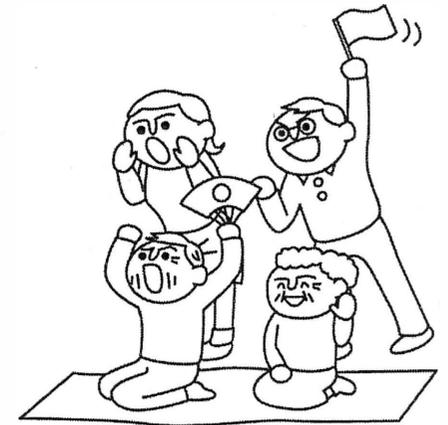
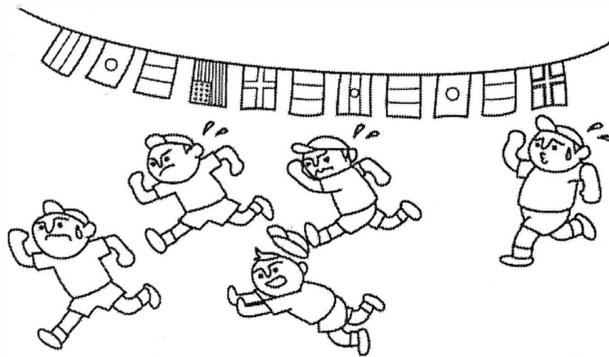


平成28年度 宇喜田・小島地区区民運動会

競技要項

とき 平成28年9月25日(日)〔小雨決行〕
ところ 第五葛西小学校 校庭



主催 宇喜田・小島地区自治連絡協議会
葛西地区自治会連合会
江戸川区
協力 青少年育成葛西第一地区委員会
第五葛西小学校

競 技 種 目 一 覧

午 前 の 部

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

午 後 の 部

- (12) 煎餅くい競走……………(フリー)
- (13) 町会・自治会対抗玉入れ……………(町会・自治会対抗)
- (14) 町会・自治会対抗長げたりレー(予選・決勝) ……(町会・自治会対抗)
- (15) ちょっと拝借……………(小・中・一般女子)
- (16) 100メートル競走……………(一般)
- (17) 町会・自治会対抗ジグザグボール(予選・決勝) ……(町会・自治会対抗)
- (18) 町会・自治会対抗400メートルリレー(決勝) ……(町会・自治会対抗)

《町会・自治会対抗競技について》

今大会の町会・自治会対抗競技は以下の種目です。

- No.7 町会・自治会対抗 つ な ひ き
- No.9 町会・自治会対抗 玉 の こ し レ ー ス
- No.13 町会・自治会対抗 玉 入 れ
- No.14 町会・自治会対抗 長 げ た り レ ー
- No.17 町会・自治会対抗 ジ グ ザ グ ボ ー ル
- No.18 町会・自治会対抗 400メートルリレー

1 優勝杯について

- No.7・13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・14・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名以上参加した町会・自治会には、2点を与える。
- 総合得点の多い町会・自治会を総合優勝とし、優勝杯を授与する。

※ 総合得点と同じ町会・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]

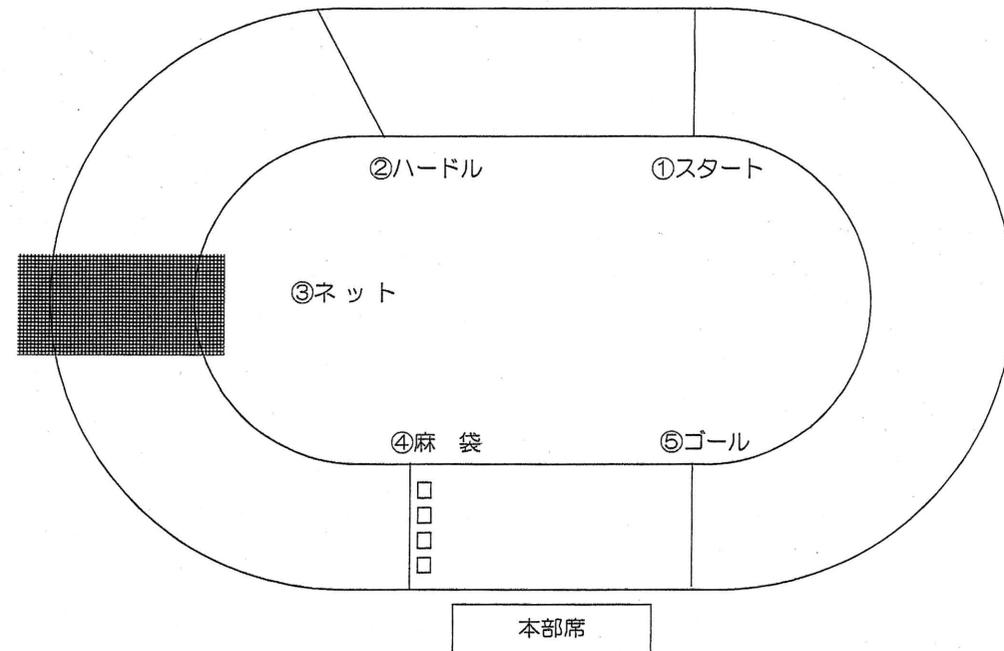
1位	2位	3位	4位	5位	6位	以下
10点	8点	6点	5点	4点	3点	1点

2 優勝旗について

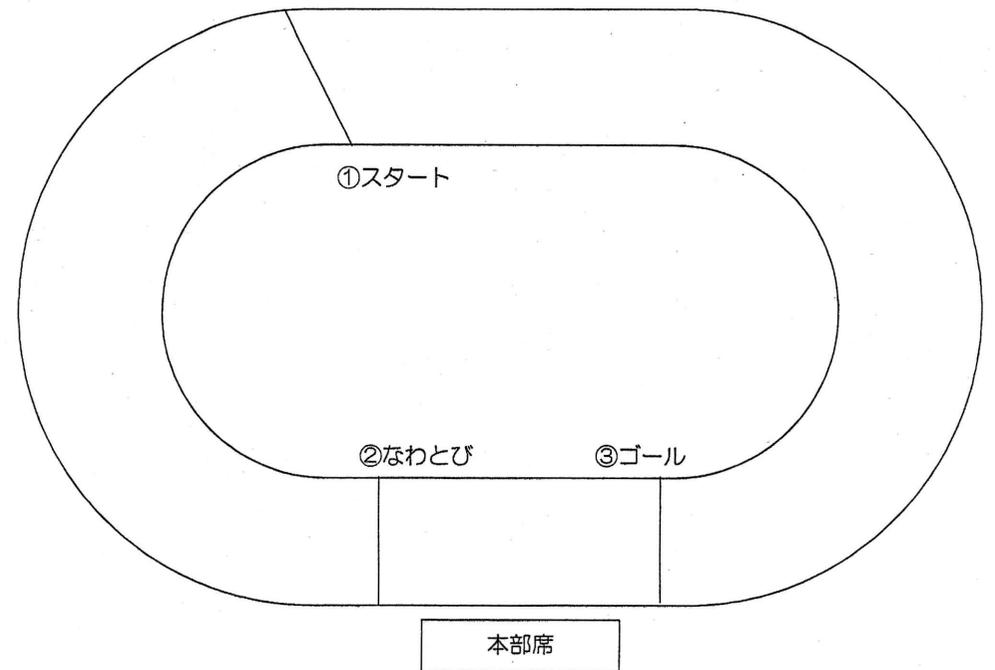
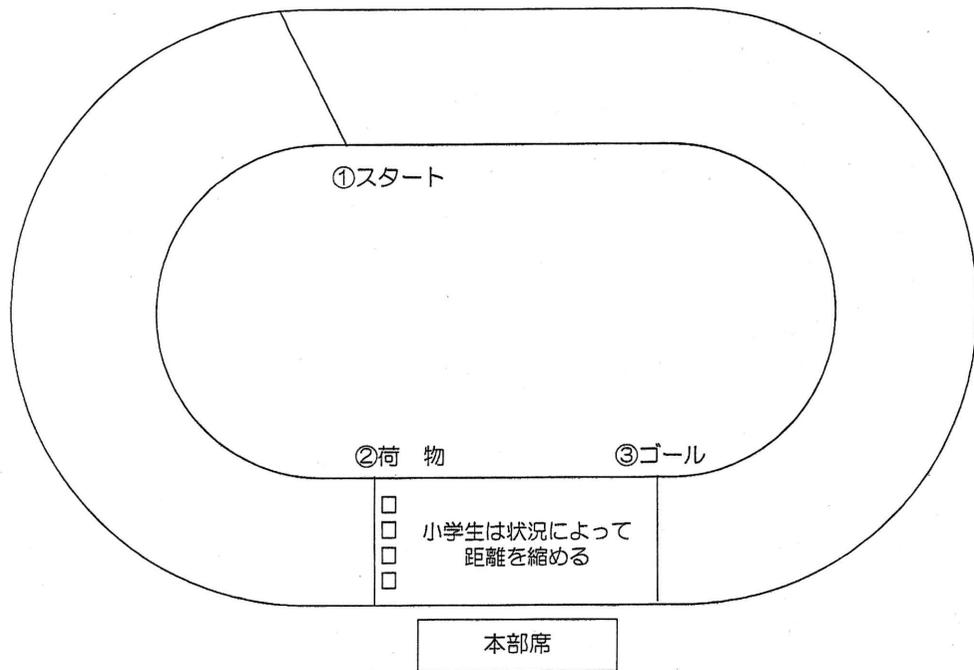
- 総合優勝に関係なく400メートルリレー優勝の町会・自治会に授与する。

《競技上の注意事項》

- ① 出場選手の確認は出場券又は登録用紙で行うこととし、他の手段での出場は一切認めません。
- ② 登録用紙は前日準備のときに提出してください。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）へ必ず提出してください。
- ③ 円滑な連絡調整等を図るため、各町会・自治会は、登録に関する責任者を競技ごとに1名決めてください。
- ④ スタートのコース順は、くじ引きで決定します。
- ⑤ 町会・自治会対抗競技の出場選手は、各町会・自治会名入りのゼッケンを必ず着用してください。
- ⑥ 安全管理及び危険防止のため、裸足（サンダル履き）、スパイクシューズでの出場は、一切認めません。また、装飾品（ピアス・ネックレス・腕時計等）についても、競技の際は外して出場してください。
- ⑦ 400メートルリレーで補欠選手が代走した場合は、最後まで代走してください。
- ⑧ 参加者は大会役員の指示に従い、怪我やトラブル等のないよう注意してください。なお、役員の指示等を守らない参加者は、失格とします。
- ⑨ 着順等の判定に疑義が生じた場合及び競技上のトラブル等が発生した場合は、大会会長、実行委員長、審判部長、競技部長、進行係及び審判部員が審議・判断し、審判部長から速やかに説明を行います。
- ⑩ 審判の決定には、必ず従ってください。
- ⑪ 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、競技開始時間を前倒しすることがありますので、出場選手は予め準備をしておいてください。（雨天時は町会・自治会対抗競技を優先する場合があります。）

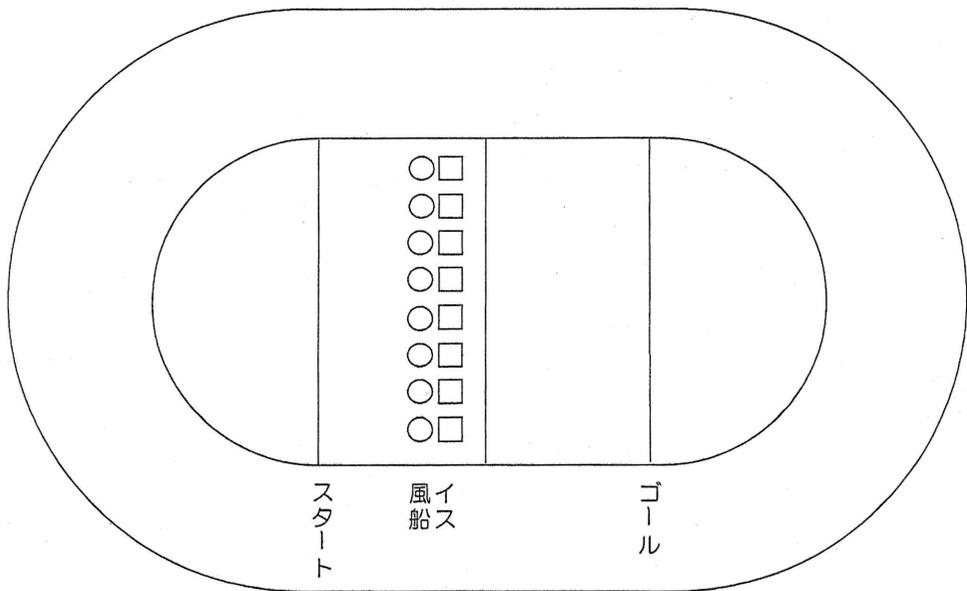


No. 1	種目	障害物競走		トラック	対象	小学生(5)・中学生(5) 一般(5)
コース	5	レース	15	表彰対象	3位まで 他参加賞	
用具	麻袋	10枚 (5枚×2)				
	ネット	1張				
	ハードル	6本				
	ゴール用テープ	1本				
説明	①でスタート。 ②でハードルをくぐる。 ③でネットをくぐる。 ④で麻袋に入り、はねながら走る。 ⑤で麻袋のままゴールイン。					



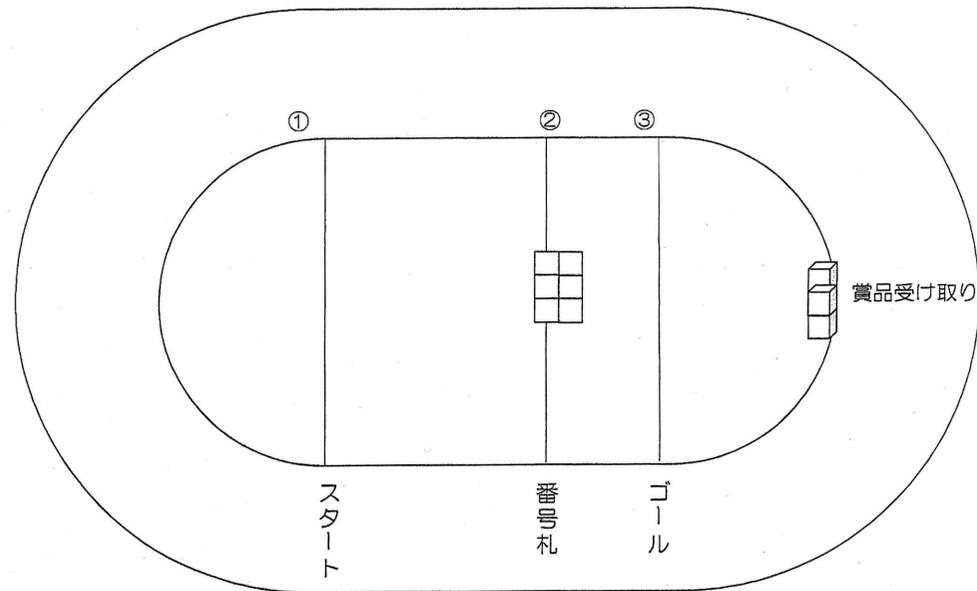
No. 2	種目	宅急便競走		トラック	対象	小学生(4)・中学生(3) 一般(3)
コース	6	レース	10	表彰対象	3位まで 他参加賞	
用具	荷物(砂袋) 18個 (3kg×2・5kg×2・10kg×2)×3セット ゴール用テープ 1本					
説明	①でスタート。 ②で荷物を拾い、持ちながら走る。 ③でゴールイン。 ※小学生のレースは10kgの荷物は使用しない。 ※置いてあるどの荷物を選んでもよいが、 最初に手に触れた荷物を持って、走らなければいけない。					

No. 3	種目	なわとび競走		トラック	対象	小学生(15)
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。					



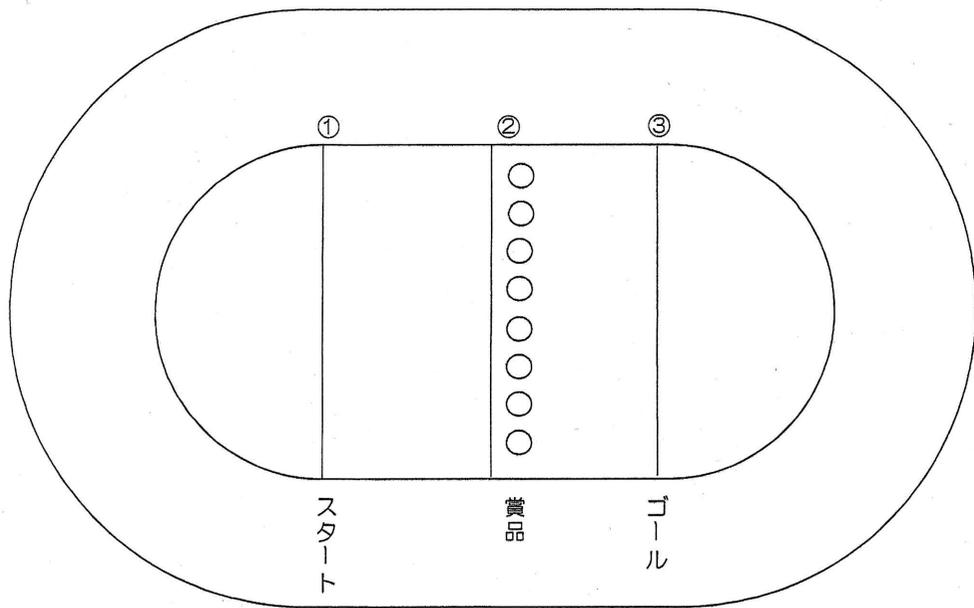
本部席

No. 4	種目	あなたの血圧			フィールド	対象	女性(10) ※フリー参加(チケット80枚)
コース	8	レース	10	表彰対象	3位まで	他参加賞	
用具	イス 風船	8脚 120ヶ(予備40ヶ)					
説明	<p>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。</p> <p>※風船は、事前にふくらませておく。</p>						

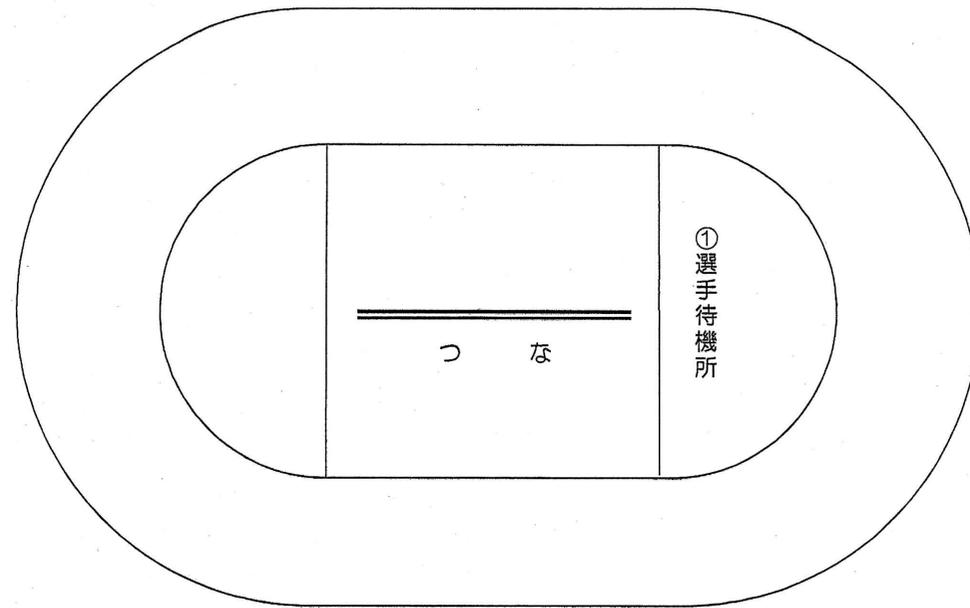


本部席

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	好きな番号札を取り、その番号のものが賞品		
用具	机 番号札 賞品	10脚 30枚(10枚×3) 100ヶ					
説明	<p>①でスタート。 ②で好きな番号札を拾う(中央付近の机の上に置いておく)。 ③でゴールイン。</p> <p>※ゴール後、拾った番号の賞品を受け取る。</p>						



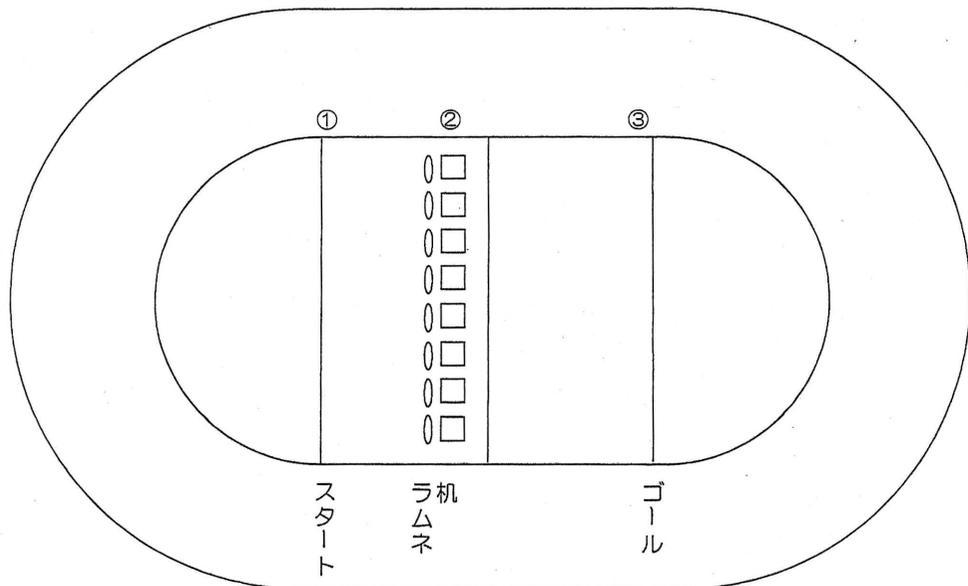
本部席



本部席

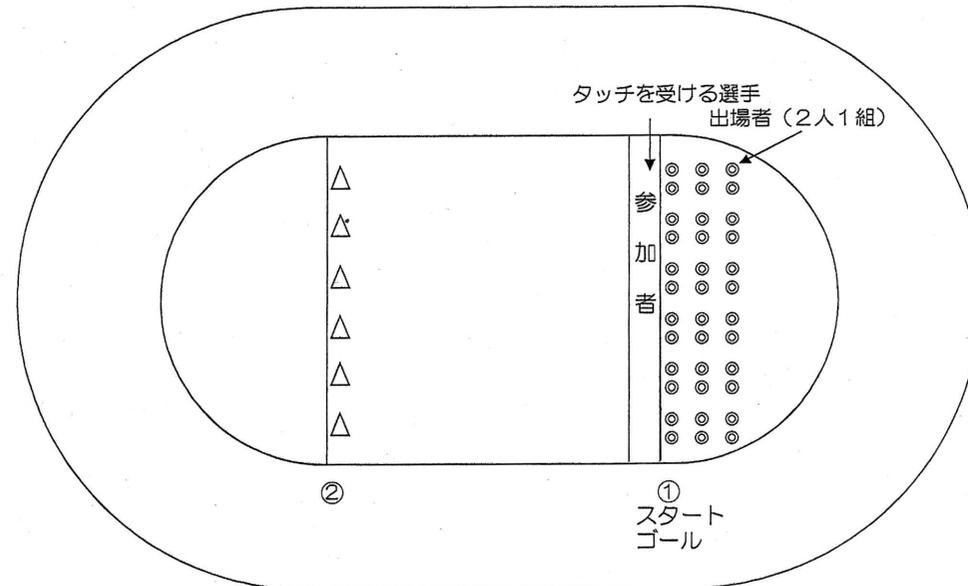
No. 6	種目	幼児レース			フィールド	対象	幼児(5)
コース	30	レース	5	表彰対象	ひろったものが賞品		
用具	賞品 200個 (予備50個)						
説明	①でスタート。 ②で賞品を拾う。 ③でゴールイン。						

No. 7	種目	町会・自治会対抗 つなひき		フィールド	対象	各町会・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各町会・自治会の選手は、待機所に集合する。 ※東西それぞれが9町会・自治会分の人数となるように調整して、競技する。 ※競技は、場所を入れ替えて3回行う (2本先取で終了)。						



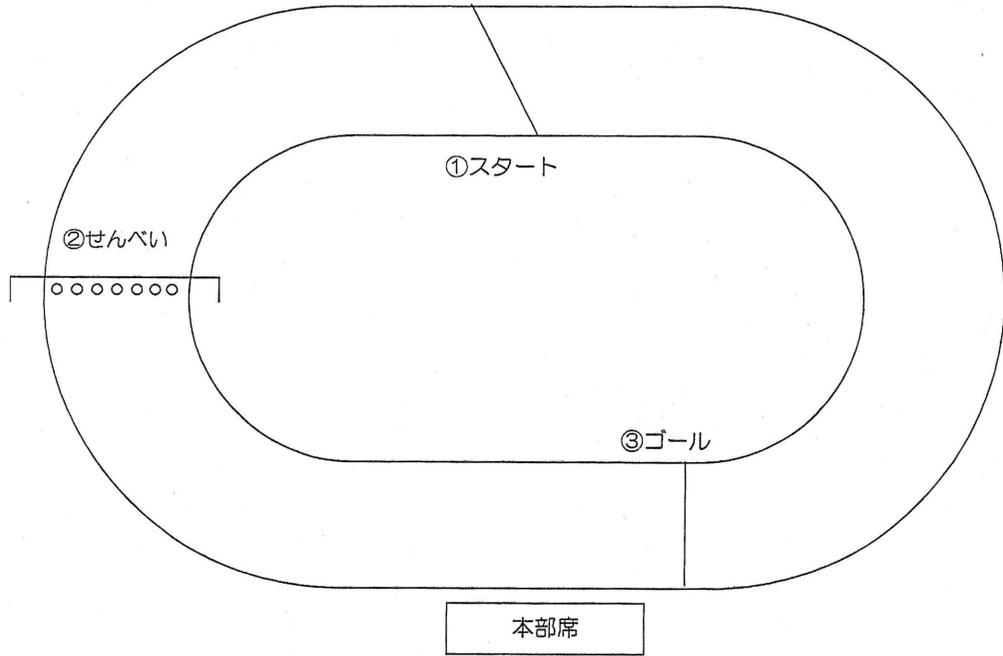
本部席

No. 8	種目	ラムネ飲み競走			フィールド	対象	小学生(5)・中学生(5) 一般(10)
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 机	300本 (予備20本) 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。						

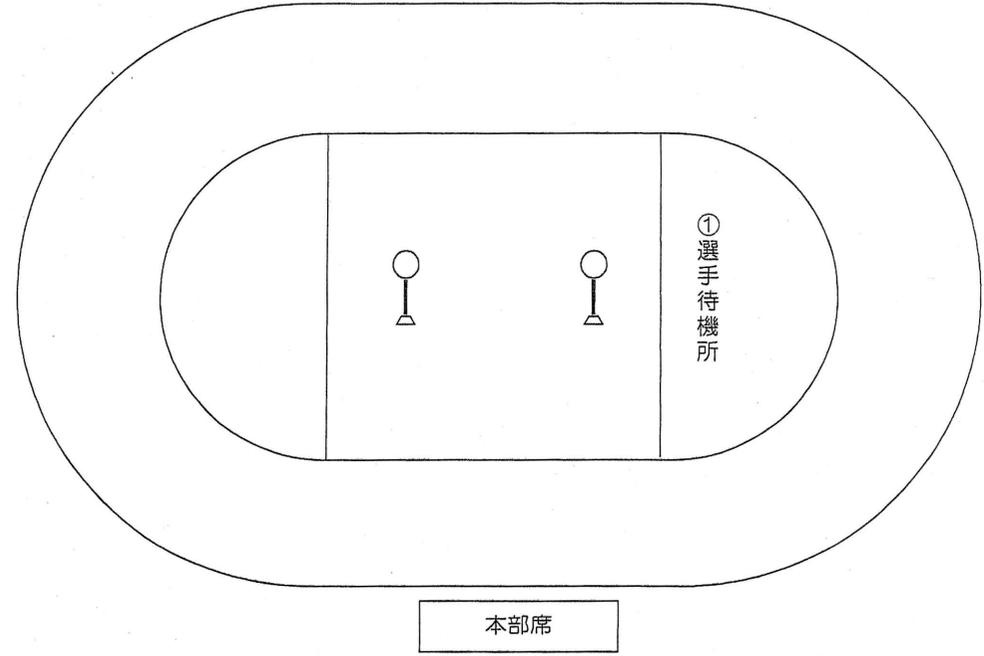


本部席

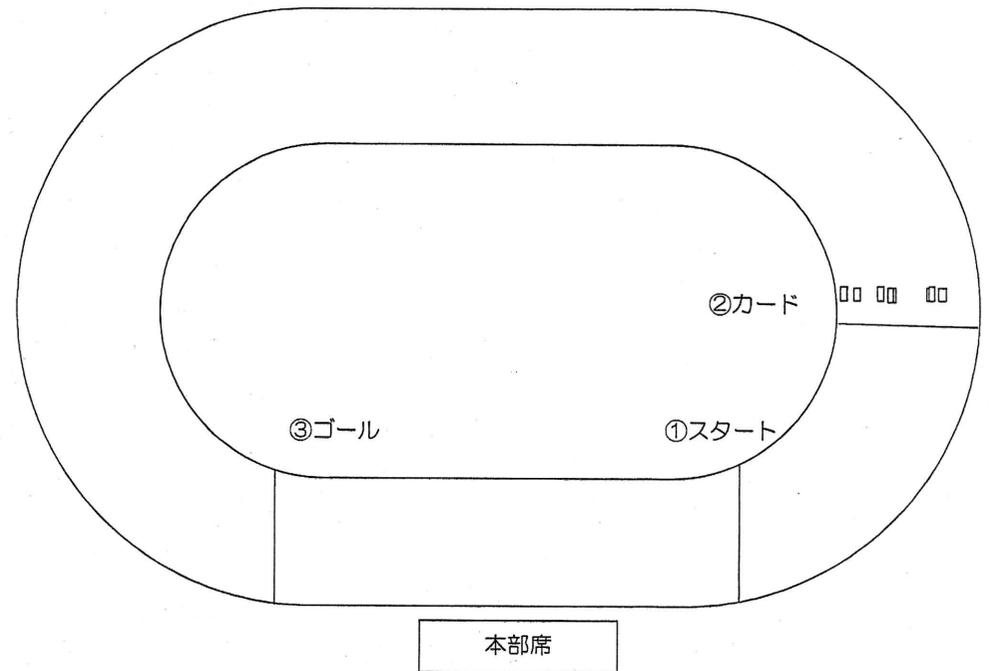
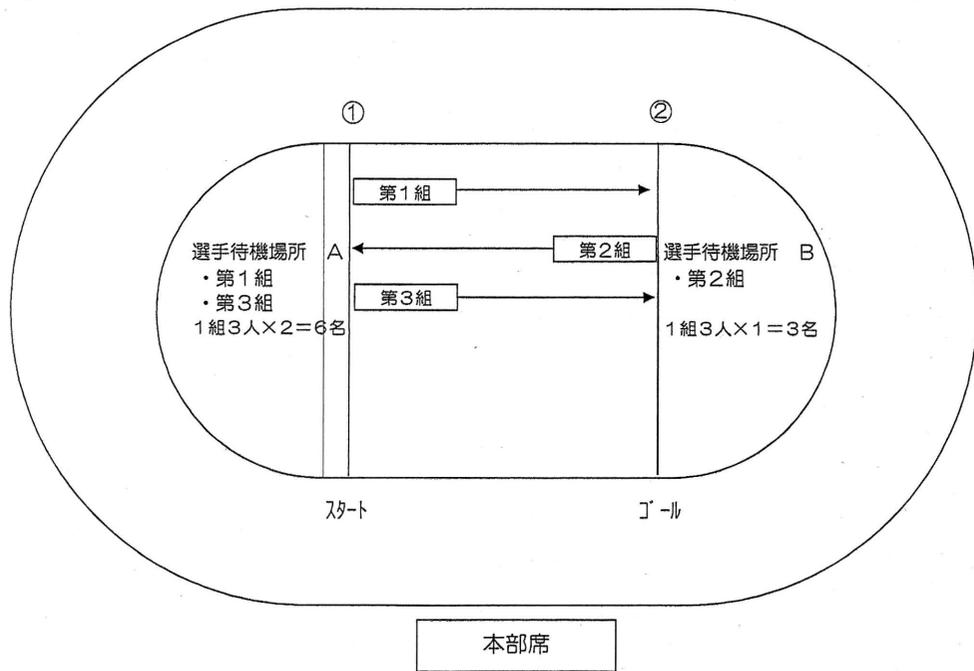
No. 9	種目	町会・自治会対抗 玉のこしレース(予選・決勝)			フィールド	対象	小学生※男女不問 4名 一般男女※30歳以上 6名
コース	予選6・5 決勝6	レース	予選3 決勝1	表彰対象	各レース上位2チームは決勝へ 決勝6位まで表彰 他参加賞		
用具	玉のこし ボール カラーコーンまたは旗	6セット 6ヶ 6個					
説明	①で2人1組で玉のこしにボールを乗せて向かい合わせに持って横向きに運ぶ。 ②の旗を回ってスタート地点に戻る。 ①のライン内に完全に入ってから、次走者の組と交代する。 ①でアンカーはゴールイン(二人とも完全に入った時点でゴール)。 ※玉のこしはテープの巻いてある所を持つ。 ※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. 12	種目	煎餅くい競走			トラック	対象	小学生・中学生・一般男女 ※フリー参加(チケット200枚)
コース	8	レース	25	表彰対象	3位まで	他参加賞	
用具	煎餅をつるす物 1ヶ 煎餅 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(せんべいをとった後は、手に持って走ってもよい)。						

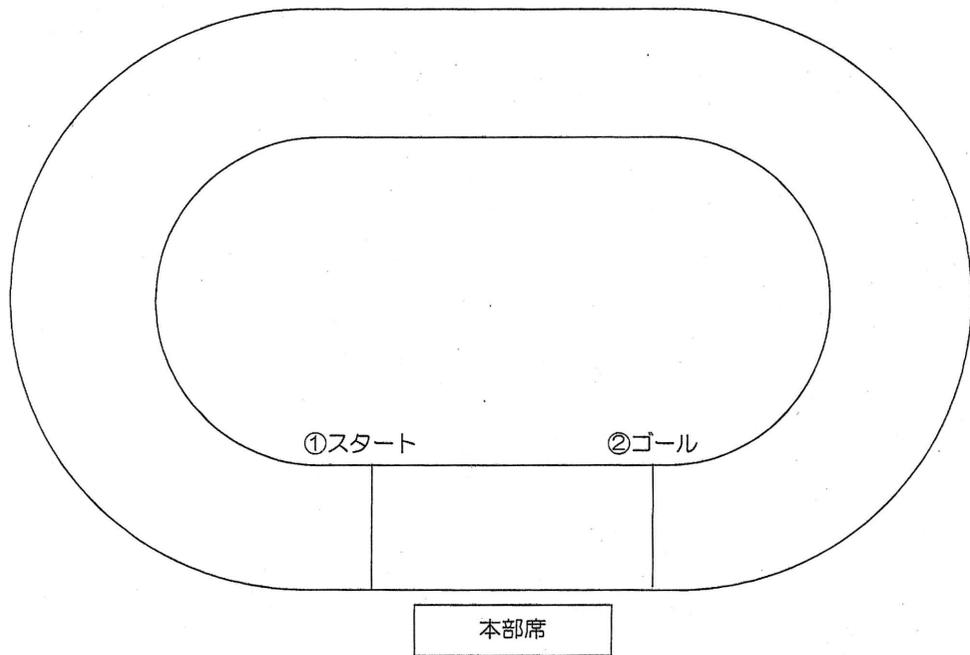


No. 13	種目	町会・自治会対抗 玉入れ		フィールド	対象	各町会・自治会より 一般女子 3名
コース		レース	1	表彰対象	参加者全員(勝ち・負けの区別あり)	
用具	玉入れ用かご 2個 玉入れ用たまご 多数					
説明	①各町会・自治会の選手は、待機所に集合する。 ※東西それぞれが9町会・自治会分の人数となるように調整して、競技する。 ※競技は、3回行う(2本先取で終了)。 ※1回の競技時間は30秒とする。					

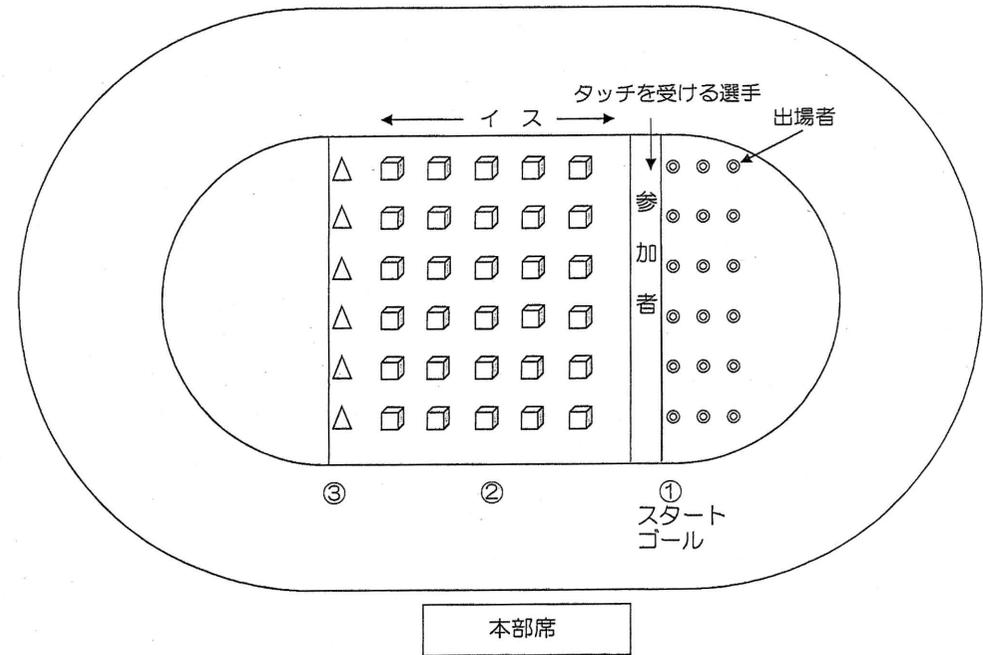


No. 14	種目	町会・自治会対抗 長げたりレー		トラック	対象	小学生※男女不問 3名 一般男女(中学生以上) 6名
コース	予選5・4 決勝4	レース	予選4 決勝1	表彰対象	予選…各レース1位チームが決勝進出(2位に1点) 決勝…町会対抗レース基準に従って、順位別に得点	
用具	長げた アンカータスキ		7セット(予備を含む) 20本(5色×4セット)			
説明	<p>① 選手待機場所Aに6名(1組3人×2組)、Bに3名(1組3人)に分かれて整列。 ② ①から第1組がスタート。②で第2組へタッチ。第3組まで繰り返す。 ③ 両足のげたが完全に線を越えなければ、タッチはみとめない。 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。</p> <p>※ 各町会・自治会3人1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。) ※ 予選レースの各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。</p>					

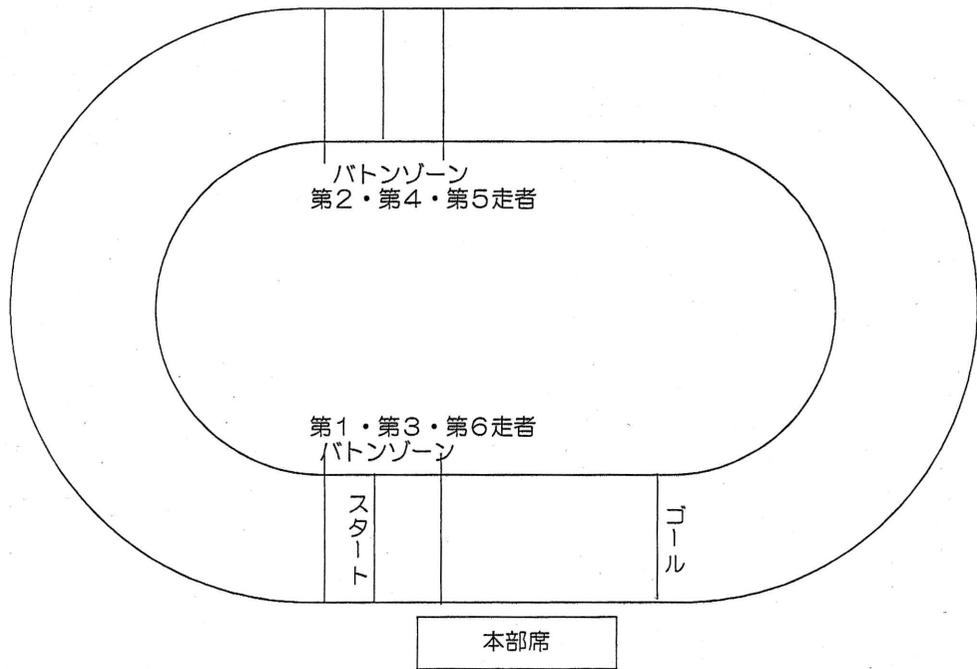
No. 15	種目	ちょっと拝借		トラック	対象	小学生(9)・中学生(5) 一般女子(8)
コース	8	レース	22	表彰対象	3位まで 他参加賞	
用具	<p>カード 200枚(予備含む)</p> <p>・帽子 ・ティッシュペーパー ・タオル ・プログラム ・ハンカチ ・本部の役員 ・ビニール袋 ・ペットボトル ・てぶくろ ・若い男性 ・若い女性</p> <p>ゴール用テープ 1本</p>					
説明	<p>①でスタート。 ②でカードを拾い、カードに書いてある品物を会場から探して借りる。 ③でゴールイン(カードと品物を一緒に持っていること)。</p> <p>※品物は着順を確認後、本人が返却する。 ※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。) ※借りたものは必ず返すことを周知すること</p>					



No. 16	種目	100メートル競走			トラック	対象	100m 一般男女 各(8) 100m 中学生男女(4)
コース	一般6 中学5	レース	各8 4	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・8レース) 100m (中学生男女)トラック1周 (セパレート5コース・4レース) ①でスタート ②でゴールイン ※中学生男女は役員協力中学生が参加したいと言った場合のみ。 ※中学生男女のレースも表彰対象。						



No. 17	種目	町会・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・5 決勝6	レース	予選3 決勝1	表彰対象	決勝6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返ける。 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	町会・自治会対抗 400メートルリレー (決勝)		トラック	対象	No. 11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	6位まで	他参加賞
用具	バトン	6本				
	たすき	6本 (6色×5)				
	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：40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：20才以上の男性				・・・トラック1周 (約100メートル)	
	※たすきの色は、レース直前に抽選で決める。					