

令和8年度 佐世保市中学校体育大会 陸上競技実施要項

- 1 期 日 令和8年6月13日（土） 9：15開会式
10：00競技開始
6月14日（日）10：00競技開始
- 2 会 場 佐世保市総合グラウンド陸上競技場（佐世保市椎木町625 TEL：48-2510）
- 3 参加資格 (1) 佐世保市中学校体育連盟加盟の学校に在学するチームまたは個人とする。但し、長崎県中学校体育連盟の定める地域クラブ活動の条件を具備し、年度当初に長崎県中学校体育連盟に登録をした地域クラブ活動に所属しているチームまたは個人も可とする。
(2) 佐世保市中学校体育連盟が主催する大会に出場するチーム・選手の引率者、監督、外部指導者（コーチ）等は、部活動指導中における暴力・体罰・セクハラ等により、任命権者又は学校設置者から懲戒処分を受けていない者であることとしている。校長はこの点を確認して、大会申込書を作成する。なお、外部の指導者は校長から暴力等に対する指導措置を受けていないこととする。
(3) 拠点校部活動の参加資格の特例については「佐世保市立中学校及び義務教育学校合同部活動実施要項」による。
- 4 競技方法 団体対抗とする。各種目決勝競技に、第1位8点、第2位7点、以下……8位1点を配点する。総合得点が同点の場合は、上位入賞の種目数が多い方を上位とする。

5 競技種目

(男子の部)

| | |
|-------|--|
| 全学年共通 | 200m 400m 800m 3000m 110mH 4×100mR 走高跳 棒高跳 走幅跳 三段跳 砲丸投（5kg） |
| 3年 | 100m 1500m |
| 2年 | 100m 1500m 4×100mR |
| 1年 | 100m 1500m 4×100mR |
| 低学年 | 100mH |
| 低学年混成 | 4×100mR（2年・1年・1年・2年） |

(女子の部)

| | |
|-------|--|
| 全学年共通 | 200m 1500m 100mH 4×100mR 走高跳 走幅跳 砲丸投（2.721kg） |
| 3年 | 100m 800m |
| 2年 | 100m 800m 4×100mR |
| 1年 | 100m 800m 4×100mR |
| 低学年 | 80mH |
| 低学年混成 | 4×100mR（2年・1年・1年・2年） |

- 6 出場制限 (1) 個人種目は1種目1団体3名以内、1人2種目までとする。(リレーを除く)
 (2) リレーは各種目1団体1チーム6名以内。ただし、低学年混成リレーは補欠を各学年1名ずつとする。
 (3) 障害種目・リレーでは、両種目(共通・低学年)の出場はできない。
 (4) 男子棒高跳は、危険防止のため、2m00以上の実力がある者に限る(練習記録可)。

- 7 監督会議 大会前日 6月12日(金) 13:30～ 陸上競技場ミーティングルーム
 第1日目 役員会議と兼ねて行う。(8:30～ミーティングルーム)
 第2日目 役員会議と兼ねて行う。(8:30～ミーティングルーム)
 また、競技終了後に結果報告と長崎県中学校総合体育大会への出場の意思確認を行う。(陸上競技場ミーティングルーム)
 ※各団体の監督(代表者)は、必ず1名出席してください。

- 8 競技規則 (1) 2026年度日本陸上競技連盟規則及び、本大会申し合わせ事項による。
 (2) 招集完了時刻は、トラック競技開始15分前完了、フィールド競技40分前完了とする。招集開始時刻は、その10分前からとする。招集場所は、第3ゲート外テントとする。招集の際は、ユニフォーム・アスリートビブス・スパイクピン等のチェックを受け、腰ナンバーを受け取ること。
 (3) スパイクピンは、全天候型用8mm以下とし、全天候型の固定ピン可とする。
 (4) 靴底の厚さ規定(TR5)は次のとおり。

| 種目 | 靴底の最大の厚さ |
|--------------------|----------|
| トラック種目 (ハードル種目を含む) | 20mm |
| フィールド種目 (砲丸投を除く) | 20mm |

砲丸投は任意のシューズを着用できる。

- (5) アスリートビブス(大きさは横24cm以内×縦16cm以内、字幅は1cm以上)は各団体で準備する。男子は黒字・女子は赤字とする。
 (6) 三段跳の踏切線の位置は9mとする。
 (7) 走高跳のバーの上げ方(原則)
 男子……1m25から開始、1m60まで5cmきざみ、以上3cm。
 女子……1m10から開始、1m30まで5cmきざみ、以上3cm。
 (8) ハードル種目は、次の規定による。(県中総体に同じ)

| 性別 | 種目 | 高さ (cm) | インターバル(m) | | | 台数 |
|----|-------|------------|-----------|------|-------|----|
| | | | S～第1H | H間 | 最後H～G | |
| 男 | 110mH | 91.4 | 13.72 | 9.14 | 14.02 | 10 |
| | 100mH | 84.0 | 13.00 | 8.50 | 10.50 | 10 |
| 女 | 100mH | 76.2 | 13.00 | 8.00 | 15.00 | 10 |
| | 80mH | 76.2 | 12.00 | 7.50 | 15.50 | 8 |

9 得点・表彰

得点・・・各種目 第1位8点、2位7点、3位6点、4位5点、5位4点、6位3点、7位2点、
8位1点とし、男女別に総合する。同点の場合は、1位入賞の多い団体を優位とする。

表彰・・・団体対抗 男子・女子の部 それぞれ上位第3位まで。

個人・リレー各種目上位第3位まで。

10 参加申込方法

(1) 申込は、長崎陸上競技協会 Web サイト上で行う。選手の申込番号は、長崎陸上競技協会登録番号とする。登録していない選手の申込は、番号空欄とする（番号空欄の選手のアスリートビブスは本部で準備する）。

(2) 申込締め切りについては、データ送信を5月15日（金）、申込書原本（代表者押印）2部を5月19日（火）必着とする。なお、申込書原本については、佐世保市立光海中学校榊原輝士宛に送付すること。

11 その他

(1) 参加団体は、プログラム編成会に1名以上出席すること。

プログラム編成会・・・5月22日（金）13:30～16:30 陸上競技場ミーティングルーム

(2) 本大会は、長崎県中学校総合体育大会陸上競技の予選を兼ねる。