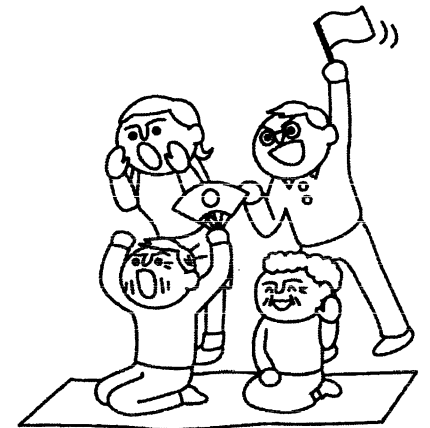
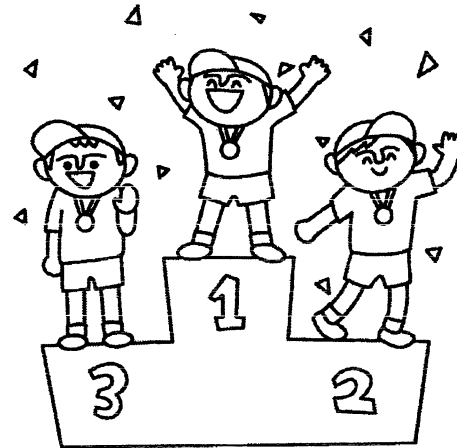
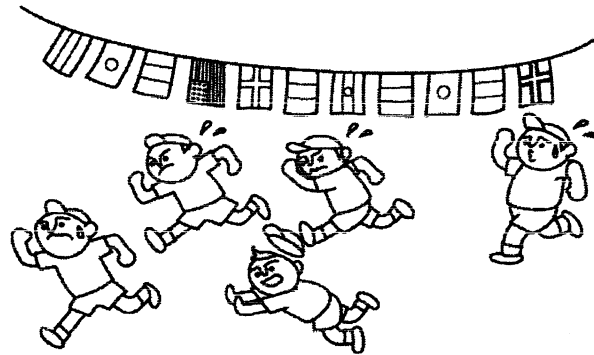


平成22年度 宇喜田・小島地区区民運動会

# 競 技 要 項

と き 平成22年10月3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)
- (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) ラムネ飲み競走…………… (小・中・一般)
- (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) 煎餅くい競走…………… (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メートル競走…………… (一般)
- (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、勝ちチームに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 ]

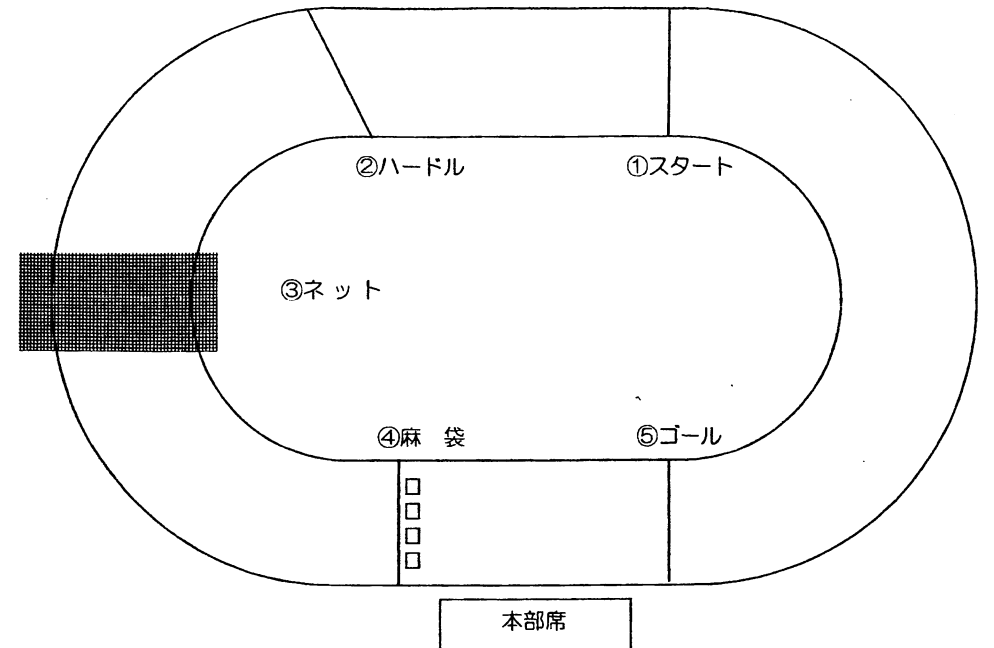
1位	2位	3位	4位	5位	6位	以下
10点	8点	6点	5点	4点	3点	1点

### 2 優勝旗について

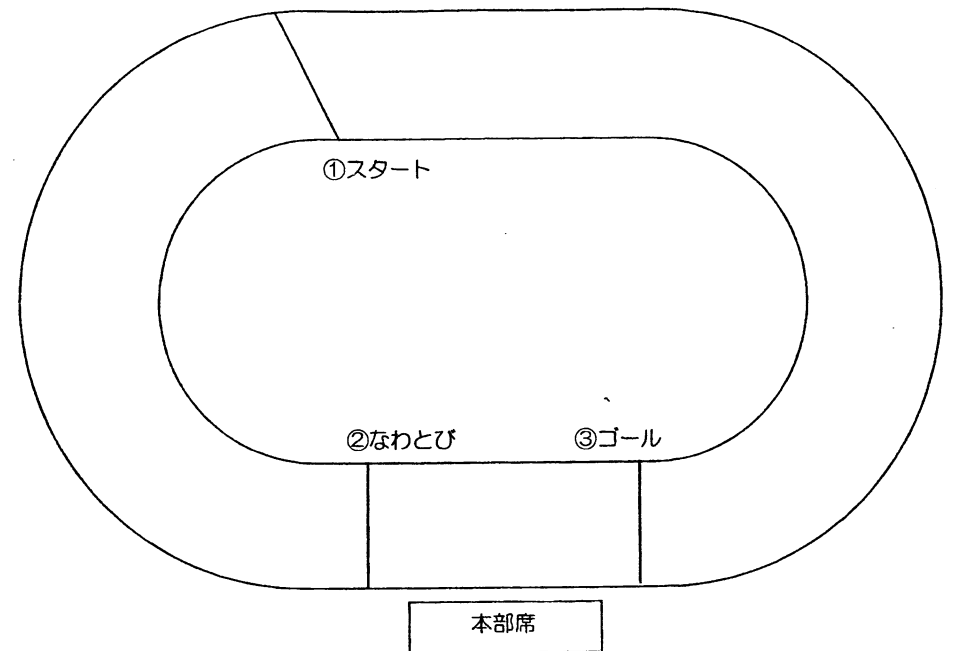
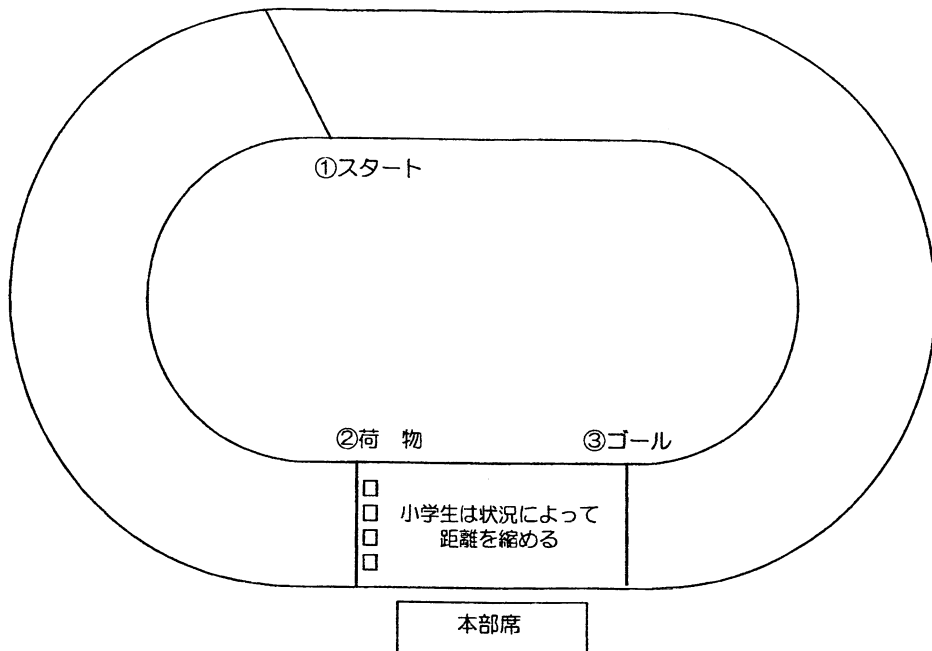
- 総合優勝に関係なく400メートルリレー優勝の町・自治会に授与する。

## 《 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部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。）

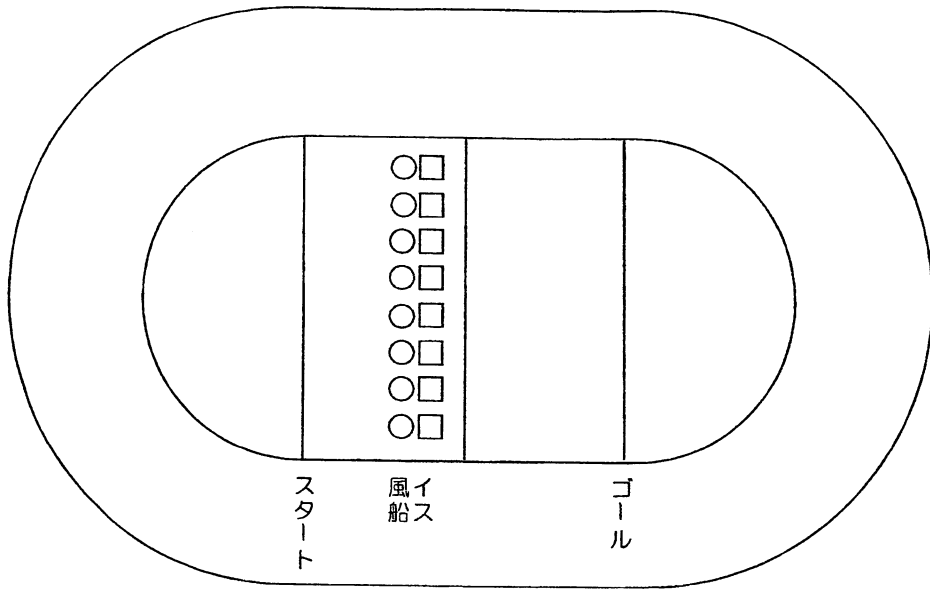


No. 1	種 目	障害物競走		トラック	対 象	小学生(5) ・ 中学生(5) 一 般(5)
		コース	レース			
用具	麻 袋	10枚 (5枚×2)				
	ネット	1張				
	ハードル	6本				
	ゴール用テープ	1本				
説 明	①でスタート ②でハードルをくぐる ③でネットをくぐる ④で麻袋に入り、はねながら走る ⑤で麻袋のままゴールイン					

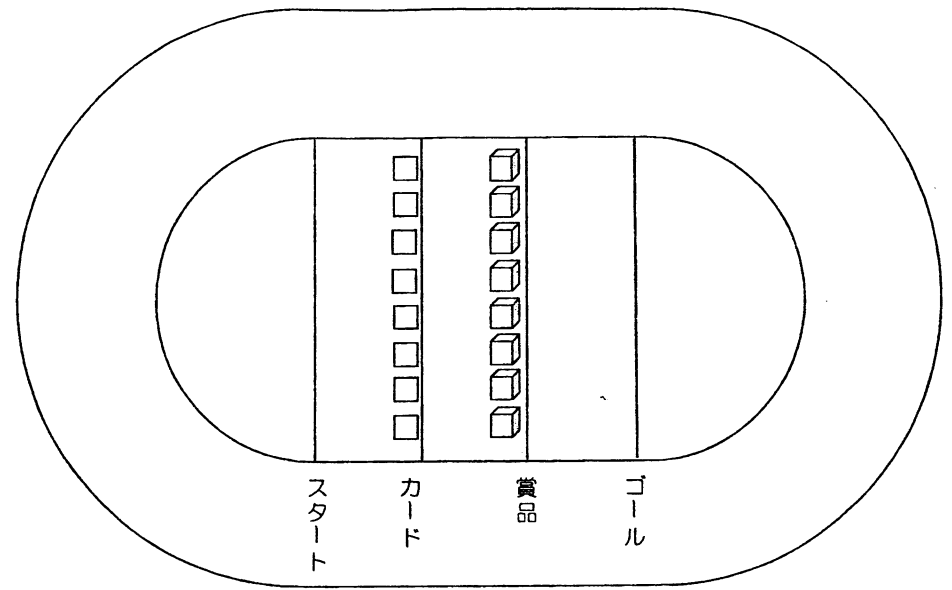


No. 2	種目	宅急便競走			トラック	対象	小学生(4)・中学生(3) 一般(3)
コース	6	レース	10	表彰対象	3位まで 他参加賞		
用具	荷物(砂袋) 18個 (3kg×2・5kg×2・10kg×2)×3セット ゴール用テープ 1本						
説明	①でスタート ②で荷物を拾い、持ちながら走る ③でゴールイン  ※小学生のレースは10kgの荷物は使用しない。  ※置いてあるどの荷物を選んでもよいが、最初に手に触れた荷物を持って、走らなければならない。						

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  ※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						



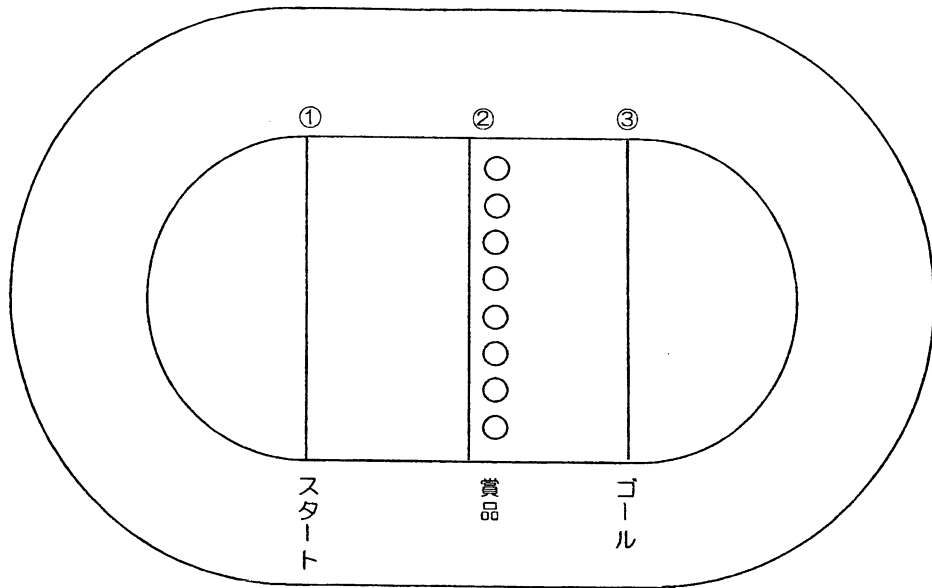
本部席



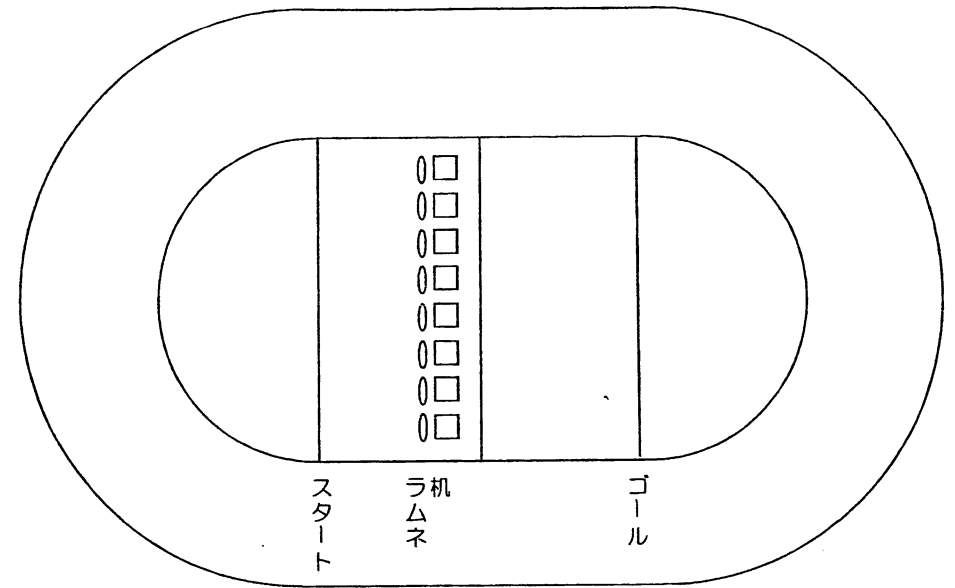
本部席

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。					

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					



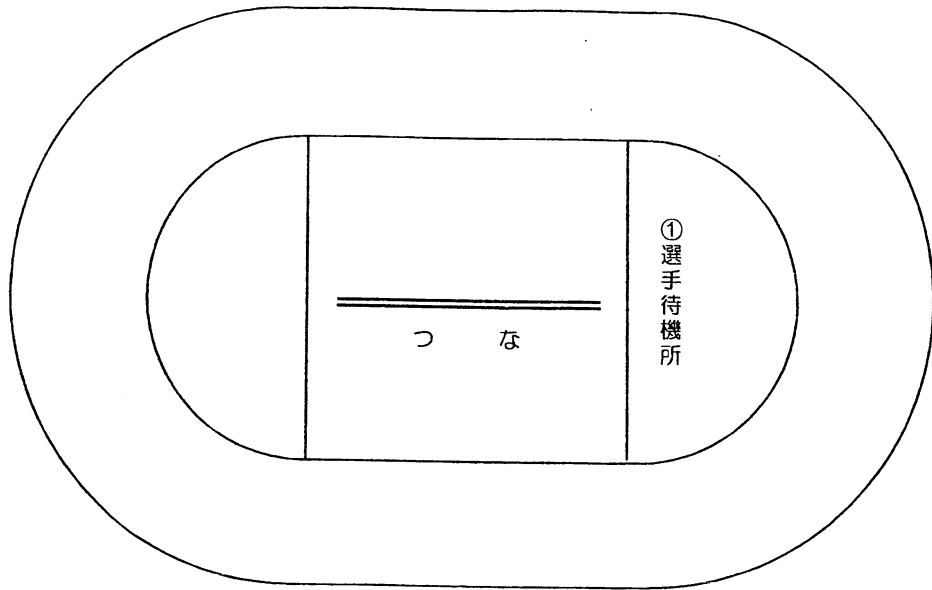
本部席



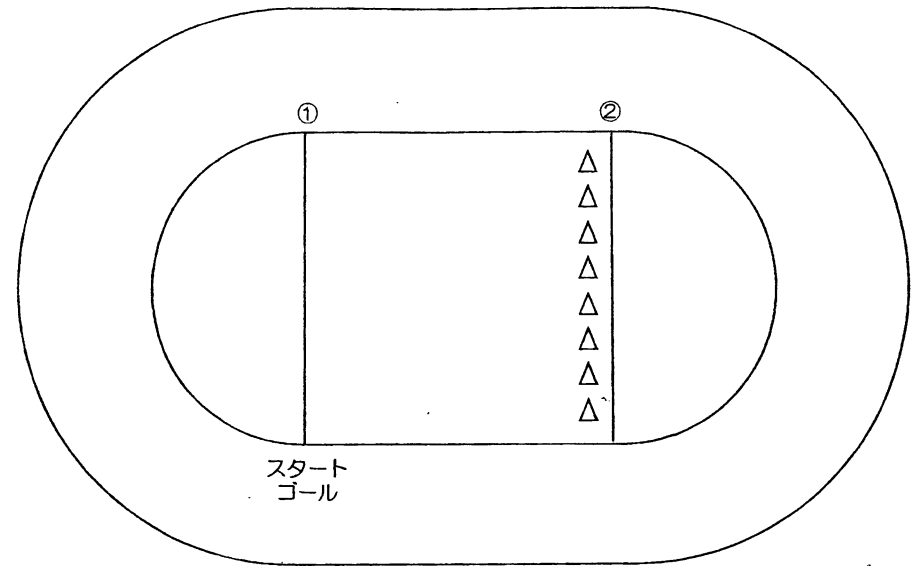
本部席

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					
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	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 ※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					



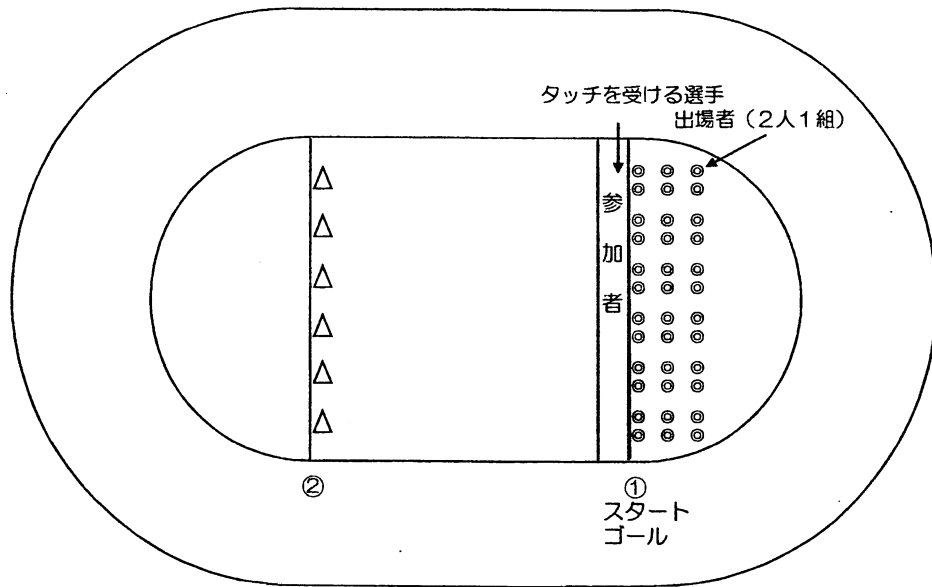
本部席



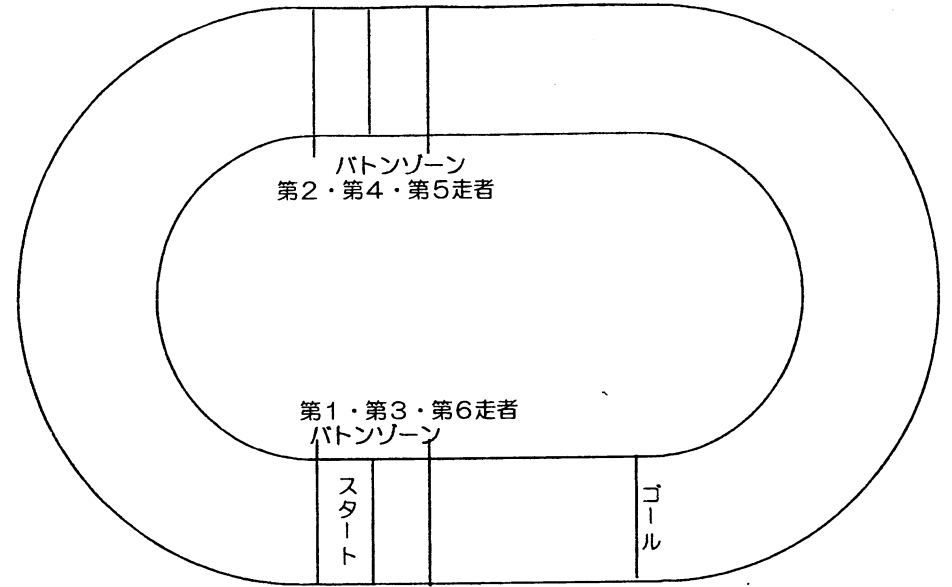
本部席

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）					

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 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走者まで繰り返す 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					



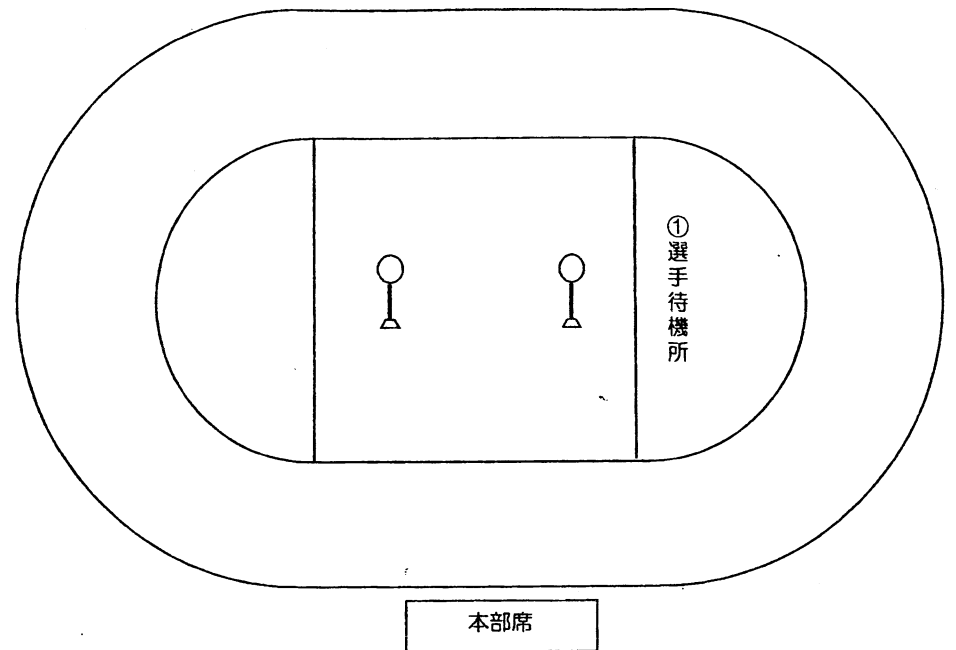
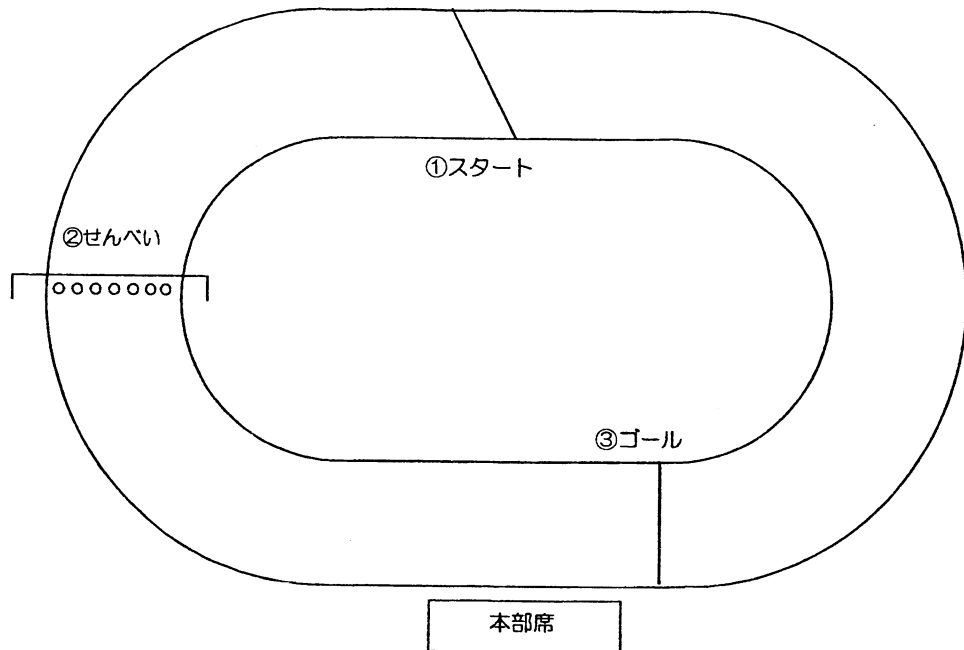
本部席



本部席

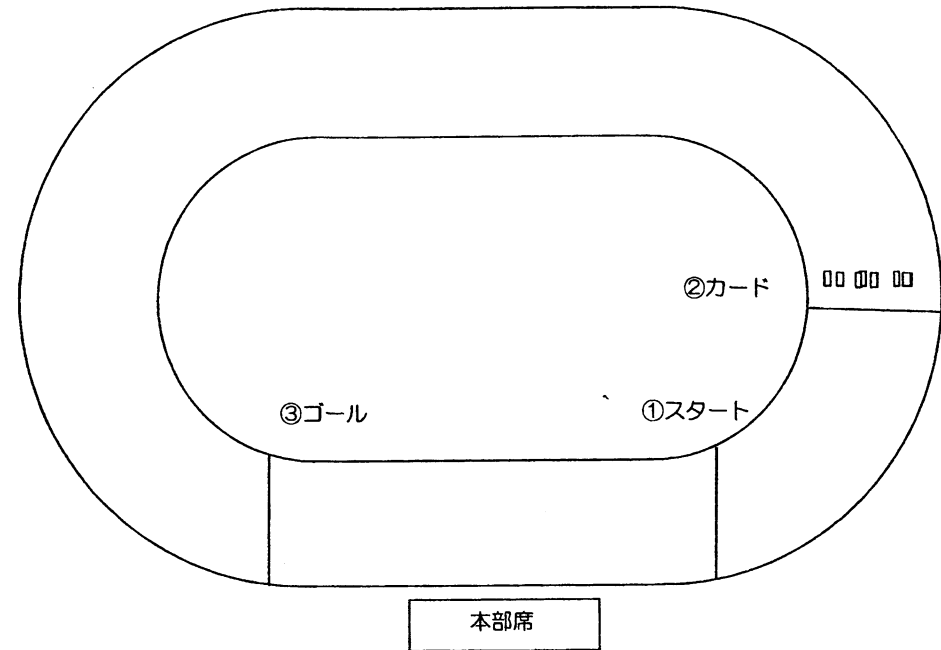
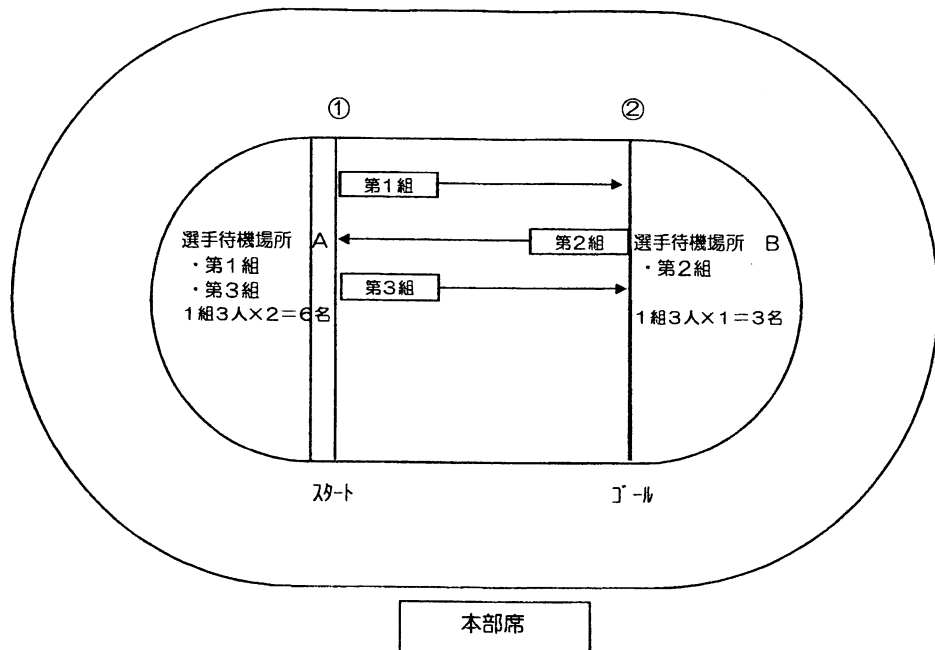
No. 10	種目	町・自治会対抗 玉のこしレース(予選・決勝)			フィールド	対象	小学生4名(男女不問) 一般男女(50歳以上)6名
コース	6	レース	予選3 決勝1	表彰対象	各レース上位2チームは決勝へ 決勝3位まで表彰 他参加賞		
用具	玉のこし 6セット ボール 6ヶ カラーコーンまたは旗 6個						
説明	①で2人1組で玉のこしにボールを乗せて向かい合わせに持って横向きに運ぶ ②の旗を回ってスタート地点に戻る ①のライン内に完全に入ってから、次走者の組と交代する ①でアンカーはゴールイン(二人とも完全に入った時点でゴール)  ※玉のこしはテープの巻いてある所を持つ ※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						

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20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:20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					



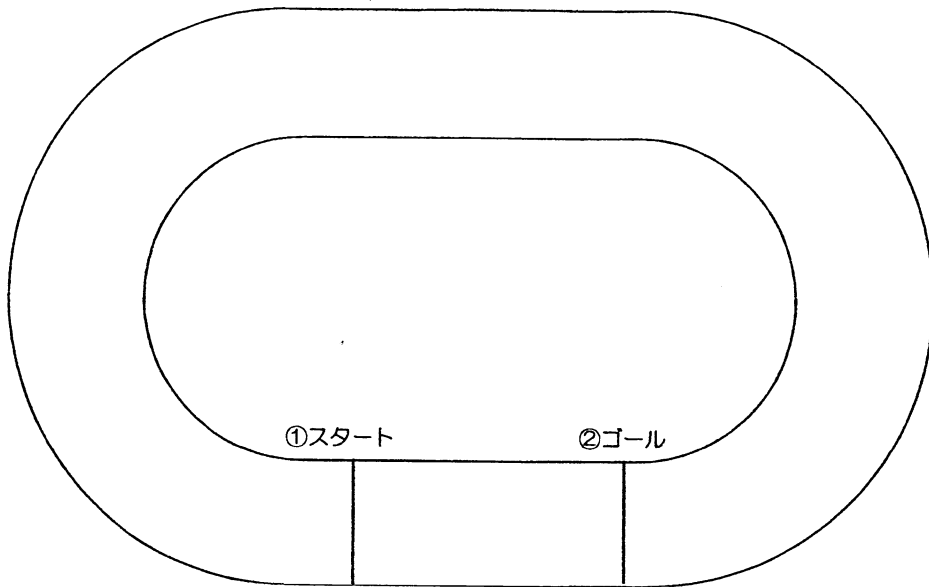
No. 12	種目	煎餅くい競走			トラック	対象	小学生・中学生・一般男女の別でオープン参加
コース	8	レース	25	表彰対象	3位まで 他参加賞		
用具	せんべいをつるす物 1ヶ せんべい 250枚 (予備50枚) ゴール用テープ 1本						
説明	①でスタート ②で両手を後ろに組み、せんべいを口でくわえる (手を使った場合は失格) ③でゴールイン (せんべいを口でくわえたままで)  ※オープン参加のため、出場者の数については、招集のときに注意すること						

No. 13	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					



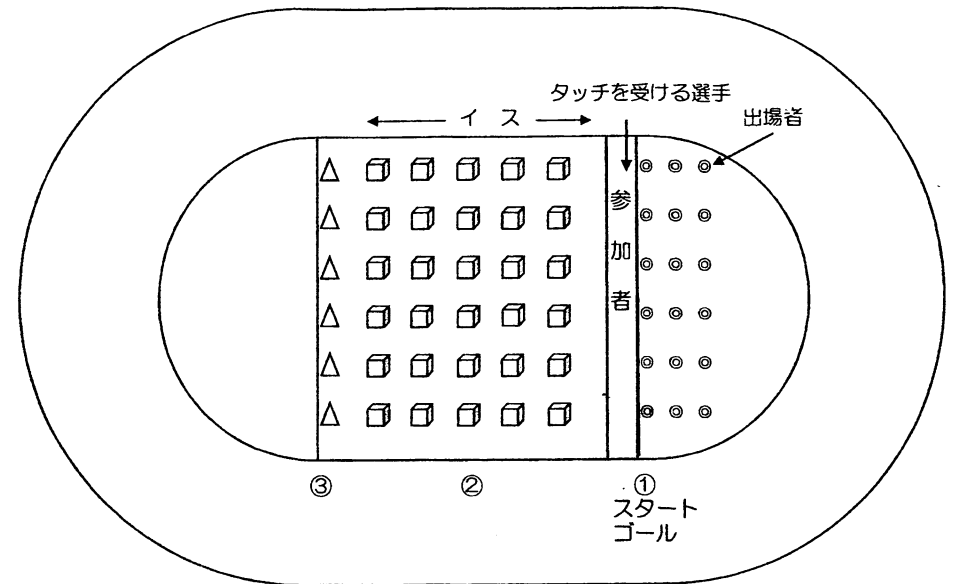
No. 14	種目	町・自治会対抗 長げたりレー		トラック	対象	小学生3名(男女問わず) 一般男女(中学生以上)6名
コース	予選4or5 決勝4	レース	予選4 決勝1	表彰対象	予選…各レース1位チームが決勝進出(2位に1点)	
用具	長げた(3人乗り用) アンカータスキ		7セット(予備を含む) 20本(5色×4セット)			
説明	<p>○ 各町自治会3人組での直線リレー形式とする (子ども3名、一般6名とし、組み合わせはフリーとする。)</p> <p>① 選手待機場所Aに6名(1組3人×2組)、Bに3名(1組3人)に分かれて整列。          ② ①から第1組がスタート。②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          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。)</p>					



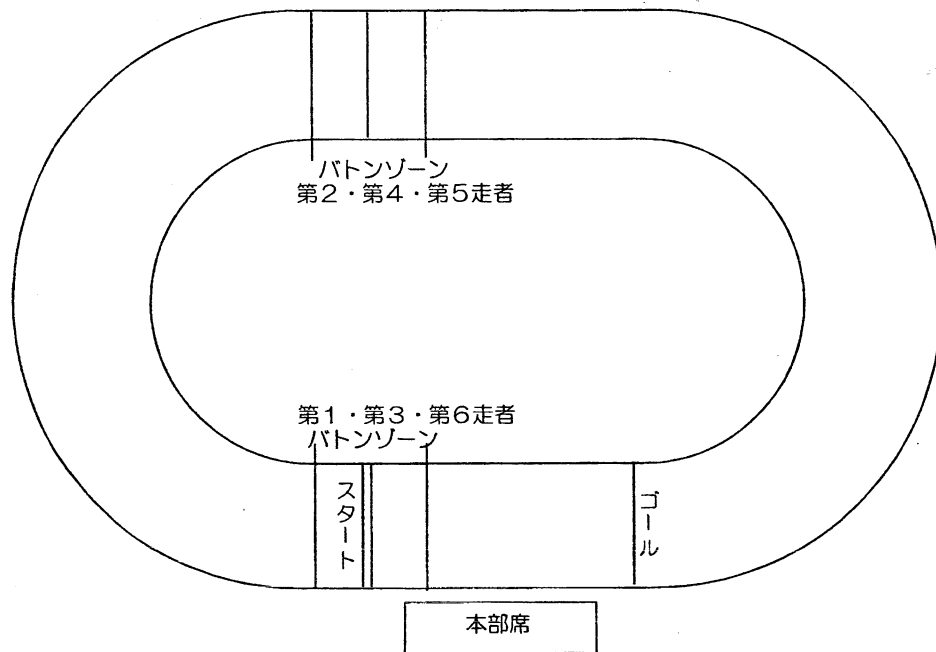
本部席

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 (6)
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. 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	町自治会対抗 400メートルリレー(決勝)		トラック	対象	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：20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 くみんうんどうかい  
**宇喜田・小島地区 区民運動会**

**2010. 10. 3**