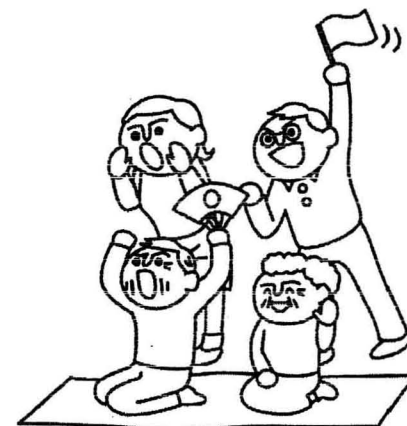
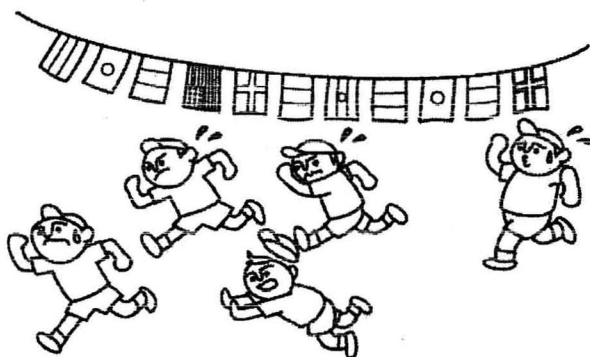


平成24年度 宇喜田・小島地区区民運動会

競 技 要 項

と き
と ころ

平成24年9月30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)
- (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……………(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) 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……………(女性)
- (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 リ 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、勝ちチームに5点を与え、負けチームに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]

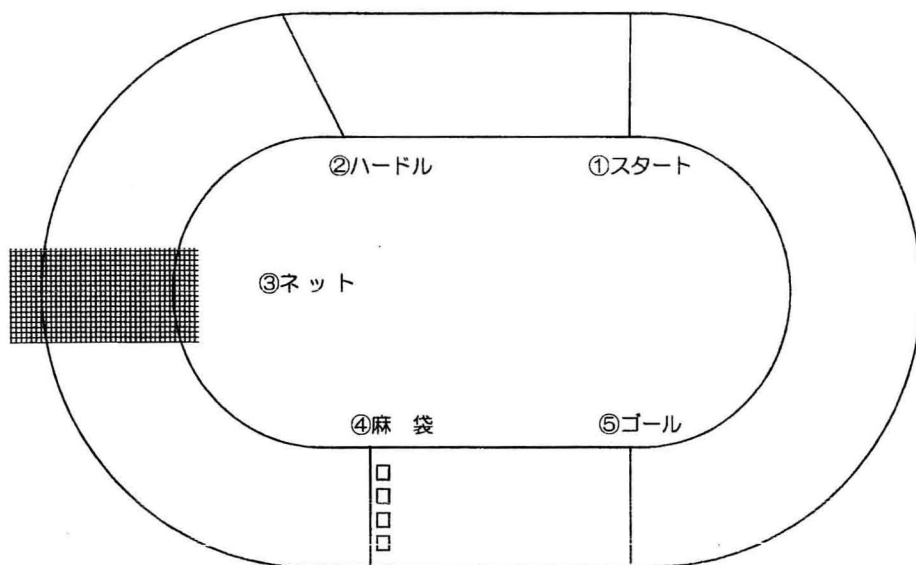
1 位	2 位	3 位	4 位	5 位	6 位	以下
10点	8点	6点	5点	4点	3点	1点

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。

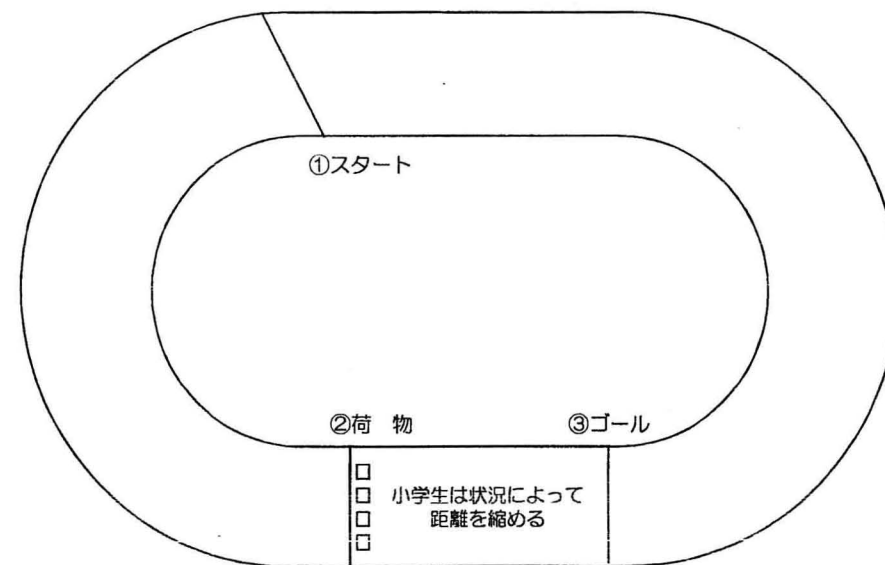
《 注 意 事 項 》

- 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、各町会・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。（雨天時は町会・自治会対抗競技を優先する場合があります。）



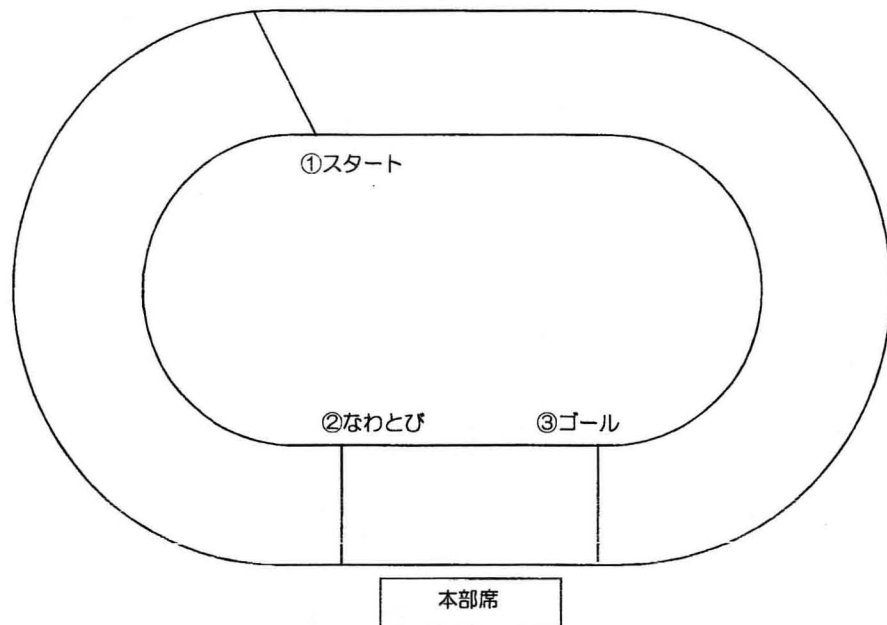
本部席

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。						

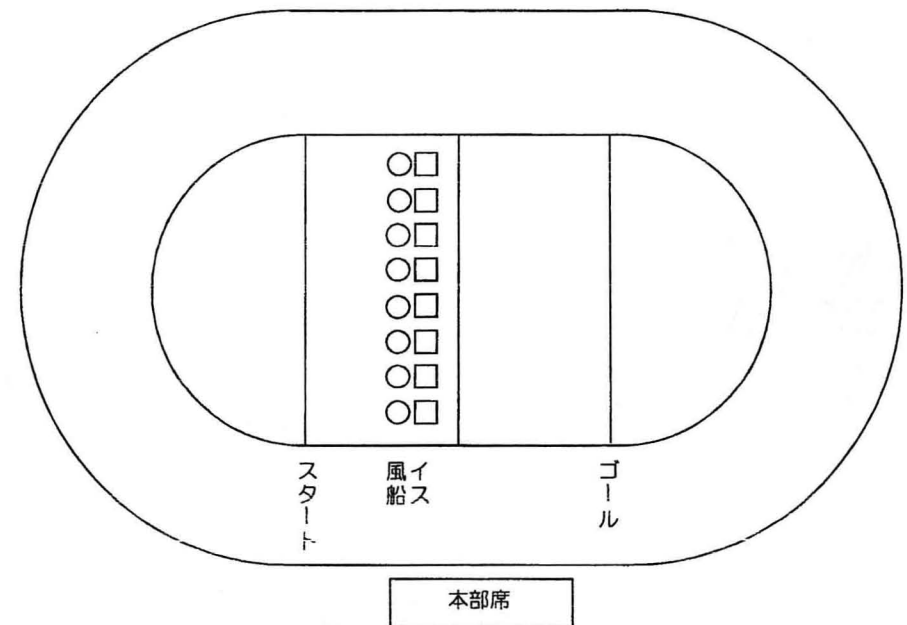


本部席

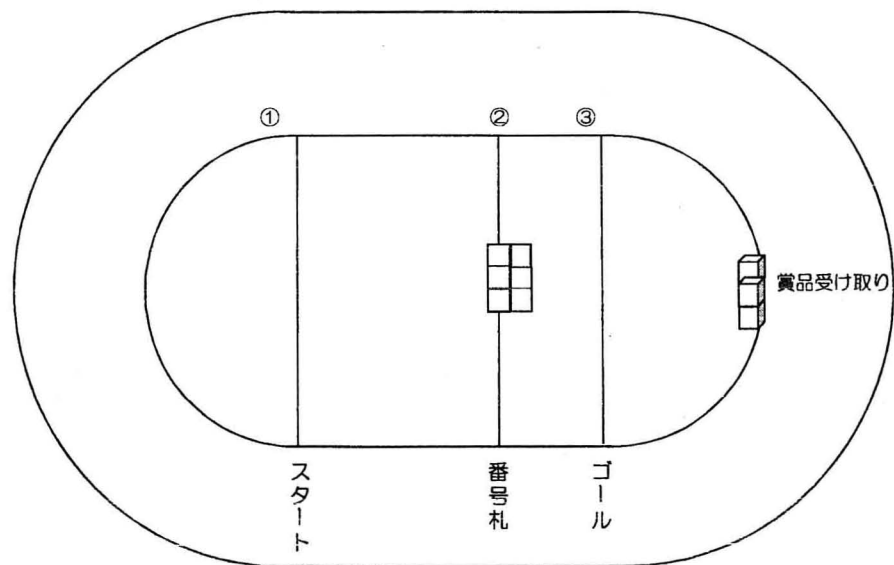
No. 2	種 目	宅急便競走			トラック	対 象	小学生 (4) ・ 中学生 (3) 一 般 (3)
コース	6	レース	10	表彰対象	3位まで 他参加賞		
用 具	荷 物 (砂 袋) 18個 (3kg×2 ・ 5kg×2 ・ 10kg×2) ×3セット ゴール用テープ 1本						
説 明	①でスタート。 ②で荷物を拾い、持ちながら走る。 ③でゴールイン。 ※小学生のレースは10kgの荷物は使用しない。 ※置いてあるどの荷物を選んでもよいが、最初に手に触れた荷物を持って、走らなければならない。						



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。						

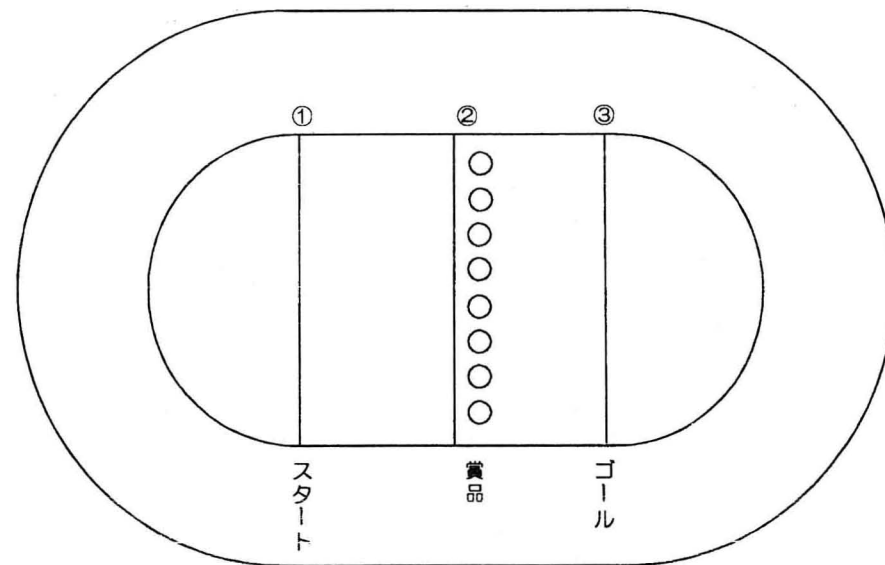


No. 4	種 目	あなたの血圧			フィールド	対 象	女性（10）
コース	8	レース	10	表彰対象	3位まで 他参加賞		
用 具	イ ス 8脚 風 船 120ヶ（予備40ヶ）						
説 明	①でスタート。 ②でおしりで風船を割る（審判が風船をイスの上に置く）。 ③でゴールイン。 ※風船は、事前にふくらませておく。 ※フリー参加のため、出場者の数については、招集のときに注意すること。						



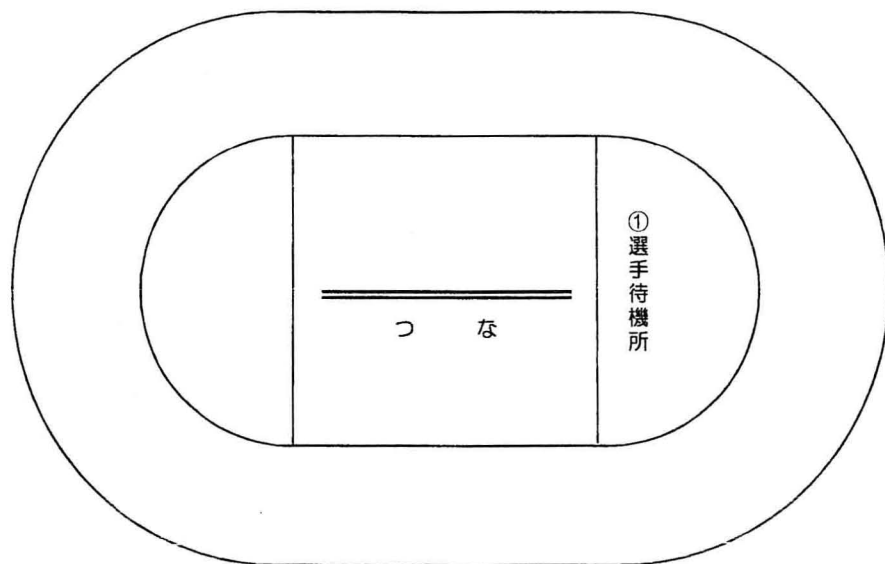
本部席

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	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	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。 ※ゴール後、拾った番号の賞品を受け取る。						

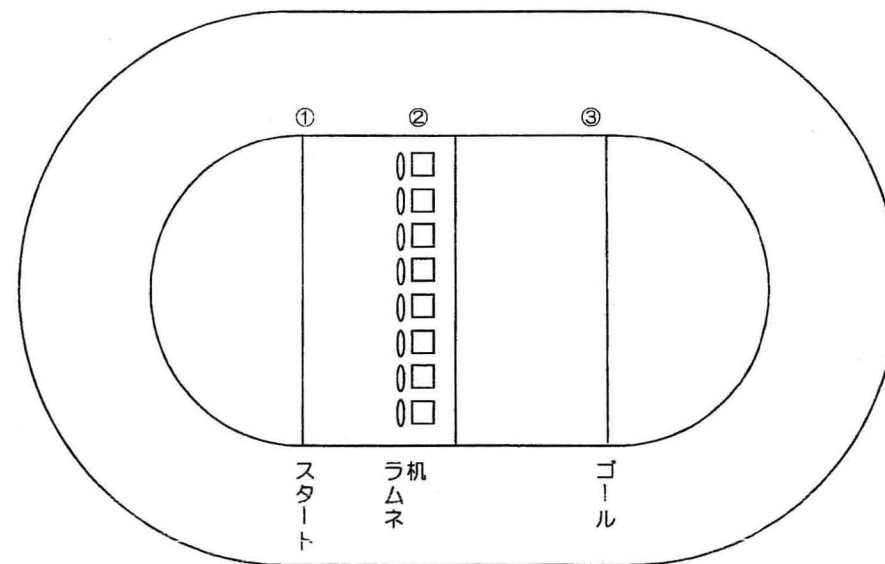


本部席

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。						



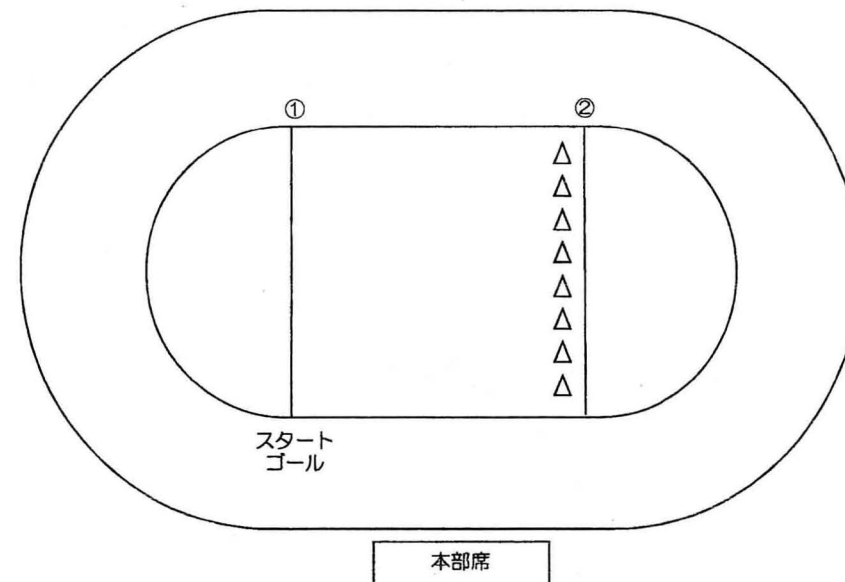
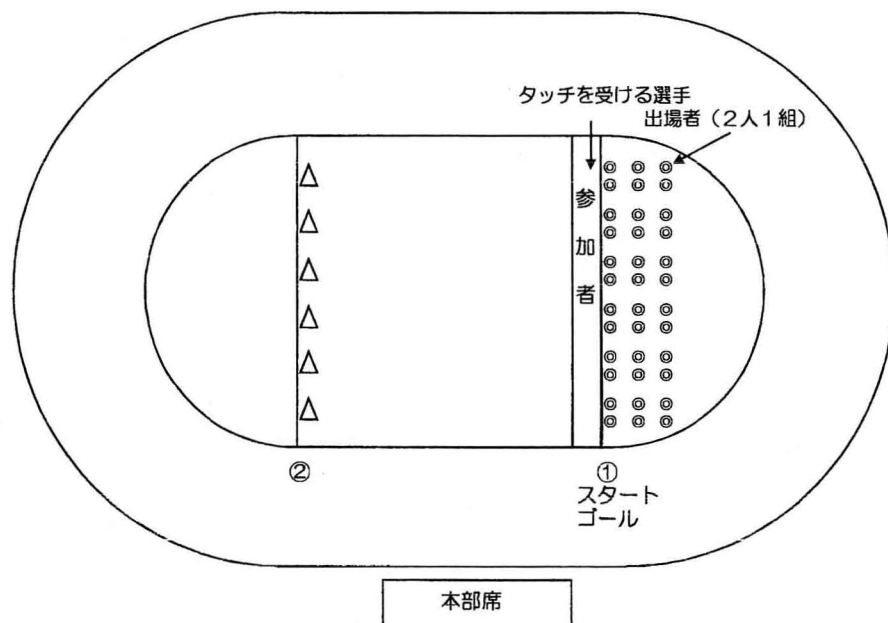
本部席



本部席

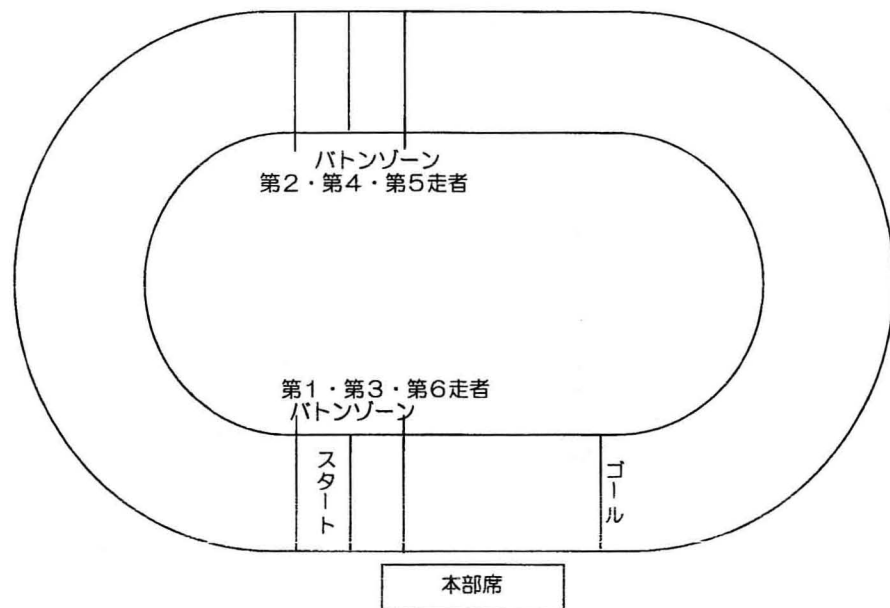
No. 7	種 目	町会・自治会対抗 つなひき			フィールド	対 象	各町会・自治会より 一般男子3名・一般女子2名
コース		レース	1	表彰対象	参加者全員（勝ち・負けの区別あり）		
用 具	つなひき用つな 1本						
説 明	①各町会・自治会の選手は、待機所に集合する。 ○片側それぞれ8町会・自治会で、競技する。 （両側の人数が同じになるよう調整） ○競技は、場所を入れ替えて3回行う（2本先取で終了）。						

No. 8	種 目	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 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。						

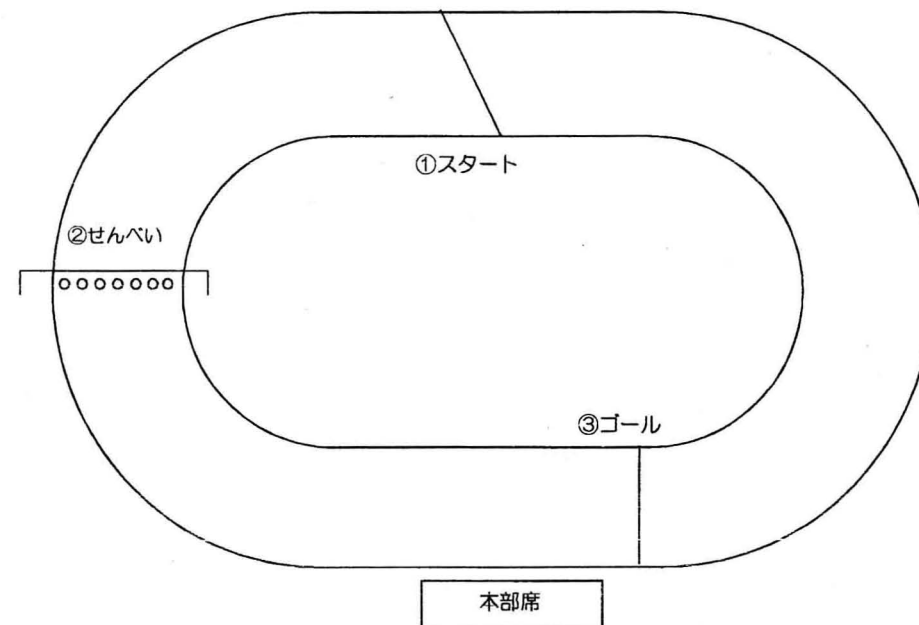


No. 9	種 目	町会・自治会対抗 玉のこしレース(予選・決勝)			フィールド	対 象	小学生4名(男女不問) 一般男女(30歳以上)6名
コース	予選5 決勝6	レース	予選3 決勝1	表彰対象	各レース上位2チームは決勝へ 決勝3位まで表彰 他参加賞		
用 具	玉のこし 6セット ボール 6ヶ カラーコーンまたは旗 6個						
説 明	①で2人1組で玉のこしにボールを乗せて向かい合わせに持って横向きに運ぶ。 ②の旗を回ってスタート地点に戻る。 ①のライン内に完全に入ってから、次走者の組と交代する。 ①でアンカーはゴールイン(二人とも完全に入った時点でゴール)。						
	※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。						

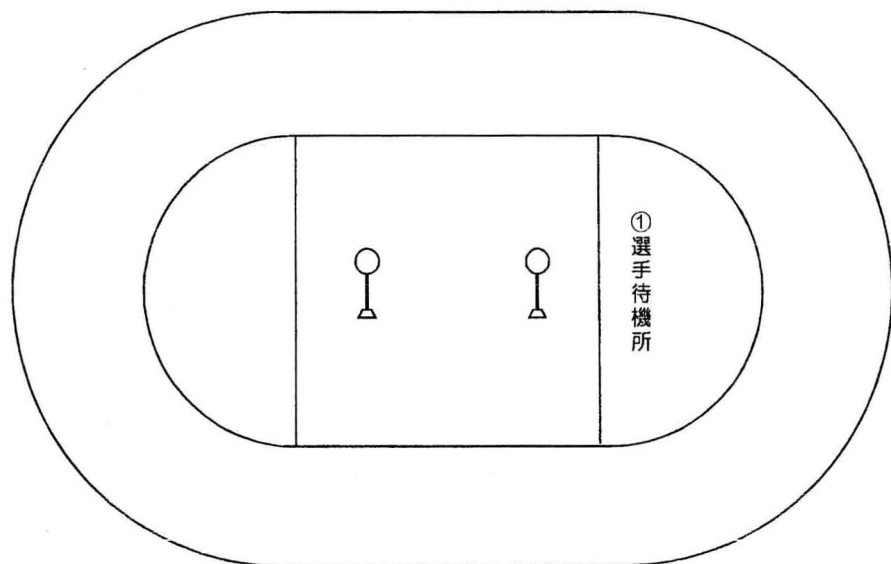
No. 10	種 目	町会・自治会長 スプーンレース		フィールド	対 象	町会・自治会長および 各町会・自治会より女子3名
コース	8	レース	2	表彰対象	参加者全員	
用 具	木製おたま		8本			
	軟式テニスボール		8個			
	旗またはカラーコーン		8本			
説 明	○各町会・自治会4人1組でのリレー形式とする。 ※アンカーは町会・自治会長 ①から第一走者がスタート。 ②の旗を回り、①まで戻り第2走者へおたまを渡してタッチ。 第4走者まで繰り返す。 ①でアンカーがゴールイン。 ※途中でボールを落とした場合、落とした地点から再び始める。					



No. 11	種 目	町会・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40才以上（1）・30才以上（1） 女性20才以上（1）・男性20才以上（1）
コース	5	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 5本 たすき 15本（5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：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。 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。					

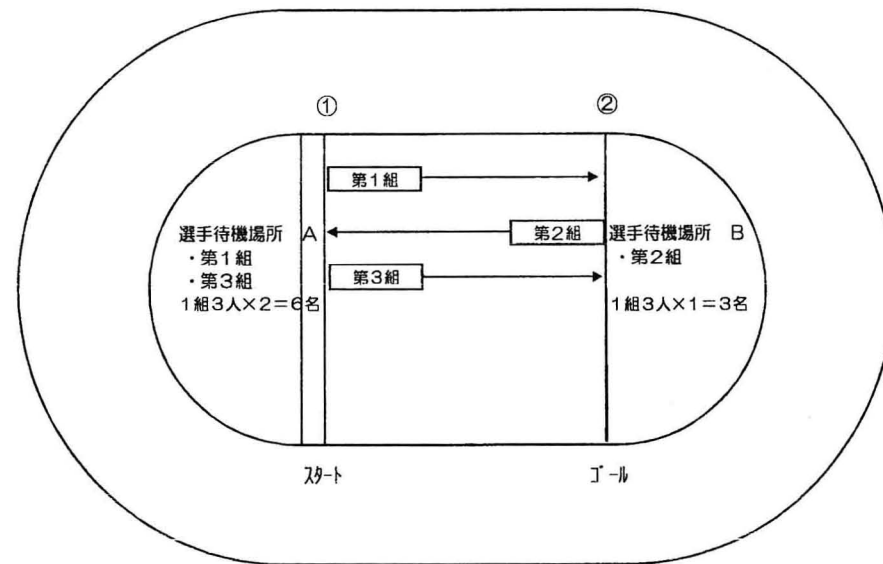


No. 12	種 目	煎餅くい競走		トラック	対 象	小学生・中学生・一般男女の別で フリー参加（チケット制200枚）
コース	8	レース	25	表彰対象	3位まで	他参加賞
用 具	せんべいをつるす物 1ヶ せんべい 250枚（予備50枚） ゴール用テープ 1本					
説 明	①でスタート。 ②で両手を後ろに組み、せんべいを口でくわえる（手を使った場合は失格）。 ③でゴールイン（せんべいをとった後は、手に持って走ってもよい）。 ※フリー参加だが、チケット制（200枚）					



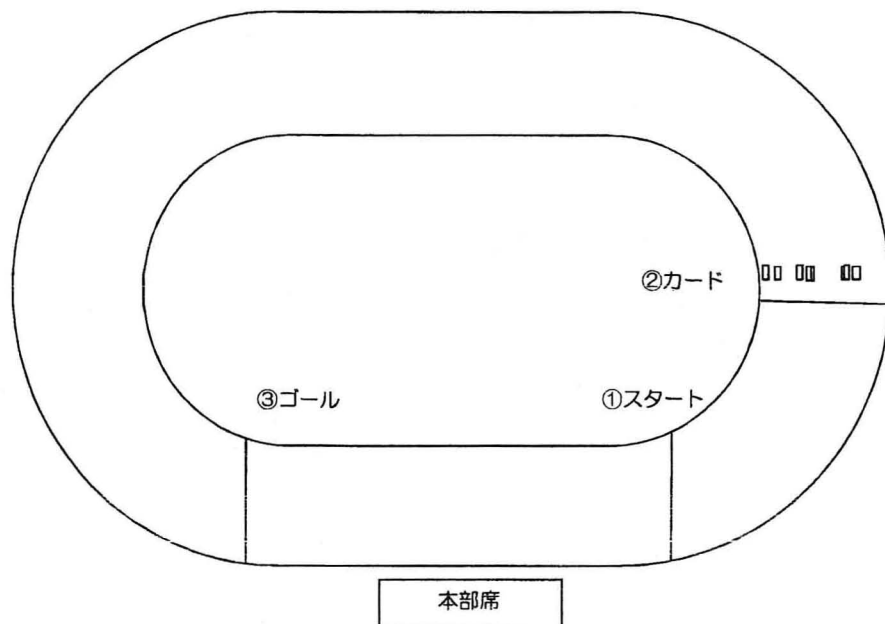
本部席

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 多数					
説 明	①各町会・自治会の選手は、待機所に集合する。 ○片側それぞれ8町会・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。					

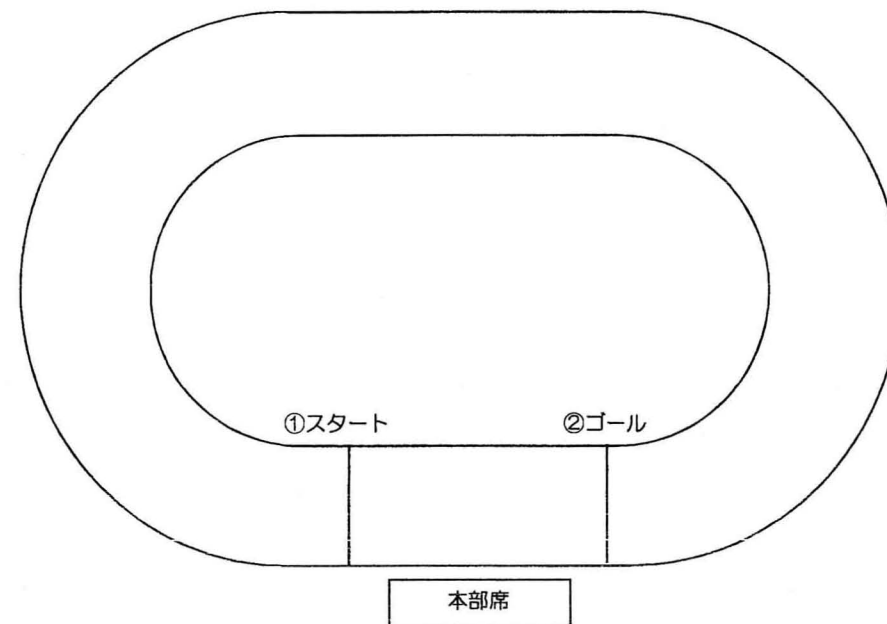


本部席

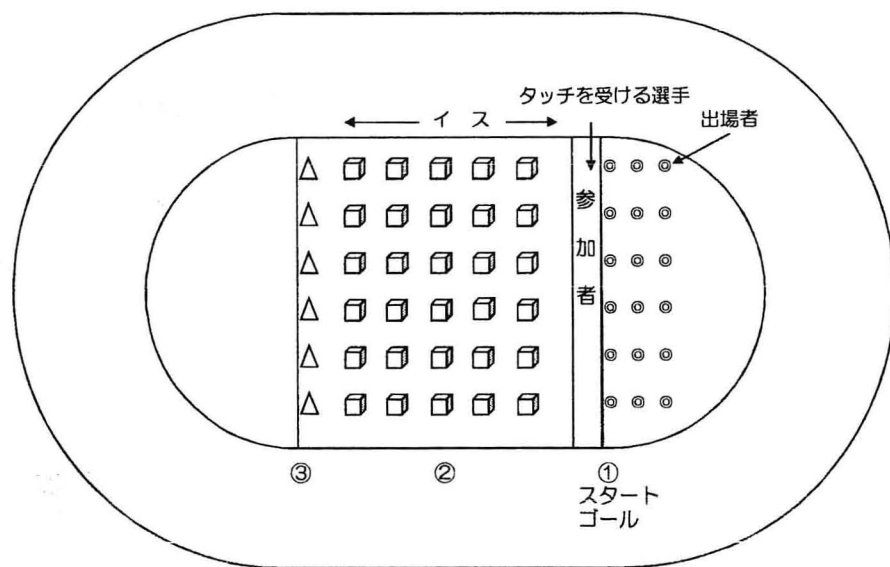
No. 14	種 目	町会・自治会対抗 長げたりレー			トラック	対 象
コース	予選4or3 決勝4	レース	予選4 決勝1	表彰対象	予選…各レース1位チームが決勝進出（2位に1点）	小学生3名（男女問わず） 一般男女（中学生以上）6名
用 具	長げた（3人乗り用） 7セット（予備を含む） アンカータスキ 20本（5色×4セット）					
説 明	<p>○ 各町会・自治会3人一組での直線リレー形式とする。 （子ども3名、一般6名とし、組み合わせはフリーとする。）</p> <p>① 選手待機場所Aに6名（1組3人×2組）、Bに3名（1組3人）に分かれて整列。 ② ①から第1組がスタート。②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。 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>※ 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。</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	カード(品物名入り) 200枚 ゴール用テープ 1本						
説 明	<p>①でスタート。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>※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)。</p> <p>※レース終了後、参加者は必ず退場門より退場すること。</p> <p>(招集誘導部で事前に参加者へ周知する。)</p>						

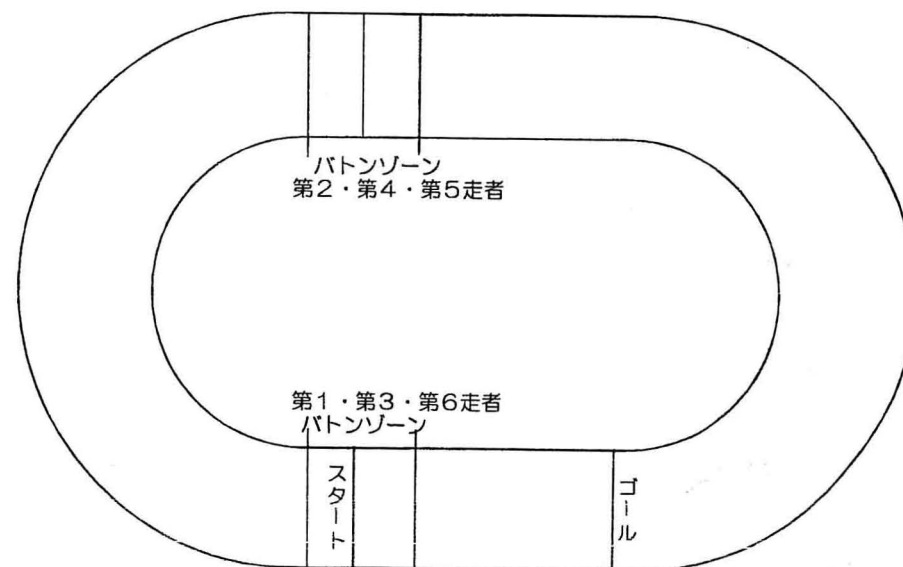


No. 16	種 目	100メートル競走			トラック	対 象	100m 一般男女 各(8) 100m 中学生男女(4)
コース	6 5	レース	各8 4	表彰対象	3位まで 他参加賞		
用 具	振 鈴 1ヶ 周回板 1式 ゴール用テープ 1本						
説 明	100m(一般男女)・・・トラック1周(セパレート6コース・各8レース) 100m(中学生男女)・・・トラック1周(セパレート5コース・4レース) ①でスタート ②でゴールイン ※中学生男女は役員協力中学生が参加したいと言った場合のみ。チケット20枚本部に用意。 ※中学生男女のレースも表彰対象。						



本部席

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5 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	3位まで	他参加賞	
用 具	バトン たすき ゴール用テープ		6本 6本(6色×5) 1本				
説 明	第1走者：小学生男子 第2走者：小学生女子 第3走者：40才以上の男性あるいは女性 第4走者：30才以上の男性あるいは女性 第5走者：20才以上の女性 第6走者：20才以上の男性 ※たすきの色は、レース直前に抽選で決める。						



う き た こ じ ま ち く く み ん う ん ど う か い
宇喜田・小島地区 区民運動会

2012. 9. 30