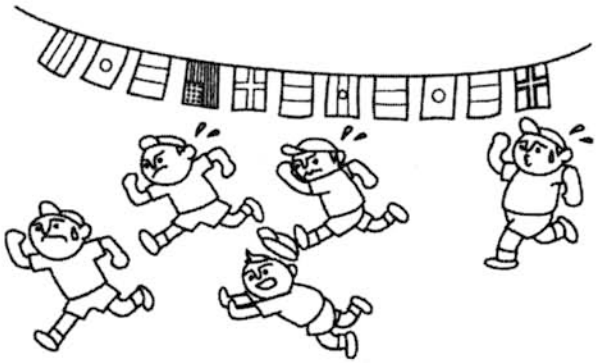
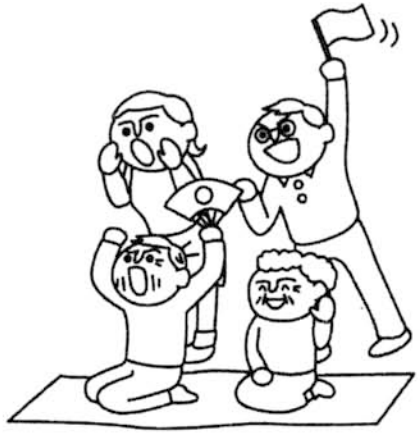
平成２０年度　宇喜田・小島地区区民運動会

競　技　要　項

と　き　　平成２０年９月２８日（日）〔小雨決行〕

ところ　　第五葛西小学校　校　庭





主　催　江　戸　川　区
　　葛西地区自治会連合会
協　賛　青少年育成葛西第一地区委員会
協　力　第五葛西小学校

午 前 の 部

(1) 障害物競走……（小・中・一般・フリー）
(2) 宅急便競争……（小・中・フリー）
(3) なわとび競争……（小・フリー）
(4) あなたの血圧……（フ リ ー）
(5) 宝さがし……（一般６０歳以上・来賓）
(6) ラムネ飲み競争……（小・中・一般・フリー）
(7) 町自治会対抗つなひき……（町自治会対抗）
(8) 町自治会長スプーンレース……（町自治会長・一般女子）
(9) 町自治会対抗玉のこしレース（予選・決勝）……（町自治会対抗）
(10) 町自治会対抗 400 メートルリレー（予選）……（町自治会対抗）

午 後 の 部

(11) 煎餅くい競争……（フ リ ー）
(12) 町自治会対抗玉入れ……（町自治会対抗）
(13) 町自治会対抗長げたリレー（予選・決勝）……（町自治会対抗）
(14) ちょっと拝借……（小・中・一般女子）
(15) 100 ﾒｰﾄﾙ･200 ﾒｰﾄﾙ競争……（一般・フリー）
(16) 幼児レース……（幼 児）
(17) 町自治会対抗ジグザグボール（予選・決勝）……（町自治会対抗）
(18) 町自治会対抗 400 メートルリレー（決勝）……（町自治会対抗）

≪町・自治会対抗競技について≫

今大会の町・自治会対抗競技は以下の種目です。

No.７　町・自治会対抗　つ　な　ひ　き
No.９　町・自治会対抗　玉のこしレース
No.１２　町・自治会対抗　玉　入　れ
No.１３　町・自治会対抗　長げたリレー
No.１７　町・自治会対抗　ジグザグボール
No.１８　町・自治会対抗　４００メートルリレー

1　優勝杯について

○ No.７・１２の競技については、勝チームに５点を与え、負チームに３点を与える。
○ No.９・１３・１７の競技は、順位により下表の得点を与える。
○ 昼休みに行う盆踊りに３名以上参加した町・自治会には、２点を与える。
○ 総合得点の多い町・自治会を総合優勝とし、優勝杯を授与する。
※ 総合得点が同じ町・自治会があった場合、ジグザグボールの順位を最優先し、総合順位を決定する。ジグザグボールの順位も同じ場合は、玉のこしレースの順位にて決定する。

［　順位別得点表　］

1位	2位	3位	4位	5位	6位	以下
１０点	８点	６点	５点	４点	３点	１点

2　優勝旗について

○ 総合優勝に関係なく４００メートルリレー優勝の町・自治会に授与する。

≪　注意事項　≫

① 出場選手の確認は出場券または登録用紙で行い、それ以外は認めない。

② 登録用紙は前日準備のときに提出すること。忘れた場合は、当日の開会式前（午前８時２０分）までに、大会本部（競技部席）へ必ず提出すること。

③ 連絡等をスムーズに行うため、各町・自治会は登録に関する責任者を競技ごとに１名決めること。

④ スタートのコース順は、くじ引きで行う。

⑤ 町・自治会対抗競技の出場選手は各町・自治会名入りのゼッケンを必ずつけること。

⑥ いかなる場合でも、裸足（サンダル履き）、スパイクシューズでの出場は認めない。

⑦ 危険防止のため、装飾品（ピアス・ネックレス・腕時計等）は外すこと。

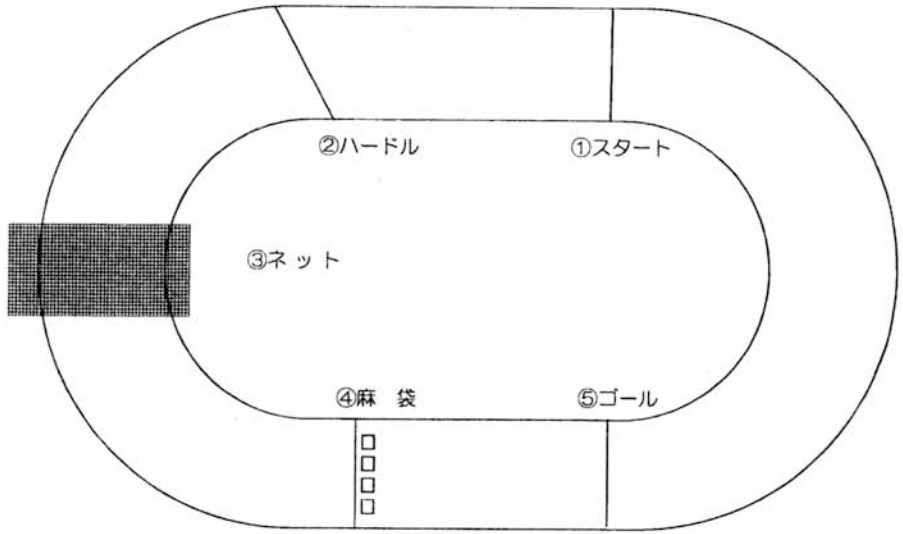
⑧ ４００メートルリレーで補欠選手が代走した場合は、最後まで代走すること。

⑨ 参加者は大会役員の指示に従い、怪我やトラブルのないよう競技を行うこと。注意をしてもルールを守らない参加者は失格とする。

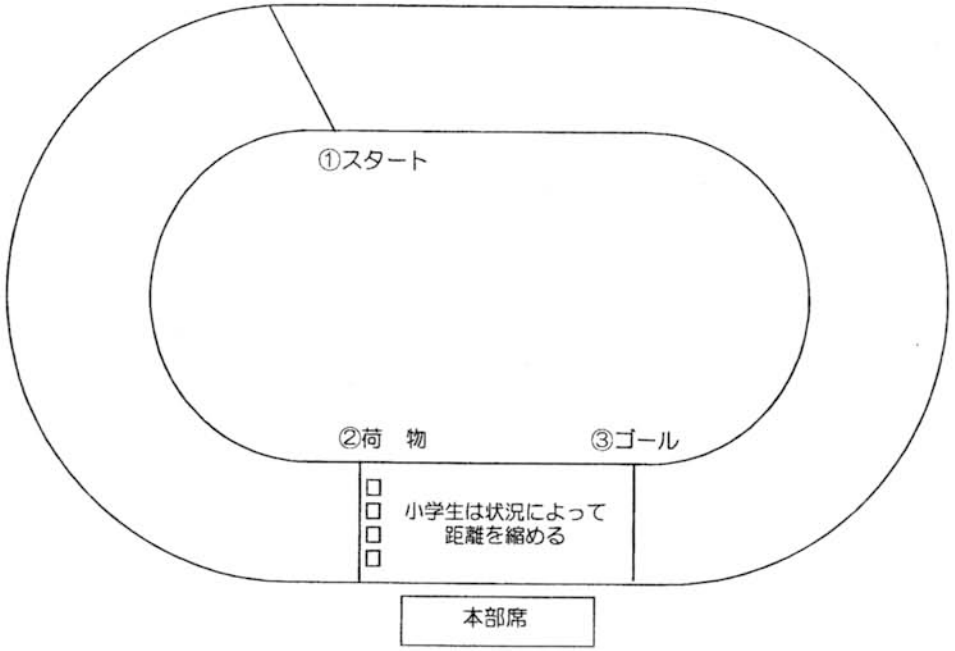
⑩ 競技上のトラブルが発生したときは、大会会長・実行委員長・審判部長競技部長・進行係・審判部員で審議判断し、速やかに審判部長が事情説明を行う。

⑪ 審判の決定には必ず従うこと。

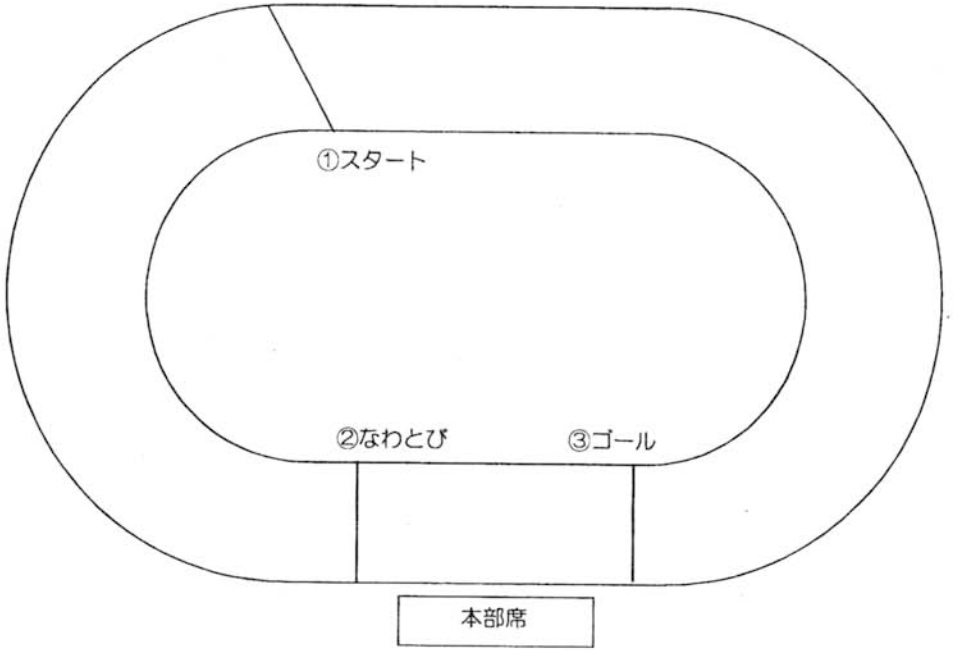
⑫ 当日の天候により、午後の部の競技を午前の部に繰り上げる等、競技開始時間を早める可能性があるので、出場選手は前もって準備しておくこと。（雨天時は町・自治会対抗競技を優先する場合があります。）



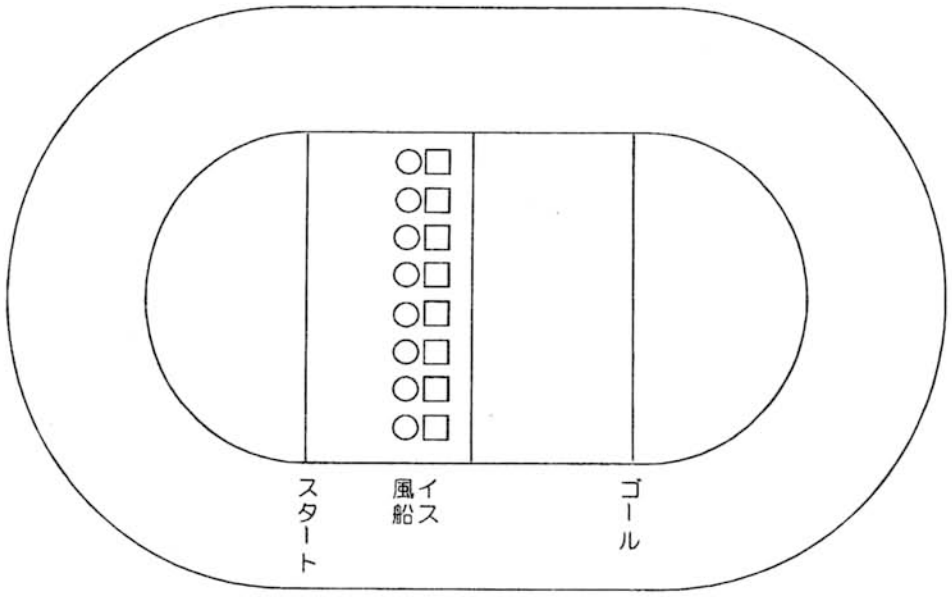
No. 1	種　目	障害物競走			トラック	対　象	小学生（4）・中学生（4） 一　般（4）・フリー（3）
コース	5	レース	15	表彰対象	3位まで　他参加賞		
用　具	麻　袋　１０枚（5枚×2） ネット　１張 ハードル　６本 ゴール用テープ　１本						
説　明	①でスタート ②でハードルをくぐる ③でネットをくぐる ④で麻袋に入り、はねながら走る ⑤で麻袋のままゴールイン						



No. 2	種　目	宅急便競走		トラック	対　象	小学生（4）・中学生（3） 一　般（3）
コース	6	レース	10	表彰対象	3位まで　他参加賞	
用　具	荷　物（砂　袋）　１８個　（ 3kg×２ ・ 5kg×２ ・ １０kg×２ ）×3セット ゴール用テープ　　１本					
説　明	①でスタート ②で荷物を拾い、持ちながら走る ③でゴールイン ※小学生のレースは１０kgの荷物は使用しない。 ※置いてあるどの荷物を選んでもよいが、最初に手に触れた荷物を持って、 走らなければいけない。					

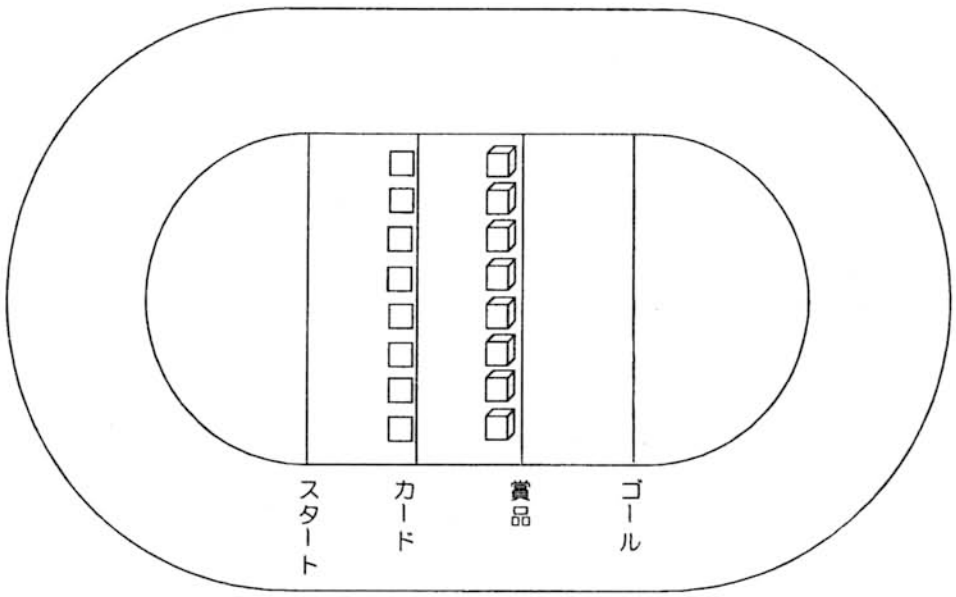


No. 3	種　目	なわとび競走		トラック	対　象	小学生（１０） フリー（5）
コース	6	レース	15	表彰対象	3位まで　他参加賞	
用　具	なわとび　　１８本　（6本×３） ゴール用テープ　　１本					
説　明	①でスタート ②でなわとびを拾い、飛びながら走る ③でゴールイン ※オープン参加の５レース分は、出場者の数を招集のときに調整し、男女別の競技とする					



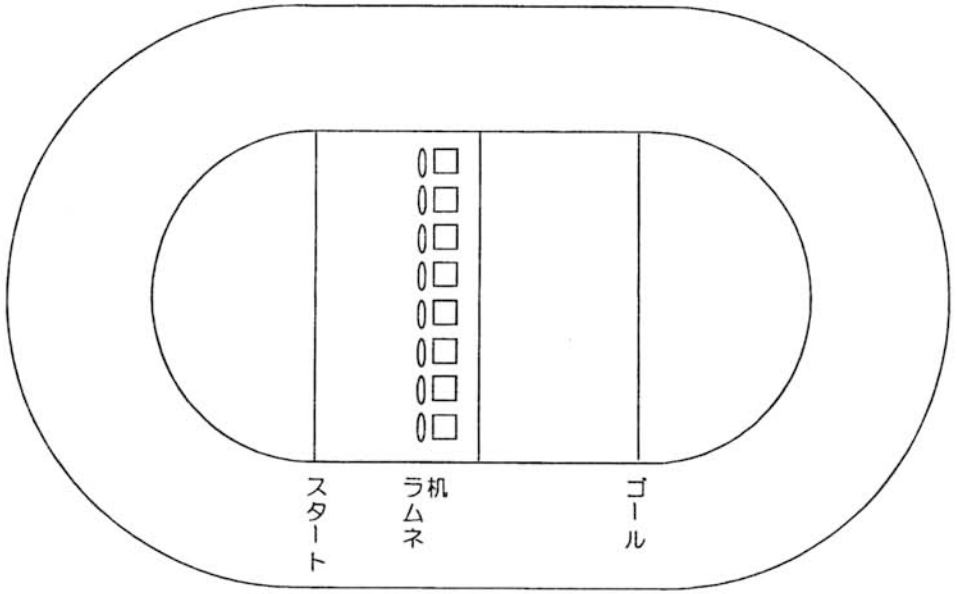
本部席

No. 4	種　目	あなたの血圧		フィールド	対　象	フリー（10）
コース	8	レース	10	表彰対象	3位まで　他参加賞	
用　具	イ　ス　　8脚 風　船　　120ヶ（予備40ヶ）					
説　明	①でスタート ②でおしりで風船を割る（審判が風船をイスの上に置く） ③でゴールイン ※風船は、事前にふくらませておく。 ※オープン参加のため、出場者の数については、招集のときに注意すること。					

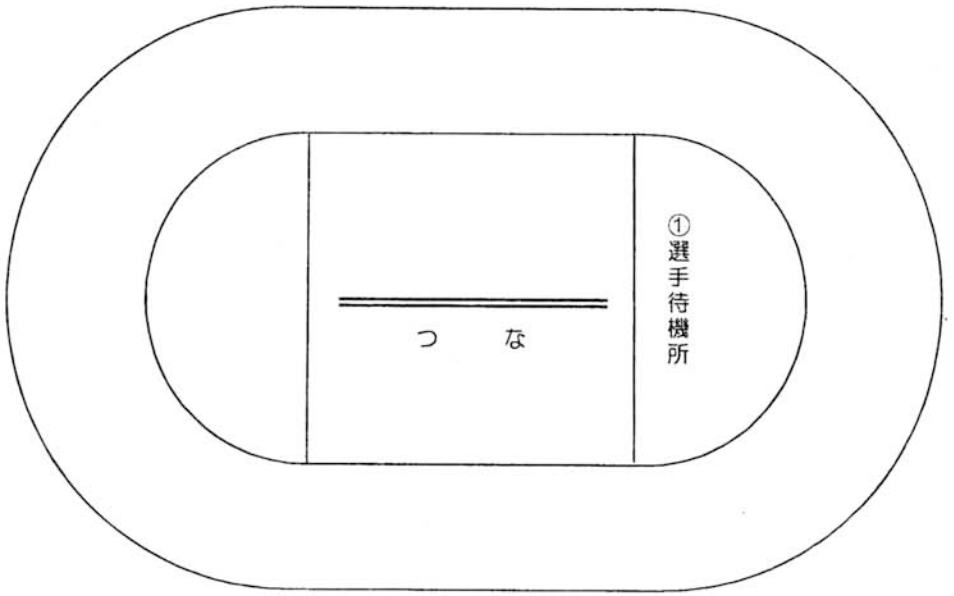


本部席

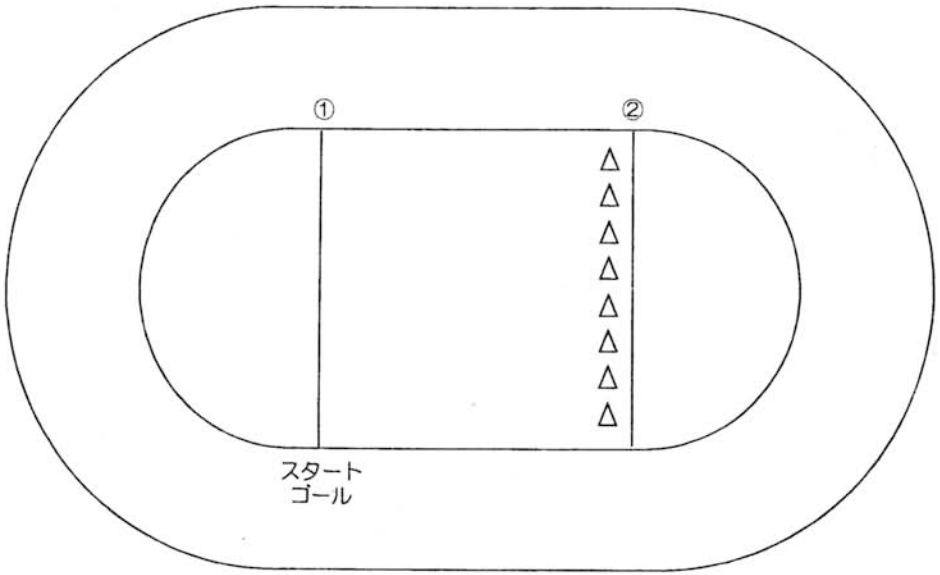
No. 5	種　目	宝さがし		フィールド	対　象	一般（60才以上）（8） 来賓（2）
コース	10	レース	10	表彰対象	カードに書いてある番号のついた物が賞品	
用　具	カード（1～10までの番号入り）　30枚 机（1～10までの番号を付けたもの　10脚 賞　品　　100ヶ					
説　明	①でスタート ②でカード（書いてある番号がわからないように裏返しにしておく）を拾う ③でカードに書いてある番号のついた賞品（机の上に置いてある）を探す ④でゴールイン					



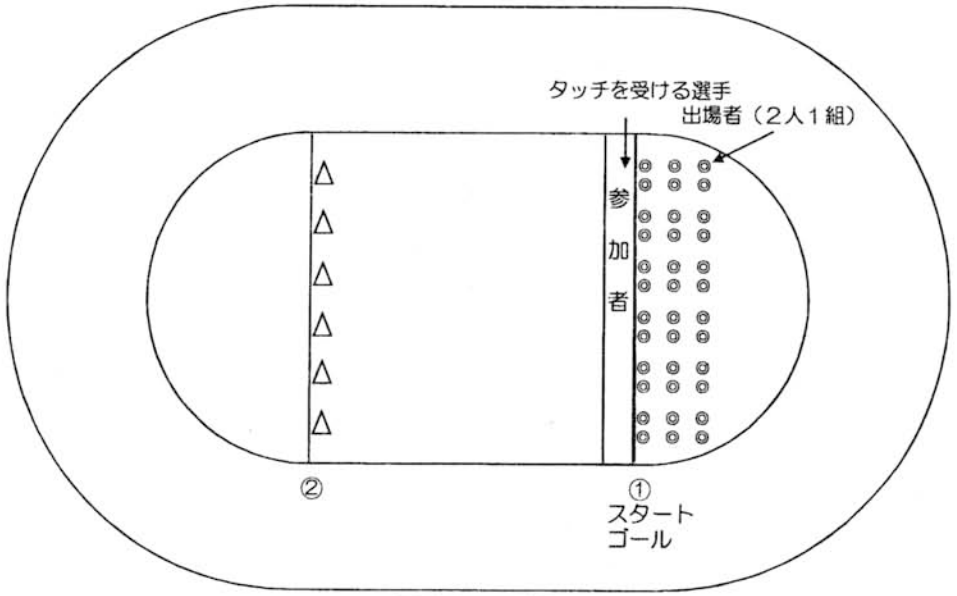
No. 6	種　目	ラムネ飲み競走		フィールド	対　象	小学生（3）・中学生（3） 一　般（9）・フリー（5）
コース	14	レース	20	表彰対象	3位まで　他参加賞	
用　具	ラムネ　　３００本（予備２０本） 机　　１０脚					
説　明	①でスタート ②でラムネを飲み干す（必ず全部飲むこと） ③でゴールイン ※ラムネは事前に栓を抜いておく ※オープン参加の５レース分は、出場者の数を招集のときに調整する					



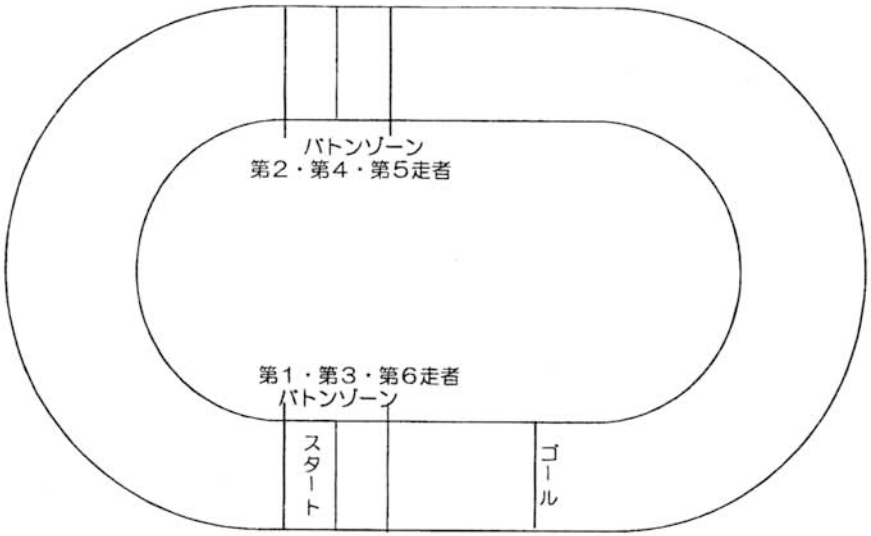
No. 7	種　目	町自治会対抗 つなひき		フィールド	対　象	各町自治会より 一般男子３名・一般女子２名
コース		レース	1	表彰対象	参加者全員（勝ち・負けの区別あり）	
用　具	つなひき用つな　　1本					
説　明	①各町自治会の選手は、待機所に集合する ○片側それぞれ９町・自治会で、競技する （両側の人数が同じになるよう調整） ○競技は、場所を入れ替えて３回行う（２本先取で終了）					



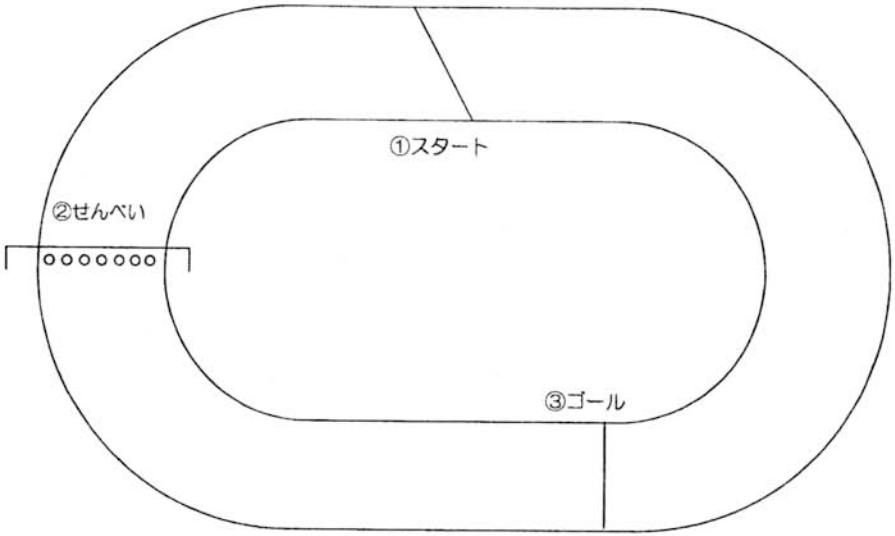
No. 8	種　目	町・自治会長 スプーンレース		フィールド	対　象	町・自治会長および 各町・自治会より女子３名
コース	7	レース	3	表彰対象	参加者全員	
用　具	木製おたま　　７本 軟式テニスボール　　７個 旗またはカラーコーン　７本					
説　明	○各町・自治会４人一組でのリレー形式とする　　※アンカーは町・自治会長 ①から第一走者がスタート ②の旗を回り、①まで戻り第２走者へおたまを渡してタッチ 第４走者まで繰り返し ①でアンカーがゴールイン ※途中でボールを落とした場合、落とした地点から再び始める					



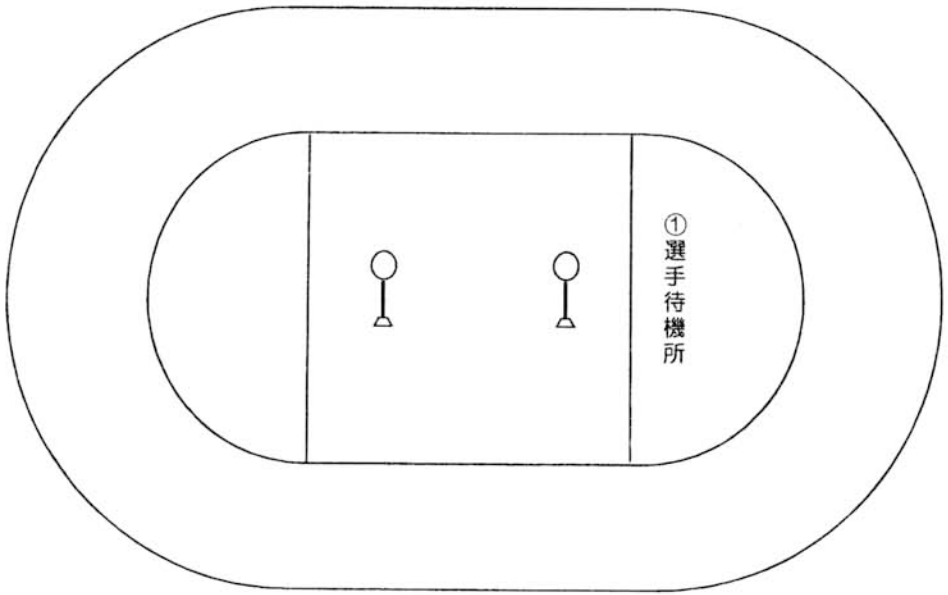
No. 9	種　目	町・自治会対抗 玉のこしレース（予選・決勝）			フィールド	対　象	小学生４名（男女不問） 一般男女（５０歳以上）６名
コース	6	レース	予選３ 決勝１	表彰対象	各レース上位２チームは決勝へ 決勝３位まで表彰　他参加賞		
用　具	玉のこし　　６セット ボール　　６ヶ カラーコーンまたは旗　６個						
説　明	①で２人１組で玉のこしにボールを乗せて向かい合わせに持って横向きに運ぶ ②の旗を回ってスタート地点に戻る ①のライン内に完全に入ってから、次走者の組と交代する ①でアンカーはゴールイン（二人とも完全に入った時点でゴール） ※玉のこしはテープの巻いてある所を持つ ※途中でボールを落としてしまったら、その場に玉のこしを置き、 自分たちでボールを拾いに行き、ボールを玉のこしに乗せてから再スタートする ※予選３レースの上位各２チームが決勝レースに出場する						



No. 10	種　目	町自治会対抗 ４００ﾒｰﾄﾙﾘﾚｰ（予選）	トラック	対　象	小学生男子（1）・小学生女子（1） 男女問わず50才以上（1）・30才以上（1） 女性20才以上（1）・男性25才以上（1）
コース	6	レース　3	表彰対象	各レース上位2チームは決勝へ　他参加賞	
用　具	バトン　7本 色はちまき　１２６本（7色×6）×3セット たすき　２１本（7色×1）×3セット ゴール用テープ　1本				
説　明	第1走者：小学生男子　・・・・・トラック半周（約50メートル） 第2走者：小学生女子　・・・・・トラック半周（約50メートル） 第3走者：50才以上の男性あるいは女性　・・・・・トラック半周（約50メートル） 第4走者：30才以上の男性あるいは女性　・・・・・トラック1周（約100メートル） 第5走者：20才以上の女性　・・・・・トラック半周（約50メートル） 第6走者：25才以上の男性　・・・・・トラック1周（約100メートル） ※はちまきの色は、レース直前に抽選で決める 代走者（補欠選手に限る）を出すときは、競技部長に連絡すること その場合で、決勝レースに残ったときは、同じ代走者が決勝レースに出場しなければならない				

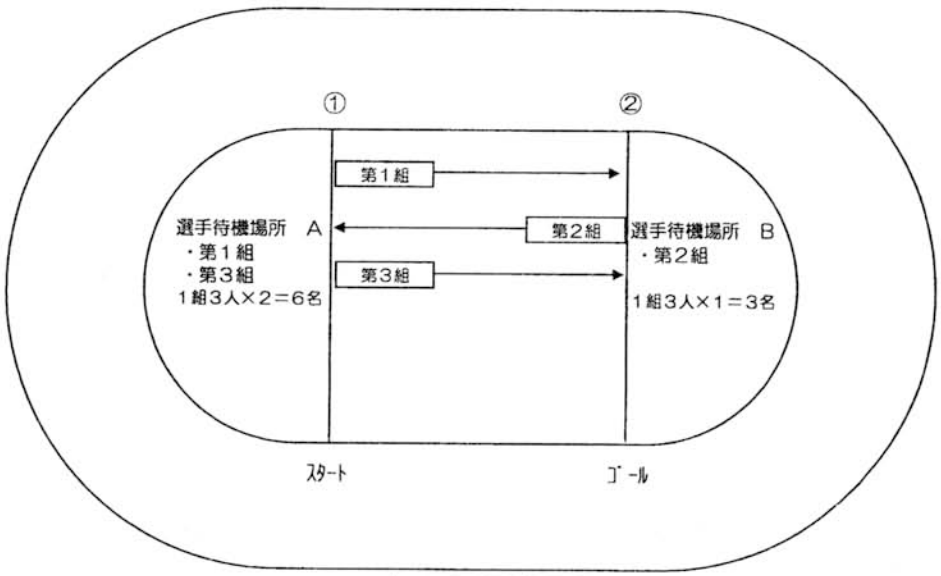


No. 11	種　目	煎餅くい競争	トラック	対　象	小学生・中学生・一般男女の別でオープン参加
コース	8	レース　25	表彰対象	3位まで　他参加賞	
用　具	せんべいをつるす物　1ヶ せんべい　２５０枚（予備５０枚） ゴール用テープ　1本				
説　明	①でスタート ②で両手を後ろに組み、せんべいを口でくわえる（手を使った場合は失格） ③でゴールイン（せんべいを口でくわえたままで） ※オープン参加のため、出場者の数については、招集のときに注意すること				



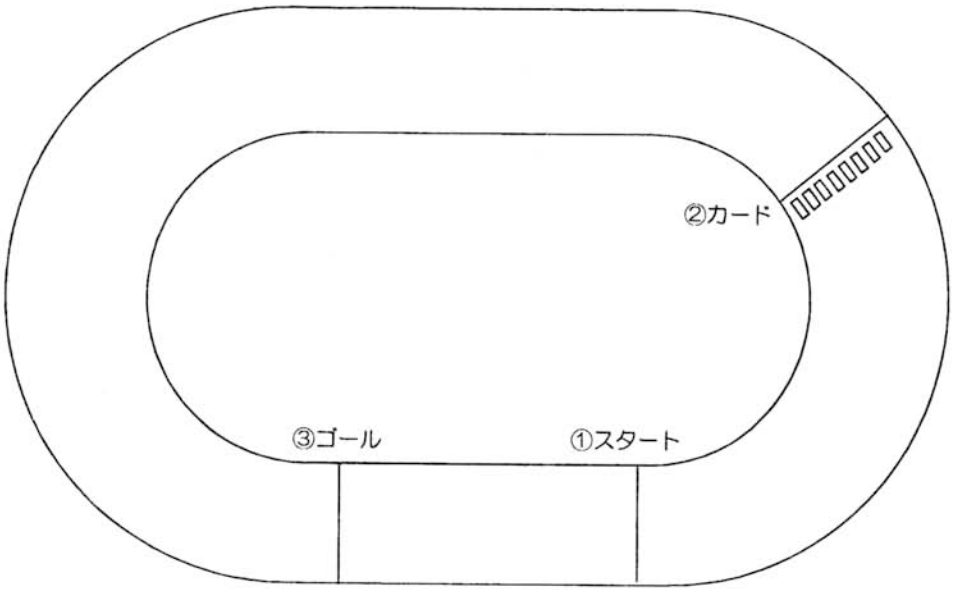
本部席

No. 12	種　目	町自治会対抗 玉入れ		フィールド	対　象	各町自治会より 一般女子３名
コース		レース	1	表彰対象	参加者全員（勝ち・負けの区別あり）	
用　具	玉入れ用かご　　２個 玉入れ用たま　　多数					
説　明	①各町自治会の選手は、待機所に集合する ○片側それぞれ9町・自治会で、競技する （両側の人数が同じになるよう調整） ○競技は、３回行う（２本先取で終了） ※１回の競技時間は３０秒とする					



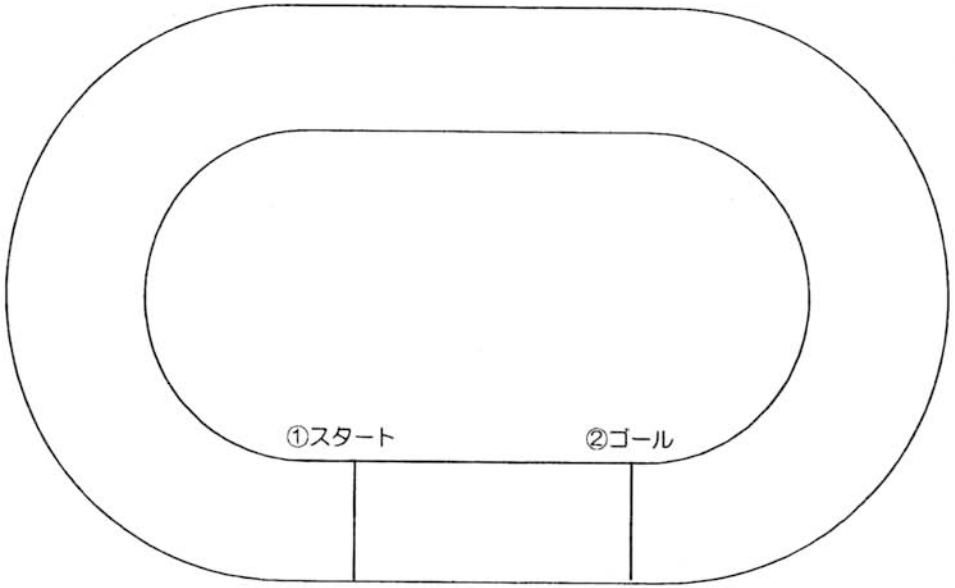
本部席

No. 13	種　目	町・自治会対抗 長げたリレー			トラック	対　象	小学生３名（男女問わず） 一般男女（中学生以上）６名
コース	予選4or5 決勝4	レース	予選4 決勝1	表彰対象	予選…各レース１位チームが決勝進出（２位に１点） 決勝…町会対抗レース基準に従って、順位別に得点		
用　具	長げた（３人乗り用）　　７セット　（予備を含む） アンカータスキ　　２０本（５色×４セット）						
説　明	○　各町自治会３人一組での直線リレー形式とする （子ども３名、一般６名とし、組み合わせはフリーとする。） ①　選手待機場所Aに６名（１組３人×２組）、Bに３名（１組３人）に分かれて整列。 ②　①から第１組がスタート。②で第２組へタッチ。第３組まで繰り返し。 ③　両足のげたが完全に線を越えなければ、タッチはみとめない。 タッチが成立したら、次の走者はスタートできる（げたを履きかえる）。 ④　第３組（アンカー）は①でスタートし、②でゴールイン。 ※　予選４レースの各１位チームが決勝に進出する。 ※　運動靴を着用のまま、げたを履くこと。						



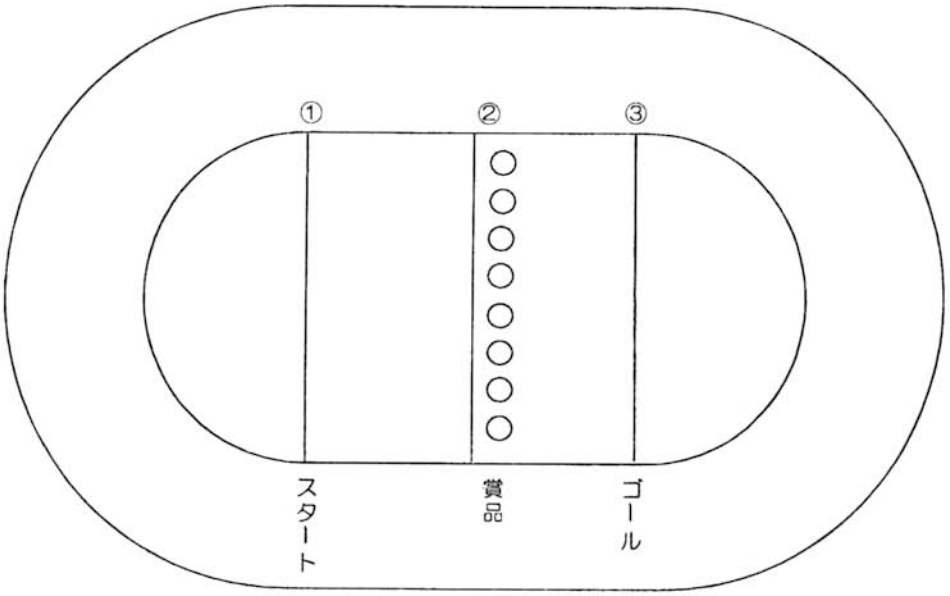
本部席

No. 14	種　目	ちょっと拝借		トラック	対　象	小学生（9）・中学生（5） 一般女子（8）
コース	8	レース	22	表彰対象	3位まで　他参加賞	
用　具	カード（品物名入り）２００枚 ゴール用テープ　　１本					
説　明	①でスタート ②でカードを拾い、カードに書いてある品物を会場から探して借りる ③でゴールイン（カードと品物を一緒に持っていること） ※品物は着順を確認後、本人が返却する ※品物はトラックの外から借りる（トラック内にいる係員から借りてはならない） **※レース終了後、参加者は必ず退場門より退場すること。** **（招集誘導部で事前に参加者へ周知する。）**					



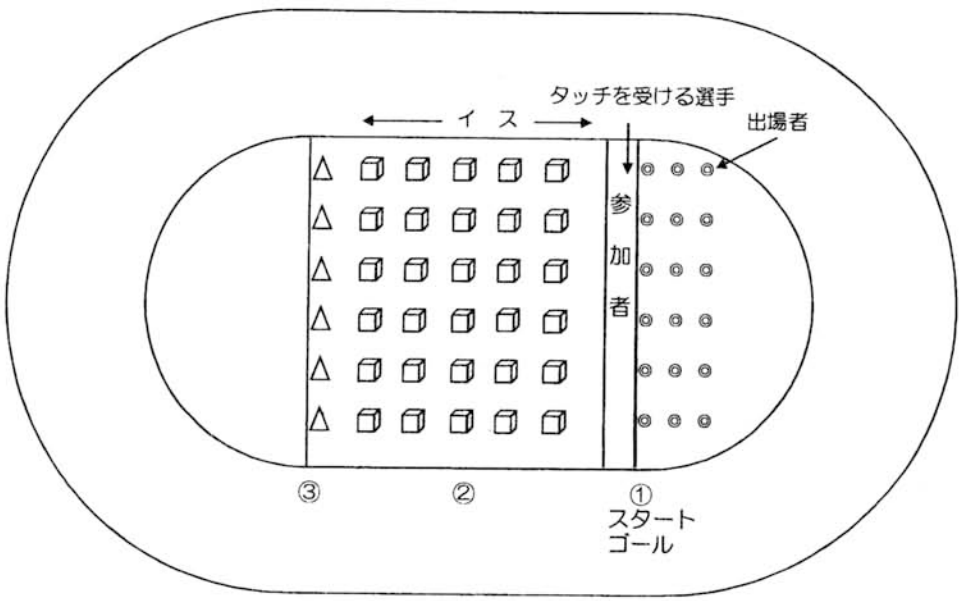
本部席

No. 15	種　目	１００メートル ２００メートル　競走		トラック	対　象	100m　一般男女　各（5） 200m　一般女子（4）フリー（2）
コース	6 6	レース	各5 6	表彰対象	3位まで　他参加賞	
用　具	振　鈴　　１ヶ 周回板　　１式 ゴール用テープ　　１本					
説　明	１００m（一般男女）・・・・・トラック１周（セパレート６コース・各5レース） ２００m（一般女子）・・・・・トラック２周（セパレート６コース・６レース） ①でスタート ②でゴールイン ※オープン参加の２００m一般女子２レース分は、 出場者の数を招集のときに調整する					



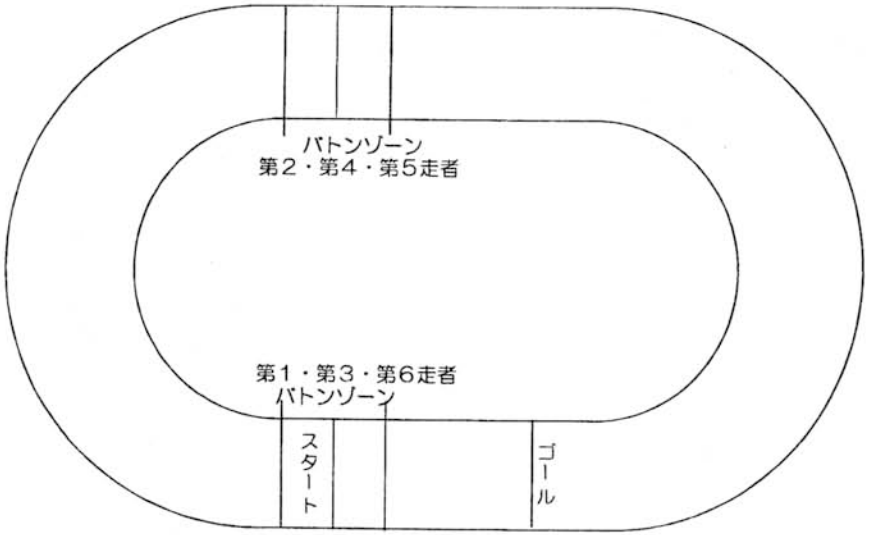
本部席

No. 16	種　目	幼児レース		フィールド	対　象	幼児（5）
コース	30	レース	5	表彰対象	ひろったものが賞品	
用　具	賞　品　　400個					
説　明	①でスタート ②で賞品を拾う ③でゴールイン					



本部席

No. 17	種　目	町・自治会対抗 ジグザグボール			フィールド	対　象	小学生男女各１・中学生１ 一般男女（25才以上）各１
コース	予選6 決勝6	レース	予選3 決勝1	表彰対象	決勝３位まで表彰　他参加賞		
用　具	ボール　　6ヶ イ　ス　　30脚 カラーコーンまたは旗　　6個						
説　明	①でボールをドリブルして、スタート ②のイスの間をジグザグに通り抜ける ③の旗を回り、往路と同様にボールをドリブルして、イスの間を交互に戻る ①のライン内に完全に入ってから、次走者にボールをタッチする ①でアンカーはゴールイン （ゴールに入ったと同時に、必ずボールを頭上に上げる） ※予選３レースの上位各２チームが決勝レースに出場する						



No. 18	種　目	町自治会対抗 400メートルリレー（決勝）		トラック	対　象	No. 10予選レースの上位各2チーム
コース	6	レース	1	表彰対象	3位まで　他参加賞	
用　具	バトン　6本 色はちまき　30本（6色×5） たすき　6本 ゴール用テープ　1本					
説　明	第1走者：小学生男子　・・・・・トラック半周（約50メートル） 第2走者：小学生女子　・・・・・トラック半周（約50メートル） 第3走者：50才以上の男性あるいは女性　・・・・・トラック半周（約50メートル） 第4走者：30才以上の男性あるいは女性　・・・・・トラック1周（約100メートル） 第5走者：20才以上の女性　・・・・・トラック半周（約50メートル） 第6走者：25才以上の男性　・・・・・トラック1周（約100メートル） ※はちまきの色は、レース直前に抽選で決める					

宇喜田・小島地区 区民運動会

2008. 9. 28