

南那珂地区中学校総合体育大会  
第19回  
陸上競技実施要項

主催 南那珂地区中学校体育連盟  
共催 中部教育事務所 日南市教育委員会 串間市教育委員会  
後援 南那珂地区中学校校長会

1 日 時	令和6年6月15日(土)	監督会	8時30分
		審判会議	8時45分
		開会式	9時00分
		競技開始	10時00分

2 会 場 日南総合運動公園 陸上競技場

3 参加資格 南那珂地区中学校体育連盟に所属する単一校チーム・個人とする。

4 出場制限 (1) 個人種目は、1種目各学校何名でも出場できる。陸上競技部員でなくても、大会参加は可能。  
(2) 1人の出場はリレーを除く2種目以内とする。ハードル、リレーは低学年と共通を兼ねてエントリーはできない。  
(3) リレーは各学校1チームとし、1チーム6人以内とする。オープン参加も認めるが、その場合、申込時にオープンであることを明記すること。(※オープン参加の場合、順位、得点はない)

5 競技規則 (1) 本大会は2024年日本陸上競技連盟競技規則、ならびに本大会競技規則により実施する。  
※スターターのコールは英語とし、一度の不正スタートでも責任を有する競技者は失格させられる。

(2) 得点は1位3点、2位2点、3位1点とする。

(3) 学校対抗の得点が同点の場合は、各種目の優勝者の多い学校の勝ちとする。

(4) 選手の変更は認めない。

(5) その他は、日本陸連、県の要項に準ずる。

※令和2年より、シューズ(靴底の厚さ)について改訂があるが、地区大会では制限しない。

800m以下の種目：20mm以下      800m以上の種目：25mm以下

フィールド競技(三段跳以外)：20mm以下

フィールド競技(三段跳)：25mm以下

(6) トラック競技のうち、下記の種目はセパレートコースを使用する。

100m	200m	400m	80mH	100mH	110mH	4×100mR
------	------	------	------	-------	-------	---------

(7) トラック競技出場選手は、全員腰ナンバーを招集所で受け取り、右腰のやや後

ろに装着する。ゴール後は速やかに、係員に返すこと。

(8) 走高跳・棒高跳のバーの上げ方は次の通りである。

種目・性別		練習	試技
走高跳	男子	1m00	1m05より5cmずつ、1m60からは3cmずつ
	女子	1m00	1m05より5cmずつ、1m30からは3cmずつ
棒高跳	男子	1m60	1m70より10cmずつ

(9) ハードルの高さ・インターバル（間隔）は下表の通りである。

性別	種目距離	ハードルの高さ	インターバル			ハードル台数
			スタートから1台目	ハードル間	最終ハードルからゴール	
男子	110mH	91.4cm	13.72m	9.14m	14.02m	10台
	100mH	84.0cm	13.00m	8.50m	10.50m	10台
女子	100mH	76.2cm	13.00m	8.00m	15.00m	10台
	80mH	76.2cm	12.00m	7.50m	15.50m	8台

(10) 砲丸の重さは、男子が5kg、女子が2.721kgとする。

(11) リレーのオーダー用紙は、リレー競技開始の1時間前までに提出する。

(12) 各種目上位2位までと県中体連陸上競技専門部が示す参加標準記録を今大会で突破した選手に県大会の出場権が得られる。しかし、各学校同一種目の出場枠は2名に限定される。

## 6 選手注意事項

(1) 招集時間に遅れたものは棄権とみなす。他種目出場中は代理も可とする。招集時間は次の通りである。

《トラック競技》 競技開始 30 分前から 15 分前まで

《フィールド競技》 競技開始 40 分前から 20 分前まで

※招集終了後は招集所に待機し、競技役員の誘導に従うこと。

(2) 100m は予選、決勝を行う。ただし、出場者が 8 名以下の場合には予選を決勝に変更する。それ以外のトラック種目は、タイムレース決勝により順位を決定する。

(3) アスリートビブス（ナンバーカード）は、2024 年度県登録アスリートビブスを使用すること。

## 7 組合せ

競技専門部会で専門部が行う。

## 8 表彰

男女別学校対抗とし、総合優勝校には優勝旗と賞状を授与する。総合 2 位、3 位の学校と各種目 3 位までには賞状を授与する。

## 9 審判

日南市陸上競技協会及び南那珂地区中学校体育連盟

## 10 参加申込

(1) 申込方法

OWebEntry システムを用いた申込とする。

宮崎県中体連陸上競技専門部HP（<https://mzc.meet7.org>）内にある「大

会申込」より下記の申込締切日までに申し込むこと。

○宮崎県中体連陸上競技専門部HP（<https://mzc.meet7.org>）内に掲載する学校申込書を作成および3部印刷し、申込締切日までに職印を押印して3部提出すること。（学校申込書をメール送信する必要はない。※3部作成）

○陸上競技部以外から参加する生徒は、参加見込みで良いので申し込みをしておくこと。他競技での県大会出場が決まった場合は、当日欠場でも構わない。

○申込に際し、記入もれのないように注意すること。なお、WebEntryシステム以外での申込は受け付けない。また、申込締切後の受付は一切行わない。

(2) 申込期日 令和6年6月5日(水) 16:30

(3) 申込先 陸上競技専門部長(飫肥中学校 溝口 尚哉)

## 11 その他

(1) ゴミについては、各学校で責任をもって持って帰ること。

(2) 昨年度の優勝校は、優勝旗を忘れずに持ってくること(男子:飫肥中、女子:飫肥中)

(3) 雷、雷雨、雷鳴の場合は原則中断とする。詳細な対応については、大会本部(部会長・競技専門部)で判断し決定する。

(4) 大会本部横に記録掲示板を設置する。また、速報をインターネット上で発表する。宮崎県中体連陸上競技専門部HP（<https://mzc.meet7.org>）

南那珂地区中学校総合体育大会  
第19回  
水泳競技実施要項

主催 南那珂地区中学校体育連盟  
共催 中部教育事務所 日南市教育委員会 串間市教育委員会  
後援 南那珂地区中学校校長会

1 日 時 令和6年6月8日(土) 監督会 8時30分  
審判会議 8時45分  
開会式 9時00分  
競技開始 9時20分

2 会 場 日南市立北郷小中学校プール

3 参加資格 南那珂地区中学校体育連盟に所属する単一校チーム・個人とする。

4 種 目

種 目	距 離	男 子	女 子
自由形	50M	○	○
	100M	○	○
	200M	○	○
	400M	○	○
	800M		○
	1500M	○	
平 泳 ぎ	100M	○	○
	200M	○	○
バタフライ	100M	○	○
	200M	○	○
背 泳 ぎ	100M	○	○
	200M	○	○
個人メドレー	200M	○	○
	400M	○	○
リレー	400M	○	○
メドレーリレー	400M	○	○

4 出場制限 (1) 1人2種目1校1種目3名以内。但し、リレー・メドレーリレーは除く。オープン参加を認める。  
(2) リレー・メドレーリレーは学校単位とし、1校1チーム6名以内とする。

5 競技方法 (1) 学校対抗競技とする。  
(2) 各種目とも参加数により、予選・決勝を行う。但し、男子1500M自由形、女子800M自由形、男女400M個人メドレーについてはタイムレースとする。  
(3) 決勝進出者は予選タイムによって決定する。なお、同タイムについては、抽選によって決定する。  
(4) スタートは1回とする。

6 競技規則 2024年度日本水泳連盟競技規則並びに本大会規則による。

7 組合せ (1) 予選においては、同校選手が同じ組にならないように配慮する。

- (2) 個人票には必ず、自己最高記録を記入する。
  - (3) 組合せについては、専門部会で行う。
- 8 表彰 (1) 各種目3位までに賞状を授与する。  
(2) 団体優勝校には、優勝旗・賞状を授与する。2位・3位校には賞状を授与する。
- 9 審判 日南市水泳協会及び専門部（各校引率職員会）で行う。
- 10 参加申込 (1) 申込方法 所定の用紙に記入し、下記の(3)に申し込むこと。(※3部作成)  
(2) 申込期日 令和6年5月10日(金)必着(競技専門部会時)  
(3) 申込先 水泳競技専門部長
- 11 その他 (1) 選手宣誓は、5月の競技専門部会で決定する。  
(2) 水着など、忘れ物のないように確認すること。  
(3) 参加校はゴミ袋を準備し、後片付けを行い、ゴミ袋は持ち帰ること。  
(4) 大会終了後、片付け・清掃を行います。清掃場所については後日連絡します。

# 南那珂地区中学校総合体育大会 第19回 バレーボール競技実施要項

主催 南那珂地区中学校体育連盟  
共催 中部地区教育事務所 日南市教育委員会 串間市教育委員会  
後援 南那珂地区中学校校長会

1 日 時 令和6年6月8日(土)・6月9日(日)

	開館	監督会	保護者代表者会	開会式	競技開始
8日(土)	8:00	8:20	8:35	8:55	9:30
9日(日)	8:30	8:50			9:40

2 会 場 榎原地区体育館及び北方地区体育館

3 参加資格 南那珂地区中学校体育連盟に所属する単一校チームとする。または、宮崎県中学校体育連盟が認めた合同チームとする。

4 出場制限 チームの編成は、監督1名、コーチ1名・マネージャー1名・選手12名計15名以内とする。ただし、マネージャーは生徒に限り、それ以外の生徒は3年生のみベンチに入ることができる。

5 競技方法 (1) 女子は県南大会上位1位～4位、男子は県南大会上位1位、2位をシードとする。ただし、シード権を獲得した合同チームが単独チームになった場合、あるいは、シード権を獲得した単独チームが合同チームになった場合、シード権は消滅するものとする。  
(2) 男子は総当たり戦、女子は予選グループ戦後、決勝トーナメント戦とする。

6 競技規則 (1) 令和6年度(公財)日本バレーボール協会6人制競技規則並びに本大会規則による。  
(2) ネットの高さは、男子2m30cm・女子2m15cmとする。  
(3) ユニフォームの背番号は、1～20番とする。  
(4) リベロは対照的な色のユニフォームを着用することが望ましい。ただし、ベストを使用する場合にはユニフォームと明らかに異なる色を使用すること。  
(5) 当日の気温に応じて、給水タイムを設けることがある。日本中体連規則に準ずる。

7 使用球 使用球は男女共4号球12張り(カラー・人工皮革)とする。各校、試合球を用意すること。  
(男子;ミカサ、女子;モルテン)

8 組合せ 組合せは、5月10日(金)南那珂地区中学校体育連盟競技専門部会において、抽選で行う。

9 表彰 (1) 優勝校には優勝旗・賞状を、2位・3位校には賞状を授与する。ただし、参加が4チーム以下の時は、賞状は2位までとする。  
(2) 優勝校の登録全選手に個人賞状を授与する。(登録メンバー 最大12名分)

10 審判 日南市・串間市バレーボール協会審判員で行う。

11 参加申込 (1) 申込方法 所定の用紙に記入し、下記の(3)に申し込むこと。(※3部作成)

- (2) 申込期日 5月10日(金)必着(競技専門部会時)
- (3) 申込先 バレーボール競技専門部長

- 12 その他
- (1) 体育館使用上の注意は、選手・保護者に十分連絡し徹底させること。
  - (2) 監督、コーチ、マネージャーは、規定のマークを左胸に付けること。尚、監督、コーチは統一された服装(Tシャツ・短パンは認めない)でベンチに入ること。マネージャーは、学校もしくは部活動で許可された服装で構わない。
  - (3) 試合当日の練習については、時間割り当てをする。
  - (4) フロアへの立入りについては、原則として監督、コーチ、マネージャー並びに当該校の部員のみとする。

南那珂地区中学校総合体育大会  
第19回  
軟式野球競技実施要項

- 主催 南那珂地区中学校体育連盟  
共催 中部教育事務所 日南市教育委員会 串間市教育委員会  
後援 南那珂地区中学校校長会
- 1 日時 令和6年6月8日(土)・6月9日(日) 監督会 8時00分  
競技開始 9時00分
- 2 会場 天福公園 天福球場
- 3 参加資格 南那珂地区中学校体育連盟に所属する単一校チームとする。または、宮崎県中学校体育連盟に認められた合同チームとする。
- 4 出場制限 チームの編成は、監督1名・選手25名(スコアラーも含む)以内とする。コーチが必要な場合は、この他に2名追加することができる。但し、外部コーチは1名までとする。
- 5 競技方法 トーナメント方式とする。但し、3位決定戦は行わない。
- 6 競技規則 (1) 令和6年度公認軟式野球競技規則並びに本大会規則・申し合わせ事項による。  
(2) 試合は7回または試合開始から120分までとし、以降は、特別延長戦を適用する。特別延長戦は、継続打順で前回の最終打者を1塁走者、その前の打者を2塁走者とし、無死1・2塁の状態にして1イニング行い、得点の多いチームを勝ちとする。勝敗が決しない場合は、さらに継続打順でこれを繰り返す。尚、代打・代走も可とする。  
(3) コールドゲームは3回以降得点差が15点以上、5回以降7点差以上の場合に適用する。  
(4) 投手の球数の制限を1日100球とし、100球に到達した打者まで投球を行うことができる。  
(5) 背番号は、1番から25番までとし、原則としてポジション順とする。
- 7 使用球 (財) 全日本軟式野球連盟公認M号球を使用する。
- 8 組合せ 組合せは、南那珂地区中学校体育連盟軟式野球競技専門部会において抽選で行う。ただし、前年度南那珂地区秋季体育大会優勝校にシード権を与える。
- 9 表彰 優勝校に優勝旗・賞状を、2位に賞状を贈る。
- 10 審判 日南市・串間市軟式野球協会及び南那珂地区中体連軟式野球審判部が協力して行う。



- 11 参加申込 (1) 申込方法 所定の用紙に記入し、下記の(3)に申し込むこと。(※3部作成)  
(2) 申込期日 令和6年5月10日(金)(競技専門部会時)  
(3) 申込先 軟式野球競技専門部長

- 12 その他 (1) ユニフォーム・用具等は中学生らしく華美にならないように留意すること。  
(2) 会場を大切に使用することに対して教師・選手部員・応援の生徒・保護者に協力を呼びかける。  
(3) 審判の方にきちんとあいさつし、感謝の気持ちを表すこと。  
(4) チリ・空き缶・弁当がら等は、必ず持って帰ること。

南那珂地区中学校総合体育大会  
第19回  
ソフトテニス競技実施要項

主催 南那珂地区中学校体育連盟  
共催 中部教育事務所 日南市教育委員会 串間市教育委員会  
後援 南那珂地区中学校校長会

1 日時 令和6年6月8日(土)・6月9日(日)

監督会	8時40分
開会式	9時00分
競技開始	9時15分

2 会場 日南総合運動公園テニスコート

3 参加資格 南那珂地区中学校体育連盟に所属する単一校チーム・個人とする。但し、個人戦において複数校合同チーム出場規定に該当する場合はこの限りではない。

4 出場制限 (1) 団体戦は、各校1チーム(監督1名・コーチ1名・選手8名以内)とする。  
(2) 個人戦は、各学校8ペア以内(監督1名・コーチ1名)とする。

5 競技方法 (1) 団体戦は、予選リーグ及び決勝トーナメントともに7ゲームマッチとする。決勝トーナメントは2点先取とする。  
(2) 個人戦は、トーナメントで行い、7ゲームマッチとする。  
(3) 同率の場合などは、得失点や得失ゲーム数をもとに順位を決定する。その際は大会本部で協議し、該当チームの監督に結果を伝達する。

6 競技規則 (1) 日本ソフトテニス連盟「ソフトテニスハンドブック」並びに本大会規則による(詳細は事前に配付する【監督会資料】を参照)  
(2) 選手は、ゼッケンを着用こと。また、監督・コーチも選手に準ずる。

7 組合せ 団体戦の組合せは、5月10日(金)の南那珂地区体育連盟競技部会で抽選により決定する。個人戦の組合せは、5月10日(金)に部顧問会(於:細田中)を開き、組み合わせを行う。

8 表彰 団体戦の1位校に優勝旗・賞状・個人賞状を、2位・3位に賞状・個人賞状を授与する。個人戦の1位~4位の選手に、個人賞状を授与する。

9 審判 中学校教員・連盟審判員・日南学園生徒及び選手相互で審判を行う。原則として、団体戦の審判は相互審判とし、個人戦は敗者審判とする。

10 参加申込 (1) 申込方法 所定の用紙に記入し、下記の(3)に申し込むこと。(※3部作成)  
(2) 申込期日 団体・個人ともに5月10日(金)必着(競技専門部会時)  
(3) 申込先 ソフトテニス競技専門部長

- 11 その他
- (1) 使用球は、男子：ケンコー・女子：アカエムを使用する。
  - (2) 登録選手については、確実に審判ができるように各学校で指導をしておく。
  - (3) その他詳細については、事前に配付する【監督会資料】で確認するものとする。

南那珂地区中学校総合体育大会  
第19回  
卓球競技実施要項

主催 南那珂地区中学校体育連盟  
共催 中部教育事務所 日南市教育委員会 串間市教育委員会  
後援 南那珂地区中学校校長会

1 日時 令和6年6月9日(日) 監督会 8時30分  
開会式 8時50分  
競技開始 9時00分

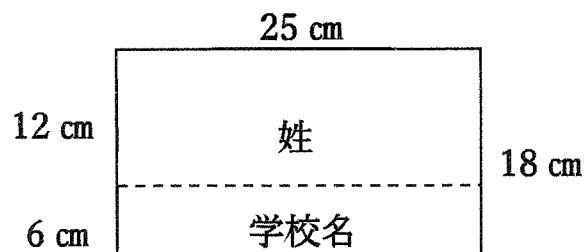
2 会場 日南総合運動公園 多目的体育館 多目的室・剣道場・柔道場

3 参加資格 各地区中学校体育連盟大会において選抜された単一校チーム・個人であること。

4 出場制限 (1) 団体戦については各学校男女各1チームとする。  
(2) 団体戦のチーム編成は、監督1名、アドバイザー1名、選手4名～8名とする。  
(5名の場合は1番が棄権、4名の場合は1・2番が棄権とする)  
(3) アドバイザーについては、当該校の教員または県中体連で承認された外部指導者とする。

5 競技方法 (1) 団体戦及び個人戦を行う。試合は11本5セットマッチとする。  
(2) 団体戦(単・単・複・単・単)の5試合で行い3点先取法とする。  
(3) 団体戦は、リーグ戦とする。  
(4) 個人戦は、男女ともシングルスとし、組み合わせについては、参加数に応じて、専門部で決定する。

6 競技規則 (1) 現行の日本卓球ルール及び本大会規則による。なお、サービスについては、平成15年9月改訂の新ルールを適用する。また、タイムアウト制を適用する。  
(2) 団体戦においては、単と複を兼ねてはならない。  
(3) 団体戦におけるベンチは、監督1名・アドバイザー1名・選手4～8名とする。  
(4) 個人戦のアドバイザーとして、その選手の所属する学校の教員・南那珂地区中体連で承認された外部指導者、または、生徒1人のベンチを認める。  
(5) ゼッケンは、各自下図の大きさで作成し背部につける。(日本卓球協会製のゼッケンも認める)



- 7 組合せ 団体戦・個人戦ともに、南那珂地区中体連卓球競技専門部会で行う。
- 8 表彰 (1) 団体戦優勝校に優勝旗・賞状を、準優勝校に賞状を授与する。  
(2) 個人戦1～3位(4名)には、賞状を授与する。
- 9 審判 本大会参加学校の卓球部員が行う。相互審判及び敗者審判も取り入れる。
- 10 参加申込 (1) 申込方法 所定の用紙に記入し、下記の(3)に申し込むこと。(※3部作成)  
(2) 申込期日 令和6年5月10日(金)必着(競技専門部会時)  
(3) 申込先 卓球競技専門部長
- 11 その他 (1) 参加校はゴミ袋を用意し、責任をもって後片付けを行い、ゴミは持ち帰ること。  
(2) 体育館使用上の注意を厳守すること。  
(3) ボールについては、日本卓球協会使用指定球(ニッタク・ホワイト・プラスチックボール40mm)を使用する。

南那珂地区中学校総合体育大会  
第19回  
弓道競技実施要項

- 主催 南那珂地区中学校体育連盟  
共催 中部教育事務所 日南市教育委員会 串間市教育委員会  
後援 南那珂地区中学校校長会
- 1 日時 令和6年6月9日(日) 監督会 9時00分  
開会式 9時30分  
競技開始 10時00分
- 2 会場 串間市総合運動公園 弓道場
- 3 参加資格 南那珂地区中学校体育連盟に所属する単1校チーム・個人とする。
- 4 競技方法 (1) 団体戦は、1人1回4本を3回の計12本、チーム総計36本の的中数により勝敗を決定する。ただし同中の場合は各選手1本・1チーム計3本の競射で優勝決定戦を行う。  
(2) 個人戦は、団体での個人結果(1回4本を3回 1人合計12本の的中数)により勝敗を決定する。ただし同中の場合、優勝決定戦は射詰め法(どちらかが外すまで)、2、3位は遠近法(的の中心に近い方が勝利)で順位を決定する。
- 5 競技規則 (1) 現行全日本弓道連盟競技規則並びに本大会規則による。  
(2) 競技は近的28m・的直径36cmの霞(かすみ)的で行う。
- 6 表彰 (1) 団体戦優勝男女各チームに賞状と優勝旗を、2位にチームに賞状を授与する。  
(2) 男女各個人戦1位～3位に賞状を授与する。
- 7 審判 宮崎県弓道連盟串間支部に依頼する。
- 8 参加申込 (1) 申込方法 所定の用紙に記入し、下記の(3)に申し込むこと。(※3部作成)  
(2) 申込期日 令和6年5月10日(金)(競技専門部会時)  
(3) 申込先 弓道競技専門部長
- 9 その他 (1) 補欠による交代は1回限りとし、行射中の交代はできない。  
(2) 服装は弓道衣着用とする。  
(3) 本大会の選手宣誓は南郷 or 串間の代表選手、矢渡しは串間 or 南郷の代表選手が行う。  
(4) 弓道場使用上の注意は、選手・保護者に十分に連絡し徹底させること。  
(5) 学校ではゴミ袋を準備し、責任を持って後片付けを行い、ゴミ類はすべて持つて帰ること。

南 那 珂 地 区 中 学 校 総 合 体 育 大 会  
第 1 9 回  
サ ッ カ ー 競 技 実 施 要 項

- 主 催 南那珂地区中学校体育連盟  
共 催 中部教育事務所 日南市教育委員会 串間市教育委員会  
後 援 南那珂地区中学校校長会
- 1 日 時 令和6年6月8日(土)・6月9日(日)  
6月8日(土) 監督会8時30分 競技開始9時30分  
6月9日(日) 監督会8時15分 競技開始9時00分 表彰式14時50分
- 2 会 場 日南総合運動公園 陸上競技場
- 3 参加資格 南那珂地区中学校体育連盟に所属するチームであること。
- 4 出場制限 チームの編成は、監督1名、コーチ1名、マネージャー1名、選手20名の計23名以内とする。
- 5 競技方法 参加チーム数に応じて、専門部で決定する。
- 6 競技規則 (1) 令和6年度日本サッカー協会規則並びに本大会要項による。  
(2) 試合時間は60分とし、同点の場合は、PK方式で勝敗を決定する。決勝戦のみ、同点の場合は、10分間の延長戦を行う。それでも勝敗が決しない場合は、PK方式で決定する。  
(3) 選手交代に関しては、競技開始前に登録した最大9名の交代要員の中から9名までの交代が認められ、一度退いた競技者も再び出場できる。但し、交代の手続きは従来どおりサッカー競技規則第3条に従って行う。  
(4) ユニフォームは、色の異なる2色のユニフォームを用意すること。  
(5) ユニフォームには、必ず背番号を付けること。なお、背番号は1～20番とする。  
(6) 本大会中に警告処分を2回受けた者、退場処分を受けた者は、自動的に次の1試合に出場できない。以後の試合については、本大会の規律委員会の決定による。
- 7 組 合 せ 南那珂地区中学校体育連盟競技部会において行う。秋季の結果を考慮し、シードを配置する。
- 8 表 彰 優勝チームには優勝旗と賞状、2位のチームには賞状を授与する。
- 9 審 判 日南・串間地区サッカー協会並びに中学校・高等学校教員で行う。
- 10 参加申込 (1) 申込方法 所定の用紙に記入し、下記の(3)に申し込むこと。(※3部作成)  
(2) 申込期日 団体・個人ともに5月10日(金)必着(競技専門部会時)  
(3) 申 込 先 サッカー競技専門部長
- 11 そ の 他 試合球は、革製5号球を使用する。なお、試合球は主催者側で準備する。

# 南那珂地区中学校総合体育大会 第19回 バスケットボール競技実施要項

- 主催 南那珂地区中学校体育連盟  
共催 中部教育事務所 日南市教育委員会 串間市教育委員会  
後援 南那珂地区中学校校長会
- 1 日時 令和6年6月8日(土)・6月9日(日)  
開場 7時30分 監督会 8時00分  
開会式 8時15分 競技開始 9時00分(2日目は8時30分)
- 2 会場 日南総合運動公園 多目的体育館 アリーナ
- 3 参加資格 南那珂地区中学校体育連盟に所属する単一校チームとする。  
(ただし、申請のあった同一地区内の2校合同チームは認める)
- 4 出場制限 (1) 県総合体育大会へ南那珂地区代表参加チーム数は男女共に〇チーム出場することができる。  
(2) チーム編成は、監督・コーチ・引率責任者・マネージャー各1名(生徒)・選手16名の計19名以内とする。
- 5 競技方法 男女団体戦とも総当たりリーグ戦を行うが、参加チーム数に応じて専門部で決定する。
- 6 競技規則 (1) 2024年日本バスケットボール協会競技規則、及び本大会競技規則を適用する。  
(2) 試合時間は8分クォーター制とし、クォーター間を2分、ハーフを10分、試合間を10分とする。  
(3) ユニフォームは、必ず濃淡2色を(淡色は白)を用意し、ユニフォームの前後にはユニフォームの色と区別できる単色番号をしっかりと付けること。また、アンダーパンツ・タイツ等についてはユニフォームから出て見える物については、色に関わらず着用を認めない。またサポーター等については、腕はユニフォームと同色。足については同色が望ましい。眼鏡等については、競技用のゴーグルが望ましいが、落下・破損防止等、他の選手のケガにつながらないよう配慮されたものであれば眼鏡の着用も認める。ただし試合中重度重なり落下するなど、他の選手のケガにつながるおそれがあると判断された場合には、審判または大会運営者によって、はずさせる場合もある。  
(4) ユニフォームの番号は0番(00番)～99番の番号とする。  
(5) 組合せ表の左側に書かれたチームが淡色のユニフォームを着用し、ベンチはオフィシャルに向かって右側を使用する。  
(6) リーグ戦による順位の決定については次の通りである。  
(あ) 勝率(対戦成績優先) (い) 得失点差(総得点-総失点) (う) ゴールアベレージ



- (7) 学校関係者・部外者登録指導者以外のベンチ入りは禁止する。
- (8) 試合球は、男子は7号球、女子は6号球を使用する。使用球は、各チーム持ち寄りとする。

- 7 組合せ 秋季大会の結果を考慮しシードを決め、その他を、南那珂地区中学校体育連盟バスケットボール競技専門部会において各中学校体育主任の抽選で行う。
- 8 表彰 (1) 優勝校に優勝旗・賞状を準優勝校に賞状を授与する。  
(2) 優勝の登録全選手に個人賞状を授与する。
- 9 審判 日南市バスケットボール協会に委嘱する。
- 10 参加申込 (1) 申込方法 所定の用紙に記入し、下記の(3)に申し込むこと。(※3部作成)  
(2) 申込期日 団体・個人ともに5月10日(金)必着(競技専門部会時)  
(3) 申込先 バスケットボール競技専門部長
- 11 その他 (1) 熱中症対策を各チーム十分に講じること。  
(2) 体育館使用上の諸注意について事前に十分指導しておくこと。特に体育館内用シューズでのトイレや館外使用については厳しく禁止する旨を各チームで十分指導すること。  
(3) 参加校はゴミ袋を準備し、責任をもって後片付けを行い、持ち帰ること。

# 南那珂地区中学校総合体育大会 第19回 剣道競技実施要項

主催 南那珂地区中学校体育連盟  
共催 中部教育事務所 日南市教育委員会 串間市教育委員会  
後援 南那珂地区中学校校長会

1 日時 令和6年6月8日(土)

監督会	8時35分
審判会議	8時45分
開会式	9時10分
競技開始	9時25分

2 会場 日南総合運動公園 多目的体育館 剣道場・多目的室・柔道場

3 参加資格 南那珂地区中学校体育連盟に所属する単一校チーム・個人とする。

4 出場制限 (1) 団体戦は男女とも各1チームとする。  
(2) 団体戦のチーム編成は男女チームとも、監督1名・コーチ1名・選手5名・補欠2名・計9名以内とする。  
(3) 団体戦は5人制とするが、3人・4人でも参加できる。この場合のオーダーは次の通りとする。但し、不足分は不戦敗とする。  
3人制：先鋒・中堅・大将 4人制：先鋒・中堅・副将・大将  
(4) 個人戦は、男女とも人数の制限を設けない。

5 競技方法 (1) 個人戦は、男女とも予選リーグ、決勝リーグまたは決勝トーナメントとする。  
(2) 個人戦はリーグ・トーナメントともに3分3本勝負とし、それでも勝敗が決しない場合は、勝敗の決するまで延長を行う。延長戦は2分刻みで行い、延長戦2回行った後に小休止(深呼吸をする程度)、再度2回延長戦を繰り返したら、面を外しての休憩(5分)の時間をとる。以後延長の続く限り繰り返す。  
①リーグ戦の場合は、勝ち1点、引き分け0.5点、負けは0点とし、得点、勝数、総本数の順で決定する。なお、すべて同数の場合は、3分1本勝負の決定戦を行う。ただし、三すくみの場合は3分3本勝負とする。延長戦については「5 競技方法 (2)」のとおりとする。  
(3) 団体戦は男女ともリーグとし、参加校数の状況によっては予選リーグ・決勝トーナメント・決勝リーグのいずれかで行う。  
(4) 団体戦は3分3本勝負とし、それでも勝敗が決しない場合は引き分けとする。チームの勝敗は、得点、チーム勝数、総勝者数、総取得本数で決定する。  
①予選・決勝リーグ戦の場合、勝ち1点、引き分け0.5点、負け0点とし、得点、チーム勝数、総勝者数、総本数の順で決定する。  
②予選・決勝リーグ戦及びトーナメント戦において、すべて同数・同率の場合は、

最終試合者の中から任意の代表者による代表戦を行う。

③代表戦は3分1本勝負とし、勝敗の決しない場合には「5 競技方法 (2)」のとおりとする。ただし、三すくみの場合は3分3本勝負とする。延長戦については「5 競技方法 (2)」のとおりとする。

(5) 個人戦の3位決定戦は行わない。

6 競技規則 全日本剣道連盟剣道試合・審判規則及び剣道試合・審判細則並びに本大会の申し合わせ事項による。

7 組合せ (1) 組合せは5月10日(金)の南那珂地区中学校体育連盟競技専門部会で行う。  
(2) 個人戦においては名簿順の上位同士をできるだけあてないように専門部が行う。

8 表彰 (1) 団体戦優勝校には優勝旗・賞状を、2位～4位には賞状を授与する。  
(2) 個人戦1～3位の選手に賞状を授与する。

9 審判 宮崎県剣道連盟日南支部・串間支部で行う。

10 参加申込 (1) 申込方法 所定の用紙に記入し、下記の(3)に申し込むこと。(※3部作成)  
(※大会当日に団体戦オーダー表1部と地区大会団体申込書(大会当日用)2部を提出すること。)  
(2) 申込期日 令和5年5月10日(金)必着(競技専門部会時)  
(3) 申込先 剣道競技専門部長

11 その他 (1) 赤白の目印は参加チームで準備する。(目印は幅5cm長さは全長70cm)  
(2) 会場使用上の留意事項を厳守する。  
(3) 監督の服装は、正装を原則とする。  
(4) 監督・コーチ以外は選手席に入ることはいできない。  
(5) 団体戦の出場チームは、大会当日にオーダー表1部(市販のオーダー用紙)とオーダー用紙2部(当日提出用)を本部に提出する。

学	先鋒	次鋒	中堅	副将	大将
校					
名					

(6) 水分補給及び手指消毒は、各学校で責任持つて行う。  
(7) 試合者は面マスク又はシールドを着用する。  
(8) 竹刀の重さは、男子は440グラム以上、女子は400グラム以上とする。  
(9) 宮崎県中学校剣道競技大会申し合わせ事項を遵守すること。

# 南那珂地区中学校総合体育大会 第19回 バドミントン競技実施要項

- |             |             |  |  |  |
|-------------|-------------|--|--|--|
| 主<br>共<br>後 | 催<br>催<br>援 | 南那珂地区中学校体育連盟<br>中部教育事務所 日南市教育委員会 串間市教育委員会<br>南那珂地区中学校校長会 |  |  |
|-------------|-------------|--|--|--|
- 
- |   |     |                     |                    |                         |
|---|-----|---------------------|--------------------|-------------------------|
| 1 | 日 時 | 令和6年6月8日(土)・6月9日(日) | 監督会<br>開会式<br>競技開始 | 8時30分<br>9時00分<br>9時30分 |
|---|-----|---------------------|--------------------|-------------------------|
- 
- |   |     |                |  |  |
|---|-----|----------------|--|--|
| 2 | 会 場 | 北郷体育館(さくらアリーナ) |  |  |
|---|-----|----------------|--|--|
- 
- |   |      |                                |  |  |
|---|------|--------------------------------|--|--|
| 3 | 参加資格 | 南那珂地区中学校体育連盟に所属する単一校チーム・個人とする。 |  |  |
|---|------|--------------------------------|--|--|
- 
- |   |      |  |  |  |
|---|------|--|--|--|
| 4 | 出場制限 | 団体戦のチーム編成は、監督1名、コーチ1名またはマネージャー1名、選手5~7名とする。生徒はシングルス・ダブルスのどちらかに出場ができるが、各チームで偏りのないように出場者を調整してください。 |  |  |
|---|------|--|--|--|
- 
- |   |      |   |  |  |
|---|------|---|--|--|
| 5 | 競技方法 | (1)男女団体戦とも、参加チーム数に応じて専門部で決定する。<br>(2)個人戦は予選リーグ戦後、決勝トーナメントを行う。ただし、出場数が少ない場合はリーグ戦のみで行う。 |  |  |
|---|------|---|--|--|
- 
- |   |      |   |  |  |
|---|------|---|--|--|
| 6 | 競技規則 | (1)令和6年度日本バドミントン協会競技規則に準ずるとともに、本大会運営規則によって行う。<br>(2)団体戦・個人戦ともに、同一選手が単と複を兼ねて出場することはできない。<br>(3)競技時の服装は、日本バドミントン協会検定合格品とする。ただし、学校指定の体育服は可とする。<br>(4)上衣背面上部に学校名・姓を明記したゼッケンをつけること。ゼッケンは、縦20cm・横30cmの範囲内とし、文字列の大きさは、高さ6cm~10cmとする。同一校に同じ姓の選手が複数いる場合には、右下に(名の頭文字)を入れる。<br>(5)個人戦のベンチ入りは、監督とコーチを合わせて2名までとする。ただし、同一校が複数コートで試合をするときは、監督・コーチ・マネージャー・選手のいずれか1名とする。なお、外部指導者がベンチに入る場合には、南那珂地区中体連、または宮崎県中体連に承認された方とする。<br>(6)大会使用球は水鳥球(日本バドミントン協会二種検定合格球以上)を使用する。<br>○各校、事前にお問い合わせの分のシャトルを本部に提出すること。(予算の都合上、ご協力をお願いします)<br>○団体戦は、1試合につき3個支給する。4個目からは、それぞれのチームで出し合う。 |  |  |
|---|------|---|--|--|

○個人戦は、1試合につき1個支給する。2個目からは、それぞれで出し合う。

○南那珂地区中体連で準備したシャトルをすべて使い切ってしまった場合には、それぞれで出し合う。

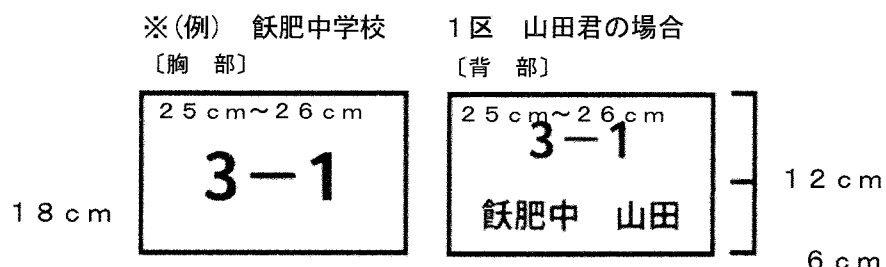
- 7 組合せ (1)団体戦の組合せは、5月10日(金)の南那珂地区中学校体育連盟競技専門部会で抽選により決定する。  
(2)個人戦の組合せについては、秋季大会の結果を考慮しながら専門部で決定する。
- 8 表彰 (1)団体戦は、1位校に優勝旗と賞状、2位校に賞状を授与するとともに、登録選手に個人賞状を授与する。  
(2)個人戦は、1位～4位の選手に、個人賞状を授与する。
- 9 審判 バドミントン競技専門部及び選手・補助員で行う。
- 10 参加申込 (1)申込方法 所定の用紙に記入し、下記の(3)に申し込むこと。(※3部作成)  
(2)申込期日 令和6年5月10日(金)必着(競技専門部会時)  
(3)申込先 バドミントン競技専門部長
- 11 その他 (1)参加校は、ゴミ袋を準備し、責任を持って後片付けを行い持ち帰ること。  
～来たときよりも美しく～  
(2)相互審判になりますので各校で審判指導を徹底すること。  
(3)各学校において、容儀面・マナー面の指導の徹底をお願いします。  
～マナーアップ!南那珂～

南那珂地区中学校総合体育大会  
第19回  
駅伝競技実施要項

主催 南那珂地区中学校体育連盟  
共催 中部教育事務所 日南市教育委員会 串間市教育委員会  
後援 南那珂地区中学校校長会

- 1 日時 令和6年10月22日(火)
- |      |            |
|------|------------|
| 監督会  | 8時30分      |
| 審判会議 | 8時45分      |
| 開会式  | 9時00分      |
| 競技開始 | 10時00分(女子) |
|      | 11時20分(男子) |
- 2 会場 日南総合運動公園陸上競技場を発着とする駅伝コース
- 3 参加資格 南那珂地区中学校体育連盟に所属する単一校チームであり、当該各中学校長が認めたものであること。※オープンチーム出場可
- 4 出場制限 (1) 男子チームの編成は、監督1・コーチ1・選手登録10名計12名以内  
女子チームの編成は、監督1・コーチ1・選手登録8名計10名以内する。  
(2) 監督・コーチは当該校の教職員とする。  
(3) 区間の選手は学年オープンとする。
- 5 競技方法 (1) 男子区間・距離(6区間 18km)  
1区3km 2区3km 3区3km 4区3km 5区3km 6区3km  
(2) 女子区間・距離(5区間 12km)  
1区3km 2区2km 3区2km 4区2km 5区3km
- 6 競技規則 (1) 2024年度日本陸上競技連盟競技規則及び駅伝競走基準並びに本大会規則によって行う。  
(2) レース中、競技者が不慮の事故の為競技を中止した場合は交通事情又は競技運営上から困難な面があるので、次走者を出発させる。この場合の出発は、最終走者と同時に出発させオープンとして取り扱い、総合記録は認めないが、事故のあった区間以外の区間賞は認める。  
(3) 大会運営上、陸上競技場のトラック及びフィールド内へは役員以外は立ち入り禁止とする。  
(4) 選手名簿の提出後の選手変更は認めるが、故障者と補欠のみの交替とし1回交替して除外した選手は再び選手となれない。  
(5) タスキは各学校で用意すること。  
(6) タスキは肩にかけて走るとするが、中継地点の50M以内は手に持って走っても良い。

- (7) 選手はいかなる場合でも、道路の中心線より左側を走らなければならない。但し、競技役員の指示がある場合はそれに従うこと。
- (8) 招集時間は、通過予定時刻の15分前とし、そのまま待機して役員の指示に従うこと。
- (9) 招集時間に遅れた場合は棄権とみなす。
- (10) ユニフォームには、胸背部に下記のサイズのナンバーカードを正しく確実に付けること。



- (11) 各学校の番号は次の通りとする。男女とも黒で記入すること。

飫肥中学校	1	油津中学校	2	吾田中学校	3
東郷小中学校	4	細田中学校	5	鶺鴒小中学校	6
串間中学校	8	北郷小中学校	14	南郷中学校	15
榎原中学校	16	日南学園中学校	17		

- 7 表彰 (1) 優勝校に優勝旗・賞状を2位から3位に賞状を授与する。  
(2) 各区間、区間賞として賞状を授与する。

8 審判 日南市陸上競技協会及び南那珂地区中学校体育連盟

9 参加申込 (1) 申込方法

○WebEntry システムを用いた申込とする。

宮崎県中体連陸上競技専門部HP ( <https://mzc.meet7.org> ) 内にある「大会申込」より下記の申込締切日までに申し込むこと。

○宮崎県中体連陸上競技専門部HP ( <https://mzc.meet7.org> ) 内に掲載する学校申込書を作成および印刷し、申込締切日までに職印を押印して提出(※3部提出)すること。

○プログラム作成用に選手名簿をメールで送信すること。

○申込に際し、記入もれのないように注意すること。なお、WebEntry システム以外での申込は受け付けない。また、申込締切後の受付は一切行わない。

(2) 申込期日 令和6年10月8日(火) 16:30

(3) 申込先 駅伝競技専門部長(飫肥中学校 溝口 尚哉)  
メール 171311\_teacher@g.miyazaki-c.ed.jp

10 その他 (1) オーダーは、当日の監督会の時に提出すること。

- (2) 県大会出場校数は、参加校による比例代表制で決定する。
- (3) レース中、車及び人による伴走ならびに飲食物の補給、その他の援助を行うことはできない。伴走及びこれに類するまぎらわしい行為のあった場合は、失格の対象になる。
- (4) 繰り上げスタートは、トップのチームが通過して15分後とする。
- (5) 監察は、走者が道路左側を走ることと、応援が伴走しないように指導する。
- (6) 出発予定時間及び招集締切時間

〈女子〉	1区	2区	3区	4区	5区	ゴール	
出発予定時間	10:00	10:10	10:18	10:25	10:32	10:43	
招集締切時間	9:45	9:55	10:05	10:10	10:15		
〈男子〉	1区	2区	3区	4区	5区	6区	ゴール
出発予定時間	11:20	11:30	11:40	11:50	12:00	12:10	12:20
招集締切時間	11:05	11:15	11:25	11:35	11:45	11:55	