

令和6年度第2回朝霞市スポーツ推進委員会議

日 時 令和6年9月12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69回朝霞市民スポーツ大会について

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 6年10月13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
 ※市民スポーツ大会会場案内図参照
- 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
 ※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

市民スポーツ大会 当日の流れ

開催日 令和6年10月13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 ↓	団体行進及び市民スポーツ賞表彰 ※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。）
- ☐ 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）
- ☐ ~~「市民スポーツ祭」横断幕を設置する。（2階観覧席、掲揚塔裏）~~

市民スポーツ大会 種目毎の係の役割早見表

	決勝審判	監察員	選手・種目説明	出発	選手誘導	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	×	×	×	○	○	○	○
エキシビション	○	×	×	×	○	○	○
チームジャンピング	○	○	○	○	○	○	×
団体紹介	－	－	－	－	－	－	－
市民スポーツ賞表彰	×	×	×	×	×	○	×
障害物競走	×	○	×	○	○	○	○
綱引き	○	○	○	○	○	○	○
親子動物競走	×	○	×	○	○	○	○
年代別リレー	○	○	○	○	○	○	○
スポーツ○×クイズ	－	－	－	－	－	－	－
閉会式	×	×	×	×	×	×	×

スポーツ係主導

スポーツ推進委員・スポーツ係対応

スポーツ推進委員・スポーツ係対応

第69回市民スポーツ大会 スポーツ推進委員競技役員一覧

No.	氏 名	R6年度		R5年度	
1	篠 崎 大 輔	決勝審判員	主任	決勝審判員	主任
2	谷 津 諭	決勝審判員	副主任	決勝審判員	副主任
3	木 村 直 登	決勝審判員	副主任	決勝審判員	副主任
4	渡 邊 孝	監察員	主任	監察員	副主任
5	吉 井 美 佐 子	監察員	副主任	監察員	副主任
6	山 口 英 雄	監察員	副主任	種目説明係	副主任
7	塩 味 光 夫	選手・種目説明係	主任	選手係	主任
8	茂 木 善 行	選手・種目説明係	副主任	種目説明係	主任
9	藤 田 志 穂	選手・種目説明係	副主任	出発係	副主任
10	馬 場 典 成	出発係	主任	出発係	主任
11	中 西 一 裕	出発係	副主任	欠席	
12	貝 塚 裕	出発係	副主任	欠席	
13	井 上 瞭	出発係	副主任	欠席	
14	土 屋 秀 雄	選手誘導係	主任	選手誘導係	主任
15	伊 藤 秀 晃	選手誘導係	副主任	選手誘導係	副主任
16	浅 見 優 斗	選手誘導係	副主任	用具係	副主任
17	椎 橋 成 美	表彰・賞品係	主任	表彰・賞品係	主任
18	荒 川 教 子	表彰・賞品係	副主任	表彰・賞品係	副主任
19	佐 々 木 雄 悦	用具係	主任	用具係	主任
20	大 越 永 人	用具係	副主任	選手係	副主任
21	坂 本 邦 春	用具係	副主任	出発係	副主任
22	野 島 安 広	欠席		監察員	主任
23	星 紀 宏	欠席		選手誘導係	副主任
24	大 橋 和 美	欠席		欠席	
25	山 本 昌 利	欠席		用具係	副主任

スポーツ○×クイズ役割分担表

※ ◎は責任者

※ 必要に応じて係員を置く

①【表彰・賞品係】◎椎橋、荒川 + 賞品係

・参加者に参加賞を渡す。(○と×で分ける)

②【選手誘導係】◎土屋、伊藤、浅見 + 選手誘導係

・参加者を引渡所に誘導する。~~（○と×で分ける）~~※ハンドマイク使用

・参加賞をもらった人を地区応援席に誘導する。(参加賞の並び直しを防ぐ)

③【プラカード係】◎佐々木、大越、坂本 + 用具係

④【ロープ係】◎佐々木、大越、坂本 + 用具係

・3人1組で2組つくる。

・各○×側に分かれ、出題後15秒経過の笛の合図によりロープを張り仕切る。

⑤【中央監視係】○側：◎篠崎、谷津、木村

×側：◎馬場、中西、貝塚、井上

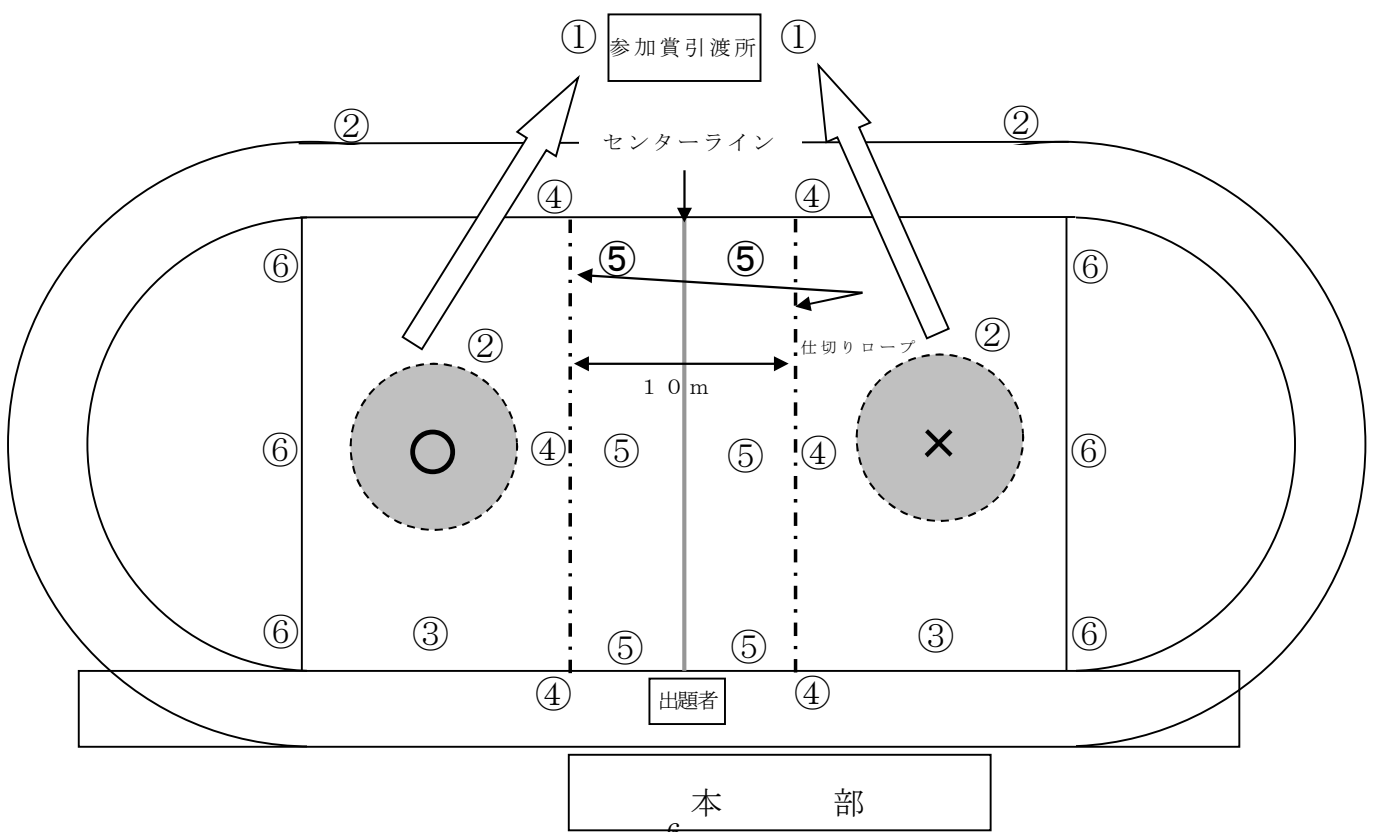
・解答時間が終わってから参加者が○×移動しないよう監視する。

※解答時間終了時にロープ間にいる者は失格。

⑥【サイド監視係】○側：◎塩味、茂木、藤田

×側：◎渡邊、吉井、山口

・退場した失格者が場内に戻らないよう監視する。





MUSASHINO FRONT ASAKA

第69回 朝霞市民スポーツ大会 競技説明書

役員用

開催日：令和6年10月13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



発行 朝霞市民総合スポーツ大会実行委員会
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
朝霞市民スポーツ大会実施要領	2
市民スポーツ大会プログラム	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 対抗 実業団男子3000m	20
8-2 対抗 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・市民スポーツ賞表彰	24
11 自 由 障害物競走	28
12 地区対抗 綱引き／オープン	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

市民スポーツ大会の参加、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、市民スポーツ大会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スポーツ大会の PR に使用させていただきます。

問い合わせ先

朝霞市民総合スポーツ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

朝霞市民総合スポーツ大会市民スポーツ大会実施要領

（基本方針）

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

第2条 市民スポーツ大会は、朝霞市民総合スポーツ大会実行委員会（以下「実行委員会」という。）が開催に当たる。

（実施種目）

第3条 市民スポーツ大会は地区対抗種目（得点種目）と自由種目（非得点種目）とする。

（表彰）

第4条 市民スポーツ大会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スポーツ大会当日に行う。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 市民スポーツ大会当日は市民スポーツ賞授賞式を行う。

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

附 則 (平成24年4月1日)

この要領は、平成24年4月1日から施行する。

附 則 (平成31年4月1日要領第16号)

この要領は、決裁の日から施行する。

附 則 (令和2年2月28日要領第8号)

この要領は、令和2年4月1日から施行する。

市民スポーツ大会プログラム

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	エキシビション	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・市民スポーツ賞表彰			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 ・ 種 目 説 明 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。 選手に競技方法及びルールの説明をする。
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。			
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	選手を待機場所で座らせる。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。

大会役員

R6.9.11時点
確定していない人員は文字色を薄くしています。
9.26の当日役員全体会議で確定版を配布します。

名誉大会長 富岡 勝則
名誉副大会長 岡崎 和広
大会長 石原 茂
副大会長 神田 直人 二見 隆久 松尾 哲 松井 弘 早川 佳男

競技役員

◎主任 ○副主任 ☆所属団体責任者 (順不同・敬称略)

総務 ◎蕪木 利秋 ○水久保幸之助 原山 典 保崎 正則 渡邊 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 ◎蕪木 利秋 ○保崎 正則
○高橋悦次郎

審判長 渋谷 昇信
副審判長 石井 重信

スターター ◎鶴田 浩一 ○大山 和茂
決勝審判員 ◎篠崎 大輔 ○谷津 諭 ○木村 直登

○野島 武夫 木幡 憲 岡秀人 安岡 今日子 村山 やよい
☆野島 加代子 天満 敦江 安新 田剛
☆宮川 稔一 鴨下 直人 野呂 瀬由美 益岡 伸一 土切 英之
☆吉玉 真太郎 井上 正嗣 鈴木 上賢 友部 光 小川 陸
☆小林 理瑛 手塚 高橋 晴美 増本 純子 砂川 萌
☆楠橋 佑樹 佐藤 豊子 山口 英雄

監察員 ◎渡邊 孝志 ○吉井 美佐子 ○山 口 英雄
○阿部 貴志 池田 謙一 澤田 明美 塩野 敬祐 塩野 好乃
☆箭内 みゆき 平澤 佑一郎 澤鈴木 忠康 能村 明博 長田 宏宣
☆成田 哲男 柿本 恒輝 上家 康平 遠藤 敏昭 秋庭 文広
☆久保 理香 佐藤 由美子 江川 厚史 戸辺 嘉雄 大野 大介
☆山田 哲朗 小川 明光子 小林 安也 鶴蒔 浩太郎 工藤 理穂
木村 肇 高野 智恵 藤田 志良 高橋 実椰 竹内 由貴

選手・種目説明係 ◎塩味 光夫 ○茂木 善行 ○藤田 尚博 戸辺 嘉雄 大野 大介
☆小鷹 利昭 浅野 正晴 飯泉 博 西田 暁 工藤 理穂
☆鳥海 俊真 石崎 順二 勝沼 原 諒 鶴蒔 浩太郎 工藤 理穂
☆守矢 康平 中安 正晃 今井 諒 高橋 実椰 竹内 由貴
☆若楠

ゾーン説明係 ◎山本 雅裕 ○藤田 まり 子 高麗 大輔 井島 守
◎馬場 典成 ○中西 一裕 ○貝塚 秀樹 ○井上 瞭
☆箕輪 久美子 大貫 光彦 猪田 ちあき 金月 律子 船本 尋義
☆渡部 見寿 橋本 幹夫 長谷 一真 羽成 伸夫 羽成 珠美
☆浅川 洋一 谷藤 和仁 山口 佑香 吉井 八重子 塚田 翼
☆森岡 数美 小浦 直美 赤野 裕美 小林 かほる 今城 光江
☆前川 好正 阿久津 高伸 阿久津 かおり 今城 典雄 今城 光江
☆内田 幸達 丸山 田良 岡三 利杉 元
☆吉中 野文 直美
☆陣藤 直美
☆齋藤 直美

		◎主任			○副主任			☆所属団体責任者			(順不同・敬称略)		
選 手 誘 導 係	◎	土 屋	秀 雄	○	伊 藤	秀 晃	○	淺 見	優 斗				
	☆	宮 本	仁 幸	○	宮 本	晃 仁	○	謝 高	昭 寿	小 川	理 花	口 木	良 秋
	☆	後 藤	信 了		並 久	陽 平		大 崎	剛 志	茂 木	み どり	渡 辺	登 美 子
	☆	辻 下	賢 美		小 宮	か よ							
	☆	河 野	弘 貫		青 山	健 慎		坂 本	有 希	鳥 海	由 香 里	大 橋	勇 治
招 集 種 目 告 知 係	☆	森 下	了 之		大 杉	本 飛		田 沼	中 み				
	☆	小 北	介 香		落 安	田 幸		伊 達	由 美	伊 東	菜 央		
	◎	今 井	剛 明	○	安 田	脩 博		高 貫	橋 萌	篠 川	昌 秀	尾 崎	仙 明
	☆	小 齊	邦 政	○	内 野	康 誠							
	◎	椎 橋	成 美	○	荒 前	道 子							
競 技 記 録 員 表 彰 ・ 賞 品 係	◎	喜 多	舞 梨		小 松	原 貴		岡 田	陽 子	相 川	布 美 子	佐 々 木	恵 子
	☆	北 村	良 美		安 澤	真 理		近 倉	藤 久	相 金	井 知 子		
	☆	小 幡	な つ		内 山	美 夕		原 田	亜 紀				
	◎	佐 々 木	雄 悦	○	坂 本	邦 一	○	大 越	永 浩	石 川	剛	小 松	清
	☆	藪 上	和 夫		会 邊	晃 幹		赤 稻	村 太				
用 具 係	☆	馬 場	達 崇		佐 藤	隆 志		佐 大	野 友	土 谷	友 洋	芳 賀	博 行
	☆	安 一	森 智		土 河	合 坂		池 島	マ リ	土 本	橋 健 一		
	☆	鈴 垣	公 子		保 坂	文 江		福 大	石 口	菊 池	ハ ル	浅 見	知 恵 子
	☆	高 佐	ケ サ		田 中	千 代		橋 大	橋 口	下 田	宏 芳	遠 雨	晶 豊
	☆	早 内	敬 代		早 橋	口 好		橋 口	里 愛	松 宮	寛 芳	藤 宮	
交 通 統 制 係 (駐 車 場)	◎	佐 江	伸 順	○	柏 木	正		五 味	淳 治	近 藤	昌 幸	島 田	洋
	◎	橋 本	幸 男	○	伊 山	誠 佳		宮 崎	哲 孝	川 井	イ チ 子	宇 高	正
	◎	小 原	朋 香		久 保	和 正		向 小	倉 郁	松 本	剛 弥		
	○	立 川	輝 江		洩 谷	邊 佳							
	◎	鈴 木	静 礼		渡 池	田 雅		近 藤	孝 子				
接 待 係	○	稲 垣	栄 子										
	◎	長 谷	利 子										
	◎	小 石	川 知	○	又 賀	俊 一		赤 澤	由 美	菊 島	隆 一		
	◎	関 口	豊 樹	○	松 本	欣 香		高 鈴	安 希				
	◎	池 田	房 江	○	星 野	佐 知		大 城	倫 子	川 村	巖	安 藤	恭 子
医 務 員 役 員 受 付 ・ 得 点 表 示 係 記 録 集 計 ・ 速 報 表 示 係	◎	多 度	津 み	○	藤 田								
	◎	渡 辺	良 治	○	西 村	尚 也							
	◎	増 田	凌 修	○	白 砂	邦 仁		池 田	巧	伴 仲	邦 彦	野 恵	利 花
	◎	長 谷			渡 辺	ミ ツ エ							
	◎	小 林	雄 三		小 笠	原 美		村 山	雅 一	高 橋	安 希	相 澤	辰 実 恵
音 響 係 連 絡 調 整 係	◎	奥 山	大 輔		浜 田	恵 美		村 白	石 川	高 戸	橋 村	希 隼	
	◎	津 田	睦 子		小 澤			石 川	亜 紀				
事 務 局													

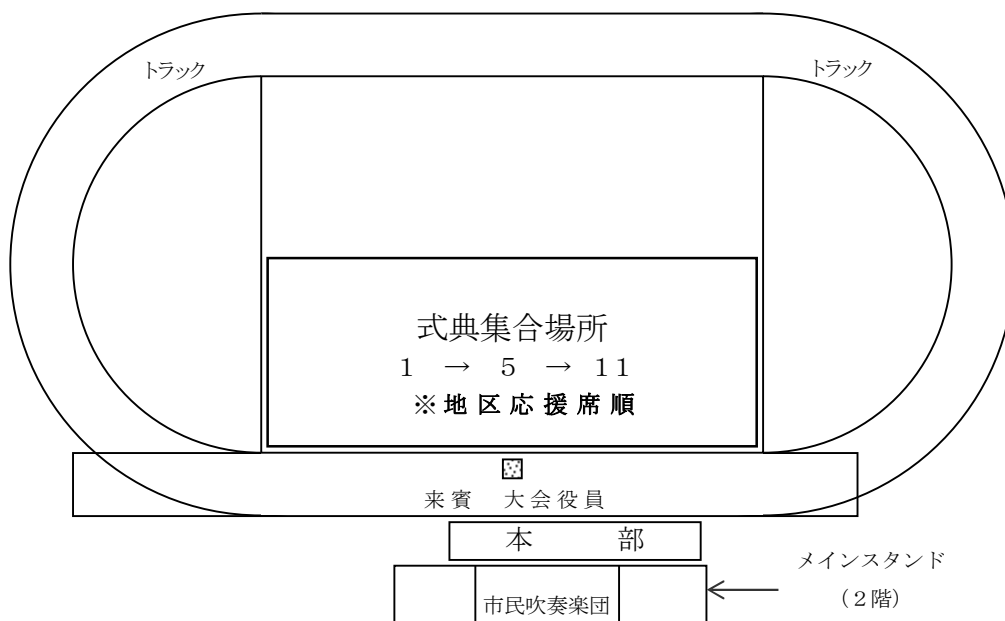
競 技 説 明

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。
- 7:50 監察員は、ホームストレッチ側に地区用プラカードを持って整列する。
- 7:55
- 1 市民吹奏楽団による演奏開始
 - 2 参加地区は、その間ホームストレッチ側に整列する。
- 8:00
- 1 式典開始
 - 2 式典終了
 - 3 参加者は地区応援席に戻る。
- 8:30 自由種目「100m・50m競走」開始

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
準備体操	選手宣誓	審判長注意	来賓紹介	来賓あいさつ (議長)	名誉大会長あいさつ	大会長あいさつ	優勝旗返還	国旗、市旗、 スポ協旗掲揚	国歌斉唱	開会宣言
										開会式次第



2・3 自由 100m・50m競走

開始時間 8:30

招集時間 8:15

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。

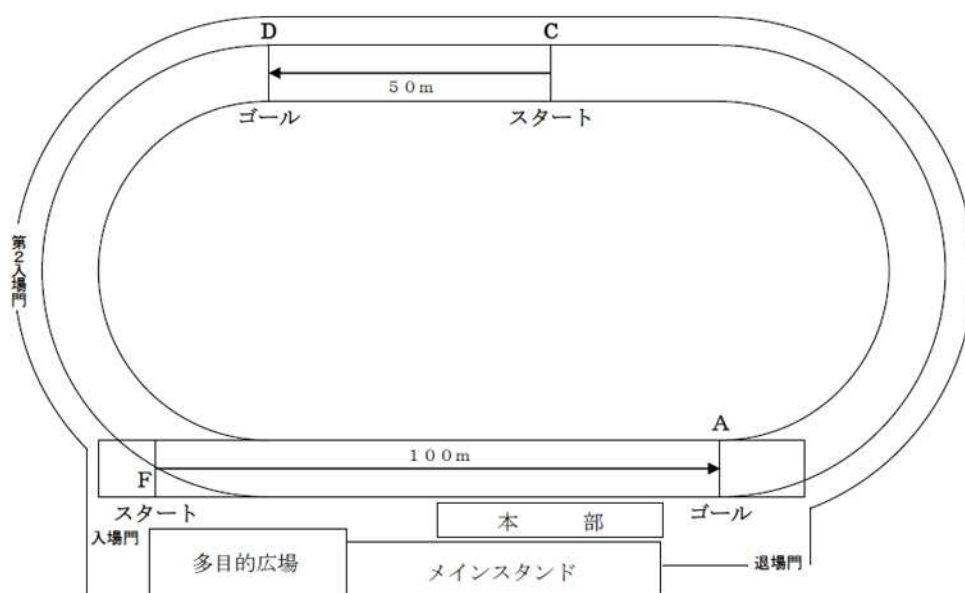
スタートは、大人からスタートさせる

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・ 種目説明係	- 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

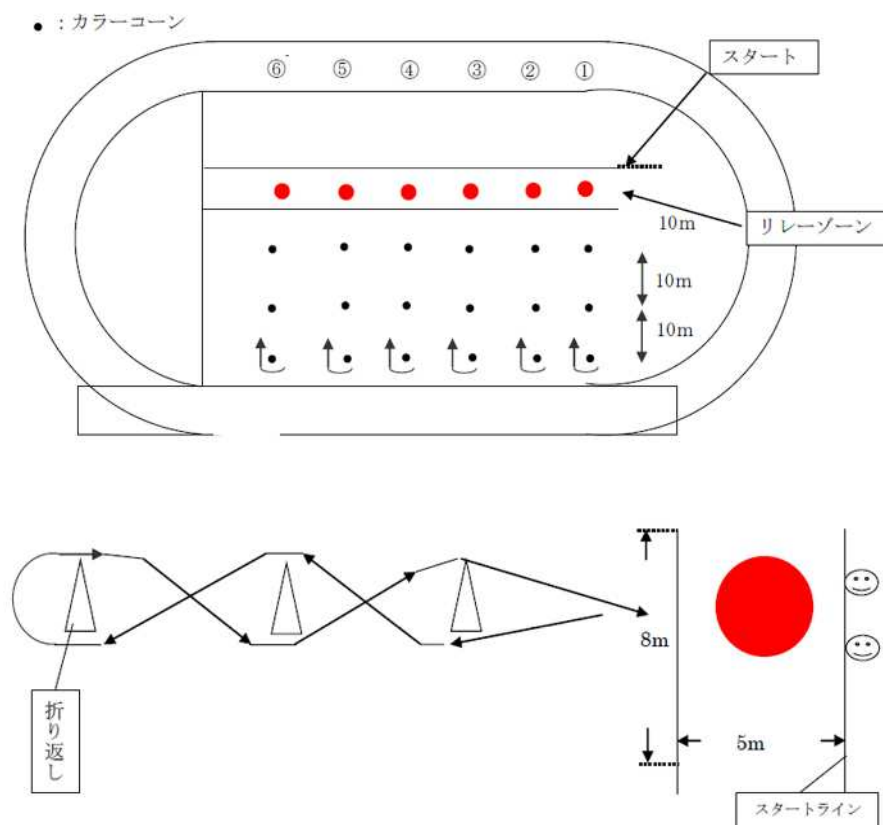
- 1 2人1組で大玉を転がし、4組でリレーを行う。
- 2 第一走者は、スタートラインに立ち、スタートの合図でリレーゾーン内に用意された大玉を転がし出走する。
- 3 カラーコーンを矢印の方向にジグザグに進み、折り返しのカラーコーンを回り、矢印の方向にジグザグに走り大玉を転がしながら戻ってくる。
- 4 リレーは、リレーゾーン内で行い、次走者は前走者から大玉を受け取りスタートする。
- 5 2走者から4走者まで3から4までを繰り返す。
- 6 タスキを付けたアンカー(4走者)は、3を行った後、リレーゾーン内に大玉を置いた状態で、その場で座ることでゴールとなる。

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・ 種目説明係	・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	・ 旗を持ち、順位の確定をする。
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。

組 合 せ 表(1組目)

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

組 合 せ 表(2組目)

コース	地区名	順位	得点
1	栄町		
2	溝沼		
3	上の原		
4	岡		
5	向山		

5 自 由 みんなでかけっこ

開始時間 9:30

招集時間 9:15

I 参加対象

未就学児 ※一人で走れる子

II 競技方法

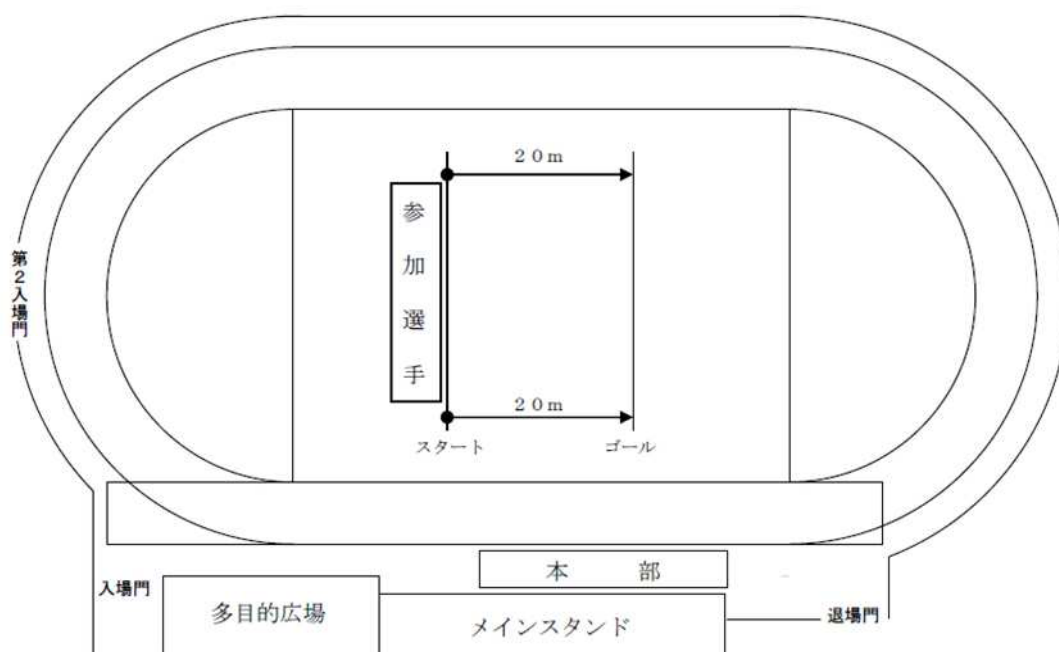
- 1 フィールドに作った20mコースを走る。
- 2 この種目は順位を競わない。

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・ 種目説明係	・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	・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	・10人の列で整列させる。
競 技 中	
スターター	・準備が出来しだい笛でスタートの合図をする。
出発係	・次走者をスタートラインに並ばせる。
競 技 後	
選手誘導係	・ゴールした子どもたちを退場門へ誘導する。
表彰・賞品係	・参加賞を渡す。



6 地区対抗／オープン 玉入れ（レク種目）

開始時間 9:50

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。

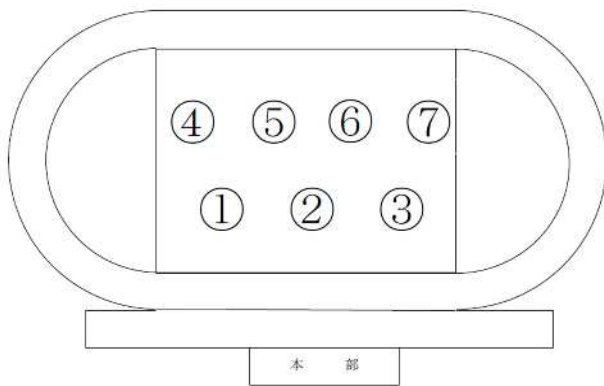
IV 使用用具

- 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・ 種目説明係	・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。※競技中はカゴを持ち上げない。 ・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	向山		
2	岡		
3	膝折		
4	膝折宿		
5	栄町		
6	緑ヶ丘		
7	オープン	—	—

組 合 せ 表(2組)

コース	地区名	順位	得点
1	溝沼		
2	広沢		
3	上の原		
4	富士見		
5	東南部		
6	オープン	—	—
7	オープン	—	—

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

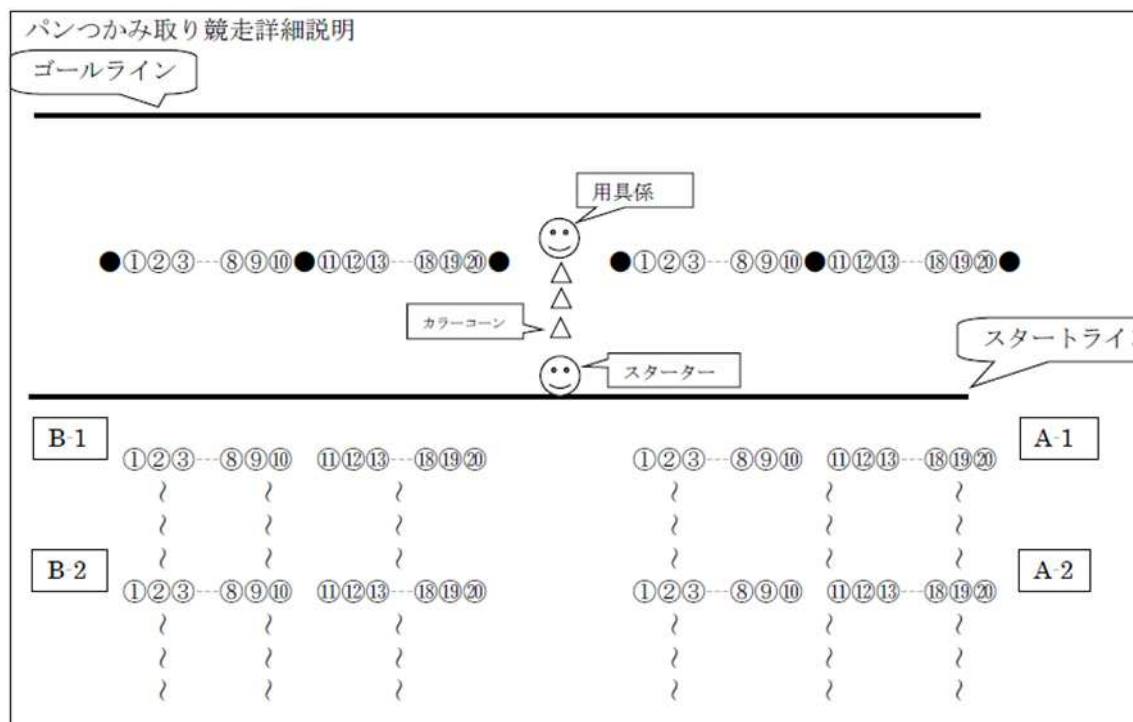
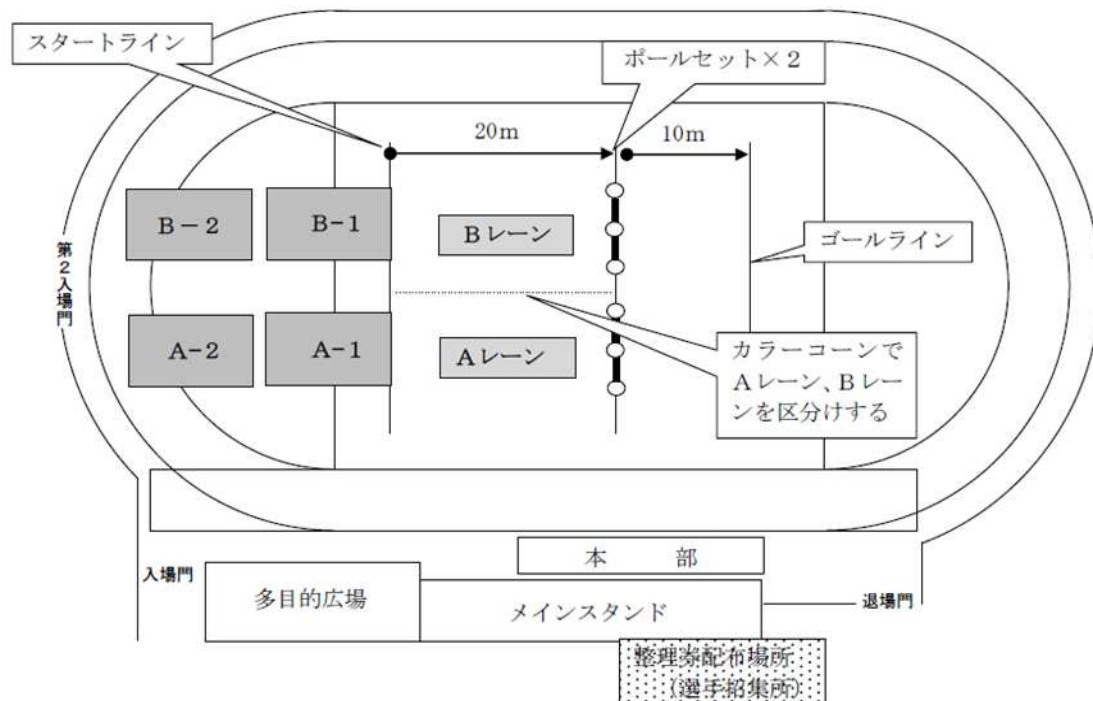
競 技 前	
通告員	・整理券について、事前に案内する。 - 配布：9時から参加整理券がなくなり次第終了 - 場所：陸上競技場 選手招集所 - 方法：先着順
選手・ 種目説明係	・選手を大人と子どもに分け、A-1、B-1、A-2、B-2と振り分ける。 ・並び方は、大人、子どもの順。 （子どもは背の高さをだいたい合わせる） ・確認終了後、種目説明係に引きつぐ。 ・事前配布の整理券を持っている人のみ参加可能。 ・種目の説明をする。
出発係	・説明を受けた参加者をA-1、B-1、A-2、B-2の順にスタートラインへ誘導する。 ・整列後、整理券を回収する。
選手誘導係	・適宜、出発係と連携をはかる。
用具係	・競技前に本部裏の控室（屋内）にパンを取りに行く。 ・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 エキシビション 男子 3000m

開始時間 10:40

招集時間 10:25

I 参加対象

実業団チーム等 男子選手 36人 (+自衛隊体育学校回答待ち)

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

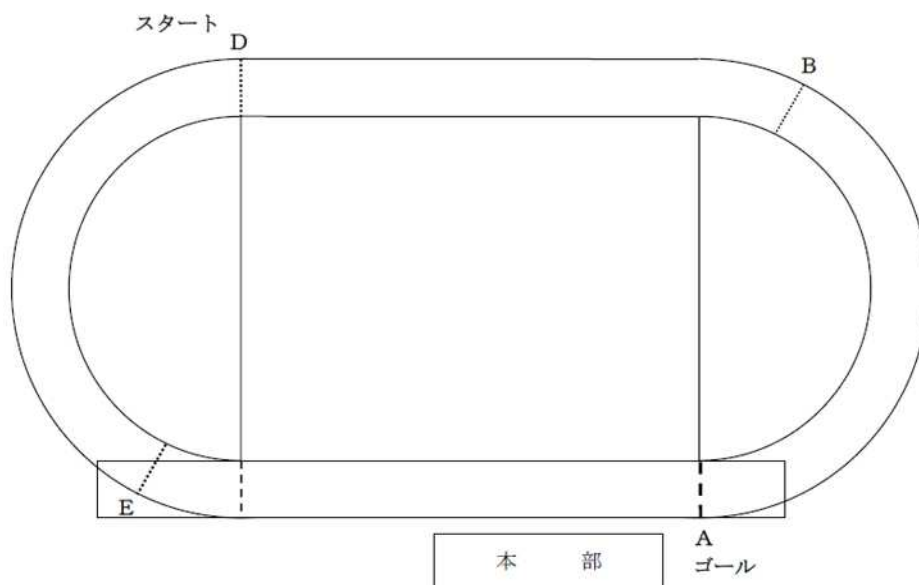
- 1 スタート時1レーンは空け、2レーン以降から並ぶ。

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	- 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	- 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	ピストルでスタートの合図をする。
陸協	- 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	- 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	- 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	- 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	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	1位～3位にはメダルを渡す。
選手誘導係	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 30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

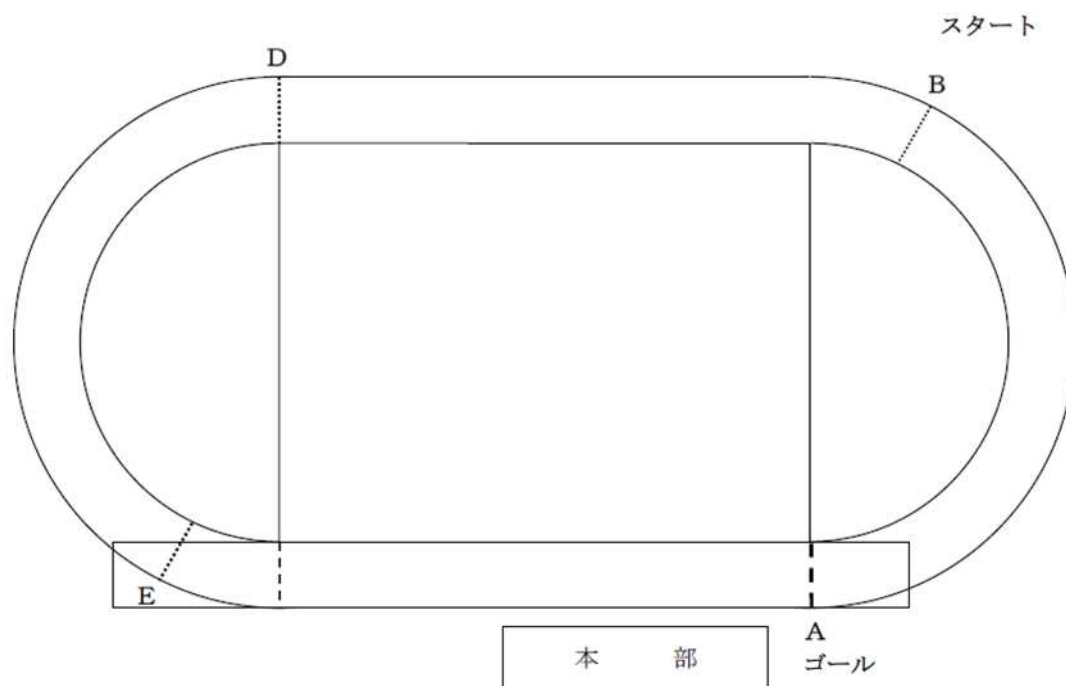
- 1 スタート時1レーンは空け、2レーン以降から並ぶ。

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	- 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	- 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	ピストルでスタートの合図をする。
陸協	- 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	- 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	- 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	- 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	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	1位～3位にはメダルを渡す。
選手誘導係	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

- 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20分前までに選手招集所（石畳）に行き、選手・種目説明係の確認を受ける。
- 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、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。

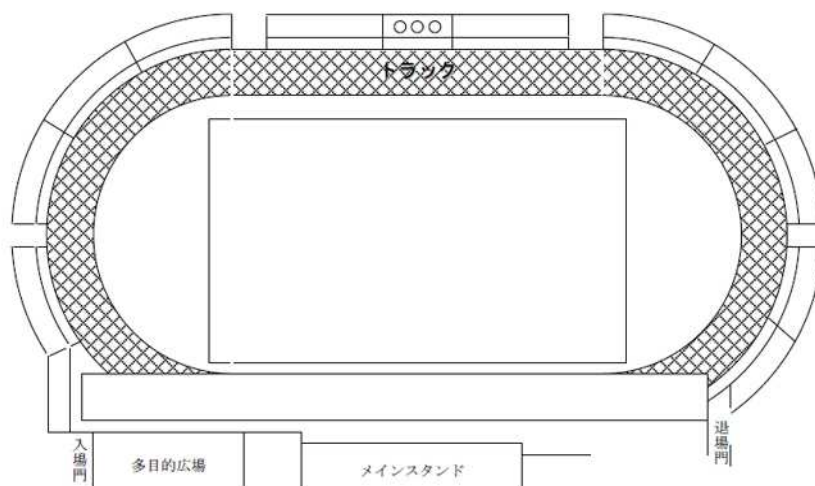
V 使用用具

各地区に大縄1本 計5本

VI 役員の動き・注意点

競 技 前	
選手・ 種目説明係	・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。 ・種目の説明をする。
出発係	・競技説明を終えた選手を、競技場所（各応援席前中央）に誘導する。
用具係	・競技用大縄を用意する。
競 技 中	
用具係	・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）
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）※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する。※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	・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	・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。
用具係	・競技用大縄を回収する。



組 合 せ 表(1組)

コース	地区No.	地区名	順位	得点
1	2	上の原		
2	3	岡		
3	4	広沢		
4	5	緑ヶ丘		
5	6	東南部		

組 合 せ 表(2組)

コース	地区No.	地区名	順位	得点
1	7	膝折宿		
2	8	向山		
3	9	溝沼		
4	10	富士見		
5	11	栄町		

※No. 1 膝折町内会：不参加

10 団体紹介・市民スポーツ賞表彰

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。

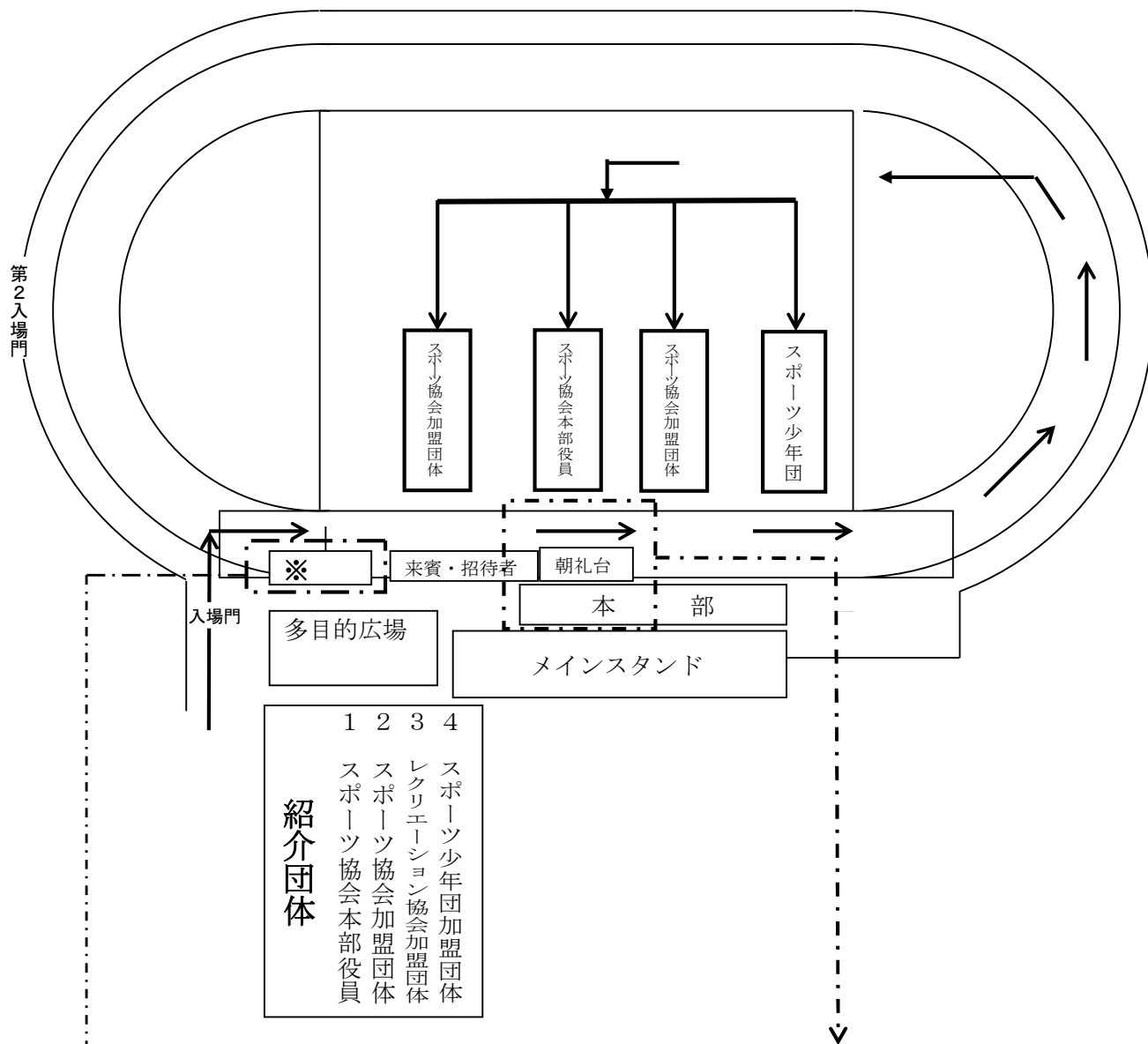
②団体の紹介は、本部前行進時に場内放送する。

【市民スポーツ賞表彰】

I 参加対象 市民スポーツ賞受賞者（特別賞・スポーツ功労賞・優秀選手賞・地区功労賞）

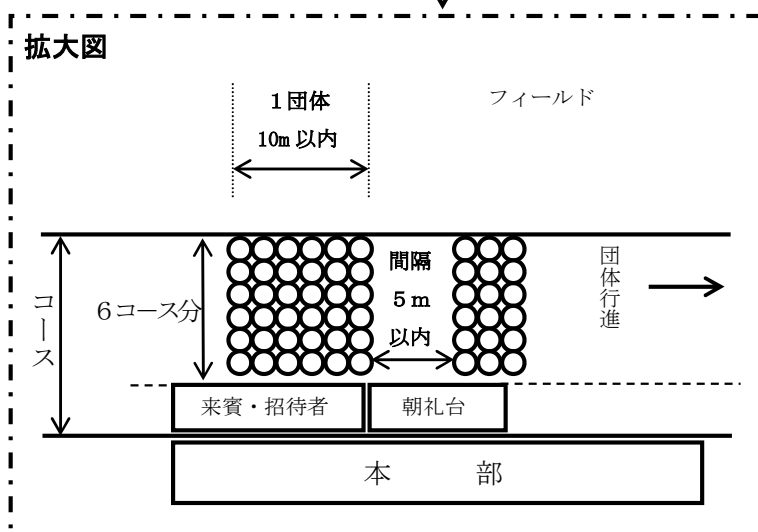
II 集合場所 本部席横（体育館側）

III 表彰の流れ 団体行進した団体が並び終わったら、市民スポーツ賞を開始
特別賞 → スポーツ功労賞 → 優秀選手賞（個人） →
優秀選手賞（団体） → 地区功労賞



市民スポーツ賞受賞者集合場所

- ・特別賞
- ・スポーツ功労賞受賞者
- ・優秀選手賞受賞者
- ・地区功労賞受賞者



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
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
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	レッツドラゴンサッカースポーツ少年団
35	朝志ヶ丘サッカースポーツ少年団
36	朝霞ジュニアバレーボールクラブ
37	朝 霞 フ レ ン ド リ ー ズ
38	朝霞サンズスポーツ少年団
39	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

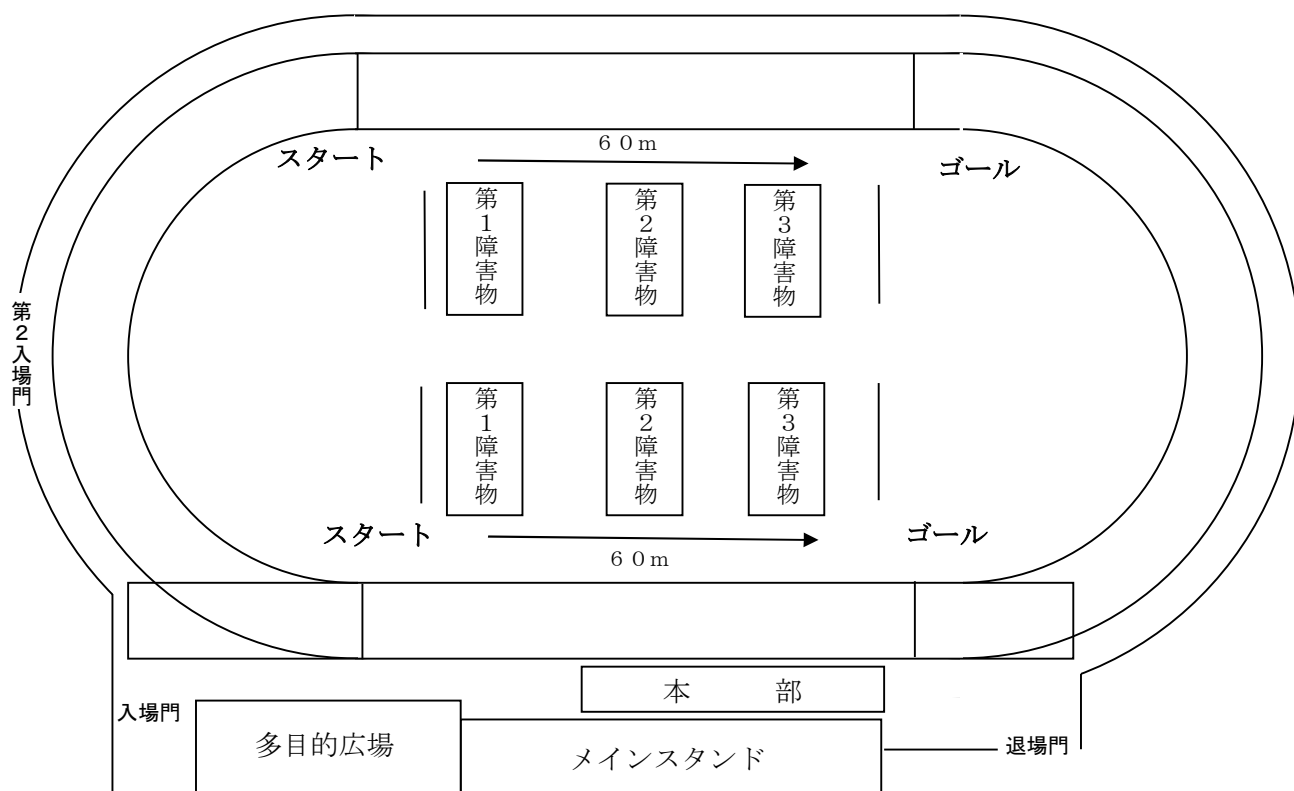
2 山越え谷越え：ゴムロープ（10m）2本

3 なわとび：700本（賞品）

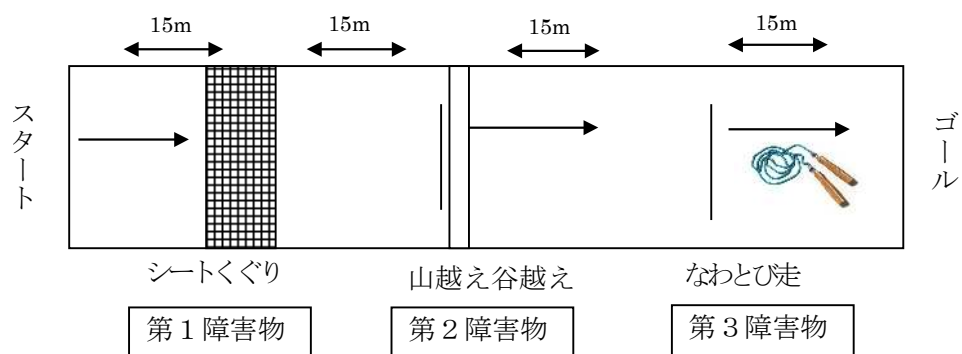
IV 役員の動き・注意点

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・ 種目説明係	・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、出発係に引きつぐ。
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れば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

開始時間 13:00

招集時間 12:40

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。競技場所で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 軍手の使用は配布したもの以外使用できない。
- 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 最後尾に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。

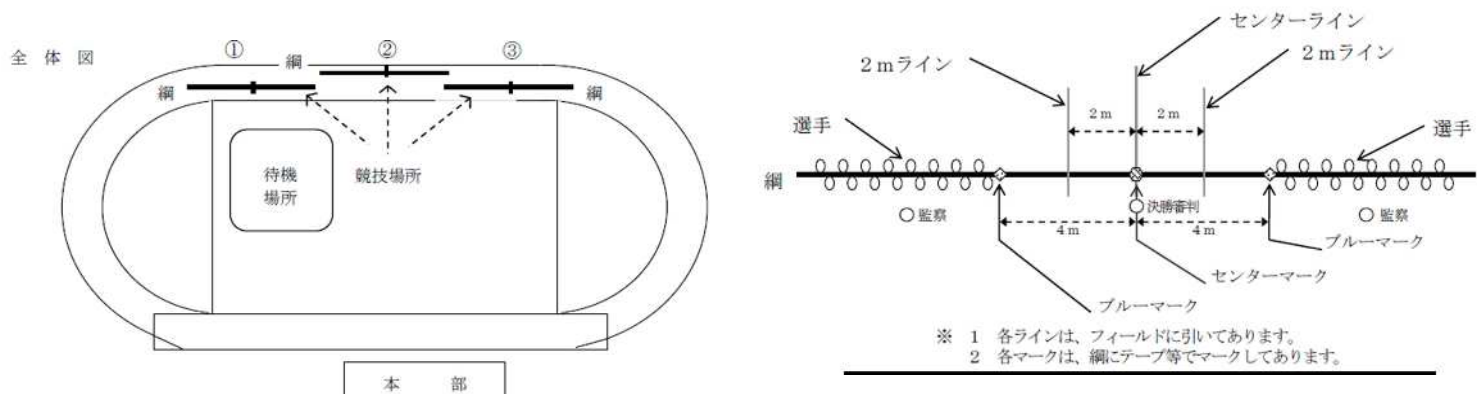
VI 使用用具

- | | |
|-----------------------|------------|
| 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・種目説明係	・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ぐ。 ・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	・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	・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、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。
決勝審判員	・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	・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	・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	・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	・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	・表彰の終わった選手を退場門へ誘導する。
表彰・賞品係	・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	広 沢			岡		
	2	膝 折 宿			上 の 原		
	3	緑 ケ 丘			栄 町		
第 2 試合	1	富 士 見			溝 沼		
	2	向 山			東 南 部		

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

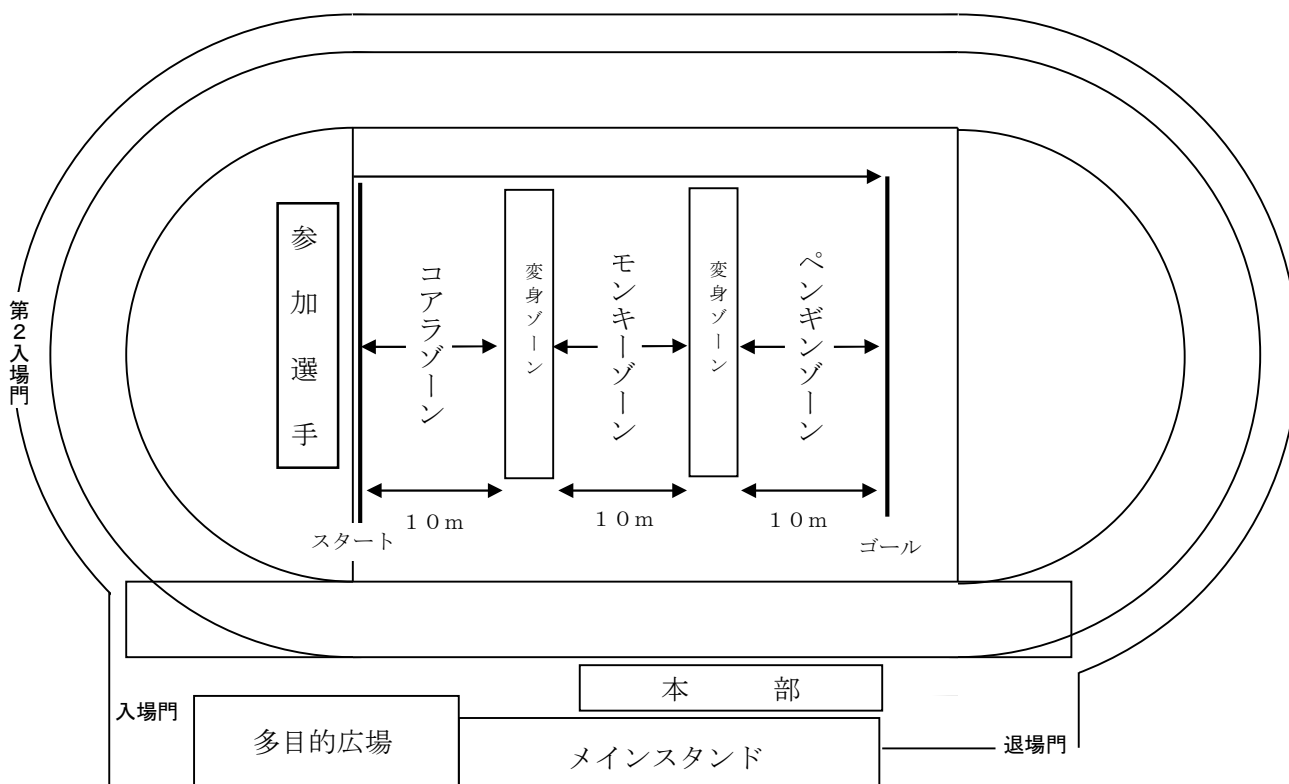
小学3年生以下とその親又は保護者

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・種目説明係	・選手を招集し、おおむねの人数を確認する。
出発係	・確認終了後、出発係にひきつぐ。
選手誘導係	・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。
用具係	・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れば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 13:50

招集時間 13:30

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。

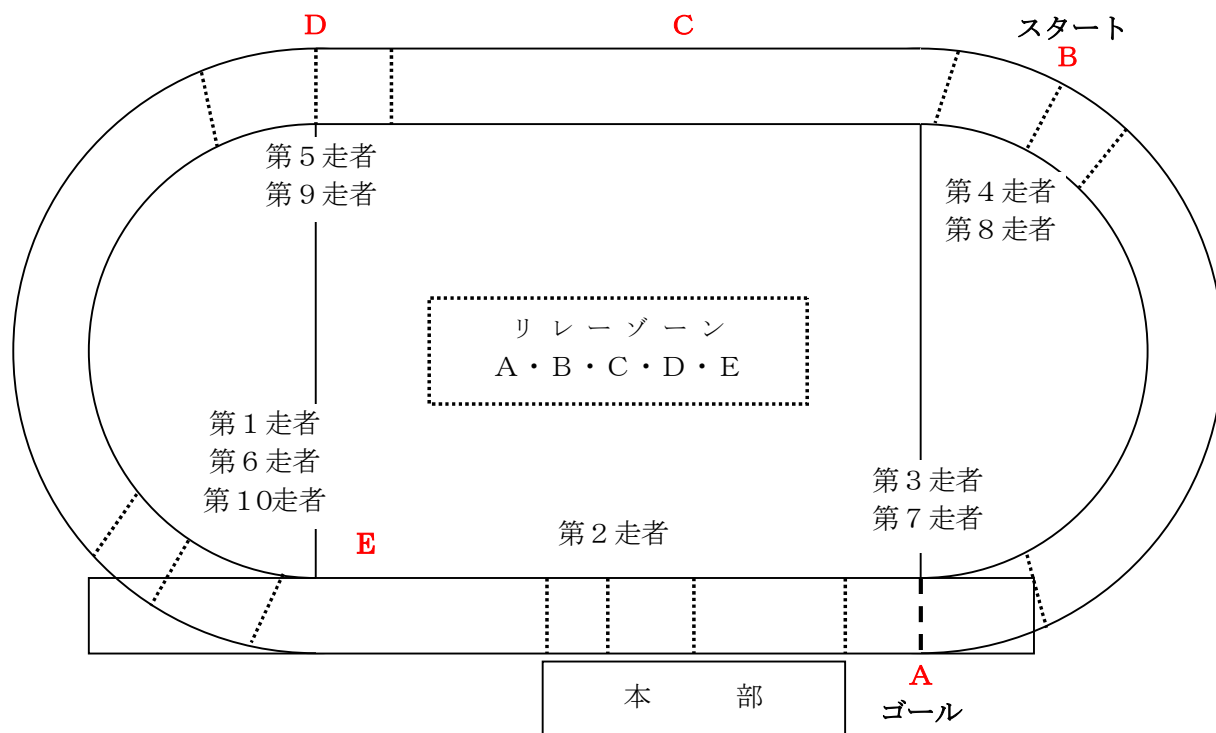
IV 失格となる行為

- 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 種目説明係	・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、種目説明係に引きつぐ。 ・種目の説明をする。（リレーゾーンの説明はしない）
出発係	・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	・リレーゾーンについて説明する。
用具係	・等賞旗を用意する。
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	・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	上の原		
2	膝折宿		
3	溝沼		
4	富士見		
5	向山		

組 合 せ 表(2組目)

コース	地区名	順位	得点
1	栄町		
2	東南部		
3	緑ヶ丘		
4	岡		
5	広沢		

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

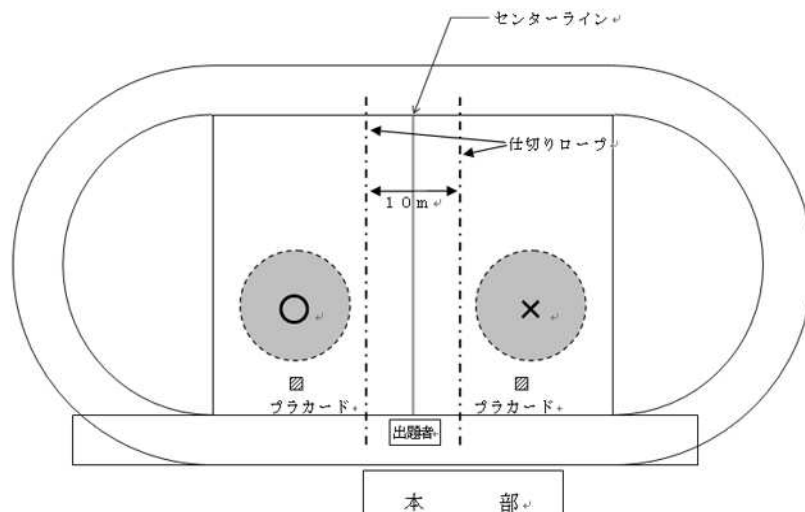
- 1 クイズはフィールドで行い、10問程度出題する。
 - 2 参加者は、出題後、15秒以内に「○」か「×」のエリアに移動する。
 - 3 競技の進行
 - ① 年代別リレー終了後、場内放送で招集
 - ② 参加者は直接フィールドに集合する。(集合時に参加賞を配布する。)
 - ③ 問題を出題
 - ④ 15秒以内に「○」または「×」のエリアに移動する
 - ⑤ 15秒経過の笛の合図により、ロープで仕切る
 - ⑥ 正解発表
 - ⑦ 正解者：その場で待機
不正解者：速やかに地区応援席に戻る
- ③～⑦を繰り返し

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	・○×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○×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。



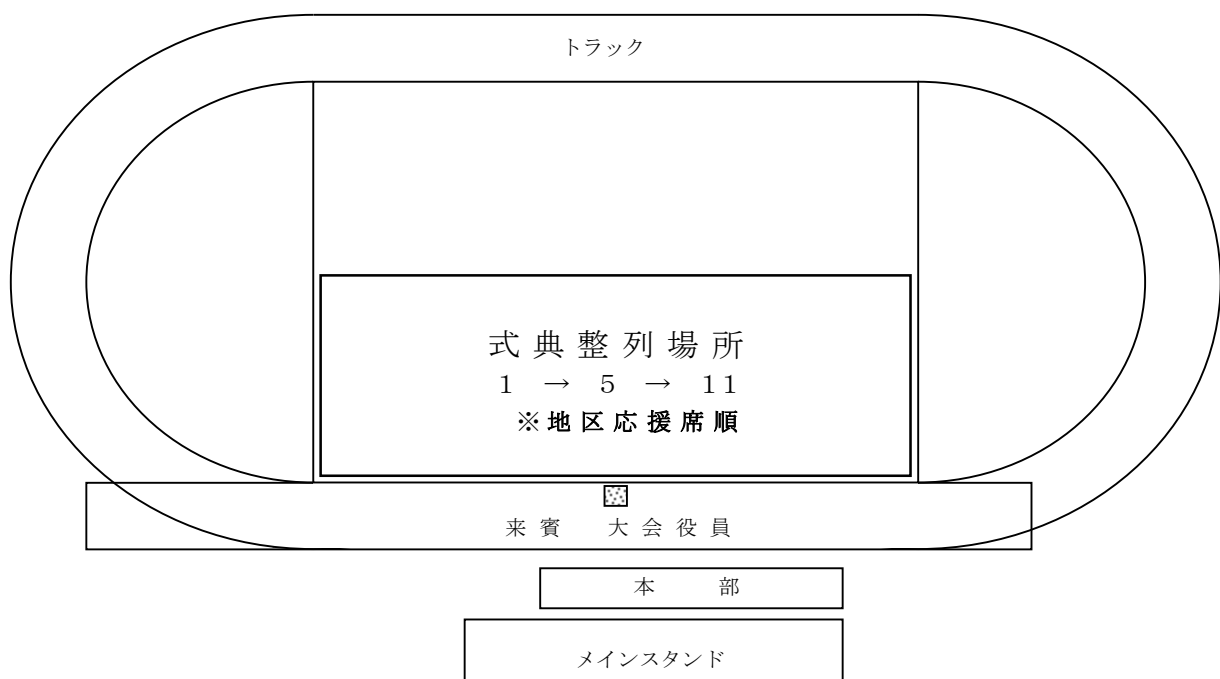
16 閉 会 式

開始時間 14:20

※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

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

※この表の並びは地区応援席順です。

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

綜合體育館

