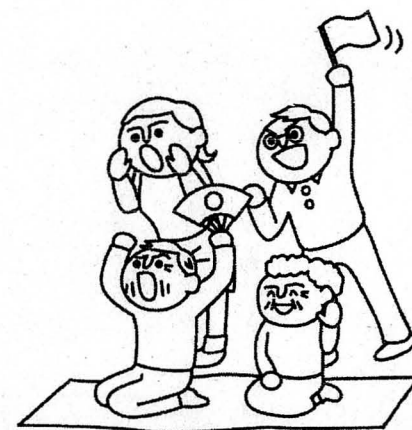
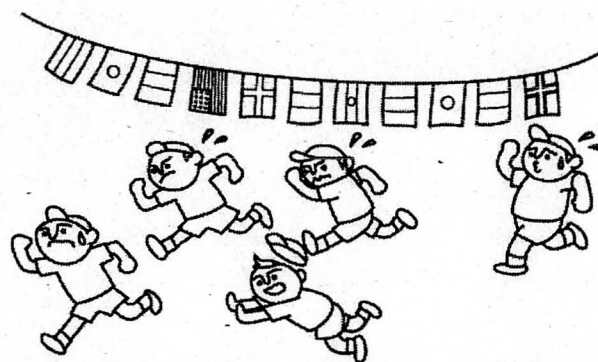


平成22年度 宇喜田・小島地区区民運動会

競 技 要 項 (案)

と き
と ころ

平成22年10月3日 (日) (小雨決行)
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・一般)
- (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) 幼児レース……………(幼 児)
- (7) ラムネ飲み競争……………(小・中・一般・フリー)
- (8) 町自治会対抗つなひき……………(町自治会対抗)
- (9) 町自治会長スプーンレース……………(町自治会長・一般女子)
- (10) 町自治会対抗玉のこしレース(予選・決勝)……………(町自治会対抗)
- (11) 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

- (12) 煎餅くい競争……………(フ リ ー)
- (13) 町自治会対抗玉入れ……………(町自治会対抗)
- (14) 町自治会対抗長げたりレー(予選・決勝)……………(町自治会対抗)
- (15) ちょっと拝借……………(小・中・一般女子)
- (16) 100メートル・200メートル競争……………(一般・フリー)
- (17) 町自治会対抗シグザグボール(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.8 町・自治会対抗 つ な ひ き

No.10 町・自治会対抗 玉 の こ し レ ース

No.13 町・自治会対抗 玉 入 れ

No.14 町・自治会対抗 長 げ た り レ ー

No.17 町・自治会対抗 シ 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.8・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.10・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・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。

※ 総合得点と同じ町・自治会があった場合、シグザグボールの順位を最優先し、総合順位を決定する。シ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 〕

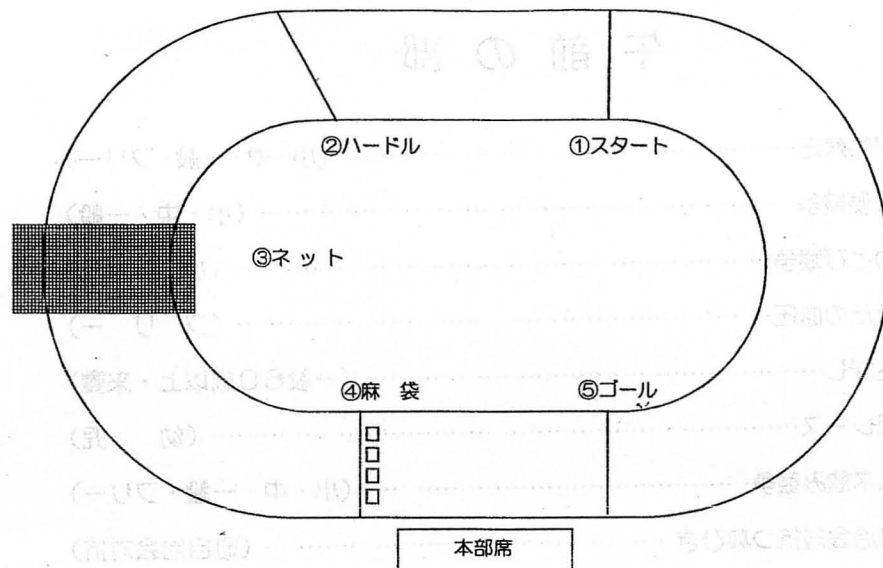
1位	2位	3位	4位	5位	6位	以下
10点	8点	6点	5点	4点	3点	1点

2 優勝旗について

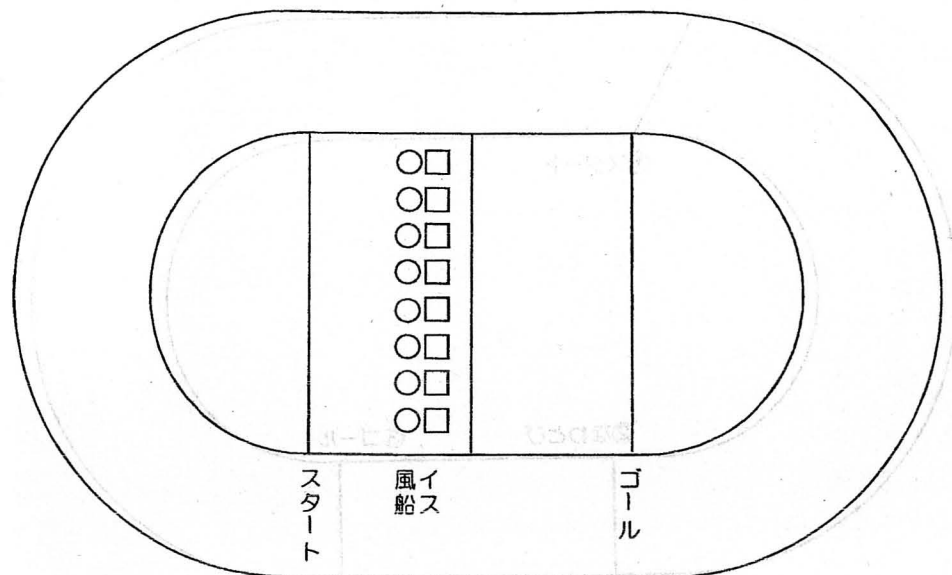
- 総合優勝に関係なく400メートルリレー優勝の町・自治会に授与する。

《 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ため、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。）

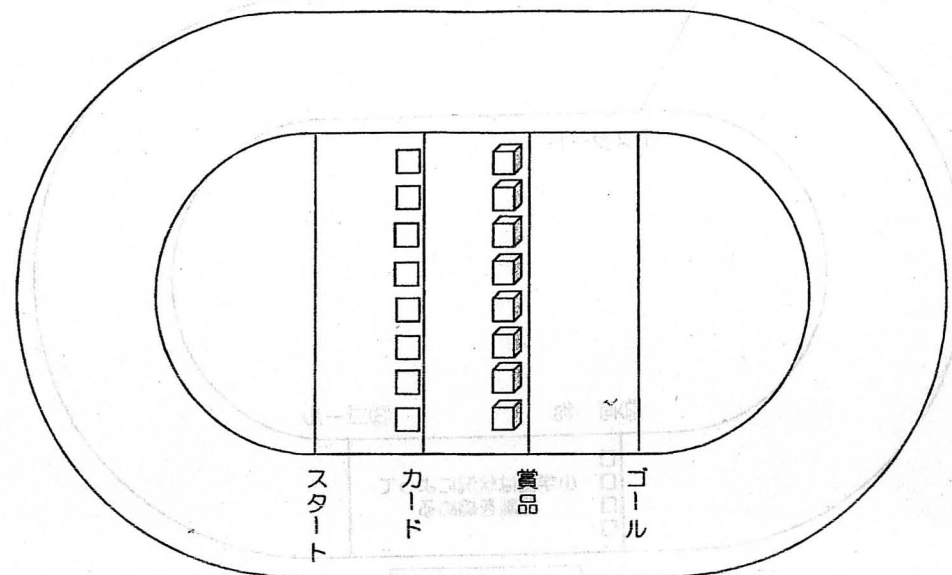


No. 1	種 目	障害物競走	トラック	対 象	小学生(4) ・ 中学生(4) 一 般(4) ・ フリー(3)
コース	5	レース	15	表彰対象	3位まで 他参加賞
用 具	麻 袋 ネット ハードル ゴール用テープ	10枚 (5枚×2) 1張 6本 1本			
説 明	①でスタート ②でハードルをくぐる ③でネットをくぐる ④で麻袋に入り、はねながら走る ⑤で麻袋のままゴールイン				



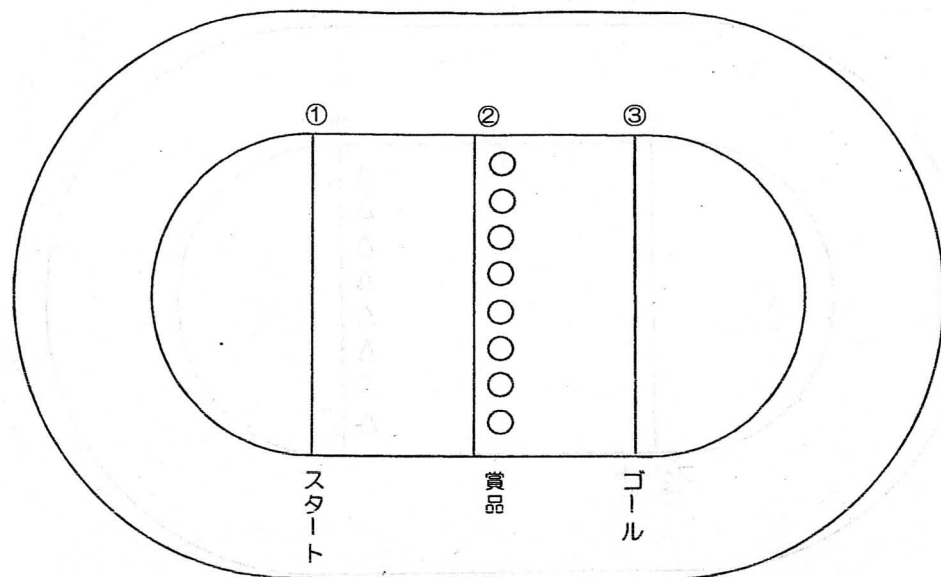
本部席

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 風 船						8脚 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。						



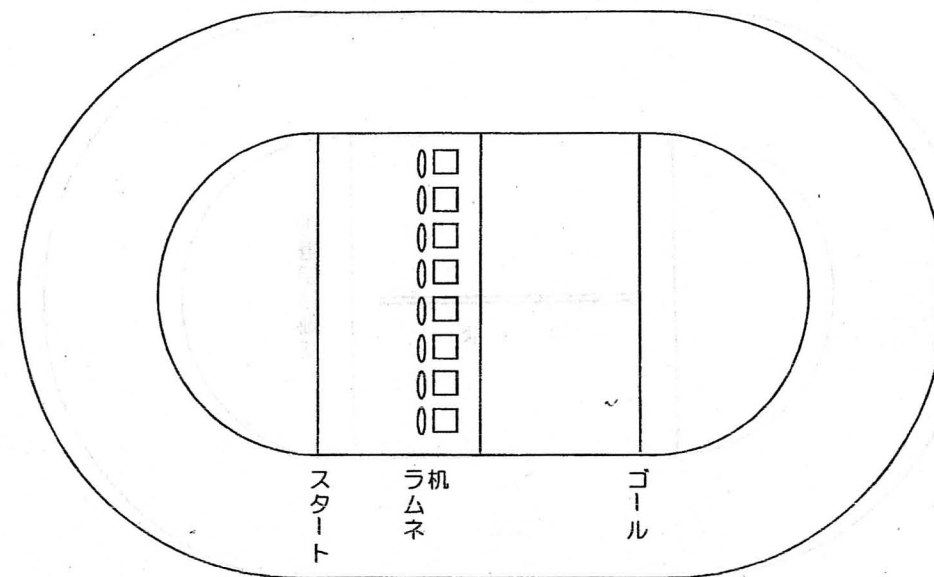
本部席

No. 5	種 目	(8) 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						



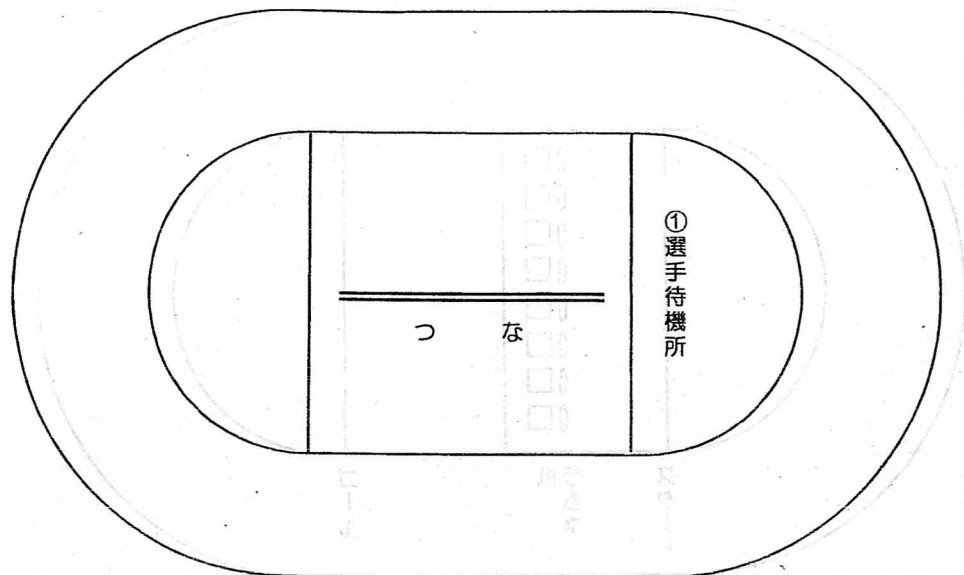
本部席

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						
説 明	①でスタート ②で賞品を拾う ③でゴールイン						



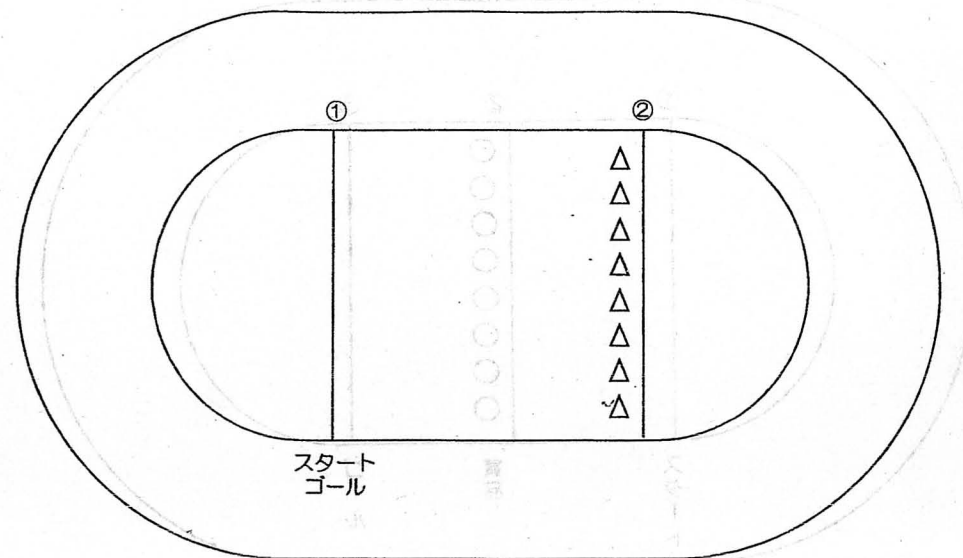
本部席

No. 7	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						



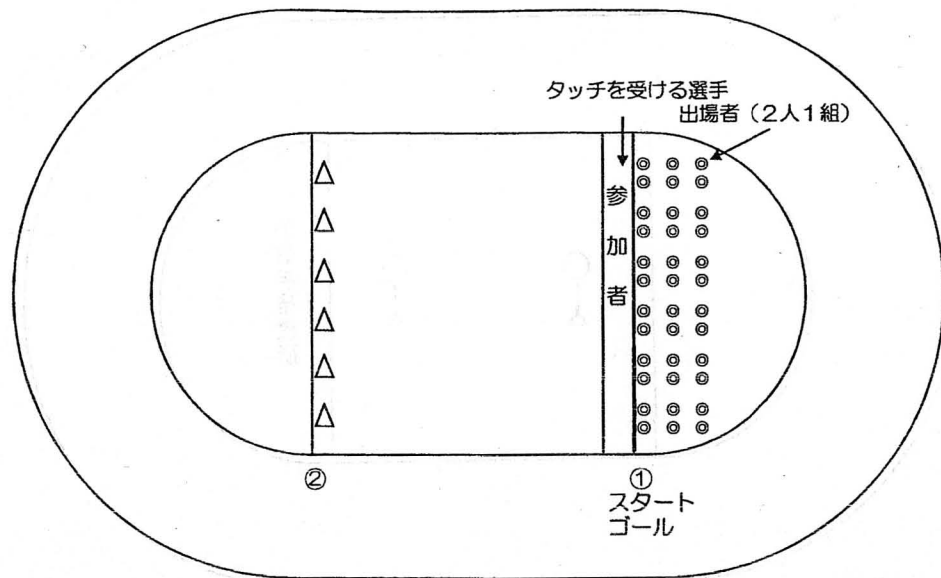
本部席

No. 8	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 ②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） ③競技は、場所を入れ替えて3回行う（2本先取で終了）					



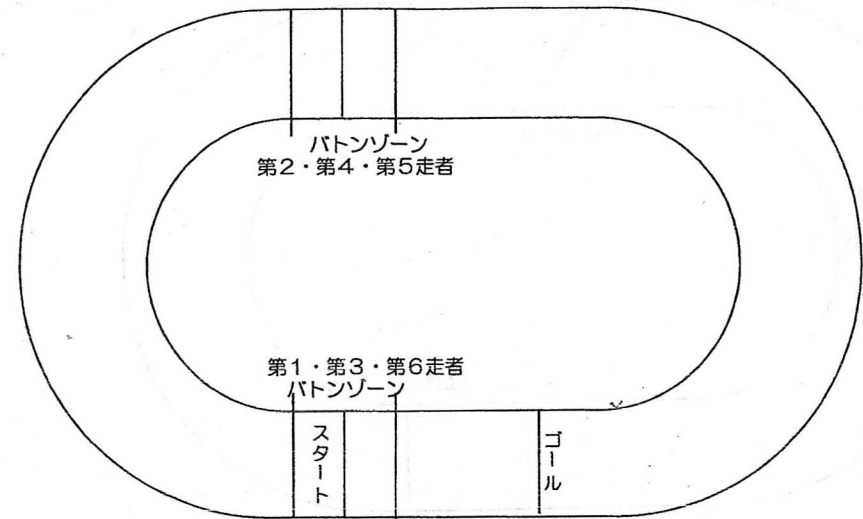
本部席

No. 9	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	①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 ②①から第一走者がスタート ③②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 ④①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					



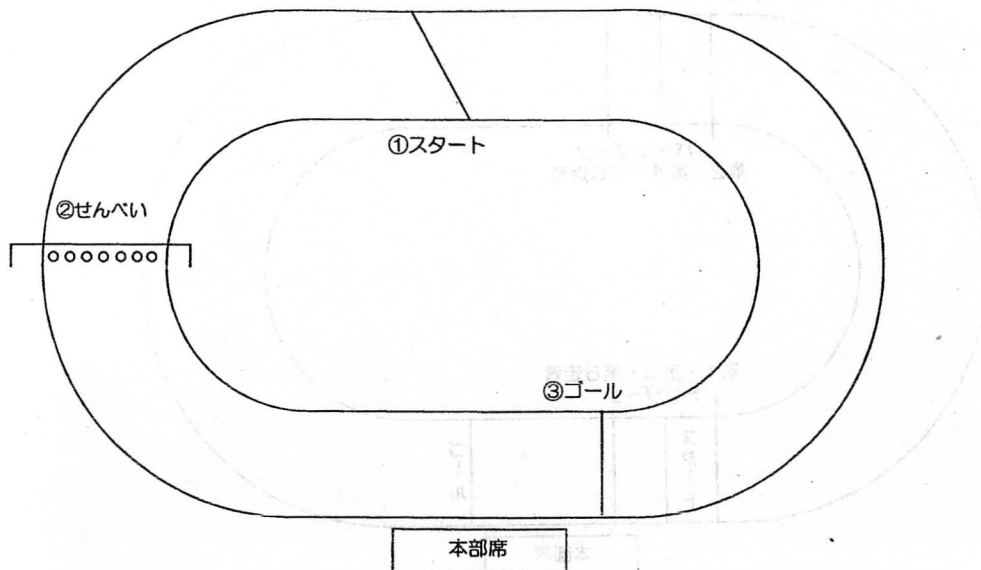
本部席

No. 10	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			

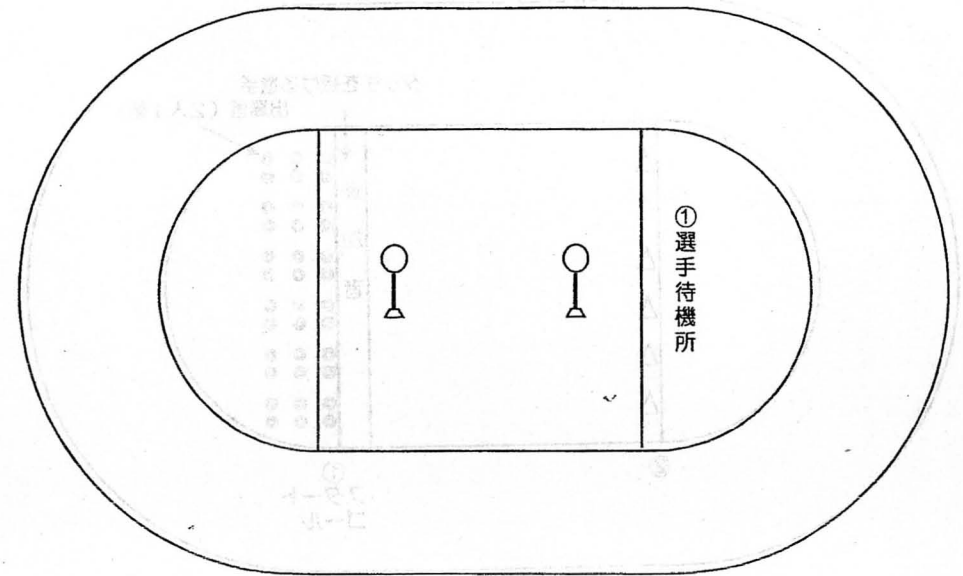


本部席

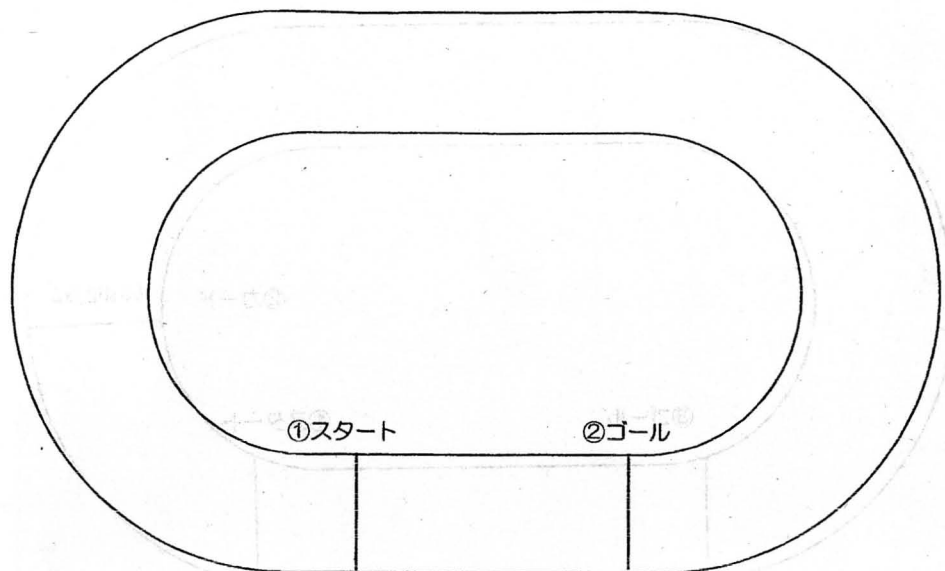
No. 11	種 目	町自治会対抗 400メートルリレー (予選)	トラック	対 象
				小学生男子 (1)・小学生女子 (1) 男女問わず50才以上 (1)・30才以上 (1) 女性20才以上 (1)・男性25才以上 (1)
コース	6	レース	3	表彰対象 各レース上位2チームは決勝へ 他参加賞
用 具	バトン 7本 色はちまき 126本 (7色×6)×3セット たすき 21本 (7色×1)×3セット ゴール用テープ 1本			
説 明	第1走者：小学生男子トラック半周 (約50メートル) 第2走者：小学生女子トラック半周 (約50メートル) 第3走者：50才以上の男性あるいは女性トラック半周 (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. 12	種 目	煎餅くい競争		トラック	対 象
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				

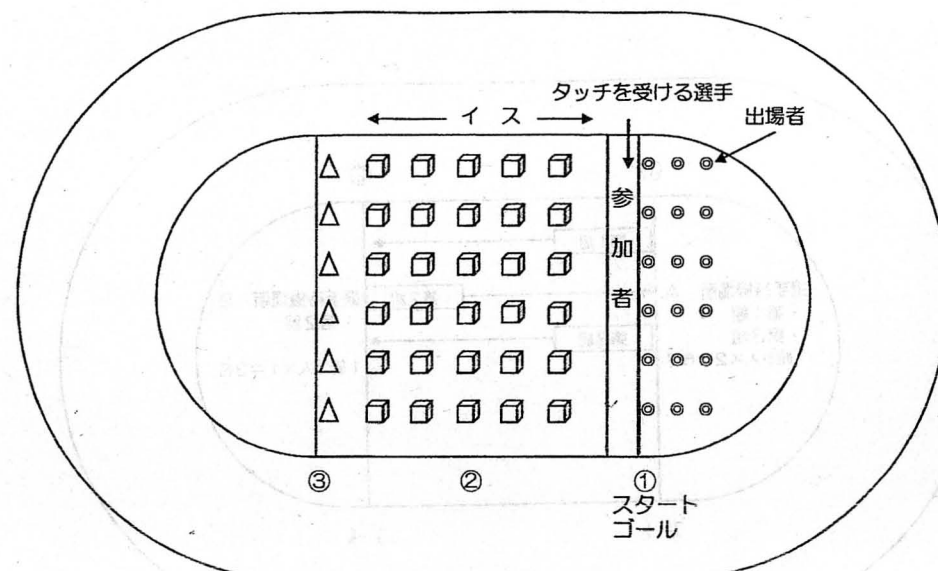


No. 13	種 目	町自治会対抗 玉入れ		フィールド	対 象
コース		レース	1	表彰対象	参加者全員 (勝ち・負けの区別あり)
用 具	玉入れ用かご 2個 玉入れ用たま 多数				
説 明	①各町自治会の選手は、待機所に集合する ②片側それぞれ9町・自治会で、競技する (両側の人数が同じになるよう調整) ③競技は、3回行う (2本先取で終了) ※1回の競技時間は30秒とする				



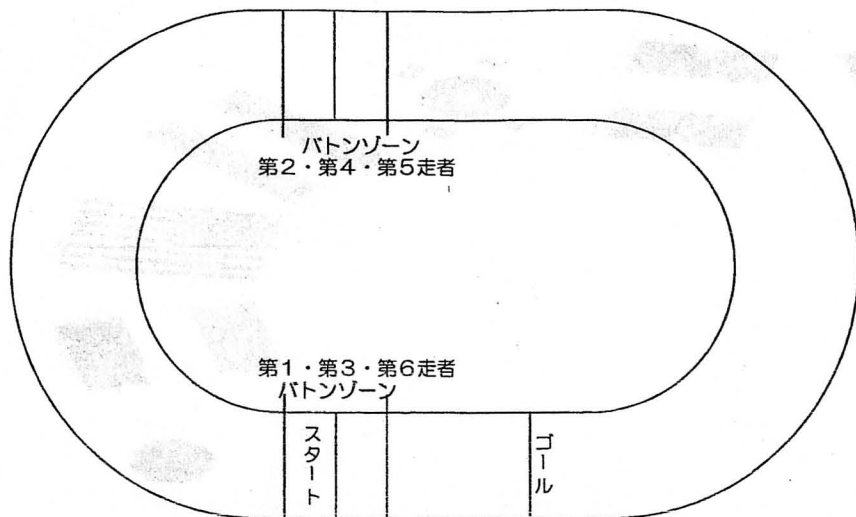
本部席

No. 16	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 周回板 ゴール用テープ	1ヶ 1式 1本				
説 明	100m(一般男女)・・・トラック1周(セバレート6コース・各5レース) 200m(一般女子)・・・トラック2周(セバレート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. 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 イ ス カラーコーンまたは旗	6ヶ 30脚 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				



本部席

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					

うきた こじまち くみんうんどうかい
宇喜田・小島地区 区民運動会
2010. 10. 3