

## 第2回地区代表者会議 兼 種目・競技方法説明会

令和6年7月17日(水)19:00～  
三原市中央公民館 大講堂

### 1 開 会

### 2 議 題

- (1) 種目・競技についての説明・・・資料1  
(三原市スポーツ推進委員協議会、三原市陸上競技協会より説明)
- (2) 第16回三原市民体育大会の選手名簿・開会式地区紹介メッセージについて(資料2)

**9月20日(金)までに提出してください**

### (3) 連絡事項

#### ①観客送迎臨時無料バスについて

近年、利用される方の減少により、バス会社と縮小や廃止も含めた検討を行っています。第3回地区代表者会議でお知らせします。

**三原駅前南口 うきしろ広場 ⇄ やまみ三原運動公園**

#### ②第3回地区代表者会議 兼 第16回三原市民体育大会抽選会

**令和6年8月30日(金) 19時～**

**リージョンプラザ南館2階 第2研修室**

### (4) 今後の予定

#### ①第16回三原市民体育大会

令和6年10月13日(日) 9時～ やまみ三原運動公園 陸上競技場

### 3 その他

問い合わせ先

〒723-8601

三原市港町三丁目5番1号

三原市教育委員会 スポーツ振興課

TEL 0848-64-7219 FAX 0848-67-5912

E-mail: [sports@city.mihara.hiroshima.jp](mailto:sports@city.mihara.hiroshima.jp)

# 第16回三原市民体育大会開催要項

1 趣 旨 三原市民の体力向上を図り、地域社会のスポーツ振興に資するとともに、相互の親睦を図ることを目的とする。

2 主 催 三原市・三原市教育委員会

3 後 援 三原市体育協会・三原市スポーツ推進委員協議会  
やまみ三原運動公園指定管理者ポラーノグループ三原

4 日 時 令和6年10月13日（日）9：00～ 小雨決行

5 場 所 三原市沼田東町釜山253-1（☎0848-66-3900）  
やまみ三原運動公園「やまみ三原市陸上競技場」

## 6 参加地区（予定）

- |              |               |
|--------------|---------------|
| (1) 深 町 地区   | (10) 鷺 浦 地区   |
| (2) 中 之 町 地区 | (11) 三原南部 地区  |
| (3) 西 野 地区   | (12) 皆 実 地区   |
| (4) 田 野 浦 地区 | (13) 糸崎・木原地区  |
| (5) 須 波 地区   | (14) 三原中央 地区  |
| (6) 沼 北 地区   | (15) 本 郷 東 地区 |
| (7) 沼 田 東 地区 | (16) 本 郷 西 地区 |
| (8) 沼 泉 地区   | (17) 三原北部 地区  |
| (9) 幸 崎 地区   | (18) 大 和 地区   |
|              | (19) 三原東部 地区  |

## リレー競技の統一ルール

- (1) 距離は全て一人100mとする。
- (2) スタート及びゴールは本部席側とする。
- (3) 第1走者のみ、第2コーナーまでセパレートコースとする。
- (4) 該当年齢の選手が選出できない場合は、20歳を頂点として代替出場を認める。  
小学生 中学生 20歳未満 ● 20歳以上 30歳 40歳 50歳  
→ → → → △ ● △ ← ← ← ← ←
- (5) 第2走者は、第1走者のスタートコース順でバトンパスを行う。第3走者からは、二つ前のコーナーのコーナートップ制とする。
- (6) 同一チームがスタートで2回フライングした場合は、失格としないで3回目は1m後方に下がってスタートする。更にフライングした場合は、これにならう。
- (7) スタートの際、グラウンドに穴をあけない。
- (8) バトンパスの時、予備ゾーンは使用しない。
- (9) 次の場合は失格とする。
  - イ. 故意に走路の侵害をしたり、故意に他のチームの走者にインターフェアのあった場合。故意の有無にかかわらずそのチームに著しく有利になる場合。
  - ロ. リレーゾーン(20m)外でバトンの受け渡しをした場合。
  - ハ. バトンを手渡さなかった場合。
- 二. バトンパスの最中に、次走者の手にバトンが触れる前に渡そうとした走者がバトンを落とし、次走者がバトンを拾って走った場合。

## フィールド競技の統一ルール

- (1) スタートは本部席側とし、折り返しは観客側とする。
- (2) スタートの合図は、「位置について」・・・「ドン(ピストル)」でスタートする。(「ヨーイ」は言わない。)
- (3) 前・次走者とも、完全に5mのリレーゾーン内にいなければリレーできない。
- (4) ボールとバトンを受け渡す競技については、次走者は、リレーゾーン内でボールとバトンを持ってスタートしなければならない。もし、ボールが先にリレーゾーンを通過した場合は、次走者が取りに行ってもよい。
- (5) ボール競技では、ボールが観客席に入りそうなときは、役員がボールを止めてその位置から競技を再開する。観客席に入って投げ返された場合は、審判は競技者の近くにボールを投げ返すことができる。

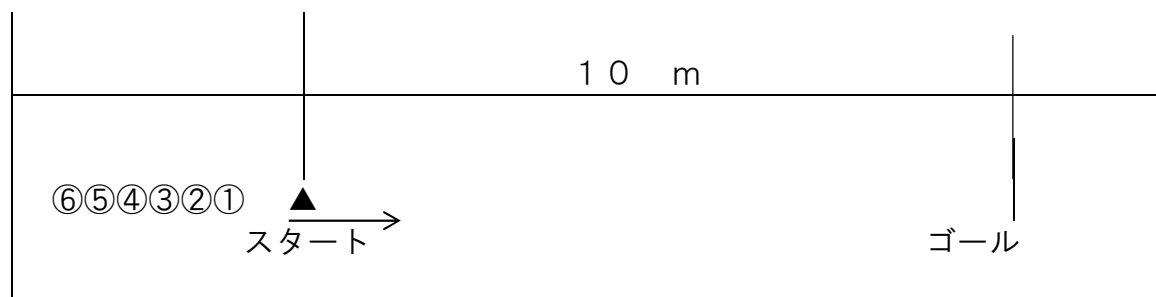
## 共通ルール

- (1) スパイクは禁止とする。(陸上競技以外のスパイクも禁止)
- (2) 競技で使用する用具は主催者で準備したものを使用する。但し、玉入れ競争の玉、ゲートボール、グラウンド・ゴルフ競争のゲートボール用スティックは各地区で準備しても良い。
- (3) 競技で使用する用具が、選手の不可抗力により破損した場合は、運営が速やかに予備の用具を準備し続行する。なお、用具が届くまでは破損した用具で続行しても良い。但し、種目別のルールに記載してあるものは、そのルールに準ずる。

## 7 競技種目

### ☆ 幼児かけっこ（オープン競技）

- 開始予定時間 9:50
- 出場者 小学生未満 各地区10人以内
  - \* 注意 オープン競技のため、得点はつけない。
- 競技方法 (1) スタート地点から10m先にあるゴールに向かって走る。  
(2) ゴールしたら、参加賞（お菓子）を渡す。

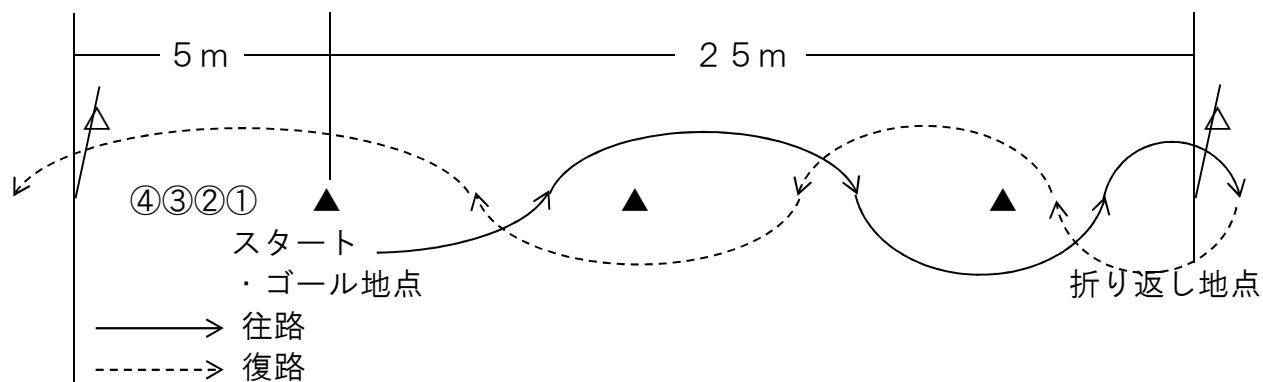


### 1 小中学生混合リレー

- 開始予定時間 10:05
- 継走距離 800m
- 出場者 小・中学生 男・女各2人 計8人
  - \* 注意 1. 学年は自由
  - 2. 選手登録後でも走る順番は各地域の自由

### 2 ジグザグボール蹴り競争

- 開始予定時間 10:20
- 出場者 小学生 男・女各1人 20歳以上 女2人 計4人
- 競技方法 スタート地点から10mおきにコーナーポスト  
走間25m 後5m
  - \* 注意 1. 使用するボールは教育4号（ゴム製）とする。
  - 2. 走る順番は各地域の自由



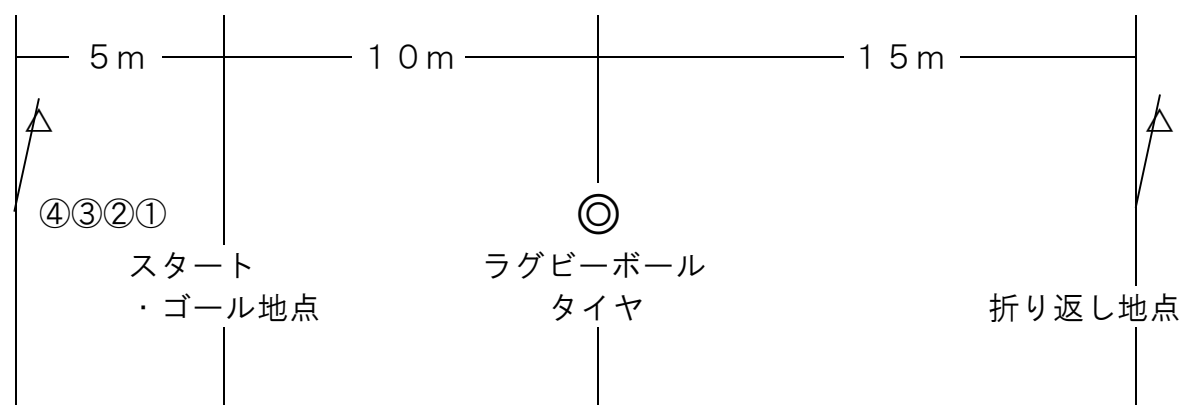
- (1) 走者は、サッカーボールをジグザグに蹴りながら往復し、スタートラインの後ろの旗を右から左回りに廻ってサッカーボールを次の走者に渡す。
- (2) 第1走者はコーナーポストの右側からスタートすることとし、ゴールはボール及び最終走者の体がゴールラインに入った時とする。
- (3) 走者は、ボールにバトン及び手で触れてはならない。
- (4) コーナーポスト及び折り返しの旗は、ジグザグに通過しなければならない。
- (5) 折り返し地点の旗は右廻り（時計廻り）、スタートライン後方の旗を廻る方向は左廻り（反時計廻り）となる。反対に廻った場合は失格となる。
- (6) 前・次走者とも、完全に5mのリレーゾーン内にいなければリレーできない。
- (7) ボールが観客席に入りそうな時は、役員がボールを止めて、その位置から競技を再開する。観客席に入って投げ返された場合は、審判は競技者の近くにボールを投げ返すことができる。

### 3 ラグビーボール蹴り競争

○開始予定時間 10:35

○出場者 40歳以上 男4人

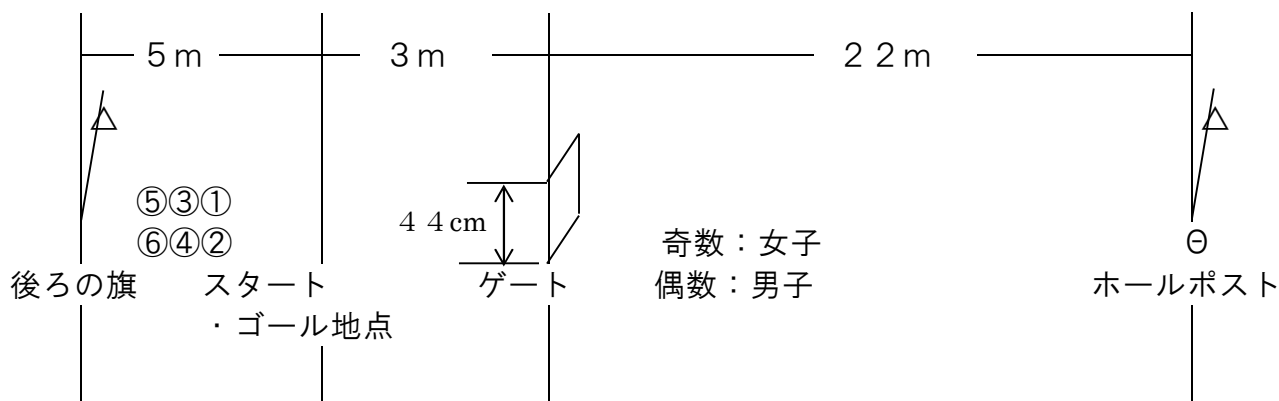
○競技方法 スタート地点から10mにタイヤ、ラグビーボール  
走間25m 後5m



- (1) スタートしたら10m先のタイヤの中にあるラグビーボールを蹴りだし、15m先の旗を廻り蹴り出したタイヤの中にボールを入れ、スタートラインの後ろの旗を廻って次の走者にバトンを渡す。
- (2) 折り返し地点の旗の廻る方向は、自由とする。
- (3) スタートライン後方の旗を廻る方向は、自由とする。
- (4) ゴールは、最終走者の体がゴールラインに入った時とする。
- (5) 走者は、ボールにバトン及び手で触れてはならない。

#### 4 ゲートボール、グラウンド・ゴルフ競争

- 開始予定時間 10:50
- 出場者 60歳以上 男・女各3人 計6人
- 競技方法 スタート地点から3mにゲート、22mにグラウンドゴルフホールポスト  
走間25m 後5m



- (1) 「位置について」で打つ人（打者）はボールを置き、打つ構えまで行って良い。ボールを受ける人（次打者）はゲート後方で構えても良い。
- (2) ①打者はスタートライン上から3m先のゲートに向けボールを打撃面で打ち、②次打者がゲート付近でボールが完全に通過するまで打者にボールを返す。打者はそのボールをスタートラインから前で受け取ることができる。ボールがゲートを通過したら、22m先のホールポストに向けホールインするまでボールを打つ。打者はホールインしたボールを拾い上げ、スタートラインの後ろの旗を廻り、スティックとボールを次の打者に手渡す。
- (3) スタートライン後方の旗を廻る方向は、自由とする。
- (4) ゲート通過後ボールのスティックによる制御は自由です。（動いているボールを静止しても良い。スティックのどの部分で打っても良い。）
- (5) 打者はスタートラインから前でボールを打ってはならない。片足はラインから出ても良い。
- (6) 打者はゲートを通過後、ホールインするまで、手でボールに触れてはならない。ホールインとは、ホールポスト内で完全にボールが停止した状態をいう。まだ動いている状態で、ボールを拾い上げてはならない。
- (7) スタート順は、女子・男子の順番に競技する。順番の間違いは失格とする。
- (8) ゴールは、最終走者の体がゴールラインに入った時とする。

#### 5 400mリレー

- 開始予定時間 11:15 ○継走距離 400m
- 出場者 20歳以上・40歳以上 男各2人 計4人
- \* 注意 選手登録後でも走る順番は各地域の自由

☆ フライング・ディスク（オープン競技）

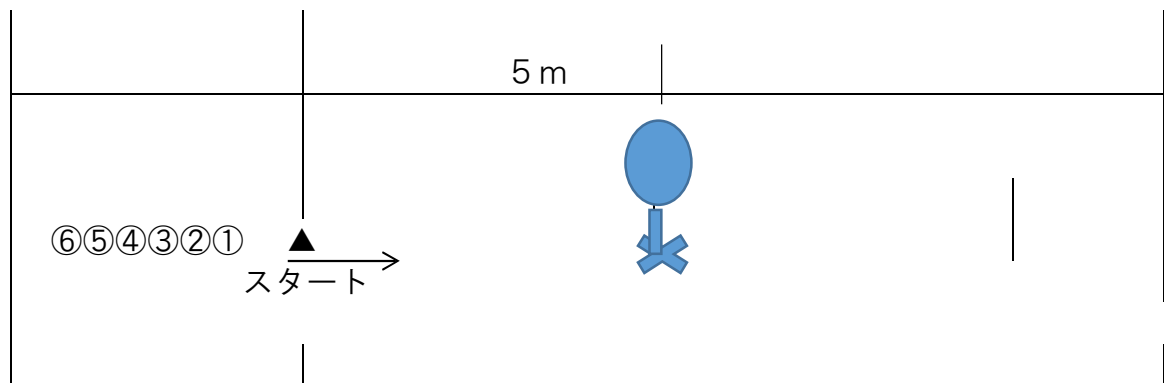
○開始予定時間 11:30

○出場者 三原市身体障害者福祉協会連合会から12人選出  
各地区1人 計 30人

- \* 注意
1. 1コースから順にAクラス、Bクラス、Cクラス、障害者福祉連合会①、障害者福祉連合会②とする。
  2. 人数に偏りがある場合には、事務局にて補充し、各コースが同人数となるように調整する。
  3. オープン競技のため、得点は付けない。

○競技方法 スタート地点から5メートル先にゴール  
ゴールは、直径（内径）0.915mの円形で円形の下部は地面から0.61mの高さとする。

- (1) スタート地点から5m先にあるゴール（標的）に向かって、ディスクを一人10回連続して投げる。
- (2) 得点は、ディスクが、地面に触れず直接ゴール（標的）を通過した回数とする。



昼 食 休 憩

## 6 玉入れ競争

○開始予定時間 13:00

○出場者 年齢制限なし 女10人 男10人 計20人

○競技方法 高さ4.5m 45秒間 玉80個

- (1) C(女・男)・B(女・男)・A(女・男)の順に各1回行う。
- (2) スタートの合図とともに、竿持ち以外の人全員が1回1個投げることとする。(2個以上投げてはいけない。持つのも1個のみとする。)その後は自由とする。
- (3) 近隣の地区から転がってきた玉を、誤って自分のカゴに投げ入れた場合も有効。
- (4) 竿の位置は、各地区応援席前のフィールドとする。
- (5) 竿は主催者で用意する。
- (6) 玉は各地区で用意しても良い。(玉の大きさ、重さ等は自由、ボール類は禁止)
- (7) 竿持ちは2人以上、玉投げは8人以下とする。
- (8) 競技終了のピストルの合図後に入った玉は無効とする。
- (9) 竿は垂直に立てることとし、玉が入りやすいように故意に傾けてはならない。
- (10) 入退場は、応援席から直接行う。
- (11) 選手の数・玉の数等の確認は、各地区のスポーツ推進委員が行う。
- (12) 男女入れ替わり時は協力して玉を集める。

## 7 ボール運び競争

○開始予定時間 13:45

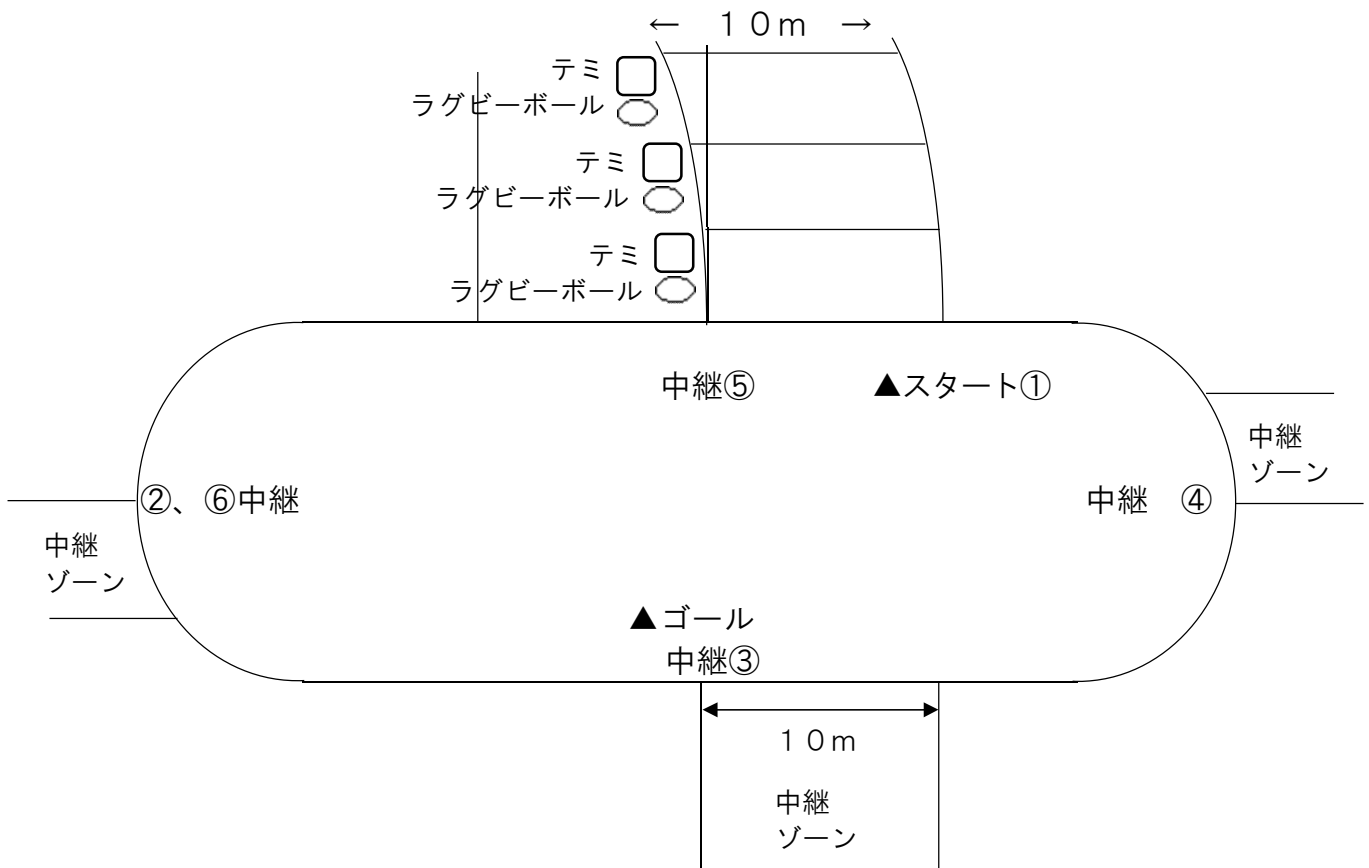
○出場者 男60歳以上3人 女50歳以上3人 計6人

\* 注意 直接テミを持つことは禁止とする。

○競技方法 トラックでリレー形式により実施。ロープ(長さ1.5m)付きのテミにラグビーボールを乗せて1人50m走る。

- (1) テミにラグビーボールを入れ、テミからボールが落ちないようにロープを引っ張り1人50m走る。
- (2) ロープを引っ張る際は、ロープに取り付けられた塩ビパイプを持つ。(直接ロープを持つことは禁止とする。)
- (3) 第1走者のみ60m走る。スタートから10m離れた場所に置かれたテミにラグビーボールを走者自身で乗せ、残り50m走る。この時直接テミを持つことは禁止とする。なお、テミ・ラグビーボールは走順に置かれた場所のものを使用する。
- (4) テミからボールが落ちた場合は、テミを置いてボールを取りに行き、ボールをテミに入れてからロープを引っ張る。(故意にテミだけを引っ張り走った後にボールを取りに行くことは禁止とする。)
- (5) ゴールは、最終走者のテミとボールがゴールラインに入った時とする。
- (6) 選手登録後でも走る順番は男女関係なく自由とする。
- (7) 直接テミを持つことは禁止とする。またボールを利用してテミの方向を変えることも禁止とする。直接テミを持って方向を変えた場合は失格とする。
- (8) ボールが落ちにくくなるよう、テミにボールを立てかけることは禁止とする。
- (9) 故意にテミを踏んだりするなど、走者を妨害した場合は失格とする。
- (10) 中継ゾーンは、中継地点から前方へ10m設ける。中継はテミが完全に中継ゾーンに入った状態で行うこと。





### 8 二人三脚むかで競争

- 開始予定時間 13:30 ○継走距離 500m
- 出場者 二人三脚競争 男・女20歳以上 各3人  
むかで競争 男・女20歳以上 各5人 計16人
- 競技方法 二人三脚競争～男女ペア3組(100m×3組)  
むかで競争 ～男女各5人組(100m×2組)

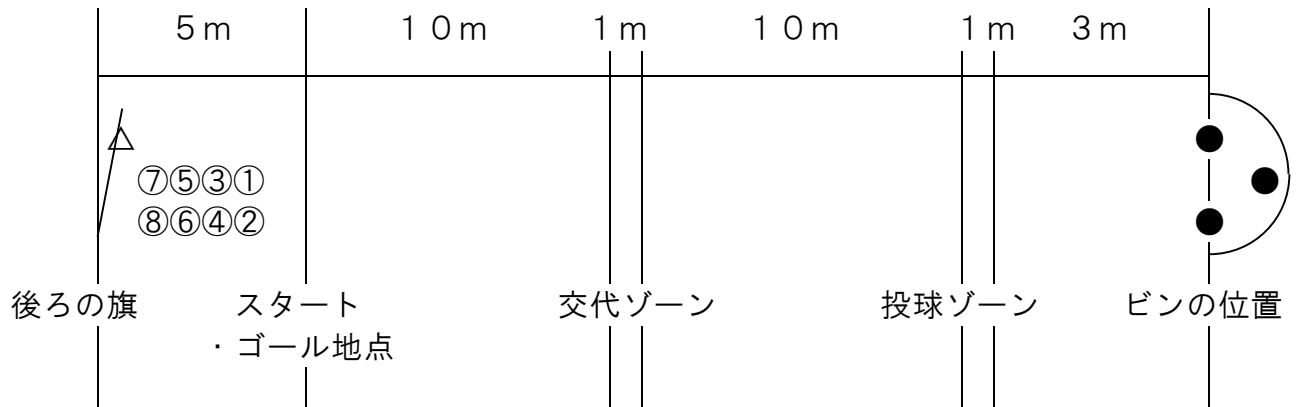
- (1) スタート順は、二人三脚ペア組、むかでは女・男の順番により競技する。順番の間違いは失格とする。(二人三脚ペア3組の走る順番は自由とする。)
- (2) スタートのみ、セパレートコースを使用する。
- (3) 二人三脚で足を固定するハチマキは、3組とも始めから結んでおく。
- (4) むかで競争の競技中、足を固定しているハチマキが切れた場合、あるいはほどけた場合、リレーゾーンに到達するまでは競技を続行することとする。なお、ハチマキが切れた場合は、リレーゾーン内でロープの取り替えを行うこと。
- (5) むかで競争で、女から男にリレーするとき、足を固定するハチマキを結び代えるが、その際はほどく側も結ぶ側も自力で行い、他人に手伝ってもらってはいけない。
- (6) タスキをバトンとし、二人三脚からむかで競争へのタスキ渡しは、最前列者に渡すこと。
- (7) 女性のむかでから男性のむかでにリレーする際のタスキ渡しは不要。(足を固定するハチマキがタスキの代わりとなる。)
- (8) 足を固定するハチマキは、故意にほどけやすいように緩く結んではならない。
- (9) ゴールは、最後尾者がゴールラインを通過したときとする。
- (10) ゴールの位置はスタートと反対側とする。

## 9 ボウリング競争

○開始予定時間 14:00

○出場者 女 20歳以上 8人

○競技方法 スタート地点から10mに交代ゾーン。走間20m+ビン3m 後5m



- (1) バドミントンのラケットにバレーボールを載せる。
- (2) ラケットは、グリップ部分以外を持ってはいけない。
- (3) ①は②と連手して、スタートから10mに置かれた交代ゾーンに入る。  
(ボールが途中で落ちた場合や手が離れた場合は、スタート地点まで戻り1から再度スタートする。)
- (4) ①と②は、役割分担を交代して、さらに10m先の投球ゾーンまで行く。  
(途中の失敗は交代ゾーンに戻り、再度スタートする。)
- (5) 走者は、投球ゾーンに入るまでボールに触れてはならない。
- (6) 投げ手は、いかなる場合も投球ゾーンから前には出てはならない。
- (7) 投げ手・受け手は①・②どちらがなっても良い。
- (8) 投球は、アンダースローで転がさなければならない。  
ノーバウンドでビンに当たって倒れた時は、無効とする。
- (9) 投げ手は投球ゾーンに、受け手はビンの後に立ち、投げ手の投げるボールによって、3本のビンが全部倒れるまでボールを返す。全部倒れたら受け手はビンを元の位置に立て、ラケットとボールを持ち、投球ゾーンで連手してゴールラインの後ろの旗を廻って次の組に渡す。
- (10) 投球したボールが、自チームの選手や役員に触れた後にビンに当たり倒れた場合は無効。他のチームのボールにより倒れた場合は有効とする。
- (11) 選手はビンが倒れるまでは、身体のどの部分もビンに触れてはならない。  
ただし、正規の投球により倒れたビンは競技に有利にならない範囲（前列のビンを中心にした半径1mの白線の後ろ側）で移動させても良い。なお、移動させるときに、誤ってまだ立っているビンを倒した場合、受け手がもとの位置に立てることとする。
- (12) スタートライン後方の旗を廻る方向は、自由とする。
- (13) ゴールは、連手した最終組の後ろの人の体がゴールラインに入った時とする。
- (14) 投げ手と受け手は交代することができる。  
交代する時は、受け手が投げ手のいる投球ゾーンへ入った後に、元の投げ手が受け手の位置へつき、競技を再開する。  
投げ手と受け手の交代する時のボールは、投げ手・受け手どちらがもっていてもよい。

## 10 総合リレー

- 開始予定時間 14:25 ○継走距離 1、800m  
 ○出場者 男10人・女8人 計18人  
 ○走る順 (★印スタート本部側)  
 ○走順が分かるように、No9の走者は青色、No13の走者は赤色、アンカーは黄色のタスキを着用すること。

	No	走者	性	距離		No	走者	性	距離
★	1	小学生	男	半周	★	11	16～30歳未満	男	半周
	2	〃	女	半周		12	〃	女	半周
★	3	〃	男	半周	★	13	30～50歳未満	男	半周
	4	〃	女	半周		14	〃	女	半周
★	5	中学生	男	半周	★	15	〃	男	半周
	6	〃	女	半周		16	〃	女	半周
★	7	〃	男	半周	★	17	50歳以上	男	半周
	8	〃	女	半周		18	〃	男	半周
★	9	16～30歳未満	男	半周					
	10	〃	女	半周					

### 最終判定

失格かどうかの判定は、審判長が決する。  
 その判定に不服の場合は、地区代表者が最終判定審判員に申し出る。  
 最終判定審判員は、地区代表者と審判長よりそれぞれ事情を聴取して判定する。  
 この判定は最終判定とする。

### 円滑な競技運営

競技の進行について遅滞する状況が生じても、円滑な競技運営を図るために、順次競技を続行することとする。(荒天・事故等を除く。)  
 なお、この場合の決定は、閉会式までに行うこととする。

## 8 採点方法

- (1) 組合せはAクラス 地区、Bクラス 地区、Cクラス 地区の 組に分ける。
- (2) 各組で順位を決め、採点する。
- (3) 得点 1位=6点 2位=5点 3位=4点 4位=3点  
5位=2点 6位=1点  
注意：同順位の場合は、両者の得点を合計して2で割る。  
総合リレーは、上記の2倍とする。
- (4) 参加点 競技に参加すれば、1種目につき参加点を1点とする。  
この参加点は、(3)の得点に加える。
- (5) 次年度の大会では、Aクラスの5、6位がBクラス、Bクラスの1、2位がAクラスとなる。また、Bクラスの5、6位はCクラスとなり、Cクラスの1、2位がBクラスとなる。ただし、各クラスの地区数に不均衡が生じる場合は、変更する場合がある。

## 9 表 彰

(1) 地区対抗クラスの部（A・B・C各クラスごとに）

- ・ 1位 カップ・賞状・楯・賞金
- ・ 2位 賞状・楯・賞金
- ・ 3位 賞状・楯・賞金

※得点が同点の場合は、当日大会競技における1位の多いものを上位とする。

1位同数の場合は2位の多いものを上位として、以下これにならう。

## 10 参加選手

- (1) 出場選手は、1人何種目も兼ねてもよい。
- (2) 出場選手の資格は、9月29日までにその地区に住民登録し、居住している者。
- (3) 年齢は、満年齢により10月13日（大会当日）現在とする。
- (4) 補員は、各競技種目について2人以内とする。ただし、総合リレーについては、各区分に1人の補員を認める。（申込書の補員記入枠以内）
- (5) 正選手・補員以外は出場できない。
- (6) 鷺浦地区については、鷺浦小学校へ通う他地区の児童・保護者の参加を認める。
- (7) 参加人数が揃わない地区については、事務局へ相談の上、その地区へゆかりのある人及び家族の参加を認める。

## 11 注意事項

- (1) 選手名簿を作成するので、締切期日を厳守のこと。
- (2) 選手は、胸・背部に縦15cm×横20cmの地区名入りのゼッケン又は、地区名を明記したユニホームを着用すること。
- (3) 競技中の傷害などは、一応の応急措置はするが、それ以外の責任を負わない。健康に異常があるときは、参加してはならない。
- (4) 選手は、競技開始前20分に集合場所に集合を終え、点呼を受けること。
- (5) 継走種目の第1走者は、セパレートコースを走り、第2走者からオープンコースとする。
- (6) 各競技において、本要項の年齢等に該当しないものが出場した場合は、当該種目については失格するものとする。

# 第16回三原市民体育大会 選手名簿

参加地区名 \_\_\_\_\_ 地区

代表者名 \_\_\_\_\_ ☎ ( ) \_\_\_\_\_

代表者住所 三原市 \_\_\_\_\_

召集責任者	
会場設営責任者	
競技指導責任者	

---

★ 注意

1. 黒ボールペンで記入してください。
2. 補員については、補員枠以内で記入してください。
3. 玉入れ競争の優勝メダルは、各クラス及び男女別に配布します。  
なお、得点は参加全チームで配点します。
4. 優勝メダルについては、記入してある補員数も加算して配布します。  
ただし、総合リレーは選手分（18個）とします。  
なお、各地区5個を地区分として配布します。
5. 可能な限りEメールでの提出をお願いします。（sports@city.mihara.hiroshima.jp）
6. 提出期限は9月20日（水）（スポーツ振興課）厳守をお願いします。

★幼児かけっこ 小学生未満 10人以内

選 手	順	名 前	年齢	選 手	順	名 前	年齢
	1				6		
	2				7		
	3				8		
	4				9		
	5				10		

(1) 小中学生混合リレー 小・中学生 (男・女各2人) 計8人

選 手	順	性別	名 前	学年	補 員	順	性別	名 前	学年
	1					1	小・男		
	2					2	小・女		
	3					3	中・男		
	4					4	中・女		
	5					5	/		
	6					6			
	7					7			
8				8					

(2) ジグザグボール蹴り競争 小学生 (男・女各1人) 20歳以上 (女) 2人

選 手	順	性別	名 前	学年/年齢	補 員	順	性別	名 前	学年/年齢
	1					1	小・男		
	2					2	小・女		
	3					3	女		
4				4	/				

(3) ラグビーボール蹴り競争 40歳以上 (男) 4人

選 手	順	名 前	年齢	補 員	順	名 前	年齢
	1				1		
	2				2		
	3				/		
4							

**(4)ゲートボール、グラウンド・ゴルフ競争** 60歳以上(男・女各3人) 計6人

選手	順	性別	名前	年齢	補員	順	性別	名前	年齢
	1	女					1	女	
2	男				2	男			
3	女								
4	男								
5	女								
6	男								

**(5)400mリレー** 20歳以上・40歳以上(男)各2人 計4人

選手	順	年齢	名前	年齢	補員	順	年齢	名前	年齢
	1	20歳以上					1	20歳以上	
2	〃				2	40歳以上			
3	40歳以上								
4	〃								

**☆フライングディスク**

選手	順	性別	名前	年齢	補員	順	性別	名前	年齢
	1						1		

**(6)玉入れ競争** 年齢制限なし

(女) 10人

(男) 10人

女	順	名前	年齢	男	順	名前	年齢
選手	1			選手	1		
	2				2		
	3				3		
	4				4		
	5				5		
	6				6		
	7				7		
	8				8		
	9				9		
	10				10		
補員	1			補員	1		
	2				2		

(注意：優勝メダルは各クラス別男女別に配布します。)





**(10)総合リレー** 備考欄の本部は、スタート位置が本部席前の表示です。

選 手	順	性	区 分	名 前	学年/年齢	備考	補 員	名 前	学年/年齢	
	1	男	小学生			本部				
	2	女								
	3	男				本部				
	4	女								
	5	男	中学生			本部				
	6	女								
	7	男				本部				
	8	女								
	9	男	16～30歳未満			本部				
	10	女								
	11	男				本部				
	12	女								
	13	男	30～50歳未満			本部				
	14	女								
	15	男				本部				
	16	女								
	17	男	50歳以上			本部				
18	男									

	役 職 名	名 前
(ふりがな)		( )
<b>先頭者名</b>		

**開会式 地区紹介メッセージ**


上のマス80文字以内でお願いします。

# 第16回三原市民体育大会 選手名簿

参加地区名 \_\_\_\_\_ 地区

代表者名 \_\_\_\_\_ ☎ ( ) \_\_\_\_\_

代表者住所 三原市 \_\_\_\_\_

召集責任者	
会場設営責任者	
競技指導責任者	

---

★ 注意

1. 黒ボールペンで記入してください。
2. 補員については、補員枠以内で記入してください。
3. 玉入れ競争の優勝メダルは、各クラス及び男女別に配布します。  
なお、得点は参加全チームで配点します。
4. 優勝メダルについては、記入してある補員数も加算して配布します。  
ただし、総合リレーは選手分（18個）とします。  
なお、各地区5個を地区分として配布します。
5. 可能な限りEメールでの提出をお願いします。（sports@city.mihara.hiroshima.jp）
6. 提出期限は9月20日（水）（スポーツ振興課）厳守をお願いします。

★幼児かけっこ 小学生未満 10人以内

選 手	順	名 前	年齢	選 手	順	名 前	年齢
	1				6		
	2				7		
	3				8		
	4				9		
	5				10		

(1) 小中学生混合リレー 小・中学生 (男・女各2人) 計8人

選 手	順	性別	名 前	学年	補 員	順	性別	名 前	学年
	1					1	小・男		
	2					2	小・女		
	3					3	中・男		
	4					4	中・女		
	5					5	/		
	6					6			
	7					7			
8				8					

(2) ジグザグボール蹴り競争 小学生 (男・女各1人) 20歳以上 (女) 2人

選 手	順	性別	名 前	学年/年齢	補 員	順	性別	名 前	学年/年齢
	1					1	小・男		
	2					2	小・女		
	3					3	女		
4				4	/				

(3) ラグビーボール蹴り競争 40歳以上 (男) 4人

選 手	順	名 前	年齢	補 員	順	名 前	年齢
	1				1		
	2				2		
	3				/		
4							

**(4)ゲートボール、グラウンド・ゴルフ競争** 60歳以上(男・女各3人) 計6人

選手	順	性別	名前	年齢	補員	順	性別	名前	年齢
	1	女					1	女	
2	男				2	男			
3	女								
4	男								
5	女								
6	男								

**(5)400mリレー** 20歳以上・40歳以上(男)各2人 計4人

選手	順	年齢	名前	年齢	補員	順	年齢	名前	年齢
	1	20歳以上					1	20歳以上	
2	〃				2	40歳以上			
3	40歳以上								
4	〃								

**☆フライングディスク**

選手	順	性別	名前	年齢	補員	順	性別	名前	年齢
	1						1		

**(6)玉入れ競争** 年齢制限なし

(女) 10人

(男) 10人

女	順	名前	年齢	男	順	名前	年齢
選手	1			選手	1		
	2				2		
	3				3		
	4				4		
	5				5		
	6				6		
	7				7		
	8				8		
	9				9		
	10				10		
補員	1			補員	1		
	2				2		

(注意：優勝メダルは各クラス別男女別に配布します。)



**(10)総合リレー** 備考欄の本部は、スタート位置が本部席前の表示です。

選                手	順	性	区 分	名 前	学年/年齢	備考		名 前	学年/年齢
	1	男	小学生			本部	補		
	2	女							
	3	男				本部			
	4	女							
	5	男	中学生			本部			
	6	女							
	7	男				本部			
	8	女							
	9	男	16～30歳未満			本部			
	10	女							
	11	男				本部			
	12	女							
	13	男	30～50歳未満			本部			
	14	女							
	15	男				本部			
	16	女							
	17	男	50歳以上			本部	員		
18	男								

	役 職 名	名 前
(ふりがな)		( )
<b>先頭者名</b>		

**開会式 地区紹介メッセージ**


上のマス80文字以内でお願いします。

# 三原市民体育大会 リレーのルールについて

作成 : 2024年 7月 14日

## 1. ルール

### (1) 走るコース

- ①1走…セパレートコースを走る
- ②2走以降…オープンコースを走る

### (2) 中継(リレー)

- ①2走目以降は、リレーゾーンの中からスタートする
- ②2走目以降の並ぶ順番
  - ・2走目は、コース順番に並ぶ
  - ・3走目以降は、コーナートップの順番で並ぶ

### ③バトンパス

- ・バトンがリレーゾーン内であればOK。

(走者がリレーゾーンからでも、バトンがリレーゾーン内に入っていればOK)

- ④バトンを渡したら、走者はコースの内側へ

### (3) バトンを落としたら

- ①渡している途中で落としたら、渡す走者が拾って、落とした場所に戻って渡す。
- ②完全に渡した後で落としたら、受け取った走者が拾って、落とした場所に戻って渡す。

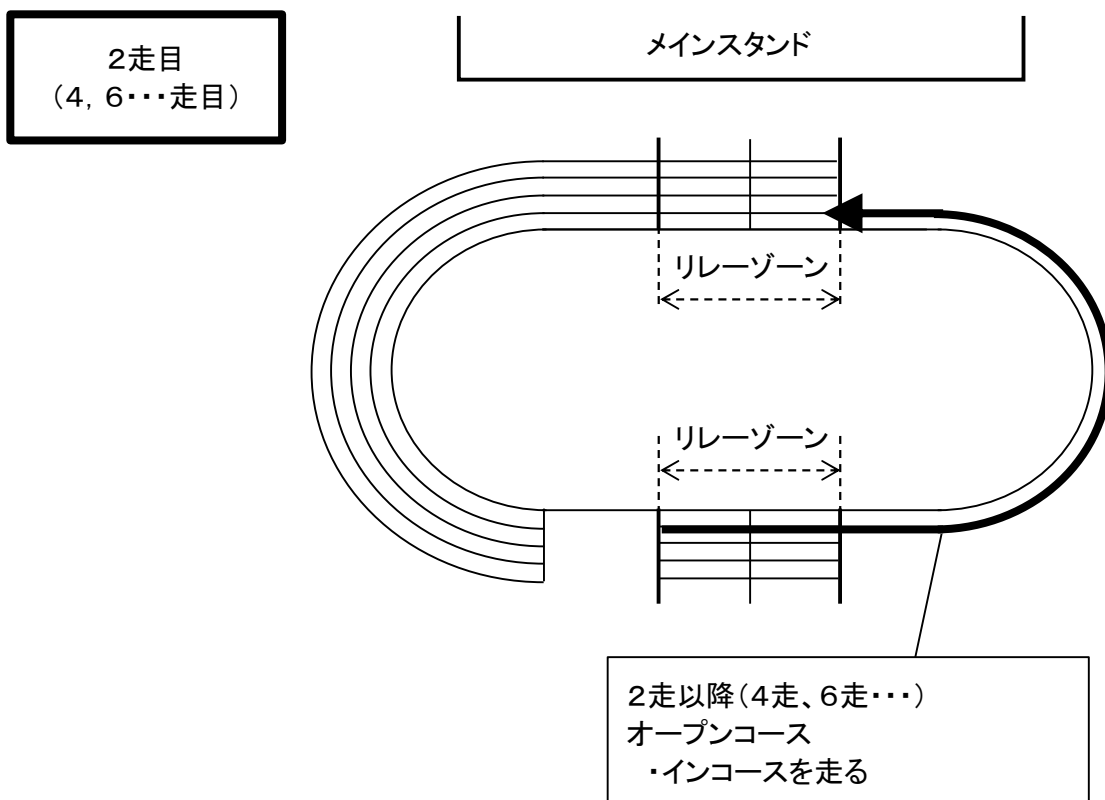
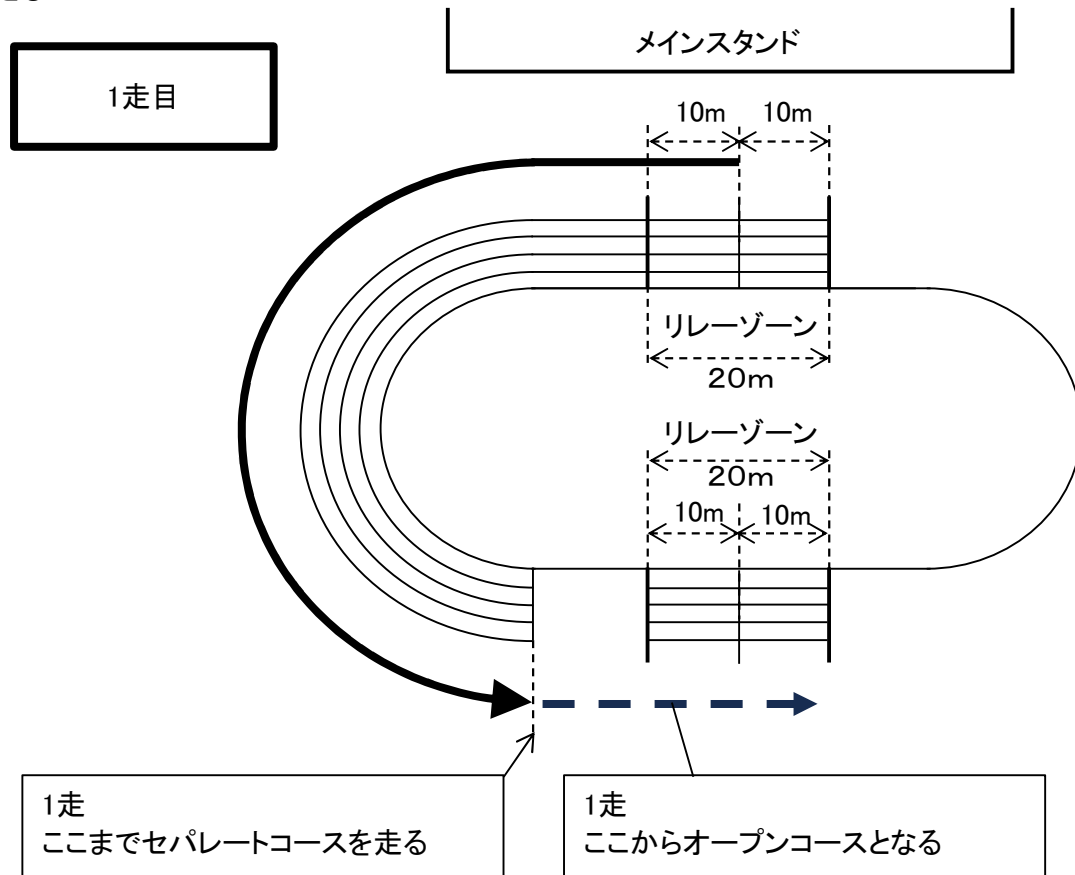
#### 用語

コース…レーンと同じ。  
この資料では  
「コース」として  
表記。

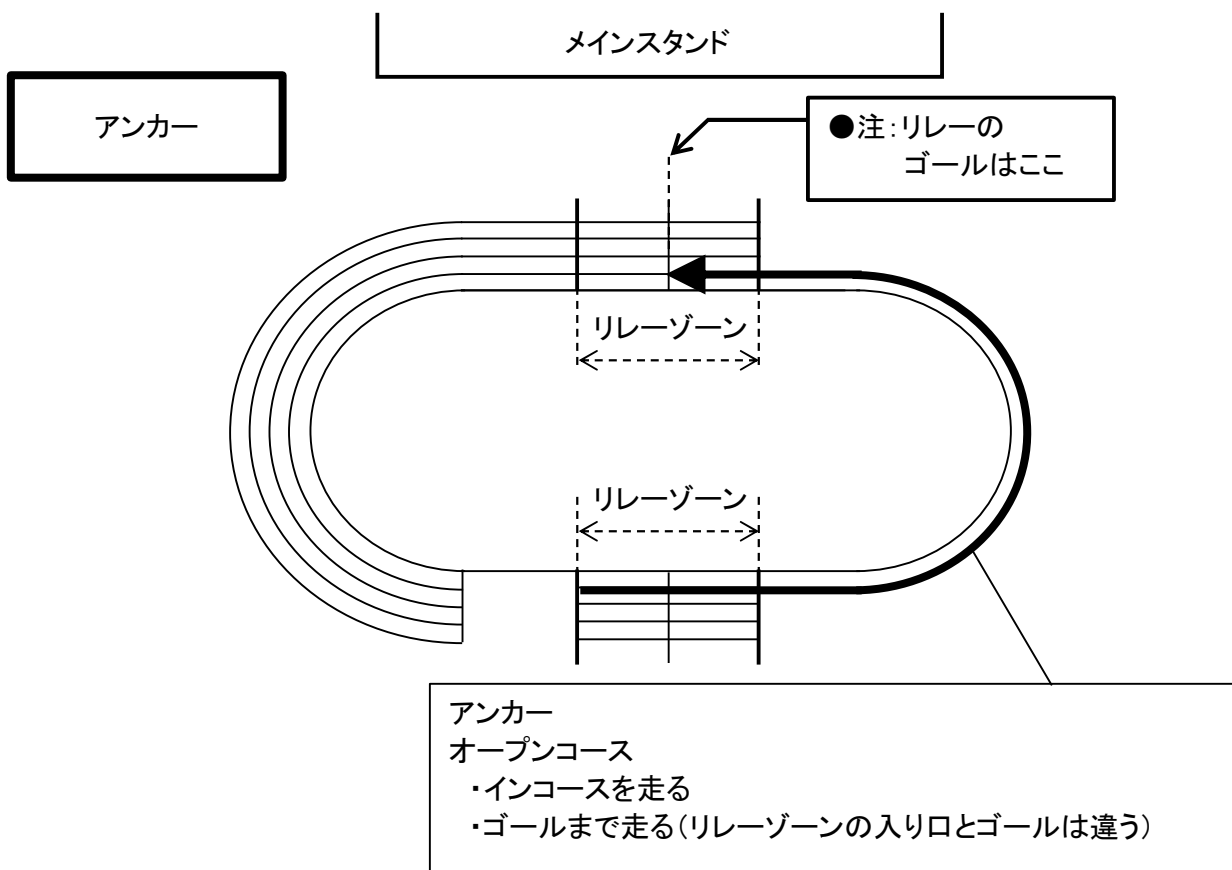
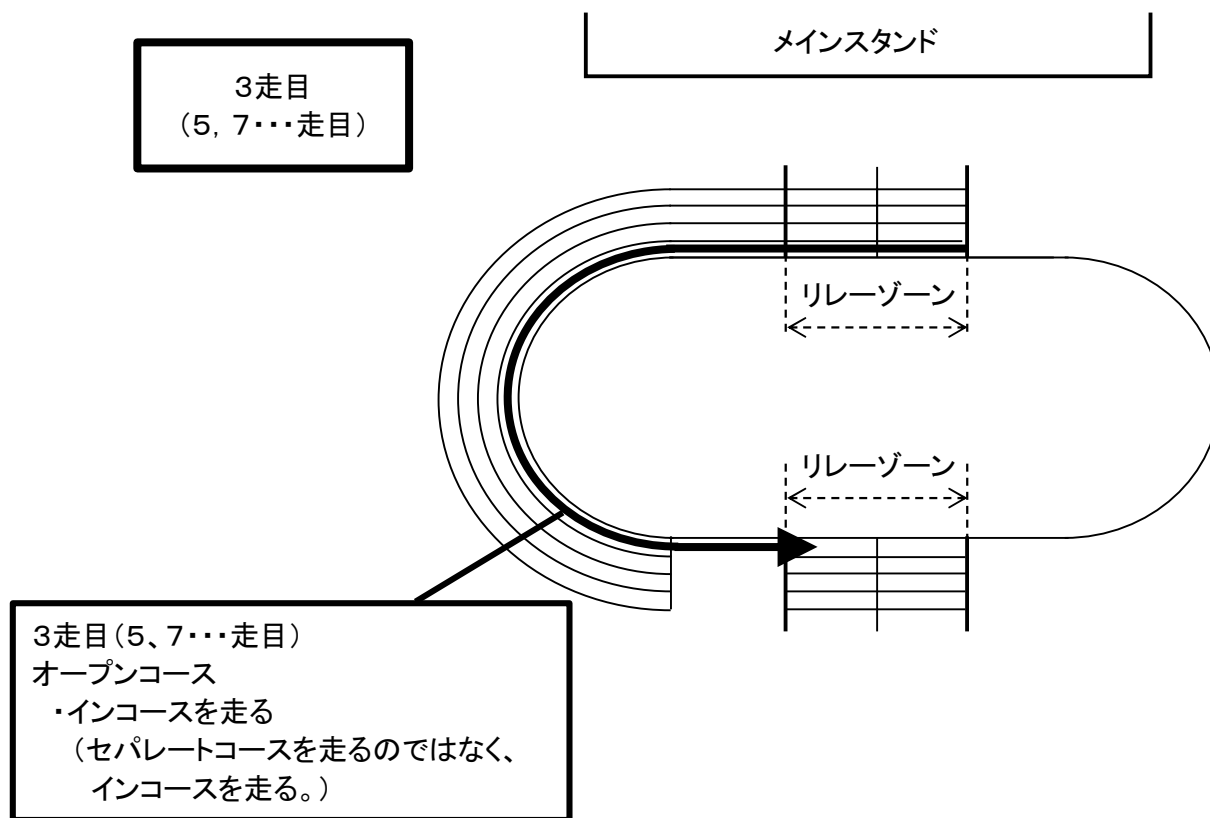


## 2. 詳細

### (1) 走るコース

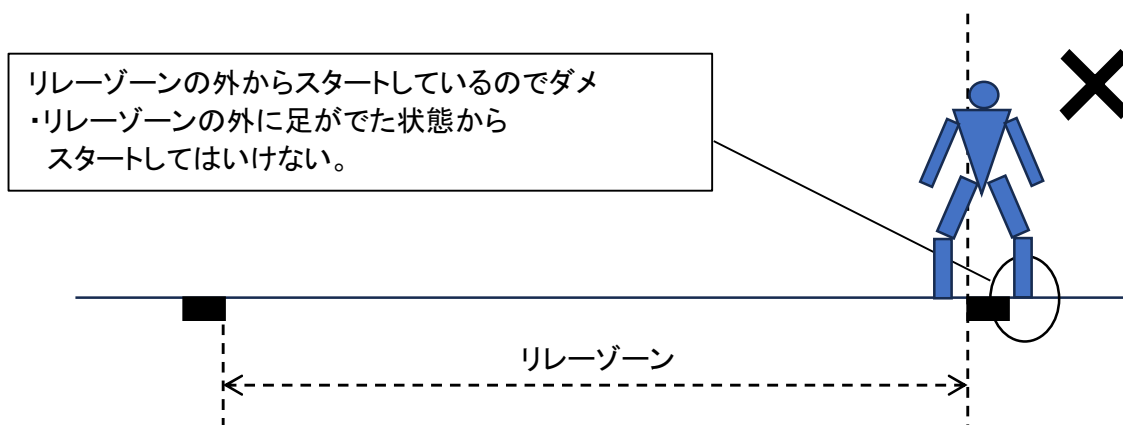
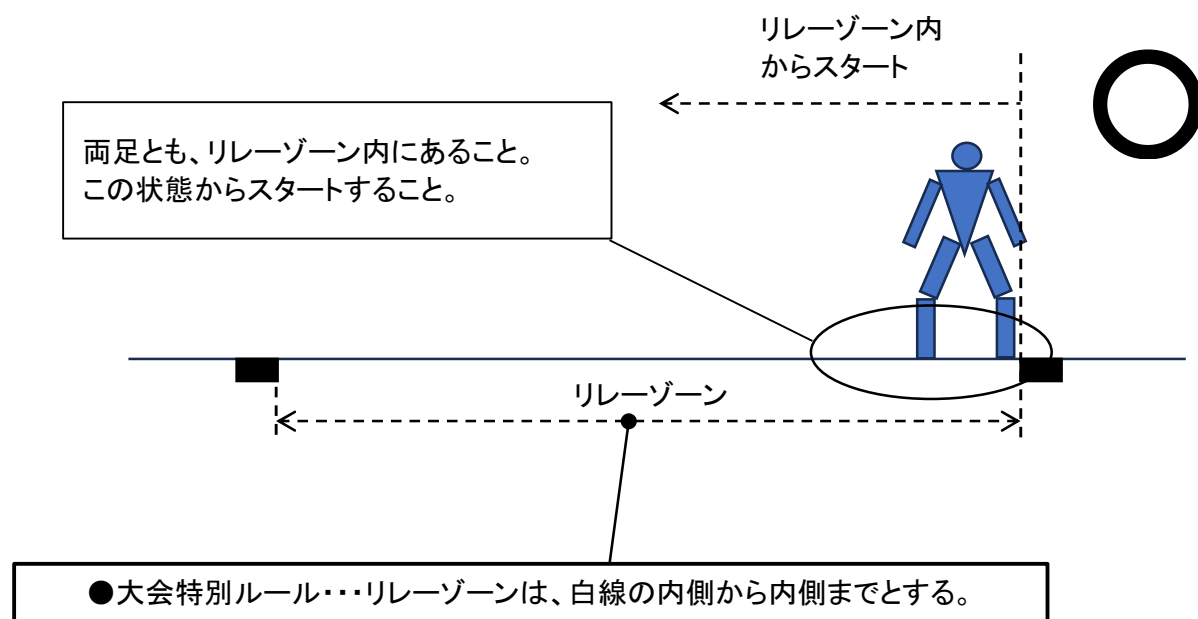


(1) 走るコース



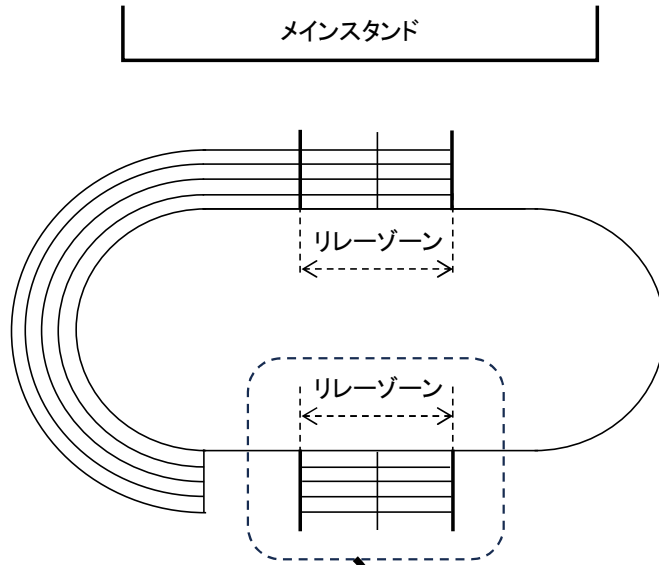
(2) 中継(リレー)

①リレーゾーン内からスタートする

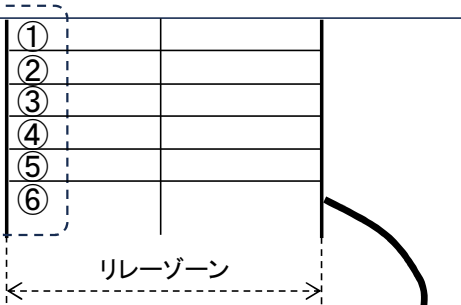


②2走目以降の並ぶ順番

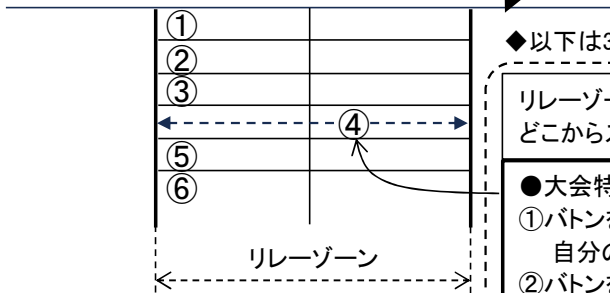
2走目のみ



2走目は、コース順番に各コースに並ぶ  
●注  
2走目は、順位では並ばない。



次の走者のスタート位置



◆以下は3走目以降も同じ

リレーゾーンの中であればどこからスタートしても良い。

●大会特別ルール

①バトンを受け取るまでは、自分のコースからでたらダメ。

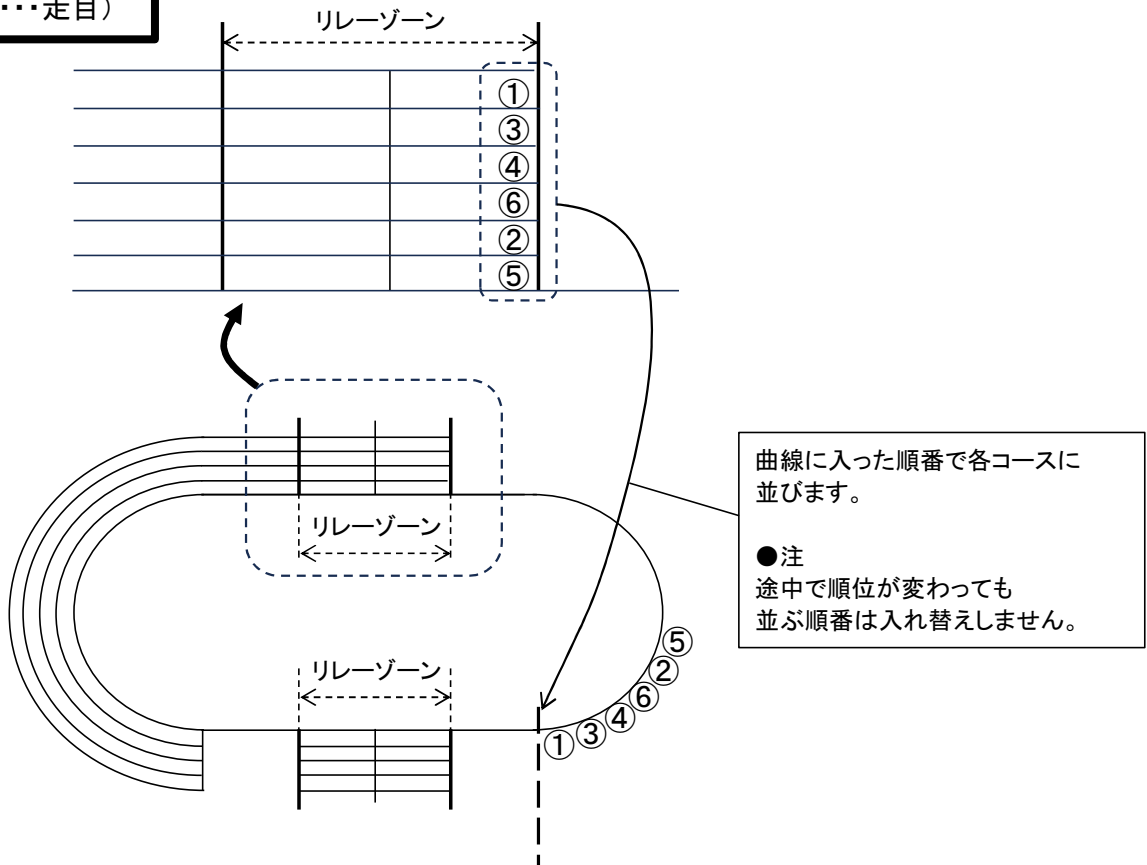
②バトンを受け取ったらインコースに入って良い。

③自分より内側のチームがバトンパスしたら内側のコースに移動しても良い。

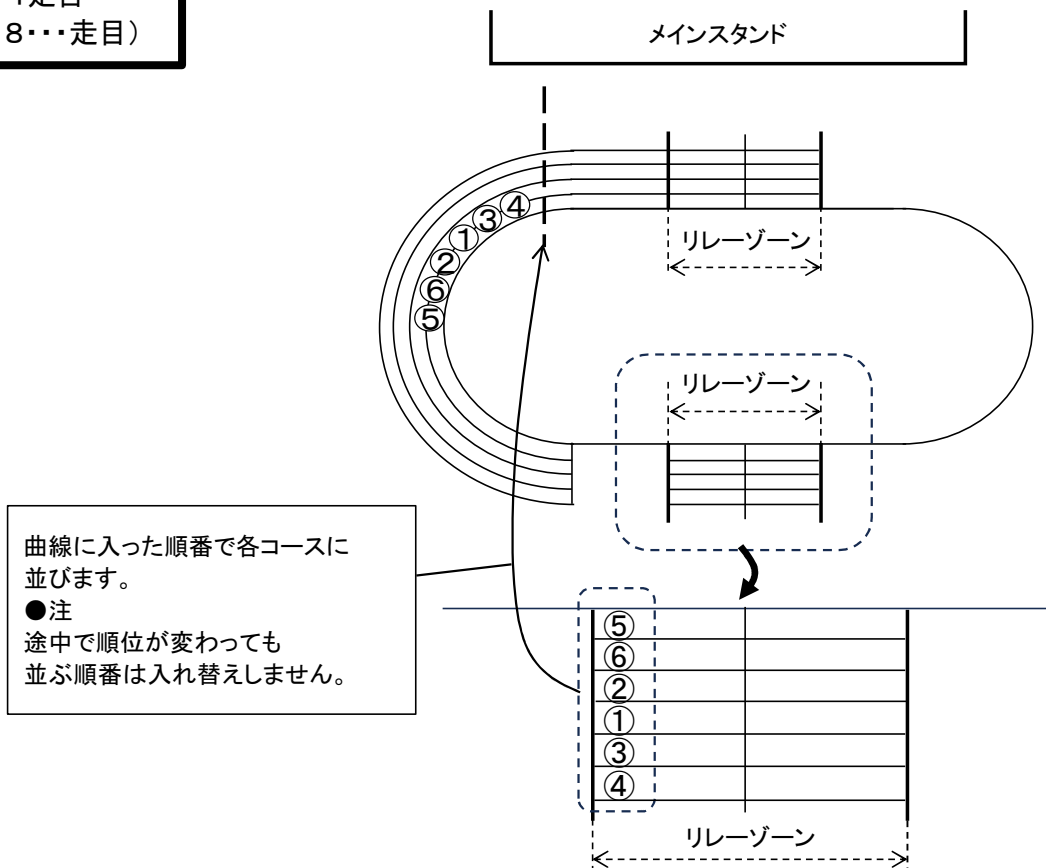
●注

- ・上記大会特別ルールについては、違反をとらない。但し、違反して他チームの進路妨害等の不利益となった場合は違反をとる。
- ・スポーツ推進委員、審判等から上記内容の指示があった場合は従うこと。

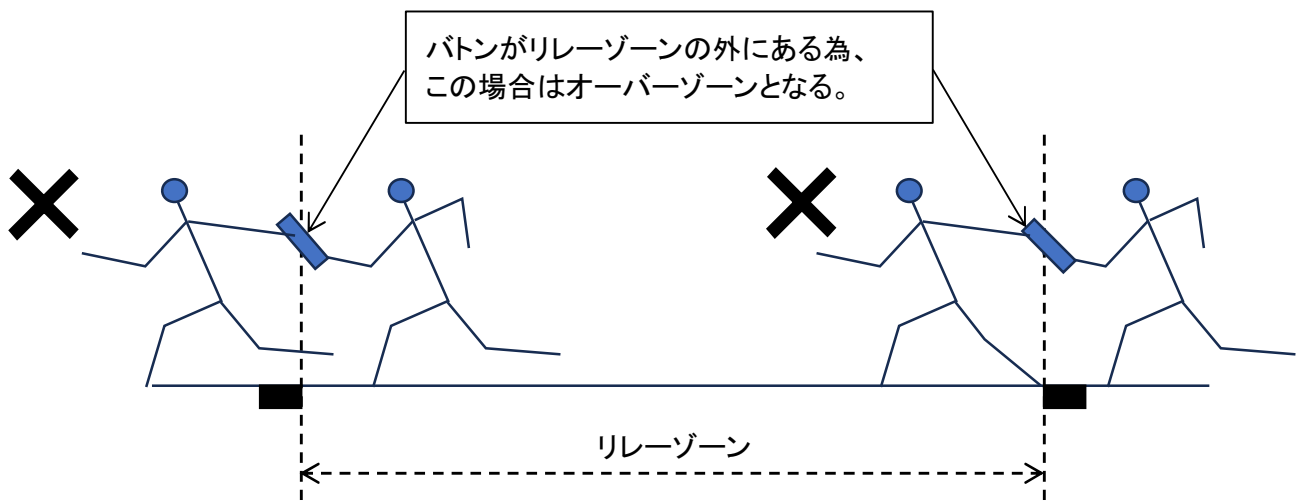
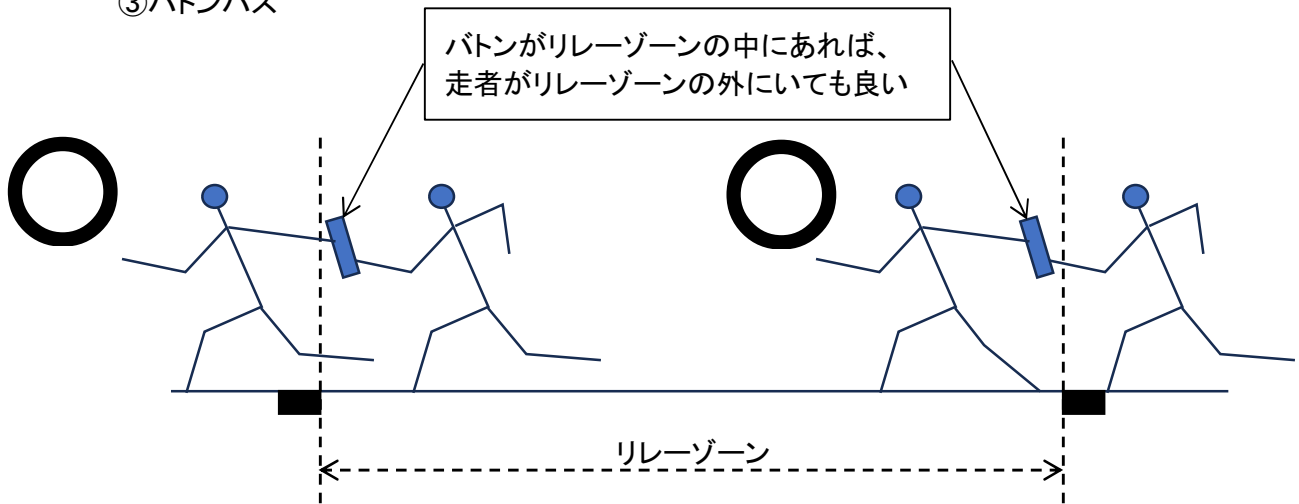
3走目  
(5、7...走目)



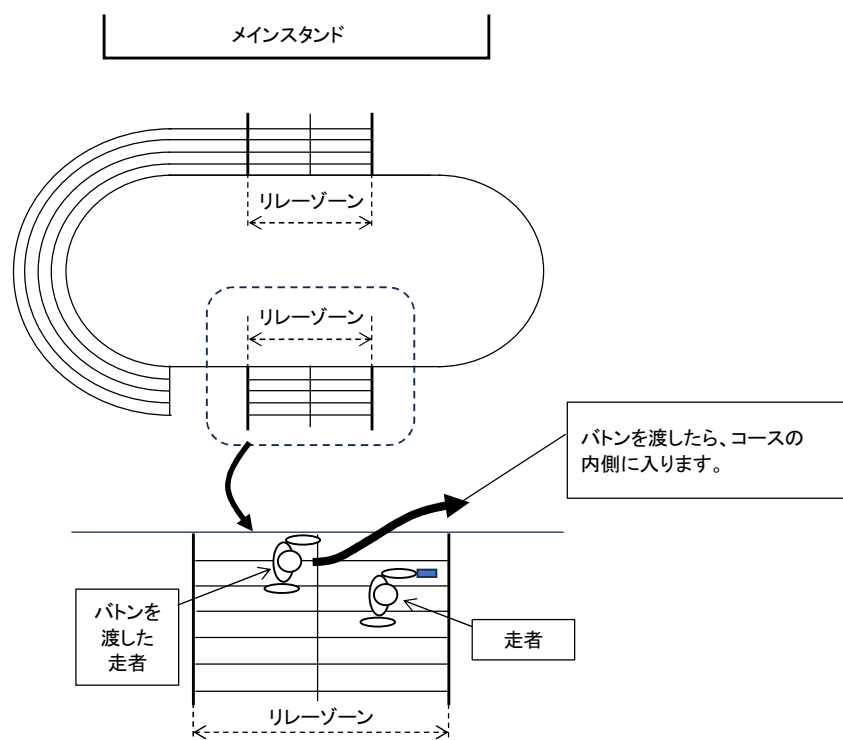
4走目  
(6、8...走目)



③バトンパス



④バトンを渡した後は、コース内側へ



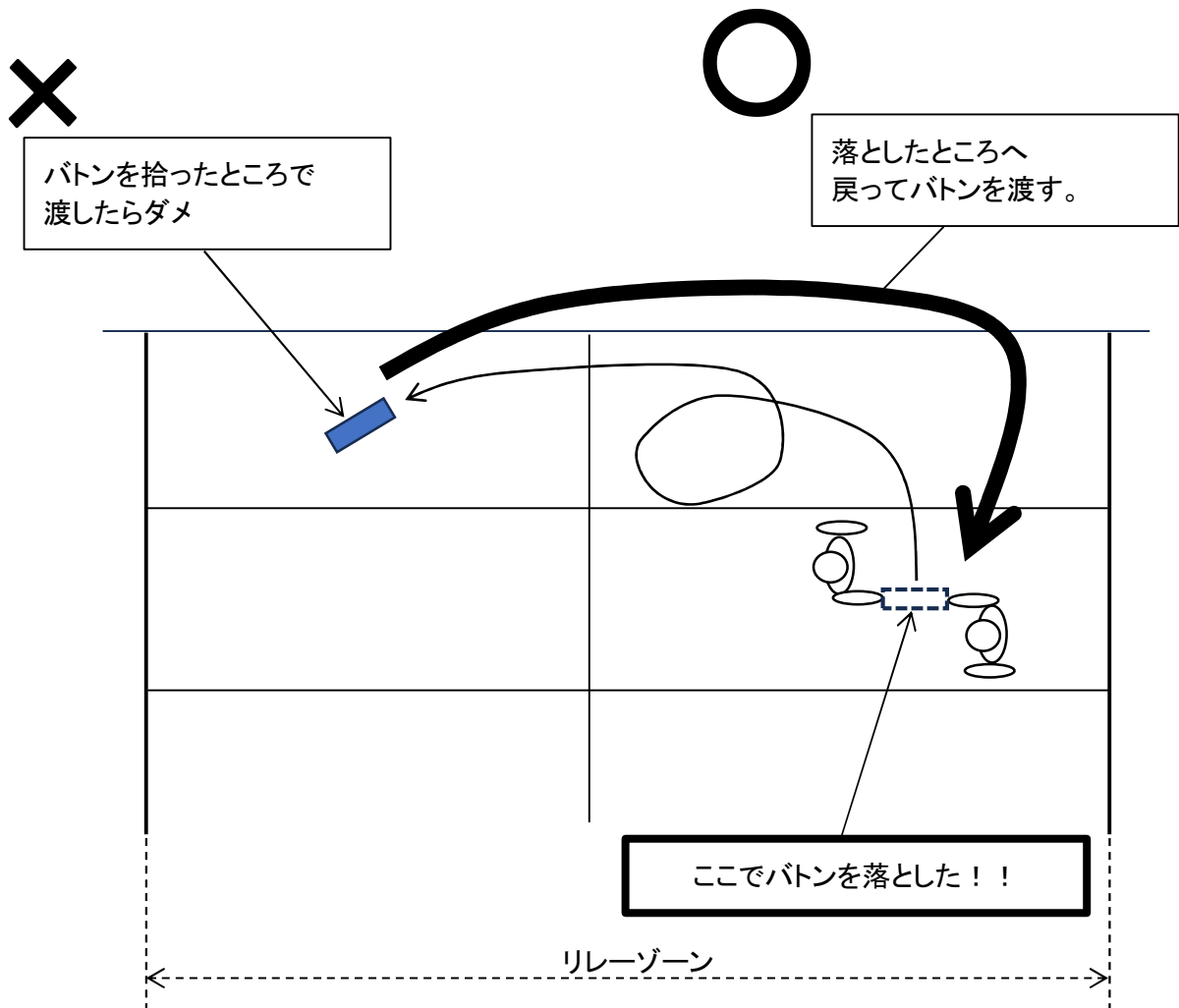
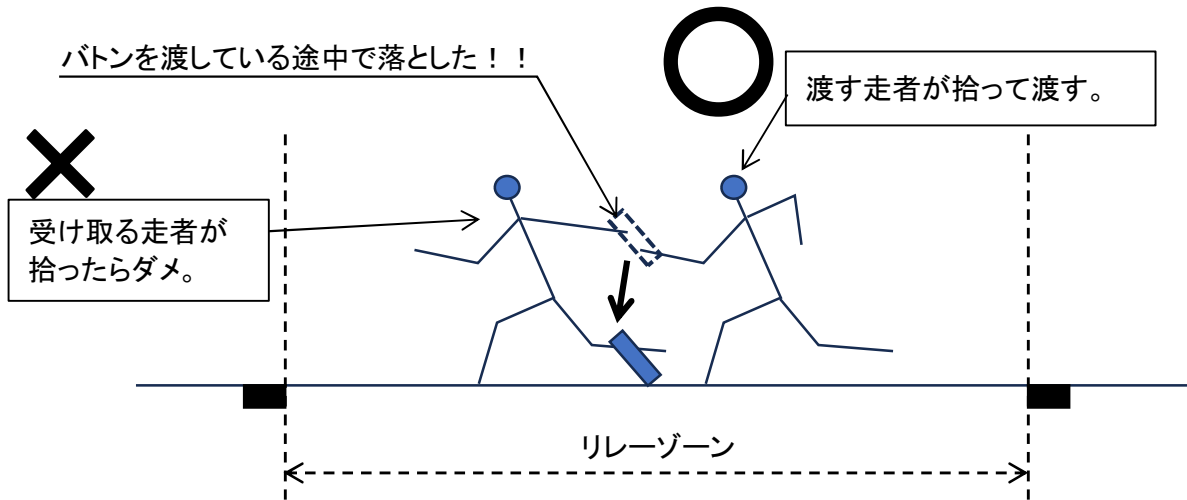
### (3) バトンを落としたら

① バトンを渡している途中で落としたら

…2人がバトンを触っている場合は

⇒ バトンを渡す走者が拾って渡す。

● 必ず、落とした場所まで戻ってそこで渡す。… 拾った場所で渡したらダメ。



- ②バトンを完全に渡した後に落としたら  
 ⇒受け取った走者が拾って、落とした位置に戻って走る。

