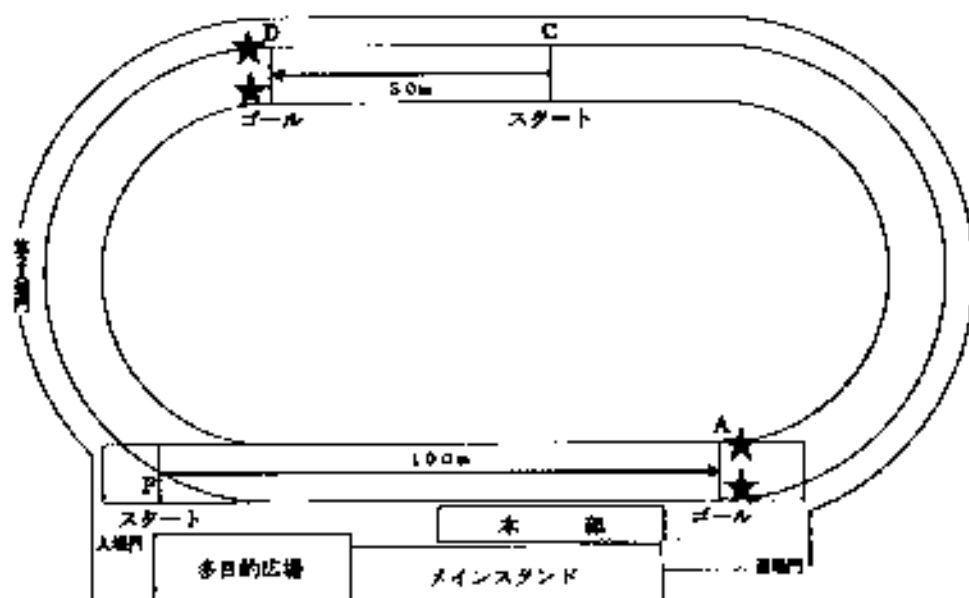
- #### 2 極力、学年別・男女別に行う。 スタートは、大人からスタートさせる

III 使用用具

- 1 ゴールテープ：各2本

IV 役員の動き・注意点

選手係	<ul style="list-style-type: none"> 選手を招集し、学年別・男女別に参加者を並べる。 おおむねの人数を確認する。 確認終了後、出発係に引きつぐ。 ※100・50m共、スタートは大人からとする。
出発係	<ul style="list-style-type: none"> 100mは入場門から(F)スタートライン後方まで参加者を整列させる。 50mは退場門から(C)スタートライン後方まで誘導する。
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> 上記出発係の参加者整列を手伝う。
監察員	<ul style="list-style-type: none"> 競技開始準備ができたなら紅白旗でスターターにレース可の合図を送る。
出発係	<ul style="list-style-type: none"> 選手をスタートラインまで誘導する。(選手誘導と連携・調整)
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> 上記出発係と連携・調整を行う。
スターター	<ul style="list-style-type: none"> 監察の白旗を確認しピストルでスタートの合図をする。
決勝審判員	
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> 決勝審判員から選手をひきつき、50m走は第2入場門へ100m走は退場門へ誘導する。
監察員	<ul style="list-style-type: none"> 前走者レース終了後、紅白旗でスターターに次レース可の合図を送る。
表彰・賞品係	<ul style="list-style-type: none"> 参加賞引渡所へ誘導されてきた選手に、参加賞を渡す。



4 地区対抗 大玉リレー (レク種目)

I 参加対象

小学生以上 男・女 各4人 合計 8人 (男女の組み合わせは自由)

II 競技方法

- 1 2人1組で大玉を転がし、4組でリレーを行う。
- 2 第一走者は、スタートラインに立ち、スタートの合図でリレーゾーン内に用意された大玉を転がし出走する。
- 3 カラーコーンを矢印の方向にジグザグに進み、折り返しのカラーコーンを回り、矢印の方向にジグザグに走り大玉を転がしながら戻ってくる。
- 4 リレーは、リレーゾーン内で行い、次走者は前走者から大玉を受け取りスタートする。
- 5 2走者から4走者まで3から4までを繰り返す。
- 6 タスキを付けたアンカー(4走者)は、3を行った後、リレーゾーン内に大玉を置いた状態で、その場で座ることによってファールとなる。

III 競技上の注意点

V 使用用具

- 1、大玉 7個(予備1個) 2、カラーコーン 18個 3、着順用旗 7本(予備1本)
4、タスキ 7本(予備1本)※アンカー用 5、黄旗 7本

競 技 前	
用具係	カラーコーン、ボールの用意をする。
選手係	・選手を招集し、並べる。 ・参加者の人数構成等参加要件を確認する。 ・確認終了後、種目説明係にひきつぐ。
種目説明係	・種目の説明をする。
出発係	・1組目をスタートラインに誘導する。2組目以降は競技前待機場所に誘導する。
選手誘導係	・2組目を競技前待機場所からスタートラインへ誘導する。
競 技 中	
監察員	・競技開始準備ができたなら審判台総括監察(監察係主任)に白旗でレース可の合図を送る。 ・総括監察は各コースの白旗を確認後、スターターに合図を送る。
スターター	・総括監察の白旗を確認しピストルでスタートの合図をする。
監察員	・カラーコーンを指示のとおりジグザグに回っているか確認をする。 ※折り返し後もジグザグする。 ・リレーゾーン内で大玉リレーが行われているか確認する。 ・転がったボールを追う選手が、他地区の競技進行を妨げないように注意する。
決勝審判員	・競走得点・順位の確認をする。
競技記録員	・決勝審判員から受け取った結果を写す。 ・確認後、写しを1部通告へ渡す。 ・1部を記録集計係に渡す。
選手誘導係	・各組1位～3位の地区代表者を表彰場所へ誘導する。 ・4位以下の地区は、代表者を参加賞引渡し所へ誘導する。 ※それ以外の方は、そのまま自席に戻ってもらう。
競 技 後	
表彰・賞品係	・1位～3位の地区代表者に賞品を渡す。 ・4位以下の地区代表者に参加賞を渡す。(参加賞引渡し所)
選手誘導係	・表彰の終わった選手を退場門へ誘導する。

6 地区対抗/オープン 玉入れ (レク種目)

I 参加対象

15人以上30人以内 (※年齢、性別の制限なし)

II 競技方法

直径5mの円の中心に立っている高さ3mのカゴに、40秒間に何個の玉を入れられるかを競う。
競技終了の合図後、投げ入れた玉は裏に入れない。

III 競技の進行

- 1 選手は、あらかじめ玉を2個手に持ち、円の外で待つ。
- 2 競技開始の合図により、円の中に入りカゴに玉を投げ入れる。
- 3 競技終了の合図により、円の外に出て座って待機する。
- 4 通告員の掛け声により、カゴに入った玉を数える。

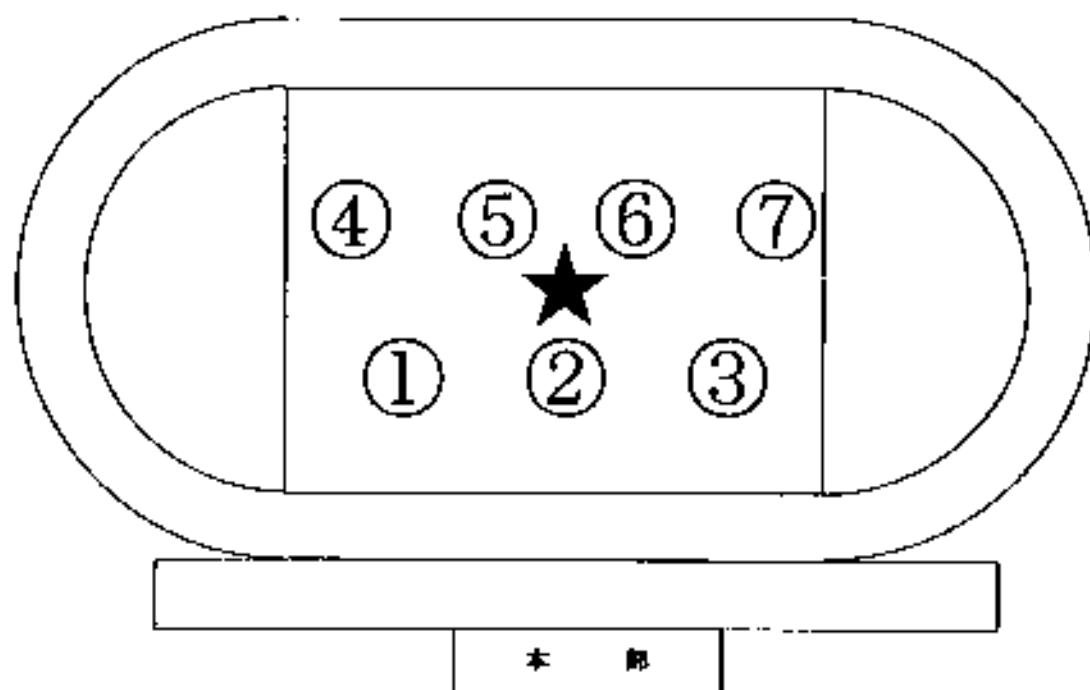
IV 使用用具

- 1 カゴ・支持棒 8組 (予備1組)
- 2 玉 (60個/組) 8組 (予備1組)

V 役員の動き・注意点

競 技 前	
選手係	・選手を招集し、組別に並べる。 ・確認終了後、種目説明係にひきつく。
種目説明係	・種目の説明をする。
出発係	・選手を各競技場所へ誘導する。
用具係	・競技用具の準備を各コースごとに行う。 ・競技用玉が60個あるか確認する。
競 技 中 (1回目)	
用具係	・玉入れポールを支える。 ・競技終了の合図と同時に、カゴを高く上げる。
監察員	・競技開始準備ができたら審判台総括監察 (監察係主任) に白旗でレース可の合図を送る。 ・総括監察は各コースの白旗を確認後、スターターに合図を送る。
スターター	・総括監察の白旗を確認しピストルでスタートの合図をする。 ・ストップウォッチで時間を計る (40秒)
監察員	・ルールが守られているか監察する。 ・競技終了の合図の後に入った玉を取り除き、通告の掛け声にあわせ、かごの中の玉を上に向けて投げる。
決勝審判員	・決勝審判の掛け声により玉を数え、併せて記録員に知らせる。競技記録員は旗を出し、記録員に知らせる。記録員は記録簿に記録し、用具係に知らせる。用具係はカゴを元の位置に戻す。
競 技 後 (1組目)	
競技記録員	・決勝審判から受け取った記録を写す。 ・確認後、写しを1部通告へ渡す。 ・1部を記録集計係に渡す。
選手誘導係	・1位～3位の地区全員を待機場所へ誘導する。 ・4位以下は、退場門 (参加賞引渡所) へ誘導する。
表彰・賞品係	・参加賞引渡所へ誘導されてきた地区の代表者に、参加賞を渡し自席に戻ってもらう。

選手誘導係	・前組移動後、次組を各競技場所へ誘導する。
監察員	・次組準備開始後、レース可の合図を送る。
競 技 後 (2組目)	
用具係	・玉の回収及び個数の確認をする。
選手誘導係	・すべての競技終了後、表彰場所に1位～3位の地区を誘導する。
表彰・賞品係	・各順位代表者1名に賞品を渡す。
選手誘導係	・表彰の終わった選手を退場門へ誘導する。



組 合 せ 表(1組)

コース	地区名	順位	得点
1	上の原		
2	岡		
3	広沢		
4	向山		
5	溝沼		
6	栄町		
7	オープン参加		

組 合 せ 表(2組)

コース	地区名	順位	得点
1	緑ヶ丘		
2	膝折		
3	富士見		
4	東南部		
5	膝折宿		
6	オープン参加		
7	オープン参加		

8 エキシビジョン 男子 3000m

I 参加対象

実業団チーム 男子選手 人

II 競技方法

1. トラックを7周と1/2周する。 2. スタートは、D地点とする。

III 競技上の注意点

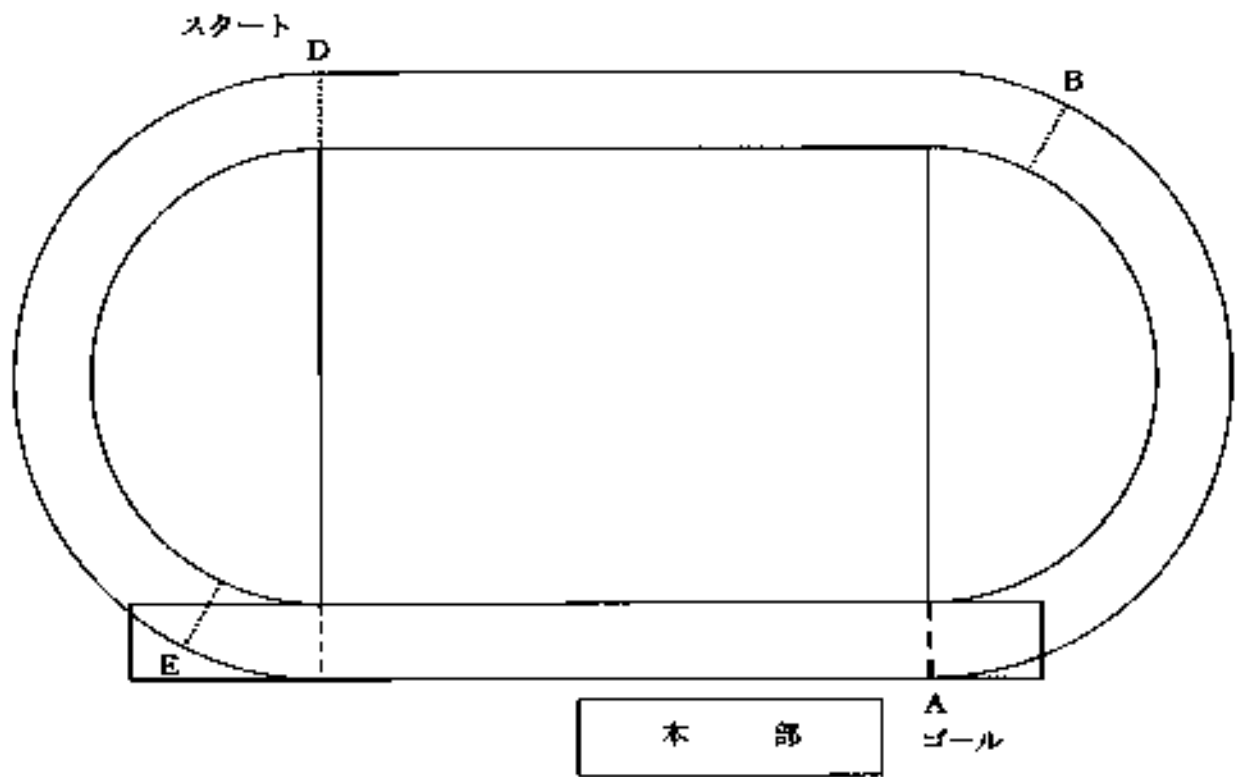
1. スタート時1レーンは空け、2レーン以降から並ぶ。

IV 失格となる行為

1. 走行妨害 2. インレーン侵入

V 役員の動き・注意点

競 技 前	
スポーツ係	<ul style="list-style-type: none"> ゼッケン、安全ピンを用意し選手に渡す。 スポーツプリンターを準備し、陸協へ渡す。 選手を本部テントに招集し、スタートへ誘導し、スタートラインに並ばせる。
用具係	<ul style="list-style-type: none"> ゴール脇に等賞旗を準備する。(1～3位) 周回の鐘を用意する。
競 技 中	
スターター	<ul style="list-style-type: none"> ピストルでスタートの合図をする。
種協	<ul style="list-style-type: none"> タイムを計測する。ルールが守られているか監察する。
決勝審判員	<ul style="list-style-type: none"> ゴール付近に立寄り、選手がゴールを通過した瞬間にストップウォッチを止める。 タイムを計測し、タイムカードを作成する。
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> 決勝審判員から選手をひきつぎ、等賞旗前に並ばせる。
競技記録員	<ul style="list-style-type: none"> 着順を記録用紙に写す。 写しを1部通告へ渡す。
競 技 後	
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> レース終了後、選手(1～3位)を表彰場所へ誘導する。 4位以降の選手は、本部テントへ誘導し、スポーツ係に引き継ぐ。
表彰・賞品係	<ul style="list-style-type: none"> 1位～3位にはメダルを渡す。
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> 表彰の終わった選手を本部テントへ誘導し、スポーツ係に引き継ぐ。



8 エキシビション 女子 1500m

I 参加対象

実業団チーム 女子選手 人

II 競技方法

- 1 トラックを3周と3/4周する。 2 スタートは、B地点とする。

III 競技上の注意点

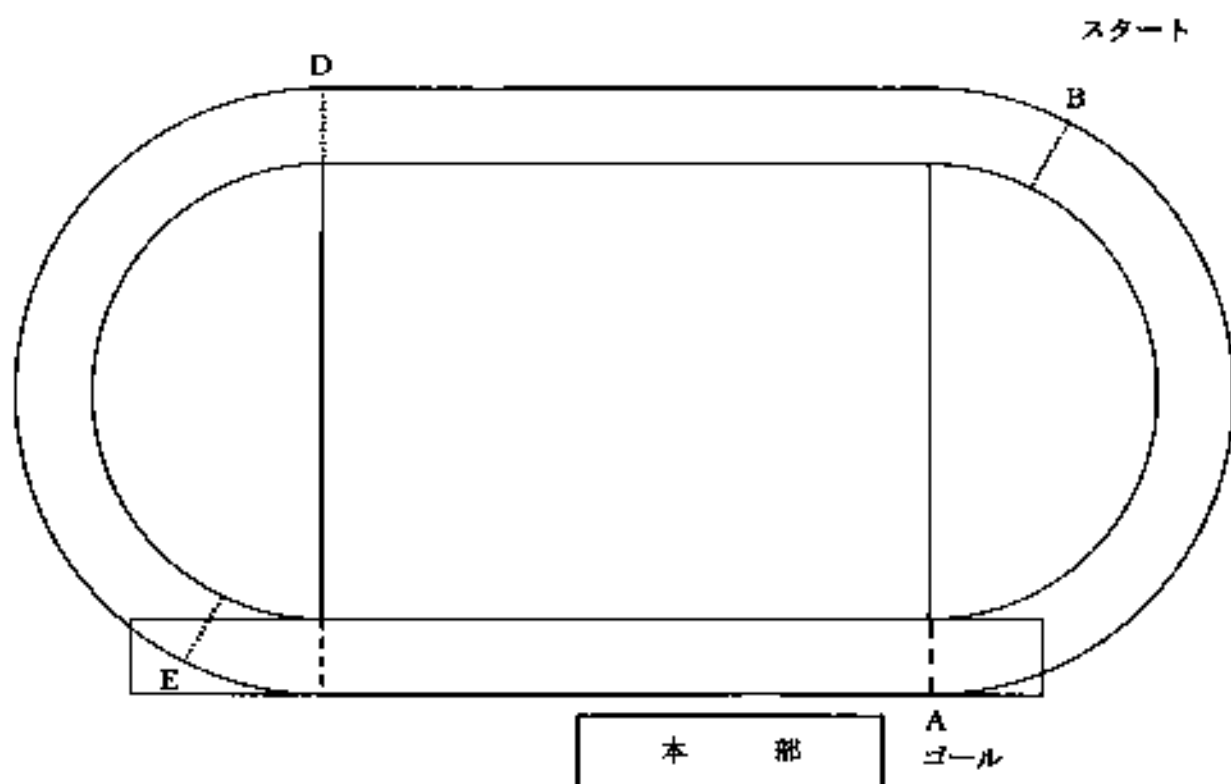
- 1 スタート時1レーンは空け、2レーン以降から並ぶ。

IV 失格となる行為

- 1 走行妨害 2 インレーン侵入

V 役員の動き・注意点

競 技 前	
スポーツ係	<ul style="list-style-type: none"> ・ゼッケン、安全ピンを用意し選手に渡す。 ・スポーツプリンターを準備し、競技場へ渡す。 ・選手を本部テントに招集し、スタートへ誘導し、スタートラインに並ばせる。
用具係	<ul style="list-style-type: none"> ・ゴール脇に等賞旗を準備する。(1~3位) ・周回の鐘を用意する。
競 技 中	
スターター	<ul style="list-style-type: none"> ・ピストルでスタートの合図をする。
陸協	<ul style="list-style-type: none"> ・タイムを計測する。ルールが守られているか監察する。
成績記録係	<ul style="list-style-type: none"> ・タイムを記録用紙に写す。 ・写しを1部通告へ渡す。
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> ・決勝審判員から選手をひきつぎ、等賞旗前に並ばせる。
競技記録員	<ul style="list-style-type: none"> ・着順を記録用紙に写す。 ・写しを1部通告へ渡す。
競 技 後	
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> ・レース終了後、選手(1~3位)を表彰場所へ誘導する。 ・4位以降の選手は、本部テントへ誘導し、スポーツ係に引き継ぐ。
表彰・賞品係	<ul style="list-style-type: none"> ・1位~3位にはメダルを渡す。
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> ・表彰の終わった選手を本部テントへ誘導し、スポーツ係に引き継ぐ。



9 地区対抗ノアブソ チームジャンピング

I 参加対象

- 調回し 2人
 ジャンパー 10人
 交代要員 8人以内
 合計 12人から20人以内
 ※ 年齢・性別の制限なし。また交代要員はいなくてもよい。

II 競技方法

- 1 各地区の選手が一堂に会し、競技時間（5分間）内に連続して跳べた回数を競う。なお、競技時間内であれば何回でも挑戦することができる。
- 2 競技場所は、地区応援席前トラックとする。また、各応援席中央の位置で行う。競技をする際、並び方は応援席に対して縦横どちらでもよい。

III 競技の進行

- 1 競技開始20分前までに選手招集所（石畳）に行き、選手係の確認を受ける。
- 2 出発係の誘導により、競技説明所へ移動し、競技説明を受ける。
- 3 競技説明終了後、出発係の誘導により、フィールドへ移動する。
- 4 フィールドに到着後、各自で競技場所（地区応援席前トラック）へ移動する。
- 5 競技場所へ到着後、速やかに競技ができる体制に整列する。
- 6 通告員の合図（場内放送）により2分間の練習をする。
- 7 練習終了後、競技ができる体制に再整列する。
- 8 ピストルの合図により競技開始。
- 9 ピストルの合図により競技終了。係員の指示があるまで、その場で待機する。
- 10 記録発表
- 11 ①各組1位から3位の地区は、選手誘導係の誘導により、表彰所へ移動し表彰を受ける。
②4位以降の地区は、代表の選手が選手誘導係の誘導により、参加賞引渡所へ移動、参加賞を受領し、その他の選手は直接地区応援席に戻る。

IV 競技上の注意点

- 1 計数は、大綱がジャンパー全員の頭上を通過し、かつ、ジャンパー全員が大綱をジャンプできたら1回と計測する。
- 2 制限時間内であれば何回でも挑戦ができる。
- 3 選手の交代は、再挑戦するときに行う。※跳躍中は、選手の交代はできない！
- 4 跳躍中に競技終了となった場合、ピストルの合図の直後に跳躍した分については1回の計数に入れる。
- 5 大綱は、短くせず必ず『グリップ（プラスチック部分）』を持って回すこと。

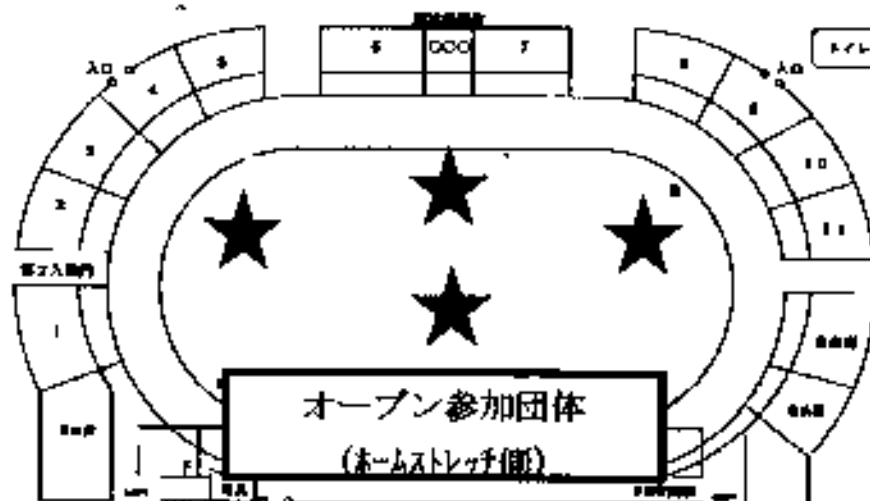
V 使用用具

各地区に大綱1本 計5本

VI 役員の動き・注意点

競 技 前	
選手係	・選手を招集し、並べる。 ・参加者の人数構成等参加要件を確認する。 ・確認終了後、種目説明係に引きつぐ。
種目説明係	・種目の説明をする。
出発係	・フィールドに到着した選手を、競技場所（各応援席前中央）に誘導する。
用具係	・競技用大綱を用意する。
競 技 中	
用具係	・競技用大綱を通告のアナウンスがあったら各地区に渡す。 （それまでは渡さない）
監察員	・競技場所に着いた参加者が20人以内であることの確認を再度する。 （練習開始までは20人以内なら補充可）
通告	・練習開始のアナウンスをする。
スターター	・練習開始の合図をピストルで送る。（2分間）※マイク使用
監察員	・競技開始準備ができたなら審判台総括監察（監察係主任に白旗でレース可の合図を送る。 ・総括監察は各コースの白旗を確認後、スターターに合図を送る。
スターター	・総括監察の白旗を確認しピストルでスタートの合図を送る。※マイク使用 ・ストップウォッチで時間を計る。（5分間）
監察員	・ルールが守られているか監察する。

	・競技中ジャンパーが10名そろっているか確認する。
決勝審判員	
競技記録員	<ul style="list-style-type: none"> ・決勝審判から受け取った結果を写す。 ・確認後、写しを1部通告へ渡す。 ・1部を記録集計係に渡す。
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> ・各組1位～3位の地区代表者を表彰場所へ誘導する。 ・4位以下の地区は、代表者を参加賞引渡所へ誘導する。 ※それ以外の方は、そのまま自席に戻ってもらう。
競 技 後	
表彰・賞品係	<ul style="list-style-type: none"> ・1位～3位の地区代表者に賞品を渡す。 ・4位以下の地区代表者に参加賞を渡す。(参加賞引渡し所)
選手誘導係	・表彰の終わった選手を退場門へ誘導する。
用具係	・競技用大縄を回収する。



組合せ表(1組)

コース	地区名	順位	得点
1	栄町		
2	岡		
3	上の原		
4	膝折		
5	溝沼		
6	緑ヶ丘		

組合せ表(2組)

コース	地区名	順位	得点
1	広沢		
2	膝折宿		
3	東南部		
4	富士見		
5	向山		
	-10-		

組合せ表(3組)

コース	地区名	順位	得点
1	オープン	—	—
2	オープン	—	—
3	オープン	—	—
4	オープン	—	—
5	オープン	—	—
6	オープン	—	—

1.2 地区対抗 綱引き/オープン

II 競技方法

- 1 競技は各地区1試合のみとする。
ただし、出場地区数が奇数の場合に限る。「1度負けている地区」が復活し「試合相手のいない地区」と再度試合をするものとする。なお、この場合復活した「1度負けている地区」の得点は、2試合目の勝敗結果で決定するものとする。(※このことを「敗者復活方式」という。)
- 2 試合は3本勝負とし、2本先取した地区を勝ちとする。
- 3 得点は、勝ち地区10点、負け地区5点とする。
- 4 1本の勝負の時間は20秒間とし、勝敗は次の①、②を勝ちとする。
 - ① 20秒以内に、「綱のセンターマーク」を「2mライン」まで引寄せせる。
 - ② 20秒経過後、「綱のセンターマーク」を「2mライン」寄りに引寄せせている。

III 競技の進行

- 1 出発係の誘導で競技説明所から「第1試合の地区」は「競技場所」に、「その他の地区」は「待機場所」に移動する。競技場所では軍手を使用希望者に配布する。
- 2 試合開始
 - ① 勝負の開始と終了の合図は、ピストルで行う。
 - ② スターターの「位置について」の号令で綱を持つ。
 - ③ スターターの「用意」の号令で手のひらを上側にして綱を引ける状態にする。このとき綱がピンと張られた状態を保たなければならない。
 - ④ スターターのピストルの合図とともに、綱を引き開始する。
 - ⑤ 競技場所は、勝負毎にチェンジする。ただし、3本目の勝負については、先頭の選手のジャンケンにより、勝ったほうが場所を選択することができる。
 - ⑥ 2本の勝負で勝敗が決まった組は、3本目の勝負が終わるまで競技場所待機する。
 - ⑦ 「2回試合をする地区」は、第1試合終了後、係員の指示があるまで競技場所待機する。
- 3 表彰・参加賞授与
 - ① 「勝ち地区」は選手誘導係の誘導により「表彰所」へ移動し、表彰を受ける。
 - ② 「負け地区」は代表者が参加賞を取りに行き、その他の選手は直接地区応援席に戻る。
- 4 次の試合の地区は競技場所に移動し、「2～3」を行う。

IV 競技上の注意点

- 1 選手と応援者の交代はできない。
- 2 スパイクの使用はできない。
- 3 軍手の使用は配布したものを以外使用できない。
- 4 「先頭の選手」はブルーマークのすぐ後を握ること。
- 5 選手のポジションは、片側、両側共に可とし、勝負ごとに変更できる。
- 6 最後尾の選手の体に綱を巻き付けることは可とする。

V 失格となる行為

- 1 スパイクの使用。
- 2 指定された軍手以外の使用。
- 3 後ろの選手の足や地面に座り込む。

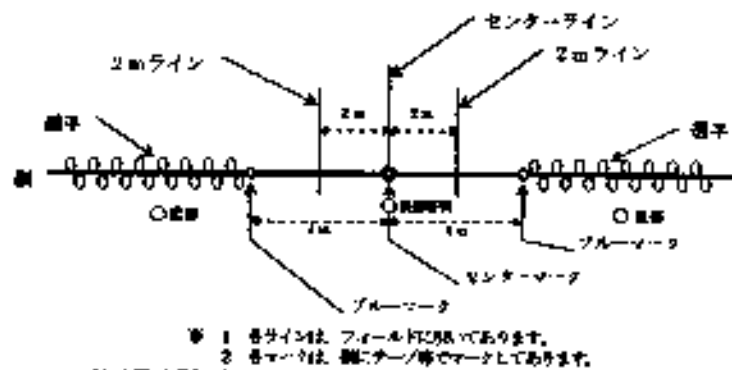
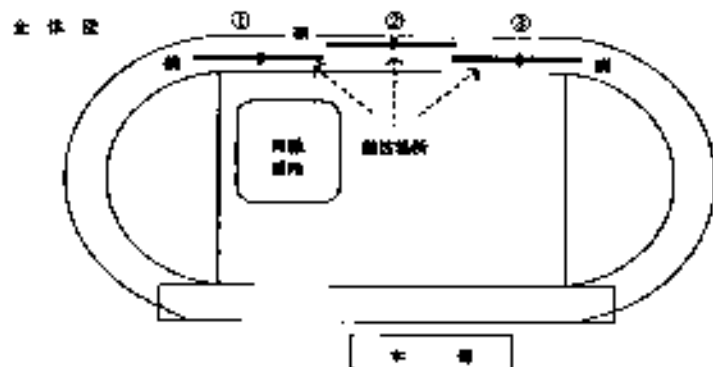
VI 使用用具

- | | |
|------------------------|------------|
| 1 綱 4本 (試合用3本 + 予備1本) | 2 黄色旗 3本 |
| 3 ストップウォッチ (スターター用) 3個 | 4 ホイッスル 3個 |
| 5 軍手 | |

VII 役員の動き・注意点

競技前	
選手係	・選手を招集し、並べる。 ・参加者の男女構成等参加要件を確認する。 ・確認終了後、種目説明係にひきつく。
種目説明係	・種目の説明をする。
出発係	・プラカードを持って選手を各競技場所へ誘導する。待機地区は待機場所へ誘導する。
用具係	・競技用具の綱を準備する。 ・競技用手袋を用意する。
競技中	
決勝審判員	・競技開始準備ができたら審判台総括監察(監察係主任)に白旗でレース可の合図を送る。
監察員	・競技開始準備ができたら審判台総括監察(監察係主任)に白旗でレース可の合図を送る。

スターター	<ul style="list-style-type: none"> ・総括監察は各コースの白旗を確認後、スターターに合図を送る。 ・総括監察の白旗を確認し、マイクでアナウンス後、ピストルで開始と終了の合図をする。 ・時間計測をする。
総括監察	
監察員	<ul style="list-style-type: none"> ・手袋を使用したい選手に軍手の場所を教える。 ・ルールが守られているか監察する。
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> ・試合毎の選手の対戦位置の誘導をする。 ・勝ち地区全員を、表彰場所へ誘導する。 ・負け地区を、退場門へ誘導する。
競技記録員	<ul style="list-style-type: none"> ・決勝審判から受け取った結果を写す。 ・確認後、写しを1部通告へ渡す。 ・1部を記録集計係に渡す。
表彰・賞品係	<ul style="list-style-type: none"> ・参加賞引渡所へ誘導されてきた負け地区に賞品を渡す。
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> ・表彰の終わった選手を退場門へ誘導する。
表彰・賞品係	<ul style="list-style-type: none"> ・勝ち地区代表者に賞品を渡す。



試合	場所	地区名	勝敗	得点	地区名	勝敗	得点
第1試合	1	上の原			岡		
	2	膝折宿			向山		
	3	オープン参加			オープン参加		
第2試合	1	膝折			緑ヶ丘		
	2	溝沼			東南部		
	3	オープン参加			オープン参加		
第3試合	1	栄町			富士見		
	2	広沢			敗者復活※		
	3	オープン参加			オープン参加		

※第1試合第2競技場所の敗者

14 地区対抗 年代別リレー

I 参加対象

小学生以下	男・女	各1人
19歳以下	男・女	各1人
20歳以上	男・女	各1人
30歳以上	男・女	各1人
40歳以上	男・女	各1人
合計		10人

※ 各走者とも、基準年齢以上(小学生以下及び19歳以下の場合は以下)であれば選手になれる。

II 競技方法

- 1 40歳以上の男・女は1人50m、その他の選手は1人100m、合計900mのリレーをする。
- 2 スタートは、E地点とする。
- 3 スタートは各コースに並び、スタート後はオープンとする。
- 4 走者の順番は次のとおりとする。

順 番	年 代	性別	距 離
第1走者	40歳以上	女子	50m
第2走者		男子	50m
第3走者	小学生以下	女子	100m
第4走者		男子	100m
第5走者	30歳以上	女子	100m
第6走者		男子	100m
第7走者	20歳以上	女子	100m
第8走者		男子	100m
第9走者	19歳以下	女子	100m
第10走者		男子	100m


III 競技上の注意点

- 1 第1走者は、スタート直後、他の選手と接触する危険があるため、急激なコースの変更はしないこと。
- 2 バトンをリレーするときにバトンを落とした場合は、バトンはどちらが拾ってもよい。

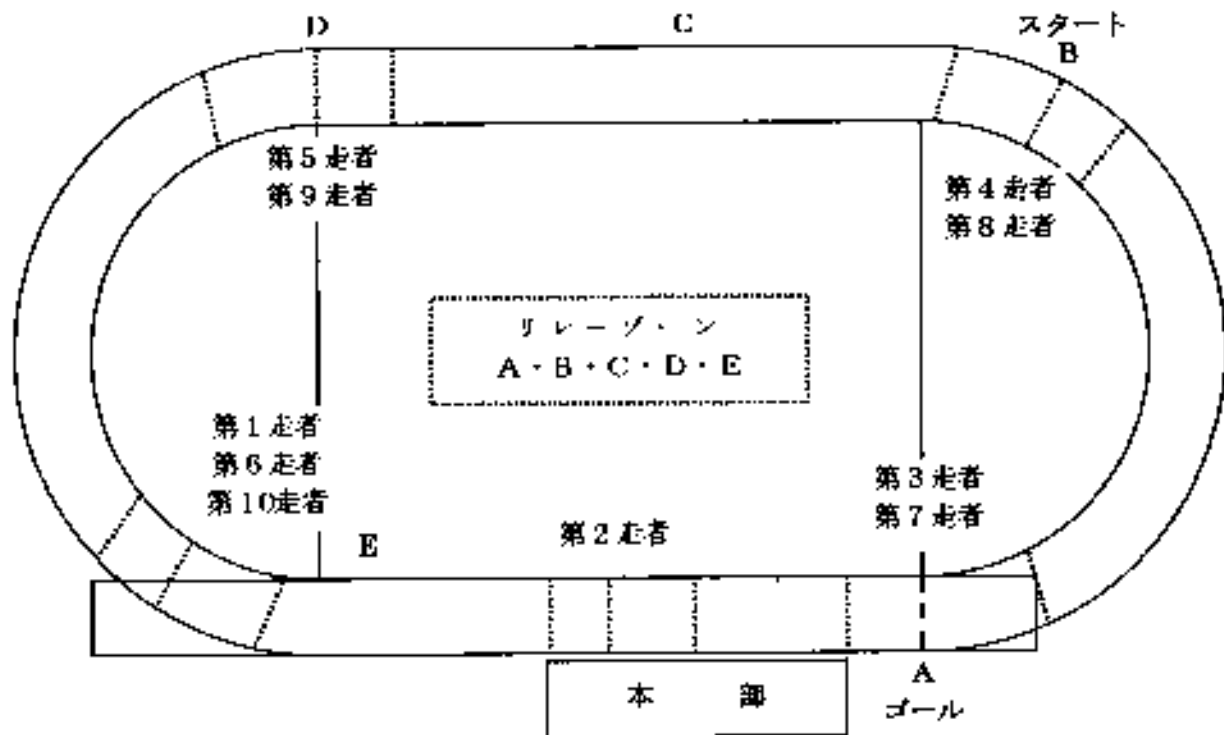
IV 失格となる行為

- 1 オーバーゾーン
- 2 走路妨害
- 3 バトンを不正な方法でリレーした場合

V 役員の動き・注意点

競 技 前	
選手係	<ul style="list-style-type: none"> 選手を招集し、並べる。 参加者の男女構成等参加要件を確認する。 確認終了後、種目説明係にひきつく。
種目説明係	<ul style="list-style-type: none"> 種目の説明をする。(リレーゾーンの説明はしない)
出発係	<ul style="list-style-type: none"> 1組目を各競技場所へ誘導する。 (選手誘導係と連携・調整)
ゾーン説明係	<ul style="list-style-type: none"> リレーゾーンについて説明する。
用具係	<ul style="list-style-type: none"> 等賞旗を用意する。
競 技 中	
監察員	<ul style="list-style-type: none"> 競技開始準備ができたなら審判台総括監察に白旗でレース可の合図を送る。 総括監察は各コースの白旗を確認後、スターターに合図を送る。
スターター	<ul style="list-style-type: none"> 総括監察の白旗を確認しピストルでスタートの合図をする。
監察員	<ul style="list-style-type: none"> ルールが守られているか監察する。
記録係	
競技記録員	<ul style="list-style-type: none"> レース終了後審判台の総括監察の白旗が上がったことを確認する。 着順を記録用紙に写す。 写しを1部通告へ渡す。 1部を記録集計係に渡す。
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> 選手を各等賞旗前に整列させる。 1位～3位の地区全員を表彰場所へ誘導する。 4位以降は、退場門へ誘導し参加賞を受け取ってもらう。
表彰・賞品係	<ul style="list-style-type: none"> 参加賞引渡所へ誘導されてきた選手に、参加賞を渡し退場門へ誘導する。
競 技 後	
表彰・賞品係	<ul style="list-style-type: none"> 各順位の地区の選手全員にメダルの授与をする。
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> 表彰の終わった選手を退場門へ誘導する。





組合せ表(1組目)

コース	地区名	順位	得点
1	富士見		
2	岡		
3	膝折		
4	溝沼		
5	栄町		

組合せ表(2組目)

コース	地区名	順位	得点
1	広沢		
2	東南部		
3	上の原		
4	膝折宿		
5	向山		

監察員 マニュアル

(令和5年9月改訂版)

2・3 自由 100m・50m競走

I 参加対象

- 100m：小学5年生以上
50m：小学1年生～4年生・30歳以上

II 競技方法

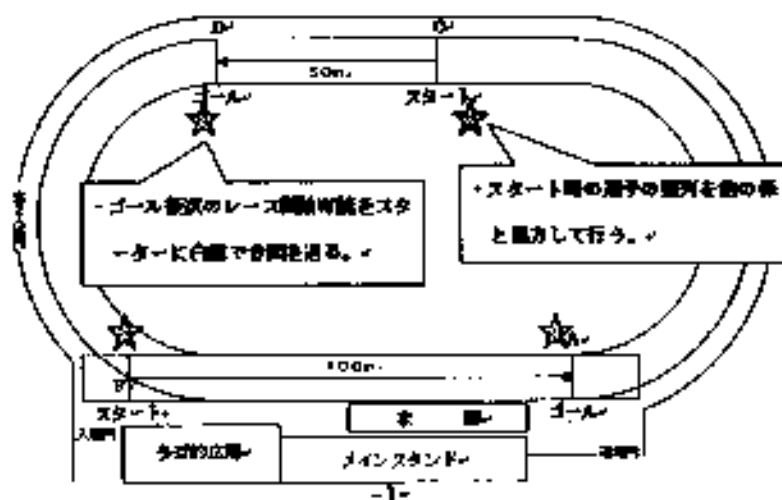
- 1 競技場所
100m：ホームストレッチ
50m：バックストレッチ
- 2 極力、学年別・男女別に行う。
スタートは、大人からスタートさせる

III 使用用具

- 1 ゴールテープ：2本

IV 役員の仕事・注意点

選手係	<ul style="list-style-type: none"> 選手を招集し、学年別・男女別に参加者を並べる。 おおむねの人数を確認する。 確認終了後、出発係に引きつぐ。 <p>※100・50m共、スタートは大人からとする。</p>
出発係	<ul style="list-style-type: none"> 100mは入場門から（F）スタートライン後方まで参加者を整列させる。 50mは退場門から（C）スタートライン後方まで誘導する。
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> 上記出発係の参加者整列を手伝う。
監察員	<ul style="list-style-type: none"> 競技開始準備ができたなら紅白旗でスターターにレース可の合図を送る。
出発係	<ul style="list-style-type: none"> 選手をスタートラインまで誘導する。（選手誘導と連携・調整）
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> 上記出発係と連携・調整を行う。
スターター	<ul style="list-style-type: none"> 監察の白旗を確認しピストルでスタートの合図をする。
決勝審判員	<ul style="list-style-type: none"> ゴールテープ持ちをする。（順位の設定は行わない）
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> 決勝審判員から選手をひきつぎ、50m走は第2入場門へ100m走は退場門へ誘導する。
監察員	<ul style="list-style-type: none"> 前走者レース終了後、紅白旗でスターターに次レース可の合図を送る。
表彰・賞品係	<ul style="list-style-type: none"> 参加賞引渡所へ誘導されてきた選手に、参加賞を渡す。



4 地区対抗 大玉リレー (レク種目)

I 参加対象

小学生以上 男・女 各4人 合計 8人 (男女の組み合わせは自由)

II 競技方法

- 1 2人1組で大玉を転がし、4組でリレーを行う。
- 2 第一走者は、スタートラインに立ち、スタートの合図でリレーゾーン内に用意された大玉を転がし出走する。
- 3 カラーコーンを矢印の方向にジグザグに進み、折り返しのカラーコーンを回り、矢印の方向にジグザグに走り大玉を転がしながら戻ってくる。
- 4 リレーは、リレーゾーン内で行い、次走者は前走者から大玉を受け取りスタートする。
- 5 2走者から4走者まで3から4までを繰り返す。
- 6 タスキを付けたアンカー(4走者)は、3を行った後、リレーゾーン内に大玉を置いた状態で、その場で座ることでゴールとなる。

III 競技上の注意点

V 使用用具

- 1、大玉 7個(予備1個) 2、カラーコーン 18個 3、着順用旗 7本(予備1本)
4、タスキ 7本(予備1本) ※アンカー用 5、黄旗 7本

競 技 前

用具係	カラーコーン、ボールの用意をする。
選手係	・選手を招集し、並べる。 ・参加者の人数構成等参加要件を確認する。 ・確認終了後、種目説明係にひきつく。
種目説明係	・種目の説明をする。
出発係	・1組目をスタートラインに誘導する。2組目以降は競技前待機場所に誘導する。
選手誘導係	・2組目を競技前待機場所からスタートラインへ誘導する。

競 技 中

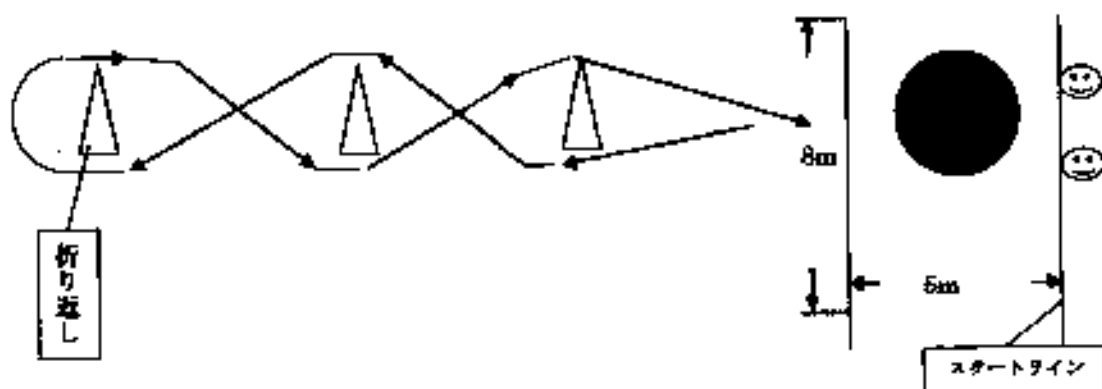
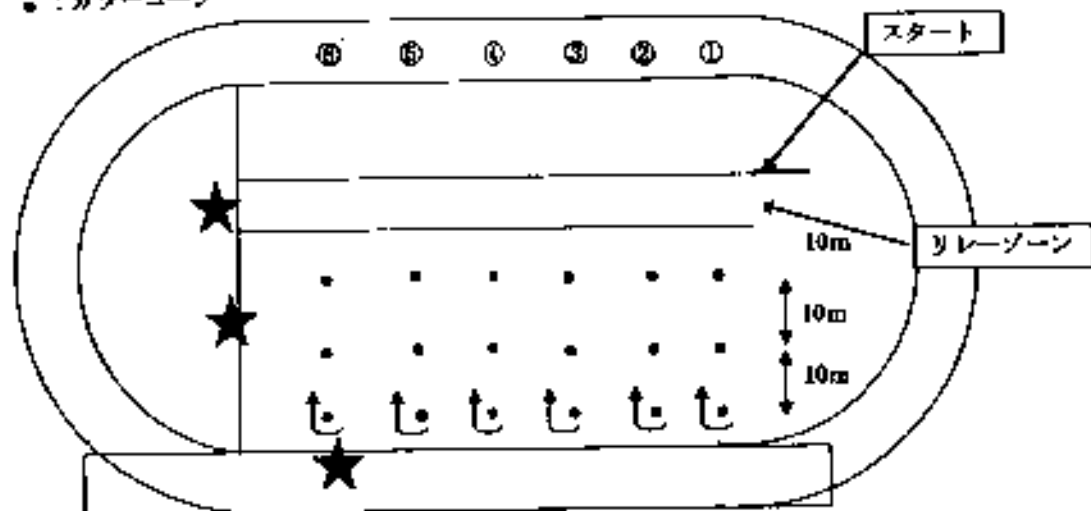
監禁員	・競技開始前、スタートラインに立寄り、選手の出発を確認する。 ・スタートの合図で、スタートラインを離れる。
スターター	・総括監禁の白旗を確認しピストルでスタートの合図をする。
監禁員	・スタートの合図で、スタートラインを離れる。 ・選手の出発を確認する。 ・スタートの合図で、スタートラインを離れる。
決勝審判員	・旗を持ち、順位の確認をする。
競技記録員	・決勝審判から受け取った結果を写す。 ・確認後、写しを1部通告へ渡す。 ・1部を記録集計係に渡す。
選手誘導係	・各組1位～3位の地区代表者を表彰場所へ誘導する。 ・4位以下の地区は、代表者を参加賞引渡所へ誘導する。 ・※それ以外の方は、そのまま自席に戻ってもらう。

競 技 後

表彰・賞品係	・1位～3位の地区代表者に賞品を渡す。 ・4位以下の地区代表者に参加賞を渡す。(参加賞引渡し所)
選手誘導係	・表彰の終わった選手を退場門へ誘導する。

★ : 監査員 (各コースに配置)

● : カラーコーン



組合せ表(1組目)

コース	地区名	順位	得点
1	東南部		
2	上の原		
3	溝沼		
4	膝折		
5	広沢		
6	膝折宿		

組合せ表(2組目)

コース	地区名	順位	得点
1	岡		
2	栄町		
3	緑ヶ丘		
4	向山		
5	富士見		

6 地区対抗/オープン 玉入れ (レク種目)

I 参加対象

15人以上30人以内 (※年齢、性別の制限なし)

II 競技方法

直径5mの円の中心に立っている高さ3mのカゴに、40秒間に何個の玉を入れられるかを競う。
競技終了の合図後、投げ入れた玉は数に入れない。

III 競技の進行

- 1 選手は、あらかじめ玉を2個手に持ち、円の外で待つ。
- 2 競技開始の合図により、円の中に入りカゴに玉を投げ入れる。
- 3 競技終了の合図により、円の外に出て座って待機する。
- 4 通告員の掛け声により、カゴに入った玉を数える。

IV 使用用具

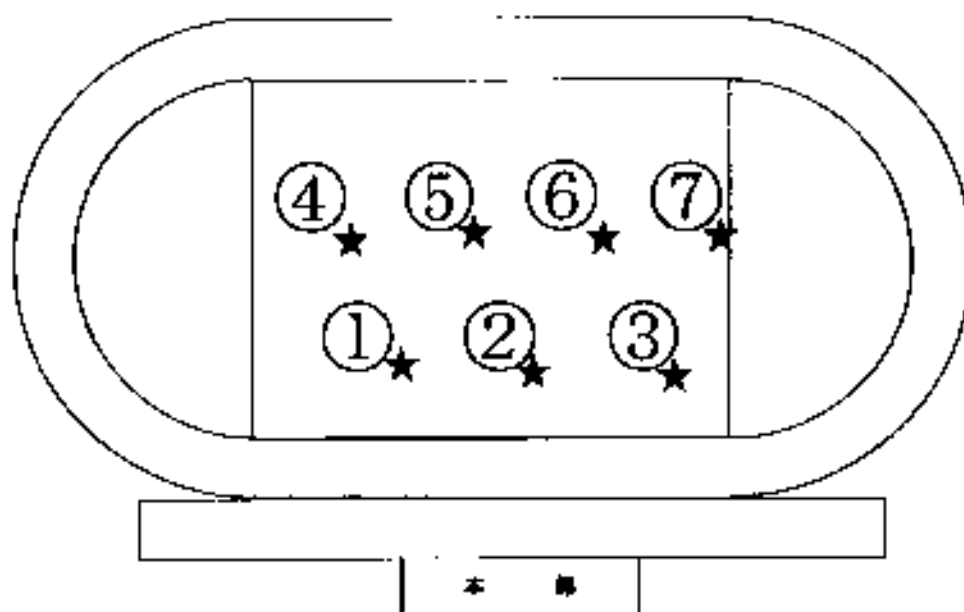
- 1 カゴ・支持棒 8組 (予備1組)
- 2 玉 (60個/組) 8組 (予備1組)

V 役員の動き・注意点

競技前	
選手係	・選手を招集し、組別に並べる。 ・確認終了後、種目説明係にひきつく。
種目説明係	・種目の説明をする。
出発係	・選手を各競技場所へ誘導する。
用具係	・競技用具の準備を各コースごとに行う。 ・競技用玉が60個あるか確認する。
競技中 (1回目)	
用具係	・玉入れポールを支える。 ・競技終了の合図と同時に、カゴを高く上げる。
監察員	※競技開始準備が整った後、審判台待機監察員監察係主任は白旗を上げ、各組の発 出時刻を記録する。 ※競技開始後、各組の発出時刻を記録し、各組の発出時刻を記録する。
スターター	・総括監察の白旗を確認しピストルでスタートの合図をする。 ・ストップウォッチで時間を計る (40秒)
監察員	・ルールが守られているか監察する。 ・競技終了の合図の後に入った玉を取り除き、通告の掛け声にあわせ、かごの中の玉を上に向けて投げる。
決勝審判員	・監察員の投げ上げた玉を数え集計票に記入し、競技記録員へ渡す。
競技後 (1組目)	
競技記録員	・決勝審判員から受け取った記録を写す。 ・確認後、写しを1部通告へ渡す。 ・1部を記録集計係に渡す。
選手誘導係	・1位～3位の地区全員を待機場所へ誘導する。 ・4位以下は、退場門 (参加賞引渡所) へ誘導する。
表彰・賞品係	・参加賞引渡所へ誘導されてきた地区の代表者に、参加賞を渡し自席に戻ってもらう。
選手誘導係	・前組移動後、次組を各競技場所へ誘導する。
監察員	・次組準備開始後、レース可の合図を送る。

競 技 後 (2 趣 目)	
用具係	・玉の回収及び個数の確認をする。
選手誘導係	・すべての競技終了後、表彰場所に1位～3位の地区を誘導する。
表彰・賞品係	・各順位代表者1名に賞品を渡す。
選手誘導係	・表彰の終わった選手を退場門へ誘導する。

★：監察係



組 合 せ 表(1組)

コース	地区名	順位	得点
1	上の原		
2	岡		
3	広沢		
4	向山		
5	溝沼		
6	栄町		
7	オープン参加		

組 合 せ 表(2組)

コース	地区名	順位	得点
1	緑ヶ丘		
2	膝折		
3	富上見		
4	東南部		
5	膝折宿		
6	オープン参加		
7	オープン参加		

9 地区対抗 チームジャンピング

I 参加対象

縄回し	2人
ジャンパー	10人
交代要員	8人以内
合計	12人から20人以内

※ 年齢・性別の制限なし。また交代要員はいなくてもよい。

II 競技方法

- 1 各地区の選手が一堂に会し、競技時間（5分間）内に連続して跳べた回数を競う。
なお、競技時間内であれば何度でも挑戦することができる。
- 2 競技場所は、地区応援席前トラックとする。また、各応援席中央の位置で行う。
競技をする際、並び方は応援席に対して縦横どちらでもよい。

III 競技の進行

- 1 競技開始15分前までに選手招集所（右翼）に行き、選手係の確認を受ける。
- 2 出発係の誘導により、競技説明所へ移動し、競技説明を受ける。
- 3 競技説明終了後、出発係の誘導により、フィールドへ移動する。
- 4 フィールドに到着後、各自で競技場所（地区応援席前トラック）へ移動する。
- 5 競技場所へ到着後、速やかに競技ができる体制に整列する。
- 6 交代要員の人数確認を監察より受ける。
- 7 通告員の合図（場内放送）により2分間の練習をする。
- 8 練習終了後、競技ができる体制に再整列する。
- 9 ピストルの合図により競技開始。
- 10 ピストルの合図により競技終了。係員の指示があるまで、その場で待機する。
- 11 記録発表
- 12 ① 1位から3位の地区は、選手誘導係の誘導により、表彰所へ移動し表彰を受ける。
② 4位以降の地区は、代表の選手が選手誘導係の誘導により、参加賞引渡所へ移動、参加賞を受領し、その他の選手は直接地区応援席に戻る。

・練習開始まで交代要員は補充できる。
・練習開始、終了後は交代要員の変更はできない。

IV 競技上の注意点

- 1 計数は、大縄がジャンパー全員の頭上を通過し、かつ、ジャンパー全員が大縄をジャンプできたら1回と計測する。
- 2 制限時間内であれば何回でも挑戦ができる。
- 3 選手の交代は、再挑戦するときに行う。※跳躍中は、選手の交代はできない！
- 4 跳躍中に競技終了となった場合、ピストルの合図の直後に跳躍した分については1回の計数に入れる。
- 5 大縄は、必ず『グリップ（プラスチック部分）』を持って回すこと。

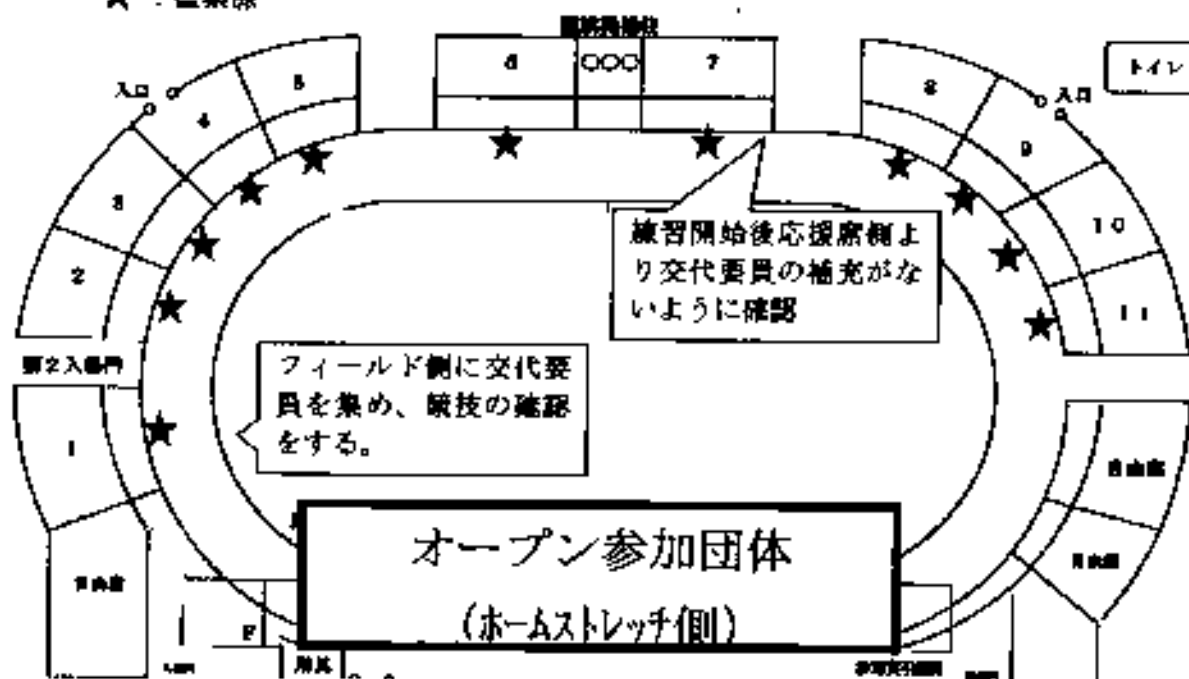
V 使用用具

各地区に大縄1本 計5本(予備2本)

VI 役員の動き・注意点

競 技 前	
選手係	<ul style="list-style-type: none"> 選手を招集し、並べる。 参加者の人数構成等参加要件を確認する。 確認終了後、種目説明係に引きつぐ。
種目説明係	<ul style="list-style-type: none"> 種目の説明をする。
出発係	<ul style="list-style-type: none"> 競技説明を終えた選手を、競技場所(各広棟席前中央)に誘導する。
用具係	<ul style="list-style-type: none"> 競技用大縄を用意する。
競 技 中	
用具係	<ul style="list-style-type: none"> 競技用大縄を通告のアナウンスがあったら各地区に渡す。(それまでは渡さない)
観望係	
通告	<ul style="list-style-type: none"> 練習開始のアナウンスをする。
スターター	<ul style="list-style-type: none"> 練習開始の合図をピストルでする。(2分間)
観望係	
スターター	<ul style="list-style-type: none"> 総括監察の白旗を確認しピストルでスタートの合図をする。 ストップウォッチで時間を計る。(5分間)
監察係	
決勝審判員	<ul style="list-style-type: none"> 各地区の飛んだ回数を数える。(連続回数) 競技終了後、地区毎に連続して一番多く飛んだ回数を用紙に記入し、競技記録員へ渡す。
競技記録員	<ul style="list-style-type: none"> 決勝審判から受け取った結果を写す。 確認後、写しを1部通告へ渡す。 1部を記録集計係に渡す。
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> 各組1位～3位の地区代表者を表彰場所へ誘導する。・4位以下の地区は、代表者を参加賞引渡所へ誘導する。 ※それ以外の方は、そのまま自席に戻ってもらう。
競 技 後	
表彰・賞品係	<ul style="list-style-type: none"> 1位～3位の地区代表者に賞品を渡す。 4位以下の地区代表者に参加賞を渡す。(参加賞引渡し所)
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> 表彰の終わった選手を退場門へ誘導する。
用具係	<ul style="list-style-type: none"> 競技用大縄を回収する。

★：監査係



※1地区1人×11地区＝11人
 ※オープン参加最大6チーム＝6人

組合せ表(1組)

コース	地区No.	地区名	順位	得点
1	1	栄町		
2	2	岡		
3	3	上の原		
4	4	膝折		
5	5	溝沼		
6	6	緑ヶ丘		

組合せ表(2組)

コース	地区No.	地区名	順位	得点
1	7	広沢		
2	8	膝折宿		
3	9	東南部		
4	10	富士見		
5	11	向山		
—	—	—	—	—

組合せ表(3組)

コース	地区名	順位	得点
1	オープン	—	—
2	オープン	—	—
3	オープン	—	—
4	オープン	—	—
5	オープン	—	—
6	オープン	—	—

13 自 由 親子動物競走

I 参加対象

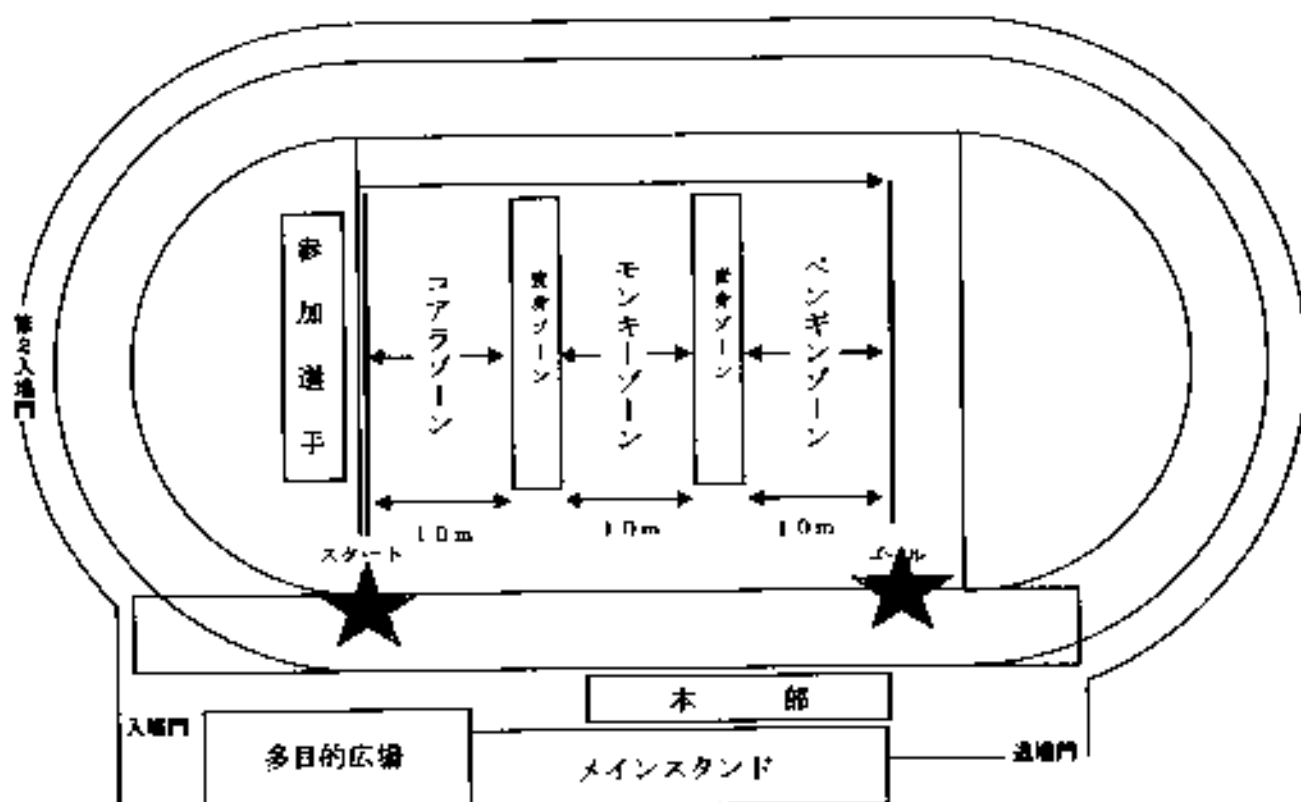
小学3年生以下とその親又は保護者

II 競技方法

- 1 フィールドに作った各動物ゾーンを走る。
- 2 始めに親又は保護者が子供をおんぶし、スタートにたち、スタートの合図でおんぶしたままコアラゾーン10mを走る。
- 3 続いて、変身ゾーンにておんぶから子どもを降ろし、次に、親又は保護者が子供を抱っこしてモンキーゾーン10mを走る。
- 4 最後に、変身ゾーンにて子どもを抱っこから降ろし、次に、親又は保護者の足の甲に子供の足を乗せ子供の手を持ちペンギンゾーン10mを走りゴールとなる。

III 役員の動き・注意点

選手係	・選手を招集し、おおむねの人数を確認する。 ・確認終了後、出発係に引きつぐ。
出発係	・1レースおおむね10組で走れるように参加者をスタートライン後方に整列させる。
選手誘導係	・上記出発係の参加者整列を手伝う。
用具係	・各ゾーンに看板(コアラ・モンキー・ペンギンの絵が描いてあるもの)を置く。
スターター	・監察の白旗を確認しピストルでスタートの合図をする。
選手誘導係	・ゴールした選手を参加賞引渡所へ誘導する。
表彰・賞品係	・参加賞引渡所へ誘導されてきた選手に、参加賞を渡す。



14 地区対抗 年代別リレー

I 参加対象

小学生以下	男・女	各1人
19歳以下	男・女	各1人
20歳以上	男・女	各1人
30歳以上	男・女	各1人
40歳以上	男・女	各1人
合計		10人

※ 各走者とも、基準年齢以上（小学生以下及び19歳以下の場合は以下）であれば選手になれる。

II 競技方法

- 1 40歳以上の男・女は1人50m、その他の選手は1人100m、合計900mのリレーをする。
- 2 スタートは、E地点とする。
- 3 スタートは各コースに並び、スタート後はオープンとする。
- 4 走者の順番は次のとおりとする。

順 番	年 代	性別	距 離
第1走者	40歳以上	女子	50m
第2走者		男子	50m
第3走者	小学生以下	女子	100m
第4走者		男子	100m
第5走者	30歳以上	女子	100m
第6走者		男子	100m
第7走者	20歳以上	女子	100m
第8走者		男子	100m
第9走者	19歳以下	女子	100m
第10走者		男子	100m

III 競技上の注意点

- 1 第1走者は、スタート直後、他の選手と接触する危険があるため、急激なコースの変更はしないこと。
- 2 バトンをリレーするときにバトンを落とした場合は、バトンはどちらが拾ってもよい。

IV 失格となる行為

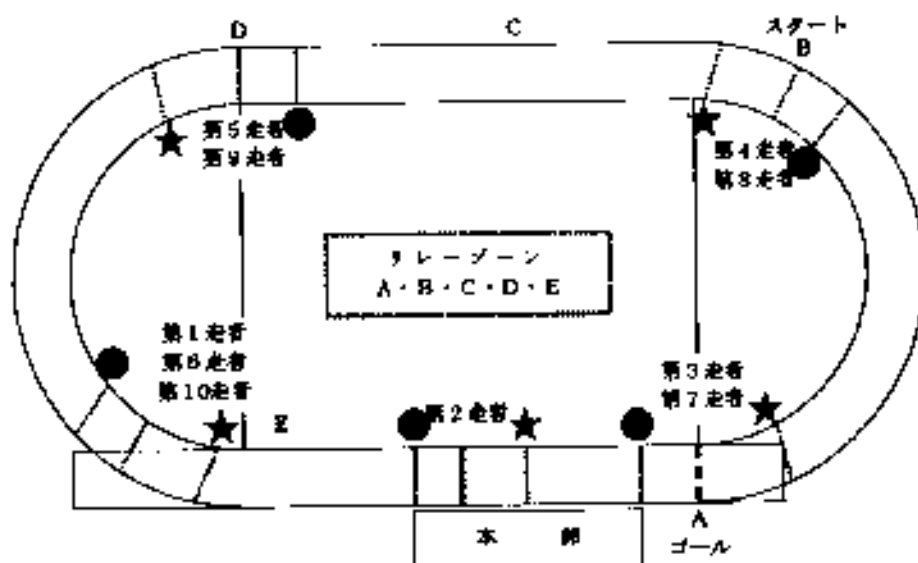
- 1 オーバーゾーン
- 2 走路妨害
- 3 バトンを不正な方法でリレーした場合

V 役員の動き・注意点

競 技 前	
選手係	<ul style="list-style-type: none"> 選手を招集し、並べる。 参加者の男女構成等参加要件を確認する。 確認終了後、種目説明係にひきつく。
種目説明係	<ul style="list-style-type: none"> 種目の説明をする。(リレーゾーンの説明はしない)
出発係	<ul style="list-style-type: none"> 1組目を各競技場所へ誘導する。 (選手誘導係と連携・調整)
ゾーン説明係	<ul style="list-style-type: none"> リレーゾーンについて説明する。
用具係	<ul style="list-style-type: none"> 等賞旗を用意する。
競 技 中	
新選出	
スターター	<ul style="list-style-type: none"> 総括監察の白旗を確認しピストルでスタートの合図をする。
記録係	
決勝審判員	<ul style="list-style-type: none"> ゴールテープ持ちをする。 着順を確認する。
競技記録員	<ul style="list-style-type: none"> レース終了後審判台の総括監察の白旗が上がったことを確認する。 着順を記録用紙に写す。 写しを1部通告へ渡す。 1部を記録集計係に渡す。
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> 選手を各等賞旗前に整列させる。 1位～3位の地区全員を表彰場所へ誘導する。 4位以降は、退場門へ誘導し参加賞を受け取ってもらう。
表彰・賞品係	<ul style="list-style-type: none"> 参加賞引渡所へ誘導されてきた選手に、参加賞を渡し退場門へ誘導する。
競 技 後	
表彰・賞品係	<ul style="list-style-type: none"> 各順位の地区の選手全員にメダルの授与をする。
選手誘導係	<ul style="list-style-type: none"> 表彰の終わった選手を退場門へ誘導する。

★：監察係

●：陸上競技協会

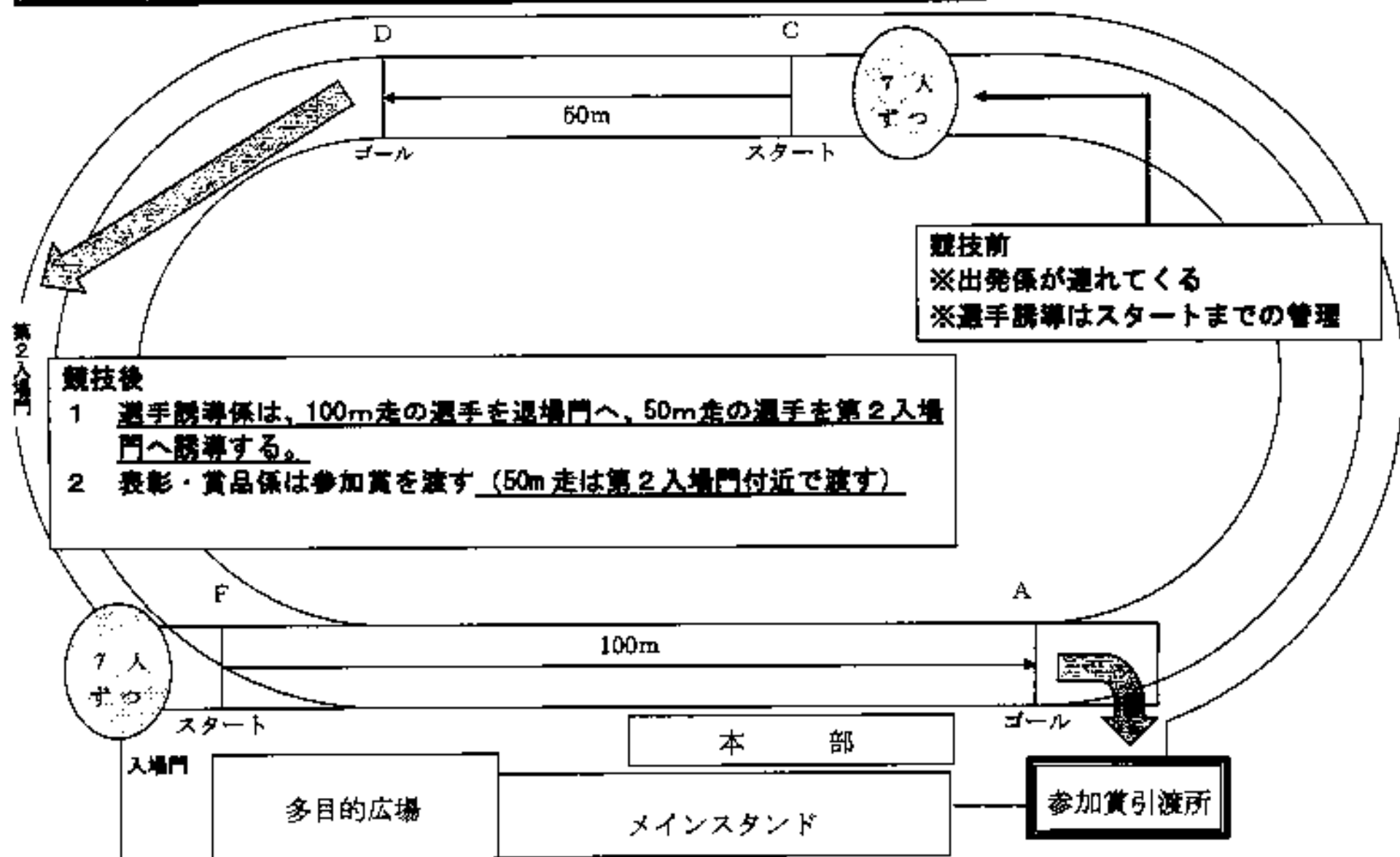


選手誘導及び表彰マニュアル

令和5年9月改正版

2・3 自由 100m・50m競走

【参加対象】・100m：5年生以上 ・50m：1～4年生、30歳以上

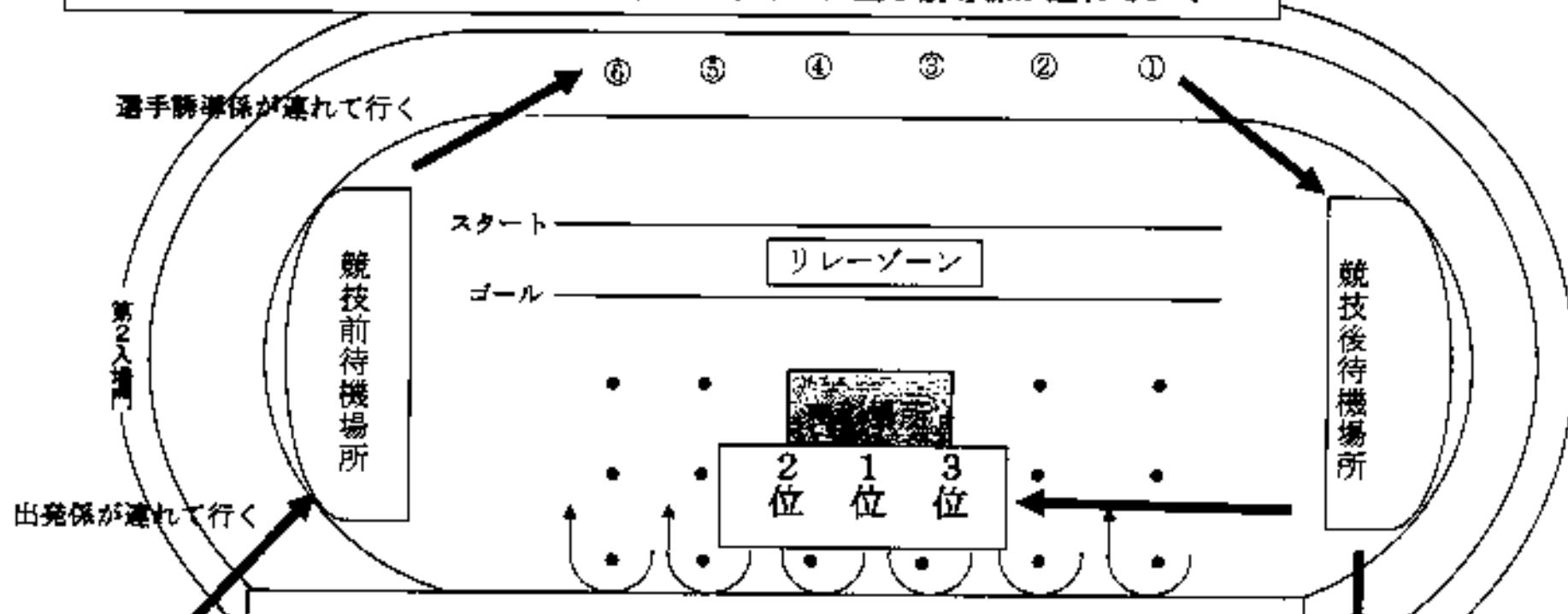


4 地区対抗 大玉リレー

【参加対象】 1チーム：8人（小学生以上 男・女 各4人）

競技前

- ・ 1組目は出発係がスタートラインに誘導。2組目以降は競技前待機場所に誘導
- ・ 2～3組目は競技前待機場所からスタートラインに選手誘導係が連れていく



競技後

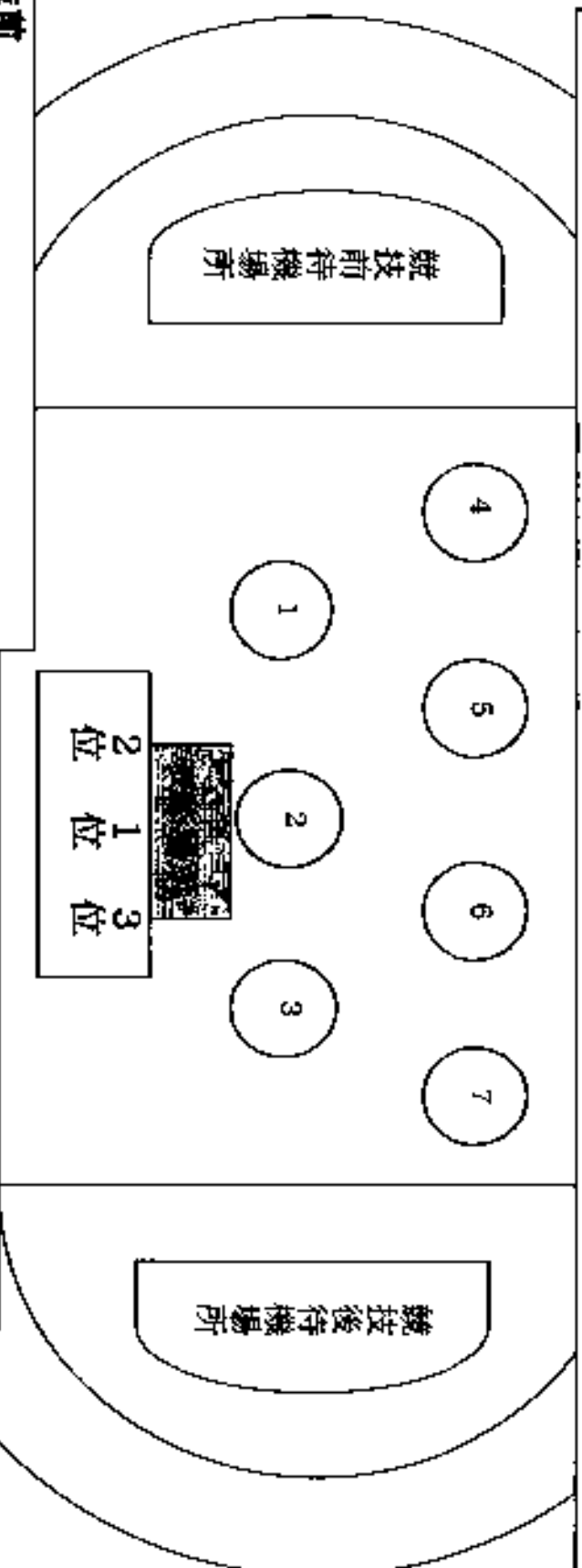
- ・ 1～3位の代表者1人を競技後待機場所から表彰場所へ移動させ、代表者以外は退場門へ誘導する → 代表者1名に賞品を渡す
- ※次の種目が控えているかどうかのアナウンスを行い、適宜表彰を行う前に退場を許可する
- ・ 4位以下は、その都度退場門に誘導する → 代表者1名は参加賞引渡所にて参加賞を受け取り退場する
- ・ 表彰の終了した1～3位の代表者を退場門に誘導する

6 地区対抗 玉入れ

【参加対象】 1チーム：15人以上30人以内

競技後

- ・ 1位～3位の地区全員を競技後待機場所へ移動させる → 代表者1人を表彰場所へ移動させ、代表者以外は退場門へ誘導する → 代表者1名に賞品を渡す
- ・ 4位以下は、その都度退場門に誘導する → 代表者2名は参加賞引渡所にて参加賞を受け取り退場する。
- ・ 表彰の終了した1～3位の代表者を退場門に誘導する



競技前

- ・ 出発係が一組目を競技場所、二組目以降の選手を競技前待機場所へ誘導する
- ・ その後、選手誘導係が誘導を行う

8-1 イキジション 市内実業団男子3000m走

8-2 イキジション 市内実業団女子1500m走

D 男子スタート

【参加対象】 市内実業団：男子〇〇人
女子〇〇人

B 女子スタート

各競技後

- 1 ゴールした選手に決勝審判員が着順を判定する
- 2 選手誘導係はゴールした選手を等賞旗（1～3位）に並ばせ、表彰場所に誘導する。
- 3 1位～3位：メダルを渡す（賞品は事前に配布済）
- 4 表彰の終了した、選手たちを本部脇テントへ誘導し、スポーツ係に引き継ぐ。



2 1 3
位 位 位

競技前

・本部脇テントからスポーツ係がスタート場所へ誘導

※1位～3位は表彰がある旨と、4位以下は本部テントに集合するよう事前に伝える。

本 部

A
ゴール

進場門

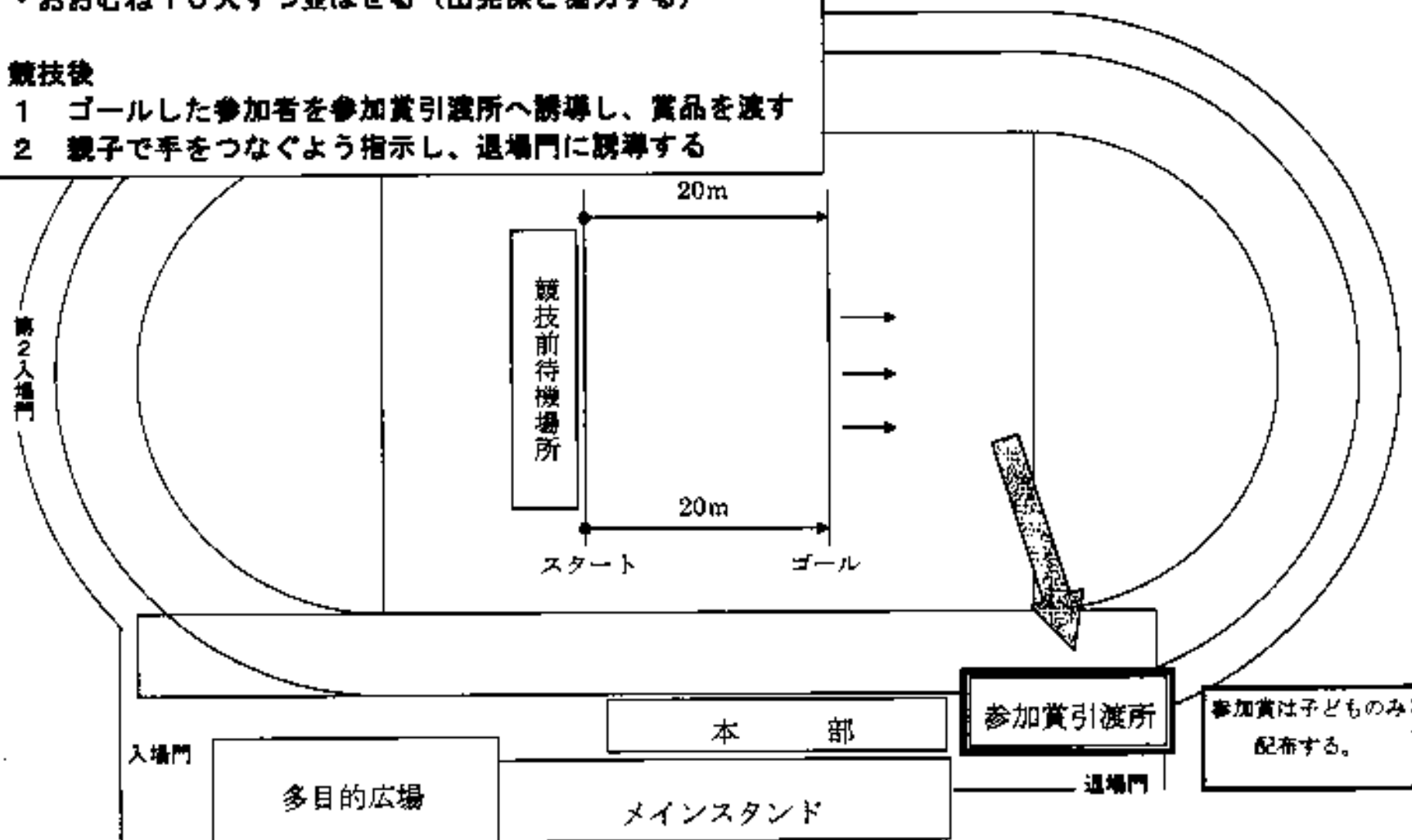
5 自由 みんなでかけっこ

競技前

- ・ 出発係が選手を競技前待機場所へ誘導する
- ・ おおむね10人ずつ並ばせる（出発係と協力する）

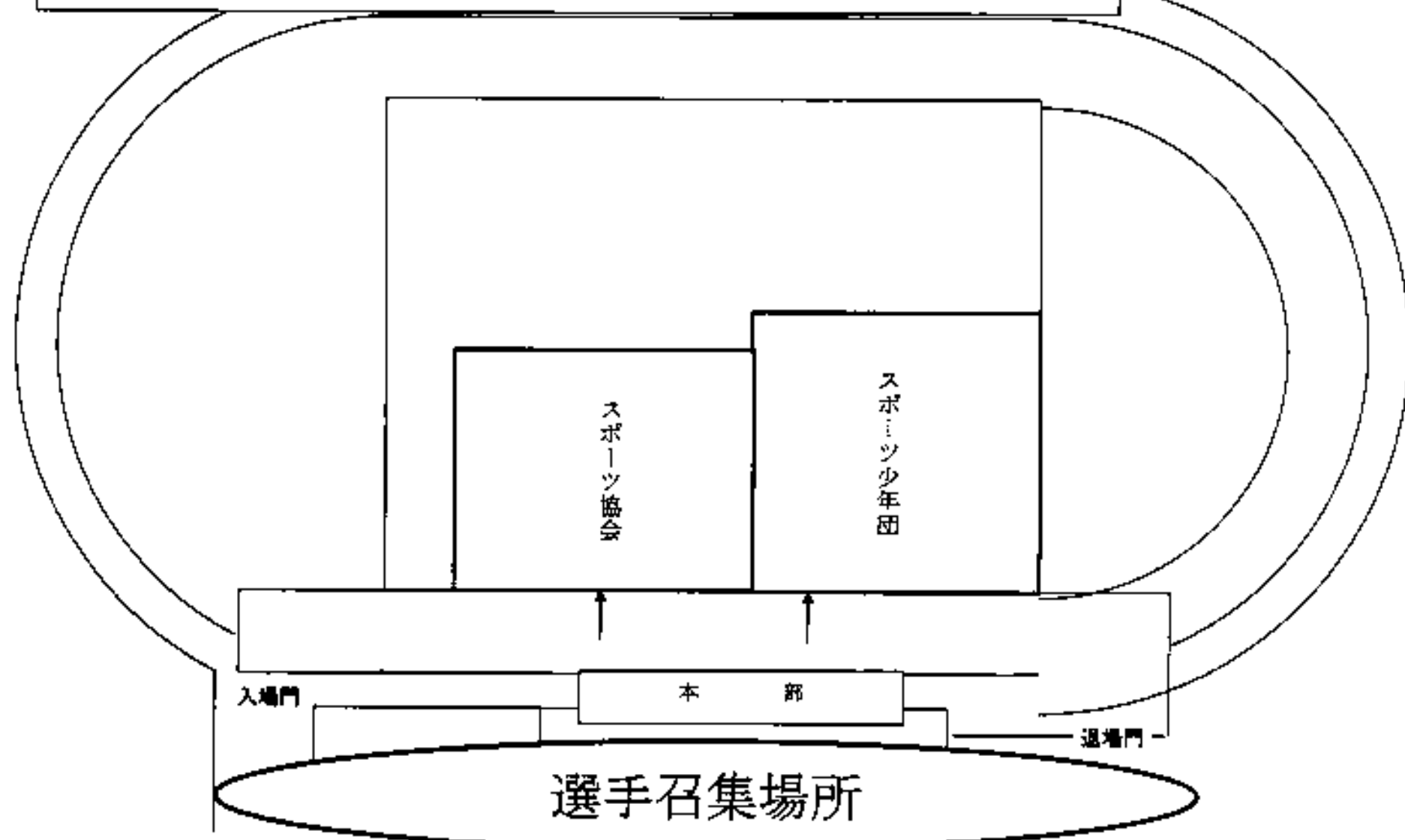
競技後

- 1 ゴールした参加者を参加賞引渡所へ誘導し、賞品を渡す
- 2 親子で手をつなぐよう指示し、退場門に誘導する

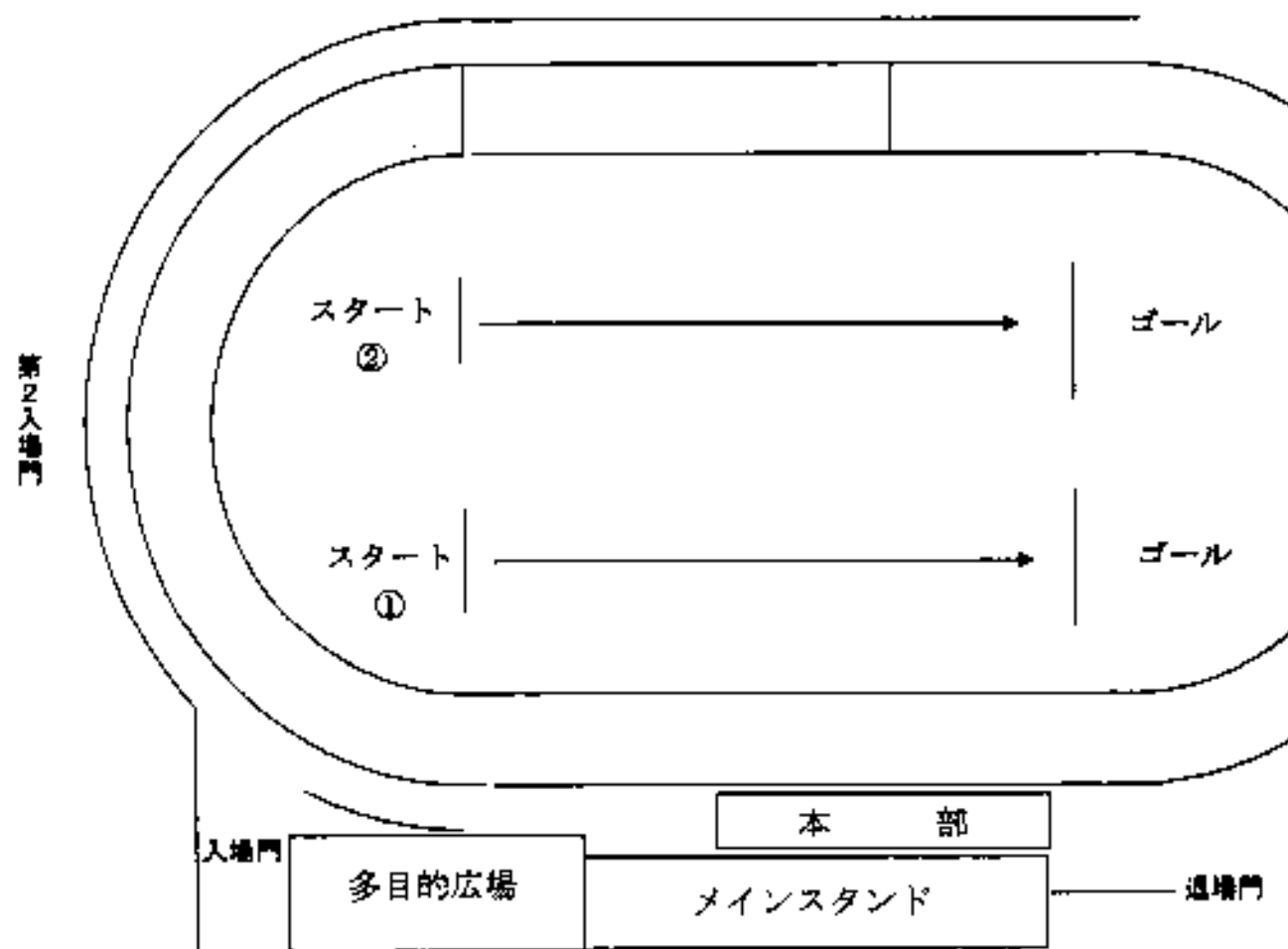


10 団体紹介（行進）

・招集場所にて、各団体を整列させる。（他の係と協力して。選手係・出発係）



11 自由障害物競走



競技前

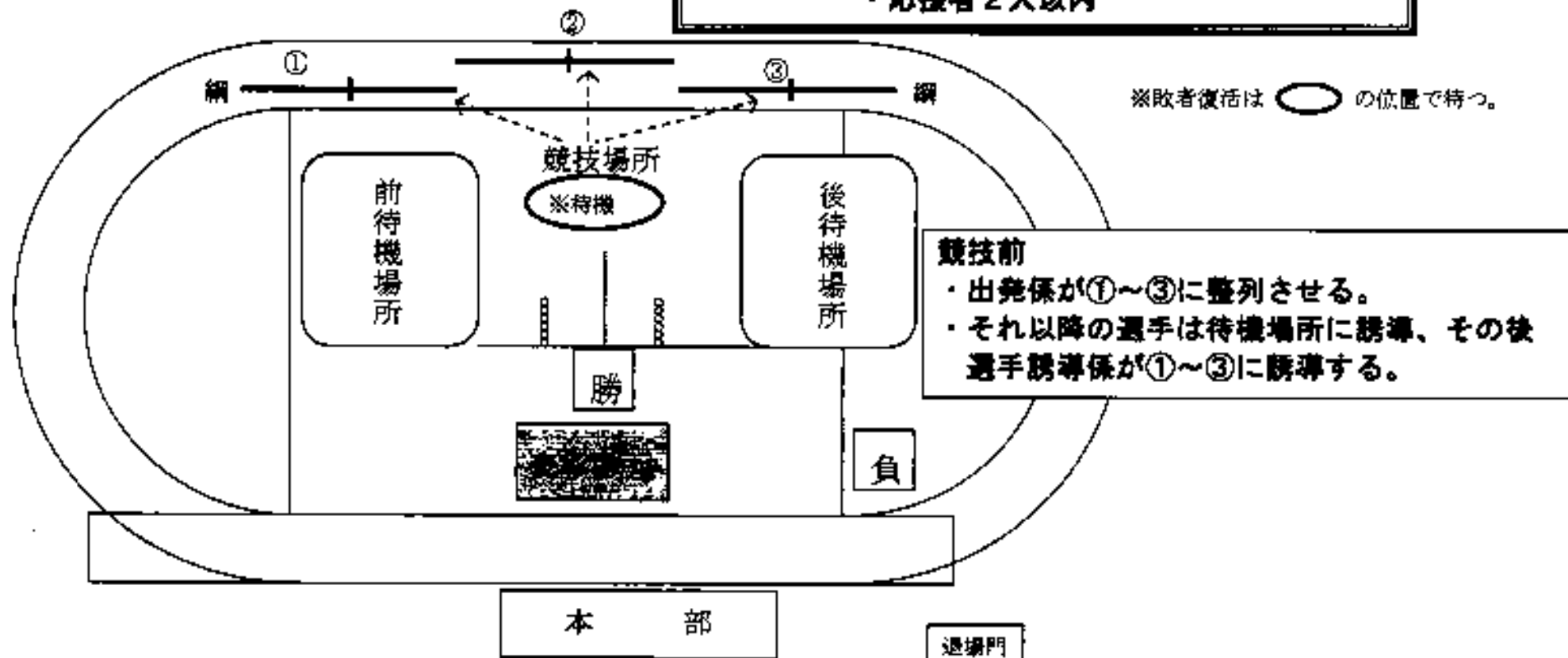
- ・選手招集所より入場した選手は①のスタートへ
- ・選手誘導係は団体行進後、選手をスタート②へ誘導する
- ・各コース10人ずつ並ばせる
(出発係と協力する)

競技後

- ・第3障害で使用する「なわとび」がそのまま賞品となる。
- ・すみやかに退場門へ誘導し参加賞を配布する。

12 地区対抗 綱引き

【参加対象】・1チーム：16人（男・女 各8人）
・応募者2人以内



競技前
 ・出発係が①～③に整列させる。
 ・それ以降の選手は待機場所に誘導、その後選手誘導係が①～③に誘導する。

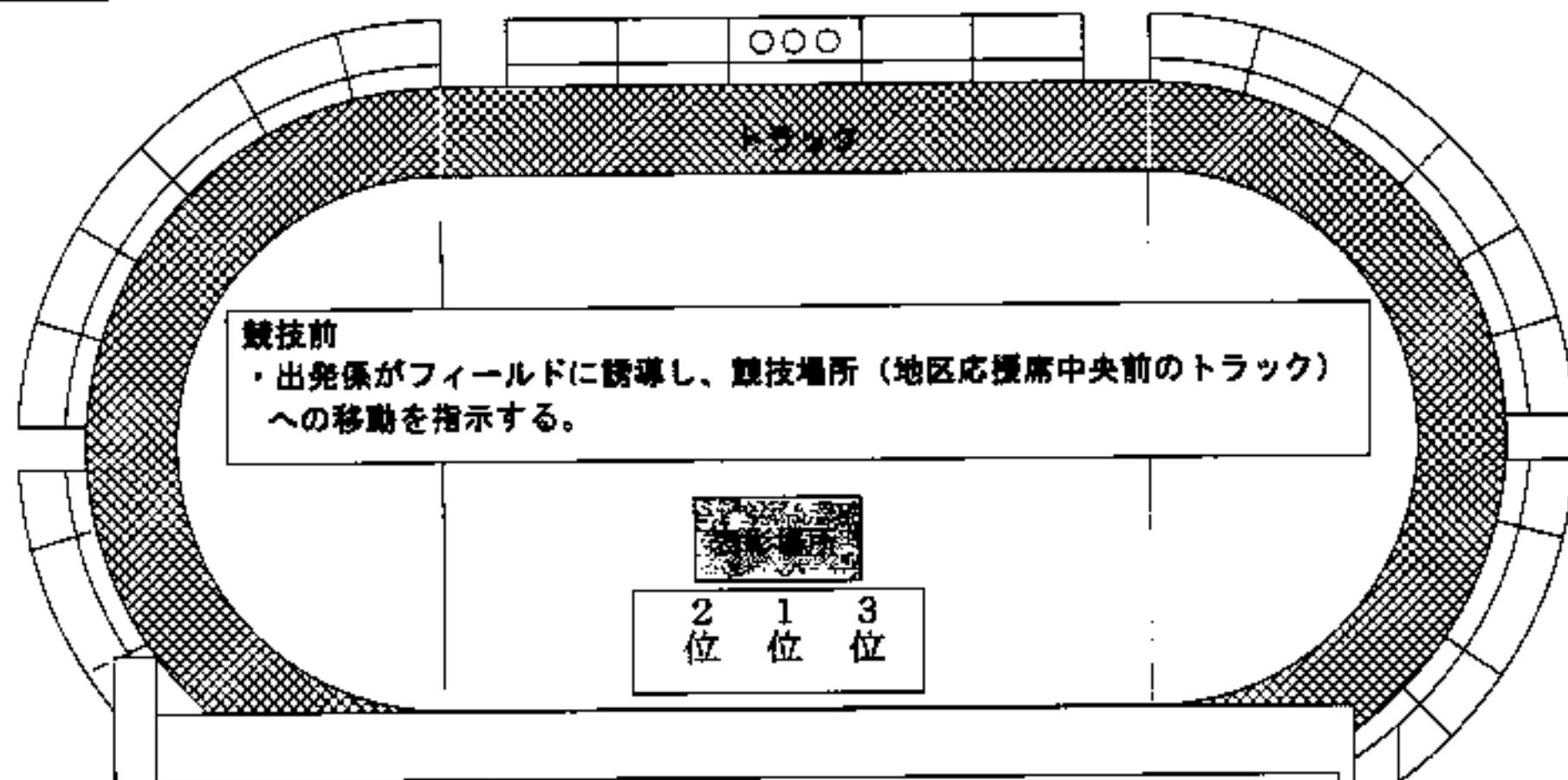
競技後

- 1 勝ち地区を待機場所に誘導する。
- 2 負け地区の代表者1名を、その都度、退場門へ誘導する。
- 3 次試合の選手を競技場所に誘導する。
- 4 1～3を繰り返す。
- 5 勝ち地区を表彰場所に誘導し、代表者1名に賞品を渡す。

※参加賞は、賞品と一緒に渡す。

9 地区対抗 チームジャンピング

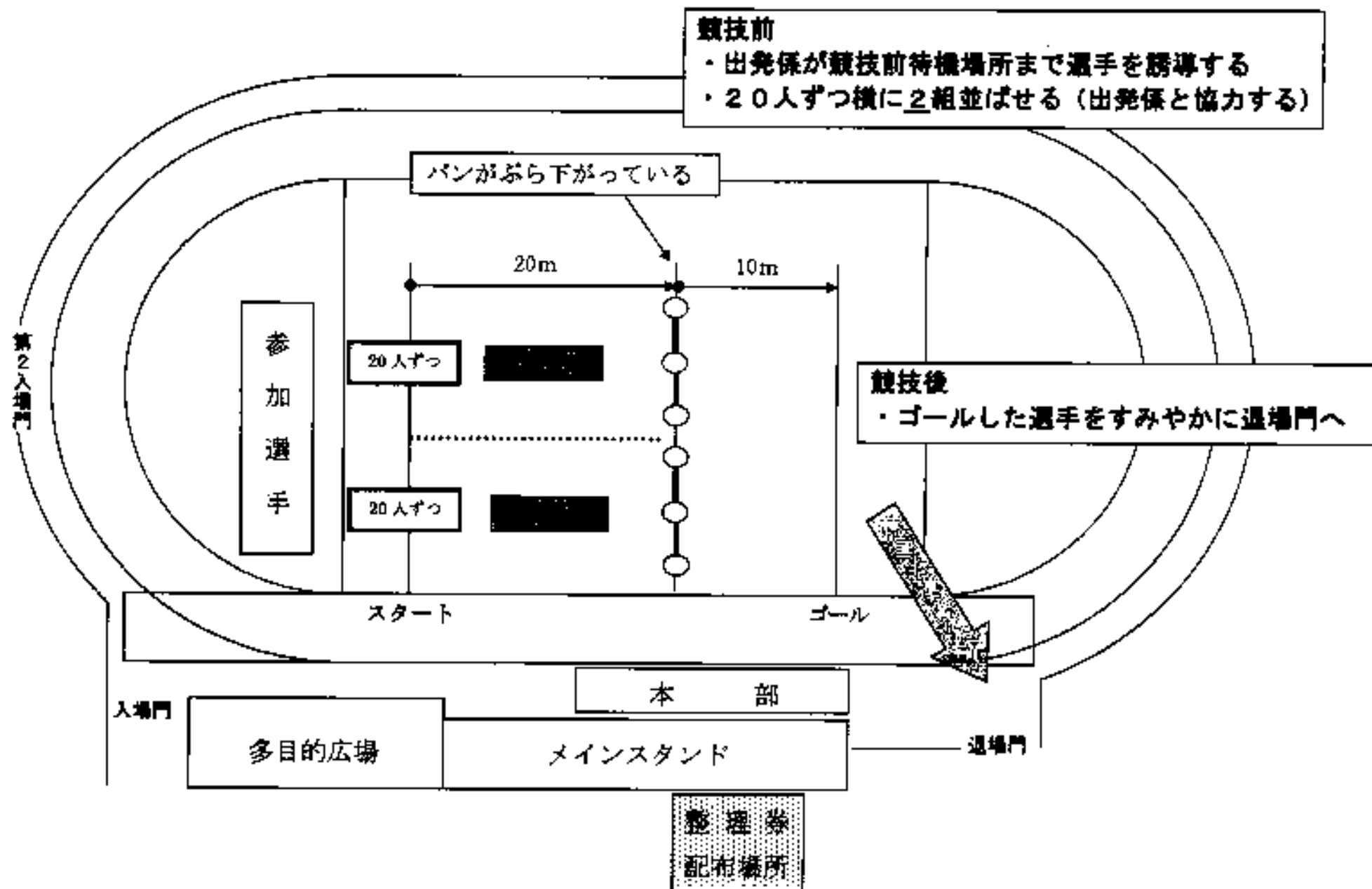
【参加対象】 1チーム：12人（編回し：2人、ジャンパー：10人、交代要員：8人以内 合計12人～20人以内）



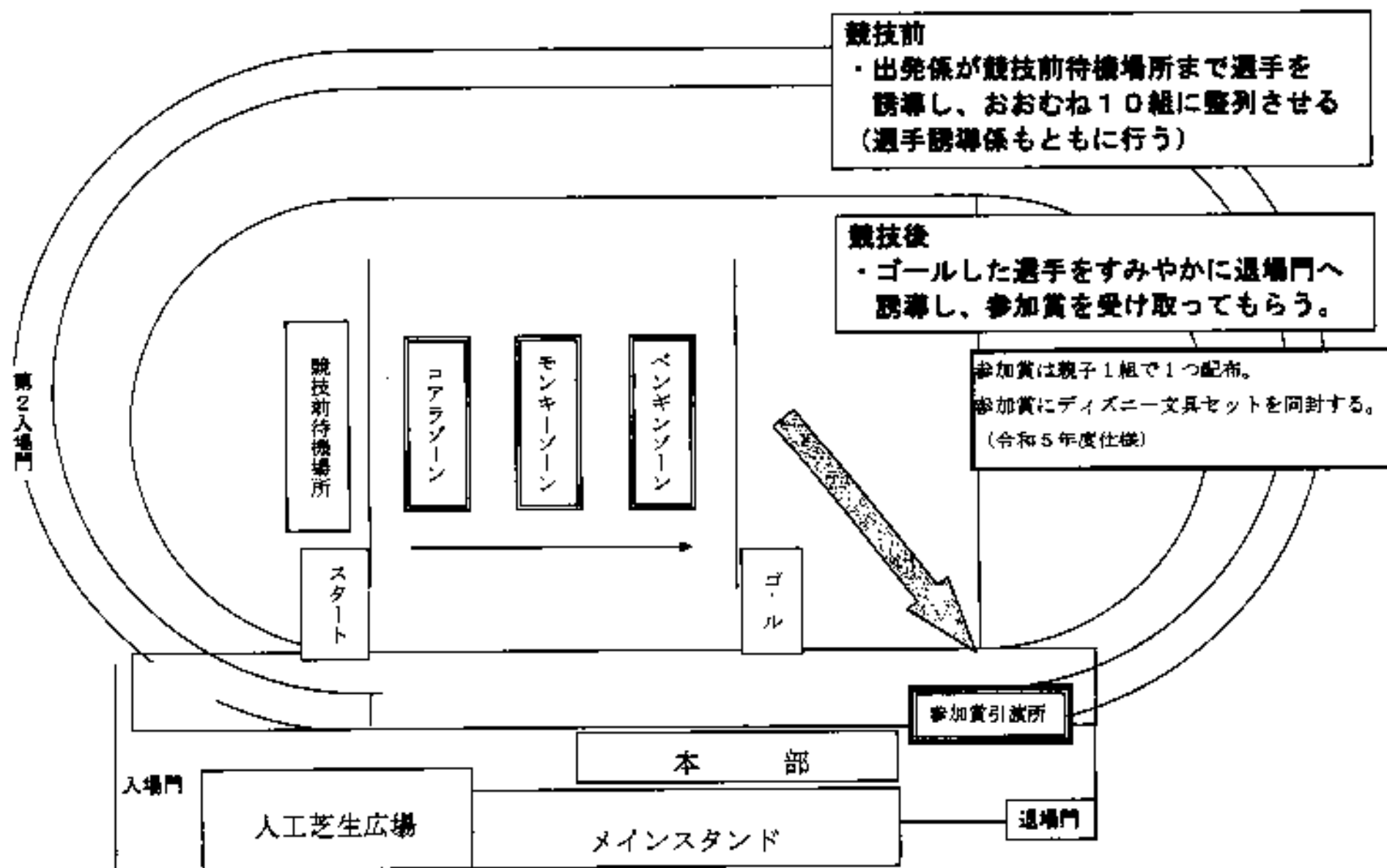
競技後

- ・1位～3位の地区代表者1人を表彰場所へ移動させる。→代表者1名に賞品渡す
- ・4位以下は、代表者1人を参加賞引渡所に誘導し参加賞を受け取り退場させる
- ・表彰の終わった1位から3位のチームを退場門に誘導し退場させる。

7 自由パンつかみ取り競走



13 自由 親子動物競走

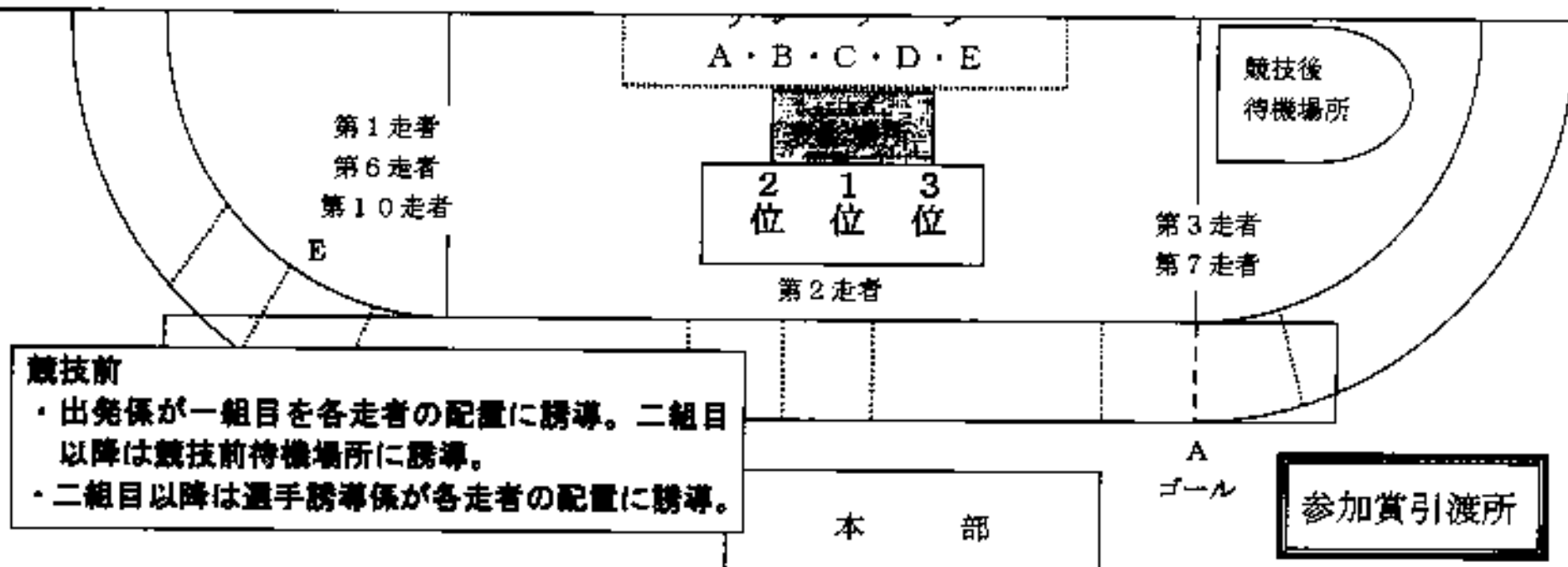


14 地区対抗 年代別リレー

【参加対象】1チーム：10人（小学生以下・19歳以下・20歳以上・30歳以上・40歳以上 男・女 各1人）

競技後

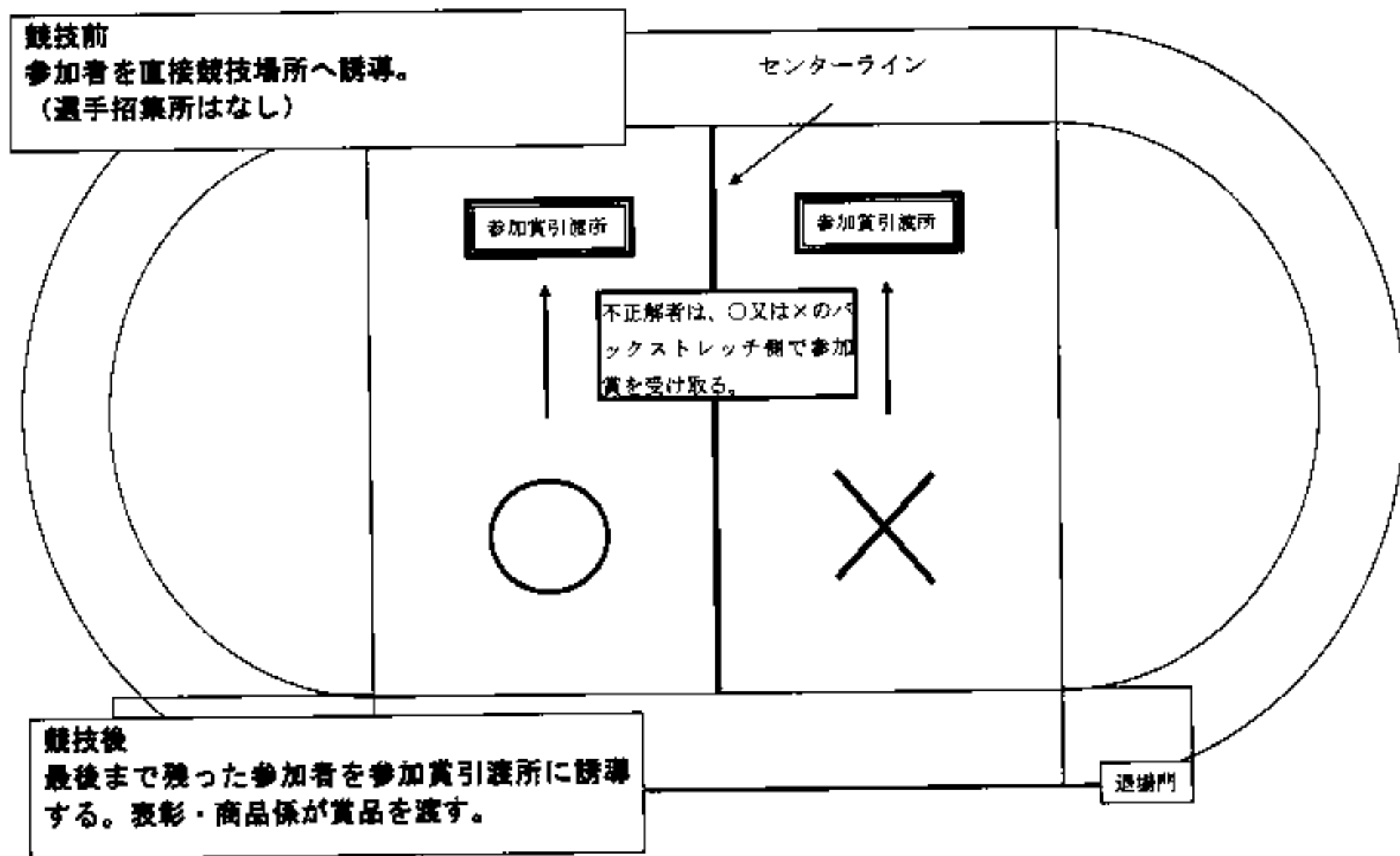
- 1 ゴールした参加者に決勝審判が着順を判定する
- 2 選手誘導係はゴールした選手を等賞旗に並ばせる。（1組～3組まで同様）
- 3 競技が全て終了したら、各コーナーにいる選手を等賞旗に誘導する。
- 4 1位～3位は全員場内待機 → 表彰場所へ移動させる → 全員メダルの授与
4位以下は、その都度、代表者1人を参加賞引渡所に誘導し参加賞を受け取り退場させる。代表者以外は退場門に誘導する。
- 5 表彰の終わった1位から3位のチームを退場門に誘導し退場させる。



競技前

- ・ 出発係が1組目を各走者の配置に誘導。二組目以降は競技前待機場所に誘導。
- ・ 二組目以降は選手誘導係が各走者の配置に誘導。

15 自由スポーツO×クイズ



小学生スポーツ教室「ミニテニス」

日 時 令和5年7月25日(火)～7月27日(木)
場 所 総合体育館メインアリーナ
参加人数 44人

スポーツ推進委員反省・課題点集計

朝霞市教育員会生涯学習部スポーツ課

小学生スポーツ教室「ミニテニス」

アンケート結果報告書

解答数 8人

- ・サーブ練習の際「ボール拾いは推進委員」と言われたが、指導員の人数が多ければそれでもいいが、基本的に子供にやらせるべき。ずっと座って待たされてるより、その方が良いと思う。推進委員は、極力子供の指導に時間をかけるべき。
- ・順位決定トーナメントを行うまで、子供達が時間を持て余していた。こちら側の準備で、再考の余地あり。
- ・休憩時間はあったものの、推進委員が休憩できる時間が、ほとんどなかったように思える。R5.8
- ・各コートの講師担当者の努力で進行が早く、予定外の試合ができてよかった。
- ・スポーツ推進委員の参加人数（日毎）の把握を、もう少し早く出来ないか。ある程度把握出来た段階で、参加者数を確定出来ないか。
- ・スポーツ推進委員の飲み物は、初日から準備して欲しかった。
- ・開催日に上日を入れる事は出来ないか。
- ・教室運営は、とても順調に行われたとお思います。対戦表などの準備が整っていたので良かった。
- ・デモンストレーション的な戦いを小学生に見てもらふ事も良いと思うので、次回取り入れて欲しい。
- ・全体の1位決定戦は、参加者全員が見学・応援できるような仕組みがあったら良かったと思う。
- ・年1回の練習では、スポーツ推進委員の新規加入者は上達出来ないのでは、計画的な練習ができるかと思いました。
- ・【安全管理の問題】・待機時にラケットが床置きされており、転倒や破損のリスクが高かった。
・室内運動に適さないシューズ（学校の上履きや屋外用）の利用者が散見され、怪我や床面の破損リスクが高かった。
- ・【指導上の問題】・説明時に使用される用語が、ミニテニスを理解している前提で進められていた。（サーブ、レシーブ、リターン、ボレー、デュース、用語外だがコートのライン等）
・集合説明が、長い場合15分にもおよび、子供の集中力が持たないのと、一度の説明量が多すぎて理解しきれない。
・ご本人に悪気があるわけではないのは承知ですが、講師側の言葉遣いが乱雑と捕らえられかねない状況が散見された。（お前、ばか、下手くそ等）
- ・【その他】・講師、子供共に人数は適当であった。アイスブレイクの時間があっても良かったと感
・技術指導でのポイントを、事前に共有できるとよかった。
- ・ねらいやめあてを明確にし、講師で共有する必要があった。ゴールとなる児童像がわからなかった
- ・もっとローカルルール、緩和ルールを取り入れたら、ペアを工夫したりして、みんなが楽しくプレイできる配慮が必要だった。例えば、試合のサーブ交互に打つ（試合でサーブを打てない児童もいた）、ペアや対戦カードは学年や技能を考慮する（6年男児と4年女児のペアでは、片方が打ち返したワンサイドゲームになってしまった）等。
- ・並ぶ場所や次の人の待機場所の目印となるコーンやマーカーがあってもよかった。
- ・控え室に荷物を置く必要はあるのか。コート脇に荷物スペースを設けた方が、移動、管理がしやすいのではないか。
- ・3分間のラリー練習の時間管理は、全体管理ではなくコート裁量の方が効率的に行えたのではない
- ・三日間お疲れ様でした。三日目について（三日目出席）
 - ：試合説明について。チームは番号ではなくアルファベット等の方がわかりやすいと思います。
 - ：各順位決定のトーナメント（1～4位）時間の有無にもよりますが、フルセットの場合3セット目も行うと良かったと思います。
 - ：閉会式の成績発表について。呼ばれたチームには、みんなにわかるように立ち上がってもらうのはいかがでしょうか。
 - ：推進委員の班担当割りは一考あり と思いました。
 - ・初日に素振り練習を全体で行ってもよいのではと思いました。
- ・ボールに対しての足の位置など基本動作をしっかり覚えると良い様に思います。
- ・水泳教室では怪我人が出たことがなかったので、非常に驚きました。
- ・教室の日程が短いので、仕方がないと思いますが、余裕が感じられませんでした。
- ・講師の人数：小学生10名～15名 講師：3～4名 講師の人員としては、適正範囲であると思います。
- ・生徒の名前：表示が小さい、前のみだったので、背中にもあるともっとコミュニケーションが取れたと思います。

市民スポーツ教室「ポッチャ教室」

日 時	令和5年8月9日(水)・10日(木)
場 所	総合体育館
参加人数	25人

スポーツ推進委員反省・課題点集計

朝霞市教育員会 生涯学習・スポーツ課

市民スポーツ教室「ポッチャ体験教室」
アンケート結果報告書

解 答 数

2人

今回もスリッパで参加した人がおりました。募集するときには運動靴での参加を記載していただきたい。

棄権チームが多くいたので、受付順にチーム名を決めたほうが、グループ分けがスムーズに行くと思う。

予選ラウンドの対戦で同点の時の勝敗の決め方が統一されていなかった。

予選ラウンド3エンドでもよかったのでは、

二日間とも1コート空いてしまったのがもったいなかった。当日欠席も考慮して1コート4チームでもいいかもしれないと思いました。試合は4エンド制から3エンドにする必要はあるかもしれませんが。

同点の場合、ジャンケンと聞いていたが、2日目の試合の時にはターゲットボックスでの勝敗決めと言われた。その辺が曖昧で混乱した。