

令和8年度 長崎市中学校総合体育大会  
**陸上競技実施要項**

1 期 日 令和8年6月13日(土) 競技開始 10:00、 6月14日(日) 競技開始 10:00

2 会 場 長崎市総合運動公園 かきどまり陸上競技場

3 開会式 6月 13日(土) 9:00~9:20 メイン陸上競技場トラック

- (1) 開式通告
- (2) 優勝旗、準優勝杯返還(前年度優勝団体、準優勝団体)
- (3) 選手宣誓
- (4) 閉式通告 (アナウンスより)

4 閉会式 6月 14日(日) 15:30~ メイン陸上競技場トラック

5 競技方法 **男子の部(21種目)**

全学年共通	200m	400m	800m	3000m	110mH	4×100mR
	走高跳	走幅跳	三段跳	砲丸投	棒高跳	
第3学年	100m	1500m				
第2学年	100m	1500m	4×100mR			
第1学年	100m	1500m	4×100mR			
低学年(1、2年)	100mH					
低学年混成	4×100mR	(走順: 2年・1年・1年・2年)				

**女子の部(17種目)**

全学年共通	200m	1500m	100mH	4×100mR
	走高跳	走幅跳	砲丸投	
第3学年	100m	800m		
第2学年	100m	800m	4×100mR	
第1学年	100m	800m	4×100mR	
低学年(1、2年)	80mH			
低学年混成	4×100mR	(走順: 2年・1年・1年・2年)		

6 参加資格 (1) 長崎市中体連の参加資格に準ずる  
地域クラブ活動での参加

陸上、水泳、体操・新体操競技に限り参加を認める。但し、年度当初の時点で、長崎県中体連への参加登録申請が完了しているチームまたは個人とする。なお、参考として県中体連が地域スポーツ団体等として大会の参加を認める条件を以下に示す。

**ア 大会の参加を認める条件**

- a 市中体連の目的及び永年にわたる活動を理解し、それを尊重すること。
- b 県中体連へ参加登録申請が完了している中学生であること。
- c 地域クラブ活動にあっては、日常継続的に代表者もしくは指導資格を有する指導者の指導のもとに、適切に行われていること。
- d 『学校部活動及び新たな地域クラブ活動の在り方等に関する総合的なガイドライン』(令和4年12月27日スポーツ庁・文化庁発出)の「II新たな地域クラブ活動」を遵守していること。
- e 市中総体を含めた全ての大会において、競技役員や審判など運営上必要な事項に協力すること。
- f (公財)日本中体連各競技部が定める細則の要件を満たしていること。
- g 長崎市を活動拠点としている地域クラブ活動であり、所属代表者が認めたチームまたは個人であること。

**イ 大会に参加した場合に守るべき条件**

- a 市中総体開催基準を守り、出場する競技種目の大会申し合わせ事項等に従うとともに、大会の円滑な運営に協力すること。
- b 大会参加に際して、地域クラブ活動においては、責任ある代表者・指導者が生徒を引率すること。また、万一の事故発生に備え、傷害保険(スポーツ安全保険)等に加入するなどして、万全の事故対策を立てておくこと。
- c 大会開催に要する経費については、必要に応じて、応分の負担をすること。
- d 地域クラブ活動の指導者は、各中央競技団体の倫理規定等に基づいて、長崎県の各競技団体等から処分を受けていない者であることとする。

- 7 出場制限 (1)トラック種目について各団体1種目3名以内、フィールド種目について各団体1種目2名以内、リレーは各団体1チーム。ただし、クラブチームのリレーについては、全員が同一学校のチームとする。  
 (2) 1人 2種目以内(ただし、リレーを除く。)  
 (3) リレーの事前登録は1チーム6名以内とする。  
 (4) 共通リレーと低学年リレーを兼ねることはできない。  
 (5) 男女とも、共通ハードルと低学年ハードルを兼ねることはできない。  
 (6) オープン種目は、男女とも100m、800mを実施する。ただし、3年生で出場する種目がない生徒に限る。  
(競技に出場した場合には、オープン種目への出場はできない。また、オープンに出場した者は他の種目に出場することはできない。)

8 監督会議 両日とも 8:30 ~ 玄関ロビー 各団体1名出席

- 9 競技規則及び  
 申し合わせ事項 (1) 2026年(財)日本陸上競技連盟規則並びに本大会要項及び申し合わせ事項を適用する。  
 (2) ハードル競技は次の規定による。

性別	種目	高さ	S~第1H間	ハードル間	最終H~G間	台数
男	110 mH	91.4 cm	13.72 m	9.14 m	14.02 m	10
	100 mH	84.0 cm	13.00 m	8.50 m	10.50 m	10
女	100 mH	76.2 cm	13.00 m	8.00 m	15.00 m	10
	80 mH	76.2 cm	12.00 m	7.50 m	15.50 m	8

- (3) 招集 トラック競技 競技開始15分前に完了。 フィールド競技 競技開始30分前に完了。  
 招集完了時間の10分前までに招集場所(第3ゲート)に集合すること。  
 (4) アスリートビブスは、長崎陸上競技協会に登録した番号のものを使用する。  
 (5) 走高跳のバーの上げ方(原則)  
 男子・・・1m30cmより競技開始、1m60cmまで 5cm、以上は 3cm  
 女子・・・1m15cmより競技開始、1m45cmまで 5cm、以上は 3cm  
 (6) 棒高跳のバーの上げ方(原則)については、選手の実態に応じて決定する。  
 (7) 三段跳びの踏み切りの板の位置(原則)については、9mとするが、選手の実態に応じて決定する。  
 (8) 使用するスパイクピンは、全天候型 9mmまで(走高跳は11mmまで)とする。  
 (9) リレー競技のユニフォームは、原則同系のものとする。(陸連規則第143条)  
 (10) シューズの靴底の厚さは、トラック種目、フィールド種目とも20mmを超えてはならない。(ただし、砲丸投は除く)

#### 10 得点・表彰

得点・・・各種目 第1位6点、2位5点、3位4点、4位3点、5位2点、6位1点とし、男女別に総合する。

表彰・・・団体・・・男子の部、女子の部、男女総合とし、各第3位まで

※ 同点の場合は、上位の多いチームを優位とする。

個人・・・各種目、第3位まで

リレー・・・各種目、第3位まで。チームおよび個人(4人)

#### 11 その他

参加する学校・クラブチームは、必ず1名以上の競技役員を出す。

開始式の選手宣誓は、前年度の男女総合優勝校の代表選手が行う。

1.1 参加申し込み方法 長崎陸上競技協会ホームページ内の申し込み用データを用いる。同ホームページ内の申し込みの手順を熟読し、以下の要領で申し込むこと。

【申込書】

申込書は校印を押したものを1部、  
そのコピーを1部 計2部。 (中体連事務局提出)

【データ】

申込シートの 送信ボタンをクリックして送信。

※申込データに関するお問い合わせ E-mail [entry@cyutairen.net](mailto:entry@cyutairen.net)  
電話でのお問い合わせはご遠慮ください。

提出期限 令和8年5月20日(水)

提出先 長崎市立小島中学校 長崎市中体連事務局 宛