令和８年度　長崎県中学校総合体育大会

陸上競技実施要項

（令和８年度　第５３回全日本中学校陸上競技選手権大会指定大会）

１　日時　令和８年７月２５日(土)・２６日(日)
競技開始１日目…１０：００　２日目…９：３０

２　会場　トランスコスモススタジアム長崎　(諫早市)

３　参加資格
（１）参加選手は、各郡市町中体連加盟校に在学し、学校教育法に基づく当該中学校生徒であること。
（２）参加選手は、各郡市町中体連または教育委員会が主催する大会において、選抜された個人または単一校・単一団体チーム(リレー選手)であり、当該中学校長または地域クラブ活動においては代表者と当該郡市町中体連会長が認めたものであること。なお、拠点校部活動とは、長崎県中学校体育連盟が定める拠点校部活動規定に該当するチームであること。
（３）上位大会への出場権を得た場合、出場できる個人・チームであること。
（４）引率・監督について、中学校においては出場校の校長・教員・部活動指導員（学校教育法施行規則第７８条の２に示されている者。以下同じ。）とする。地域クラブ活動においては責任ある代表者・指導者とする。
（５）長崎県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、部活動指導員、外部指導者（コーチ）等は、部活動の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。また、地域クラブ活動のチーム・選手の指導者等は、中央競技団体の倫理規程等に基づいて、(一財) 長崎陸上競技協会等から処分を受けていない者であることとする。校長及び代表者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。
（６）地域クラブ活動の参加資格についての詳細は、「長崎県中学校総合体育大会開催基準」及び「令和８年度長崎県中学校総合体育大会地域クラブ活動の参加資格の特例各競技細則」による。(長崎県中学校体育連盟ホームページ参照)

４　競技方法　２０２６年度日本陸上競技連盟競技規則による。
（１）男女別団体（学校・クラブチーム等）対抗とする。
（２）各種目決勝で、第１位６点、２位５点以下‥‥６位１点とする。

５　競技種目　男子の部（21 種目）
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(5.000kg)
第３学年 100m1500m
第２学年 100m1500m4×100mR
第１学年 100m1500m4×100mR
低学年 100mH　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(2.721kg)
第３学年 100m　800m
第２学年 100m800m　4×100mR
第１学年 100m800m　4×100mR
低学年　80mH　4×100mR（走順：２年・１年・１年・２年）

６　出場制限
（１）各郡市町１種目２名以内（リレーは２チーム以内）
（２）１人２種目以内（リレーは除く）
（３）リレーは１チーム６名以内とする。低学年リレーは補欠を各学年１名ずつとする。
（４）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。

７　選手変更　２日分とも第１日目に受け付ける。ただし、２日目にも変更できる。
第１日目　８：２０　～　９：００　＊本部総務員(専門員)に郡市町監督が
第２日目　８：００　～　８：３５　　所定の用紙で届け出る。

８　役員会議　第１日目　８：１５　～　８：３０　　エントランスホール　審判役員

９　監督・　第１日目　８：３５　～　９：００　多目的室　競技役員主任・各郡市町代表２名
　主任会議　第２日目　８：２０　～　８：３５　　〃　　〃

10　競技規則

（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。(九州大会に同じ)

	種目	高さ	インターバル			
			Ｓ～第１Ｈ	Ｈ間	最後のＨ～Ｇ	台数
男子	１１０ｍＨ	９１．４	１３．７２	９．１４	１４．０２	１０
	１００ｍＨ	８４．０	１３．００	８．５０	１０．５０	１０
女子	１００ｍＨ	７６．２	１３．００	８．００	１５．００	１０
	８０ｍＨ	７６．２	１２．００	７．５０	１５．５０	８

（2）　招集完了時刻：トラック種目・・・・・・・・・競技開始１５分前
（最終点呼）　砲丸投・・・・・・・・・・・・　〃２５分前
走高跳・走幅跳・三段跳・・・・　〃４０分前
棒高跳・・・・・・・・・・・・　〃５０分前

（4）走高跳・棒高跳におけるバーの上げ方について
【走高跳のバーの上げ方】
男子…練習１ｍ３５と１ｍ６０、１ｍ４０から競技開始、１ｍ７０まで５㎝きざみ、以降３㎝きざみ
女子…練習１ｍ１５と１ｍ３５、１ｍ２０から競技開始、１ｍ４５まで５㎝きざみ、以降３㎝きざみ
【棒高跳のバーの上げ方】
２ｍ４０→２ｍ６０→２ｍ８０→３ｍ００→３ｍ２０、以降１０㎝きざみ
【三段跳の踏み切り板の位置】
９ｍと１１ｍとする。

（5）　砲丸投の予選通過ラインを男子１３ｍ３０、女子１２ｍ５０とする。

（6）リレーチームの出場者は、原則同系のユニホームを着用する。(陸連規則第 143 条)

（7）スパイクピン…９㎜以内(走高跳は１２㎜以内)の全天候型用のピンを使用する。

（8）競技用シューズについて
競技用靴については、競技規則 TR5.2 及び (国内) 競技用靴に関する主要規則を適用する。ただし、フィールド競技用シューズについては、適用除外措置とする。
※規定以上の厚さのシューズを使用した場合は、失格となる。

（9）アスリートビブスは、下記に示した番号とし、胸・背部につける。男子は黒字、女子は赤字とする。トラック競技（リレーはアンカー）については、大会本部が準備する腰ナンバーを使用し、右臀部につける。

＜アスリートビブス＞　←24 ㎝→

↑
（例）対　馬 16cm
↓

１　０　１

（郡市町番号）

対	馬101～ 199	壱	岐201～299	新上五島	301～399	五　島	401～499
平	戸501～ 599	松	浦601～699	佐世保	801～899	東彼杵	901～999
大	村1001～1099	諫	早1101～1199	雲　仙	1201～1299	南島原	1301～1399
島	原1401～1499	西	海1501～1599	西彼杵	1601～1699	長　崎	1701～1799

11　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点とする。
同点の場合は、上位入賞の多いチームを優位とする。
表彰…団体（学校・クラブチーム等）対抗男子・女子の部上位第３位まで
個人・リレー…各種目上位入賞第３位まで、リレーは団体（学校・クラブチーム等）１枚・走者４枚

12　参加申込方法

（1）県中総体出場チーム（個人）は、チーム別一覧表（いずれも男女別に原本１部、修正液使用不可）を作成し、参加料とともに出場した予選大会を主催した各郡市町中体連事務局へ提出すること。

（2）各郡市町中体連は、郡市町別一覧表を作成し、提出されたチーム別一覧表及び各郡市町大会の決勝成績一覧表１部を県中体連事務局まで提出すること。なお、参加料についても郡市町中体連事務局が一括して長崎県中体連事務局に振り込むこと。

（3）　郡市町別一覧表のデータは、下記のメールアドレスに送信も行うこと。(電算入力用)
アドレス：entry@cyutairen.net

（4）　提出期限令和８年６月２６日（金）必着

※ チーム別データも郡市町の申込みを行う所にメールで送れるように作成しています。そのデータを使ってもらえればコピー＆ペーストで作成ができ、打ち間違いが無くなります。
※ 昨年と様式が変わっています。必ず県中体連ホームページからダウンロードすること。

13　参加料　参加生徒一人あたり 800 円とする。原則として入金後の返金はしない。

14　そ の 他
（１）荒天時には、競技日程を変更することがある。
（２）本大会は、九州大会の予選を兼ねる。
　　九州大会・・・佐賀県：８月４日（火）～６日（木）
　　九州大会出場資格上位入賞者２名（リレーは２チーム）
　　各種目決勝終了後直ちに本部総務で手続きを行うこと。
（３）九州大会において、リレーは男・女ともに全学年共通 4×100ｍＲ、低学年混成 4×100ｍＲが実施される。（２年・１年の 4×100ｍＲは県大会のみの実施）
（４）共通男女のリレーの１位は、全国大会出場資格を得る。
　　全国大会・・・：山口県　８月２０日（木）～　２３日（日）
（５）全国大会標準記録突破者が男女あわせて１０名に満たない場合（四種、リレーを除く）には、推薦により１０名以内の出場を認める。出場は一人１種目とする。なお、推薦選手の選考は長崎県中学校体育連盟陸上競技専門部で行う。
　※推薦基準は、通信大会の結果や本大会時点での全国ランキング等を参考にする。
（６）九州大会参加料(3,000 円)＋ナンバーカード代（500 円）・全国大会参加料(4,000 円)＋ナンバーカード代（500 円）は県大会当日、全国・九州大会申込受付時に集金する。式典用ユニホーム代(Ｔシャツ＝2,500 円程度)も当日に別途集金する。（希望者のみ）
（７）開・閉会式は実施しない。前年度総合優勝、準優勝校の優勝旗、準優勝杯の返還は、アナウンスと電光掲示板で紹介する。団体の表彰は、１５：１０より正面スタンド下で行う。