陸上競技

1　日　　時

令和７年	６月７日（土）	６月８日（日）
監　督　会	９：３０	９：００
開　始　式	１０：００（予定）	－
競技開始	１１：００	１０：００

2　会　　場　ひなた県総合運動公園　陸上競技場

3　競技種目

男子（トラック）

１　年　　１００ｍ　２００ｍ　１５００ｍ
２　年　　１００ｍ　２００ｍ　１５００ｍ
３　年　　１００ｍ　２００ｍ　１５００ｍ
低学年　　低学年１００ｍＨ　低学年４×１００ｍＲ（※走順は２年→１年→１年→２年の順とする）
共　通　　４００ｍ　８００ｍ　３０００ｍ　１１０ｍＨ　４×１００ｍＲ

（フィールド）

走高跳……（各学校より４名以内）　　走幅跳……（各学校より４名以内）
棒高跳……（各学校より２名以内）　　三段跳……（各学校より２名以内）
砲丸投……（各学校より３名以内）

女子（トラック）

１　年　　１００ｍ　２００ｍ　８００ｍ
２　年　　１００ｍ　２００ｍ　８００ｍ
３　年　　１００ｍ　２００ｍ　８００ｍ
低学年　　低学年８０ｍＨ　低学年４×１００ｍＲ（※走順は２年→１年→１年→２年の順とする）
共　通　　１５００ｍ　１００ｍＨ　４×１００ｍＲ

（フィールド）

走高跳……（各学校より４名以内）　　走幅跳……（各学校より４名以内）
砲丸投……（各学校より３名以内）

4　出場制限　(1)　トラック種目は、１種目１校３名以内とする。
(2)　１人２種目以内（但しリレーは１種目のみ兼ねてよいがリレー２種目出場は不可）
(3)　ハードル種目の『共通』、『低学年』は兼ねることができない。
(4)　リレーは１校１チーム（６名以内）とする。

6　競技規則　(1)　令和７年度、宮崎地区中学校体育大会実施要項に準ずる。
(2)　２０２５年日本陸上競技連盟競技規則ならびに本大会規則による。
(3)　競技場は全天候舗装である。また、競技用靴については、シューズに関する競技規則を適用する。ただし、フィールド種目において、競技用シューズの靴底の厚さについての規則については適用外である。

7　競技方法　(1)　競技者注意事項
①　本大会は、２０２５年度日本陸上競技連盟規則および本大会要項により実施する。
②　招集について(招集所は競技場北側第4ゲート避難タワー下)
・　選手は招集時刻までに招集所に集合し、チェックを受ける。その後、役員の誘導に従い競技場に入場する。
③　招集時刻は次の招集時刻一覧表のとおりとする。

競技種目	招集開始時刻	招集完了時刻
トラック種目	競技開始３０分前	競技開始２０分前
投てき競技	競技開始４０分前	競技開始３０分前
跳躍競技	競技開始５０分前	競技開始４０分前
棒高跳	競技開始６０分前	競技開始５０分前

④　招集完了時刻に遅れたものは欠場とみなし、出場を認めない。(但し、他種目に出場中は代理でも可)
⑤　リレーのオーダー用紙は当該種目、第１組目の招集完了時刻１時間前までに、招集所に提出すること。オーダー用紙は招集所に準備する。
(2)　番組編成について（レーン順・試技順）
トラック競技のレーン順とフィールド競技の試技順は、主催者が抽選で決定し、プログラム記載の各競技者の登録番号の左に数字で示す。
(3)　走高跳・棒高跳のバーの上げ方について
①　バーの上げ方については、次のとおりとする。

走高跳	男　子	1m25	1m30	1m35	1m40	1m45	1m50	以後 3cm
	女　子	1m10	1m15	1m20	1m25	1m30	1m35	以後 3cm
棒高跳	男　子	1m90	2m00	2m10	2m20	2m30	2m40	以後10cm

② 練習開始の高さは、走高跳男子１ｍ２０、同女子１ｍ０５、棒高跳１ｍ８０とする。
③ バーの上げ方、開始時の高さについては、天候その他の特殊事情によって審判長・専門委員長が変更する場合がある。

(4) ハードル競技のインターバルについて

性別	種目	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

(5) 学校対抗得点について
① 得点は1位６点、２位５点とし、以下１点ずつ減じ６位を１点とする。
② 学校対抗の得点が同点の場合は、優勝種目数で上位を決定する。また、優勝種目数が同じ場合は、２位種目数→３位種目数→・・・６位種目数の順で、上位を決定する。

(6) 県大会出場について
① 下記の県大会種目の上位６名、リレーは６チームが出場権を得る。共通種目については、学年を問わず上位６名を選考する。なお、各学年の２００mについては、県大会は共通種目であるため、全学年の決勝の結果から上位６名を選出する。
② 宮崎県中学校総合体育大会陸上競技大会参加標準記録（別表）を突破した者が出場権を得る。
③ １種目、同一校から２名までとする。（男女の200m・走高跳・走幅跳について、同一校から６位以内に３名以上入賞したり、宮崎県中学校総合体育大会陸上競技大会参加標準記録を突破した者がいたりした場合でも、その学校の上位２名までしか県大会には出場できない。）
④ トラック競技において、６位が同記録、同着で複数いる場合は、１０００分の１まで計測し、順位を判定する。それでも同じ場合は、県大会出場の決定レースを行う。
⑤ 走高跳、棒高跳において、県大会出場枠の６位が同記録で複数いる場合は、競技規則に則り審議し、６位決定戦を行う。

【県大会種目】

○男子（１９種目）
・１年１００m　・２年１００m　・３年１００m　・１年１５００m　・２年１５００m
・３年１５００m　・低学年１００mH　・低学年４×１００mR　・共通２００m　・共通４００m
・共通８００m　・共通３０００m　・共通１１０mH　・共通４×１００mR
・共通走高跳　・共通棒高跳　・共通走幅跳　・共通三段跳　・共通砲丸投

○女子（１５種目）
・１年１００m　・２年１００m　・３年１００m　・１年８００m　・２年８００m　・３年８００m
・低学年８０mH　・低学年４×１００mR　・共通２００m　・共通１５００m
・共通１００mH　・共通４×１００mR　・共通走高跳　・共通走幅跳　・共通砲丸投

７ 表　彰 男女別団体、各種目３位まで表彰する。

８ 参加申込 (1) 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サイト(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。

(2) 宮崎県中体連陸上競技専門部サイト(https://mzc.meet7.org/)内に掲載する学校申込書を作成および印刷し、上記の申込締切期日までに各地区事務局へ２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) 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。

９ そ の 他 (1) 決勝進出者の決勝レースへの棄権に関しては、原則として認めない。やむを得ず棄権する場合には、監督と選手は、部会長、競技専門委員長に相談すること。
(2) 大会当日の練習は、指定されたところで行うものとする。
(3) 競技中に雷や雷雨等が発生した場合には、大会本部で協議し、競技中断、順延、競技時間の変更等の対応をする。

水　泳　競　技　の　部

１　日　　時

令和７年	６月７日（土）
監督会	８：１０
開始式	９：００
競技開始	９：３０

２　会　　場　パーソルアクアパーク宮崎

３　参加資格　宮崎地区中学校総合体育大会開催基準による。

４　競技種目

自　由　形	５０ｍ　１００ｍ　２００ｍ　４００ｍ 女子８００ｍ　男子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
リレー種目	４×１００ｍリレー	４×１００ｍメドレーリレー	

５　出場制限

（１）　**１人２種目以内**とする。なお、リレー種目（リレー、メドレーリレー）のエントリーについては、個人種目エントリーと兼ねることができる。

（２）　**リレー種目**については、**１校１チーム**のエントリーとする。

６　競技規則

２０２５年日本水泳連盟競技規則ならびに本大会規則により行う。

７　競技方法

（１）　競技はタイムレース決勝で行う。

（２）　得点は１位８点、２位７点、以下１点ずつ減じ、８位を１点とする。なお、リレー種目は１位１６点、２位１４点、以下２点ずつ減じ、８位２点とする。

８　表　　彰

（１）　個人各種目３位まで表彰状を授与する。

（２）　団体表彰については男女別で３位まで表彰を行い、優勝校には優勝旗を授与する。

（３）　団体順位で同点が出た場合には、以下の規準をもって順位付けを行う。

ア　リレー種目の得点の多い学校。

イ　入賞者の多い学校（リレーチーム入賞者数は４名で算出する）。

ウ　１位数の多い学校

エ　２位数の多い学校

オ　ア～エまでで算出して順位が決しない際には、３位数から６位数までで審査する。

９　審　　判　　宮崎地区中学校体育連盟専門部・各学校水泳部顧問　宮崎市水泳協会

10　申込規定

（１）　選手は、（公財）日本水泳連盟競技者登録２０２５年度完了者であること。

（２）　選手が所属する学校も同様に団体登録が完了していること。

（３）　申込みについて

ア　ＷＥＢ-ＳＷＭＳＹＳにより、web エントリーを行うこと。

イ　プログラム作成については、ＷＥＢエントリーの記載内容をもとに作成するので、記載については十分注意をすること。

ウ　提出書類については、ＷＥＢ-ＳＷＭＳＹＳを利用して作成し、提出については、以下のとおりとする。なお、オープン参加については認めない。

（ア）　「提出書類」

ａ　「選手登録」２部

ｂ　「個人種目申込一覧表」　２部

ｃ　「リレー種目申込一覧表」　２部（リレー参加校のみ）

エ　**申込〆切　５月８日（木）正午**　地区中学校体育連盟事務局（大宮中学校）

（ア）　ＷＥＢ**登録〆切日**を**５月７日（水）**とします。

（イ）　５月７日（水）を過ぎてのＷＥＢ入力はできません。

11　その他

（１）　**県大会出場枠は各種目８位までの選手**に与える。

（２）　同記録で県大会出場枠を超えた場合には、スイムオフを行わず、すべてを対象者とする。

（３）　競技の運営は地区中学校体育連盟水泳専門部が行い、役員については参加校引率顧問の協力を得て行う。

バレーボール競技の部

１　日　　時　令和７年　６月７日（土）　６月８日（日）　６月９日（月）

開　　館	８：１５	９：００	９：００
代表者会	８：３０	９：１５	９：１５
競技開始	９：１５	１０：００	１０：００
	（1回戦、2回戦）	（準々決勝、代表決定戦）	（準決勝、決勝、代表決定戦）

２　会　　場　宮崎市総合体育館、佐土原西体育館、佐土原中学校、久峰中体育館、広瀬中体育館

６月７日（土）　佐土原西体育館、佐土原中学校
　　佐土原体育館、久峰中体育館
６月８日（日）　佐土原西体育館、佐土原中学校
　　佐土原体育館、久峰中体育館
６月９日（月）　宮崎市総合体育館

３　役　　員

部 会 長	
総　　務	渡部慎一（大塚）
総 務 員	徳永幹太（久峰）、後藤由紀（本庄）、上杉秀人（木花）、瀧下秀樹（大淀）、吉田英治（広瀬）、小泉敬信（加納）
会場主任	大西莉愛（佐土原）
審判主任	矢野雄大（宮大附属）
審 判 員	日本バレーボール協会公認審判員、宮崎県バレーボール協会公認審判員、各中学校バレーボール部顧問
救　　護	
記録責任者	戸高靖友（日向学院）
会　　計	馴松郁美（本郷）
生徒役員	各会場全チームで行う。

期　　日	７日（土）	７日（土）	７日（土）	８日（日）	８日（日）	９日（月）
会　　場						
会場責任者						
部 会 長						
救　　護						
競　　技						
審　　判						
会　　計						
記　　録						

４　競技規則

（１）令和７年度日本バレーボール協会競技規則並びに本大会競技規則による。
（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番～１８番とする。
（４）監督・コーチ・マネージャーは、規定のマークを左胸部に付けること。また、監督･コーチの服装は、統一されたものとする（同じ物とする）。
（５）フロアへの立ち入りについては、原則として監督・コーチ・マネージャーならびに当該校の部員のみとする。なお、公式練習からはエントリーメンバーのみとする。

５　その他

実施要項、役員資料、組合せ、ラインナップシート、エントリー用紙等については、宮崎地区中体連バレーボール競技専門部のホームページ（myzkchikuvb7774.wix.com/index）上に掲載されていますので、各チームで準備してください。

軟式野球競技の部

１　日　　時

令和７年	６月７日（土）	６月８日（日）	６月９日（月）
監 督 会	８：１５		
競技開始	９：１５	９：１５	９：１５

２　会　　場　アイビースタジアム　SOKKENスタジアム
清武総合運動公園第２野球場　生目の杜運動公園第２野球場

３　参加資格　宮崎地区中学校総合体育大会参加制限に則る。

４　出場制限　宮崎地区中学校総合体育大会開催基準に則る。

５　競技規則

（１）　2025年軟式野球競技規則ならびに本大会規則とする。
（２）　コールドゲームは３回終了後１５点差以上、５回終了後７点差以上に適用する。（決勝戦も含む。）
（３）　雨天・日没により試合続行不能の場合は、翌日継続して行うサスペンデットゲームを適用する。尚、雨天等による大会実施可否の判断及び日程の変更については、大会実行委員会で決定する。
（４）　７回終了時に同点の場合、８回以降はタイブレーク方式を適用する。タイブレーク方式は、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塁走者とする。すなわち、無死１塁・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、さらに継続打者でこれを繰り返す。なお、７回までと同様、規則によって認められる選手の交代は許される。
（５）　ユニフォームは統一し、背番号は必ずつける。尚、番号は１番から２５番の通し番号とし、原則としてポジション順とする。
（６）　監督はチームと同一でのユニフォームとし、背番号３０番をつける。また、コーチは平服（白を基調としたポロシャツ・同一の野球帽）もしくは、チームと同一のユニフォームとし、背番号２９・２８番をつける。但し、ノッカーを兼ねる場合は、チームと同一のユニフォームを着用する。また、マネージャーは当該校の制服を着用する。
（７）　シートノックは行わない。
（８）　チームは、監督１、コーチ２、選手２５、マネージャー１とする。登録された監督・コーチ・選手・マネージャー以外はベンチに入れない。但し、登録されていない３年生のベンチ入りを認める。（総合体育大会のみ）また、ベンチは抽選番号の若い方を一塁側とする。（外部指導者のベンチ入りは中体連承認者に限る）
（９）　第１試合のメンバー用紙交換及び攻守決定等は、試合開始時刻の４０分前とし、その他の試合については、前試合の４回終了時とする。（メンバー用紙は読仮名つきのものを５通持参）
(10)　同一チームが連続して試合を行う場合の２試合目の開始時刻は、１試合目終了から４０分後を原則とする。なお、メンバー用紙交換及び攻守決定等は、試合開始時刻の２０分前とする。
(11)　ベンチのメガホンは１個とする。（使用は監督のみとする）
(12)　抗議は、監督または当該プレーヤーのみが行うことができる。
(13)　競技に関する連盟特別規則（監督またはコーチ等が投手の所へ行く回数の制限、守備側のタイムの回数制限、攻撃側のタイムの回数制限）を適用する。
(14)　規則５．１０ｄ【原注】「同一イニングでは、投手が一度ある守備位置についたら、再び投手となる以外他の守備位置に移ることはできないし、投手に戻ってから投手以外の守備位置に移ることもできない。」は適用しない。
(15)　手袋を使用する場合は、白または黒の同一色のもののみ許可する。
(16)　捕手は、ファウルカップを使用すること。
(17)　投手の投球数制限について、軟式野球連盟「競技に関する特別規則」を適用する。ただし「1週間で350球以内」は適用しない。

６　競技方法　トーナメント方式

７　使 用 球　（公財）全日本軟式野球連盟公認球M号球を使用する。

８　組 合 せ　組合せは５月１３日（火）宮崎地区中学校体育連盟理事・専門部合同会において、各校体育主任の抽選で行う。

９　表　　彰　(1)　優勝校には優勝旗・賞状を、２位～３位には賞状を授与する。
(2)　１位～３位の登録全選手に個人賞状を授与する。

10　審　　判　宮崎地区軟式野球連盟審判員及び宮崎地区中学校教員に委嘱する。

11　参加申込　所定の用紙により、体育主任を通じて**５月８日（木）正午**までに地区中体連事務局（大宮中学校）へ２部提出。以後の受付はしない。

12　そ の 他　(1)　参加チーム数によって、県大会出場チーム数が決定する。
(2)　組み合わせはシード制を導入し、県大会出場数をシードする。
(3)　参加校はゴミ入れ用の袋を準備し、責任を持って後片付けをすること。
(4)　雷・雷雨・雷鳴の場合は中断とする。詳細の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。

ソフトテニス競技の部

１　日　　時

女子	**令和７年**	**５月３１日（土） 団体戦　ベスト８まで**	**６月１日（日） 団体戦　決勝まで 個人戦　ベスト６４まで**	**６月２日（月） 個人戦　決勝まで**
男子	**令和７年**	**６月７日（土） 団体戦　ベスト４まで**	**６月８日（日） 団体戦　決勝まで 個人戦　ベスト６４まで**	**６月９日（月） 個人戦　決勝まで**
共通	**受　　付**	**８：１５**	**８：１５**	**８：１５**
	監 督 会	**８：５０**	**８：５０**	**８：５０**
	開 始 式	**９：１５**	**団体戦終了後休憩をはさみ個人戦開始式**	**――**
	競技開始	**９：３０**	**９：１０**	**９：１０**

※予備日（女子…６月３日～５日　男子…６月１０日～１２日）

２　会　　場　生目の杜運動公園　テニスコート

３　参加資格　宮崎地区中学校体総合体育大会開催基準に則る。

４　出場制限　団体戦　各校４人～８人編成による１チーム
個人戦　各学校８ペア以内とする。

５　競技規則　(1) 現行の日本ソフトテニス連盟ソフトテニスハンドブック及び本大会競技規則による。
ゲームはすべて７ゲームマッチとする。
(2) 服装は「上はゲームシャツ、下は膝丈よりも上のパンツまたはスコート」を着用すること。
(3) ストリングに装着する衝撃吸収材は使用しない。ストリングは単色とする。
(4) シューズはテニス用のものを使用すること。
(5) 選手は、背部（県名・学校名・姓）にゼッケンをつけること。また、監督証（県名・学校名　監督）を見えるように身につけること。
(6) 団体戦のオーダーはその都度提出する。
(7) ベンチ入りは、選手と登録された監督・コーチのみとする。サイドコーチは禁止する。
(8) 団体戦決勝トーナメントは２点先取とする。但し、進行の都合により３面同時展開で行うこともある。

６　競技方法　団体戦　予選リーグ、決勝トーナメント方式
個人戦　トーナメント方式

７　使 用 球　公認球（白色）とする。（男子：ケンコー、女子：アカエム）

８　組 合 せ　組合せは、５月１３日（火）宮崎地区中学校体育連盟理事・専門部合同会において、各校体育主任の抽選で行う。個人戦の組合せは、宮崎地区中学校体育連盟ソフトテニス競技専門部会で行う。

９　表　　彰　団体、個人ともに３位までを表彰する。

10　審　　判　宮崎市ソフトテニス連盟役員、専門員、選手相互で行う。

11　参加申込　所定の用紙により、体育主任を通して**５月８日（木）**までに地区中体連事務局（大宮中学校）に提出すること。さらに、男子は専門委員長（有川）、女子は専門副委員長（古木）に、その様式のデータをｃ４ｔｈで送付すること。以後の受付はしない。

12　そ の 他　(1)　**開会式を行う。**
(2)　雷・雷雨・雷鳴の場合は中断とする。詳細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。
(3)　団体戦、個人戦ともにシード制を導入する。
(4)　参加校は、ゴミ入れ用の袋を準備し責任を持って後片づけをすること。
(5)　審判については各学校で指導を徹底しておくこと。

卓球競技の部

１　日　　時

令和７年	６月　７日（土）団体戦	６月　８日（日）個人戦
監 督 会	８：４０	８：４０
開 始 式	９：００	９：００
競技開始	９：１５	９：１５

２　会　　場　宮崎市総合体育館

３　参加資格　宮崎地区中学校総合体育大会開催基準に則る。

４　出場制限　団体戦　各学校１チーム（２名以内の補欠選手の登録を行い、その内の選手変更を認める）
個人戦　シングルス　男女各８名まで　※県大会あり
ダブルス　　男女各３組まで（シングルスとは兼ねられない）※県大会なし

５　競技規則　(1)　現行の日本卓球ルール及び本大会規則とする。
(2)　ゼッケンは必ずつける。
(3)　チーム編成は次の通りとする。
①　試合順は単、単、複、単、単とし、単と複は兼ねられない。
②　チームは各学校男女１チームずつとし、６～８名で編成する。
(4)　ベンチは次の通りとする。
①　団体　監督・コーチ（部顧問・副顧問の当該校教員、部活動指導員と認定済外指導者のうち２名まで）、登録選手４～８名
②　個人　ベンチコーチは１名可（団体に準ずる者またはチーム内選手から１名）
(5)　服装は、日本卓球協会公認のユニフォームとする。シャツの裾を外に出したり、袖をまくったりすることはしない。

６　競技方法　(1)　団体戦は予選リーグ、決勝トーナメント方式とする。決勝トーナメントの１回戦は、同パートのチームと当たらないよう配慮した上で、くじ引きを行い、組合せを決定する。
(2)　団体戦は３点先取で勝敗を決する。
(3)　個人戦はトーナメント方式とする。ベスト４からは決勝リーグとする。また、必要がある場合は、県大会出場枠に応じて決定戦を行う。
(4)　各試合とも１１点５セットマッチとする。
(5)　団体戦で定数に満たないチームは欠員のまま参加を認めるが、その欠員は、オーダーの若い順の所とする（５名の場合１番棄権、４名の場合１・２番棄権）。

７　使 用 球　使用球は日本卓球協会使用指定球（４０㎜）

８　組 合 せ　組合せは５月１３日（火）宮崎地区中学校体育連盟理事・専門部合同会において、各校体育主任の抽選で行う。

９　表　　彰　(1)　団体戦優勝校に優勝旗、賞状を、２位～３位校に賞状を授与する。
(2)　団体戦１位～３位の登録全選手に個人賞状を授与する。
(3)　個人戦１位～３位には賞状を授与する。

10　審　　判　宮崎市卓球連盟審判員・団体戦は相互審判・個人戦は敗者審判

11　参加申込　所定の用紙により体育主任を通して　**５月８日（木）正午**までに２部、地区中体連事務局（大宮中学校）に申し込むこと。申し込み期日以後は受付けない。
また、申込書のデータを専門委員長へメールまたはC4thの個人連絡で送信すること。
データの申込期日　**５月８日（木）正午（組み合わせ作業に必要、必ず送信をお願いします）**

12　そ の 他　(1)　県大会出場枠は団体、個人とも比例代表制とする。
(2)　団体戦は、前年度秋季大会の１・２位を第１・２シードとする。第３シード以降は、秋季大会及び新チームになってからの大会の結果を参考にし、専門部で決定する。
個人戦は、２年生のベスト４をシードし、１年生のベスト４を考慮する。
(3)　個人戦の県大会出場者の順位(ランキング)は、ベスト４の選手に準じて決定する。

弓道競技の部

１　日　　時

令和７年　　６月８日（日）	
監　督　会	８：３０
開　始　式	９：１５
競 技 開 始	９：４５

２　会　　場　ひなた武道館　弓道場

３　参加資格　宮崎地区中学校総合体育大会開催基準に則る。

４　出場制限　⑴　団体戦は３名１組、**チーム数は男女各学校６チームまでとする**。ただし、２名でも１チームとすることができる。
⑵　個人戦は団体戦に参加した者および団体戦に出場できない学校の男女各１名。

５　競技規則　⑴　近的　２８ｍ　　的直径　３６㎝
⑵　令和７年度全日本弓道連盟競技規則ならびに本大会規則による。

６　競技方法　⑴　団体戦は、１人４本で３回総計３６本の的中数により各学校１位のチームから上位４チームを選出し、１人４本・チーム１２本による決勝トーナメントを行う。（決勝トーナメントの組み合わせは、予選の的中数を反映し、１位上がり対４位上がり、２位上がり対３位上がりとする。）同中の場合は、１人１本・チーム３本による競射を行う。
⑵　個人戦は、１回４本で３回総計１２本の的中数により順位を決定する。なお、団体戦出場選手は、団体戦の個人的中数を適用する。
⑶　同中の場合は、団体戦・個人戦とも１本ずつの競射とする。ただし、個人戦において同中の場合は、優勝決定戦は射詰めとし、他は遠近法とする。

７　組 合 せ　組合せは、５月１３日（火）宮崎地区中学校体育連盟理事・専門部合同会において、各校体育主任の抽選で行う。

８　表　　彰　団体戦・個人戦とも３位まで表彰する。

９　審　　判　宮崎県弓道連盟と監督で行う。

10　参加申込　所定の用紙により、体育主任を通して**５月８日（木）正午**までに地区中体連事務局（大宮中学校）へ２部提出。申込期日以後は受け付けない。

11　そ の 他　⑴　弓道着着用のこと。
⑵　女子はハチマキをすること。
⑶　ゼッケンについては、各学校で参加選手分を準備すること。大きさは縦１２㎝、横１８㎝以内とし、右腰前につける。

サッカー競技の部

１　日　　時

令和７年	６月７日（土）	６月８日（日）	６月９日（月）
開 始 式	８：４５		
監 督 会	９：００	８：３０	８：３０
競技開始	１０：００	９：３０	９：３０

２　会　　場　生目の杜運動公園多目的グラウンドＢ（人工芝）
生目の杜運動公園多目的グラウンドＢ（天然芝）
綾町小田爪運動公園（人工芝）
ひなた県総合運動公園サッカー場（天然芝）
宮崎日大高校サッカー場（人工芝２面）

３　参加資格　宮崎地区中学校総合体育大会開催基準に則る。

４　出場制限　監督１・コーチ２・選手１８
但し、選手交代は７名通告し、最大７名まで交代を認める。
（一度退いた選手も再出場できる）

５　競技規則　(1)　**２０２５**年日本サッカー協会競技規則と本大会要項を適用する。
①　警告は累積され、２回の警告を受けた者は次の一試合に出場できない。
②　本大会で退場を受けた者は、次の一試合は自動的に出場を停止し、それ以降の処置については、本大会の規律委員会の裁定に従う。
※規律委員会のメンバーは宮崎地区中体連サッカー専門部で構成する。
(2)　試合時間は６０分間とする。決しない場合はＰＫ戦により次回の出場チームを決定する。また、県大会出場が決定する試合以降は、１０分間の延長戦を行い、更に決しない場合はＰＫ戦により次回出場チーム及び、順位を決定する。
(3)　服装について
①　シャツ・ショーツ・ストッキング・シューズ・レガースを必ず着用すること。
②　ユニフォームには必ず番号をつけること。なお，番号は１～９９番とする。
③　色の異なる２着のユニフォームを持参すること。なお、ユニフォームは参加申込書に記入したものとする。参加申込書送付後の変更は認められない。また、背番号の変更も認めない。

６　競技方法　トーナメント方式による。

７　使 用 球　検定球５号ボールとする。

８　組 合 せ　組合せは、**５月１３日（火）**宮崎地区中学校体育連盟理事・専門部合同会において、各校体育主任の抽選で行う。

９　表　　彰　３位まで表彰する。

10　審　　判　宮崎県サッカー協会公認審判員及び各中学校チームスタッフ

11　参加申込　所定の用紙により、体育主任を通して**５月８日（水）正午**までに地区中体連事務局（大宮中学校）へ２部提出すること。申し込み期日以後は受け付けない。

12　そ の 他　(1)　小雨決行。雷・雷雨・雷鳴の場合は中断とする。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。
(2)　審判員の判定を尊重し、各チーム・保護者を含めてスムーズな大会運営に協力すること。
(3)　比例代表制に基づいて県大会出場チームを決定する。なお、第３代表・第４代表第５代表・第６代表については、抽選にて決定する。
(4)　本大会はシード制を導入する。
(5)　試合当日は、試合前までにメンバー表を本部に提出すること。

バスケットボール競技の部

1　日　　時

令和年７	６月７日（土）	６月８日（日）	６月９日（月）	６月１０日（火）
監 督 会	８：１５	８：１５	８：１５	８：１５
開　　場	８：３０	８：３０	８：３０	８：３０
競技開始	９：００	９：００	９：００	９：００

2　会　　場　アリーナくにとみ　清武体育館　加納中学校

3　参加資格　宮崎地区中学校総合体育大会開催基準に則る。

4　出場制限　(1)　宮崎地区中学校総合体育大会開催基準に則る。
(2)　各学校１チームとし、監督・コーチ（２名以内）・マネージャー１名、選手１５名、計１９名以内とする。外部指導者がいる場合は、コーチに登録する。マネージャーは、同校バスケットボール部員とする。チームトレーナーについては、ベンチ後方に待機してもよい。

5　競技規則　(1)　２０２５年日本バスケットボール協会規則と本大会要項を適用する。
(2)　試合時間は、８分－２分－８分－１０分－８分－２分－８分とする。
(3)　ユニフォームは必ず濃・淡（淡は白色）２色を用意し、前後にユニフォームの色とはっきり区別できる単色の番号をしっかりつける。リバーシブル及びビブスは着用できない。
(4)　抽選番号の若い方が淡色のユニフォームを着用し、ベンチはオフィシャル席に向かって右側とする。
(5)　１試合目のオフィシャルは、第３試合目のチームが行うこと。
(6)　２試合目以降のオフィシャルについては、１日目は前試合の勝者チーム、２日目以降は前試合の敗者チーム及び生徒役員で行う。

6　競技方法　トーナメント方式とする。

7　使 用 球　試合球について、男子は革張７号公認球、女子は革張６号公認球を使用する。

8　組 合 せ　組合せは、５月１３日（火）宮崎地区中学校体育連盟バスケットボール競技専門部において、各校体育主任の抽選で行う。

9　表　　彰　３位まで表彰する。

10　審　　判　日本バスケットボール協会公認審判員

11　参加申込　所定の用紙により、体育主任を通して**５月８日（木）**までに地区中体連事務局（大宮中学校）へ２部提出すること。申し込み期日以後は受付けない。

12　そ の 他
(1)　県大会に参加できるチーム数は、地区大会参加校数により決定する。
(2)　組み合わせはシード制を導入し、最大県大会出場枠までをシードする。
(3)　シードは、令和６年度宮崎地区中学校秋季体育大会の１位、２位を第１、第２シードとし、他のチームの選出・シード順については、宮崎地区秋季体育大会、宮崎県中秋季体育大会、および全九州春季大会県予選の結果を参考に、宮崎地区中学校体育連盟競技専門部と理事会で検討し決定する。

柔道競技の部

1　日　　時

令和７年	６月７日（土）	６月８日（日）
計　　量	８：００～８：３０	８：００～８：３０
監 督 会	９：００	９：００
開 始 式	９：３０	９：３０
競技開始	９：４０	９：４０
競　　技	団体戦	個人戦

※　ただし、参加人数によっては１日開催になる場合がある。１日開催になる場合には組合せ配付と同時にお知らせをする。また、個人戦のみの出場の選手については、前日（団体戦の日）に計量を行ってもよい。

2　会　　場　ひなた武道館

3　参加資格　宮崎地区中学校総合体育大会開催基準に則る。

4　出場制限

○　男子団体戦　　選手５名・補欠２名以内　　※ 但し，男子３名以上の編成を認める。

○　女子団体戦　　選手３名・補欠１名以内　　※但し，女子２名以上の編成を認める。

○　男女個人戦

男　　子		女　　子	
階級	区　分	階級	区　分
50kg級	50kg以下	40kg級	40kg未満
55kg級	50kg超～55kg以下	44kg級	40kg超～44kg以下
60kg級	55kg超～60kg以下	48kg級	44kg超～48kg以下
66kg級	60kg超～66kg以下	52kg級	48kg超～52kg以下
73kg級	66kg超～73kg以下	57kg級	52kg超～57kg以下
81kg級	73kg超～81kg以下	63kg級	57kg超～63kg以下
90kg級	81kg超～90kg以下	70kg級	63kg超～70kg以下
90kg超級	90kg超～	70kg超級	70kg超～

5　競技規則　国際柔道試合審判規定・少年大会申し合わせ事項及び本大会申し合わせ事項による。

(1)　絞技を禁止とし、故意ではなかったとしても施した場合には「指導」を与える。

(2)　脊椎や頸椎に損傷をおこす可能性のある危険な攻撃を禁止する。これを侵せば反則負けとする。

(3)　両膝つきの背負い投げをすることを禁止する。これを侵せば「指導」を与える。

(4)　けさ固めなどで頸または背骨に障害を及ぼすような動作をしてはならない。

(5)　押さえ込み技をはずす動作の過程で、危険な状態と判断した時「待て」を宣告して立たせる。

(6)　投げ技で投げられた者が技の効果以上の受け身をしたと認められるときは，技の効果をよく見極めて判定する。

(7)　足を取ることを禁止する。１つの試合の中でこれを侵せば「指導」となる。これを３回繰り返せば「反則負け」となる。

(8)　ブリッジで受け身をすることは避けること。

(9)　両袖を持っての技を禁止する。これを侵せば「反則負け」とする。

(10)　試合中の審判員の「待て」から「始め」までの間に服装が乱れている場合には、服装を正さなければならない。（気付かなかった場合も含めて）正さなかった場合は、１回目で口頭による注意、２回目で「指導」が与えられる。

(11)　その他自分自身にも身体に障害を起こすような動作は行わないこと。

(12)　団体戦の試合時間は３分，判定基準は、「僅差」を取り入れ、その内容に満たない場合は「引き分け」とする。したがって「僅差」は「指導」差が２以上から発生するが、優劣の成り立ちは

以下のようになる。

「一本」＝「反則勝ち」＞「技有り」＞「僅差」

① リーグ戦の成績は，次の順によって決定する。

ア チーム間における勝ち・引き分け・負け率による。

イ アにおいて同等な場合は，勝ち数の合計による。

ウ イにおいて同等な場合は，勝ちの内容によって決定する。

エ ウにおいて同等な場合は，負けの数の合計による。

オ エにおいて同等な場合は，負けの内容による。

カ オにおいて同等な場合は，代表戦（１名）による。

② トーナメント戦の勝敗は，次の順によって決定する。

ア チーム間における勝ち数の数による。

イ アにおいて同等な場合は，勝ちの内容により決定する。

ウ イにおいて同等な場合は，代表戦（１名）により決定する。

※ 団体戦の代表戦は，３分間とし，勝敗が決しない場合は時間無制限のゴールデンスコア（流れは個人戦と同様）を行う。代表に出場する選手はチームで任意に選出する。

(11) 個人戦の試合時間は３分，判定基準は「技有り」以上、または指導差が２以上からとする。ノースコア、または同スコア、指導差が１以下の場合で勝敗が決しない場合は時間無制限のゴールデンスコアを行う。その場合、最初の３分間の指導が勝敗に影響し、「技によるポイント」か「指導の数に差が生じた」時点で試合終了となる。

(12) 団体戦のオーダーは、体重の軽い順に編成を行い、チームで体重が一番軽い選手が先鋒、一番重い選手を大将とする。但し、男子５名、女子３名に満たないでメンバーを編成するときは、男子は先鋒、次に次鋒、女子は先鋒を空きとし残りを体重順に編成する。補欠を選手に繰り入れるときも体重順に編成する。補欠と交代した選手はその後の試合には出場できない。なお、オーダーの変更の届けは監督のみとする。怪我等があり、選手変更届けを提出する場合は、補欠の選手を優先してメンバーに加えた後に、新たに変更した選手を補欠に入れること。補欠の選手を入れ替える場合は、そのまま入れ替えることができる。

(13) 計量の服装は，男子は下穿きのみ，女子はＴシャツと下穿きのみの着用とする。
尚，下着は認めるが，包帯・サポーター等の着用は一切認めない。（柔道衣等の重さは含まない。）

① 団体戦 ア チームごとに選手及び補欠の全員の測定を行うこと。

イ 順番の入れ替え等があった場合は通知する。

ウ 全員必ず下穿きを着用すること。

② 個人戦 ア 定められた階級の体重区分にない者は失格とする。

(14) ゼッケンの着用

柔道衣にゼッケン（学校名・名字入り）を着用して試合をすること。ゼッケンを着用していない場合は失格とする。また，縫いつけが規定と違っている場合には失格となる場合がある。

① 布地は白色（さらし・太綾）

② サイズ 横３０㎝～３５㎝，縦２５㎝～３０㎝のいずれかとする。

③ 名字（姓）は上側２／３，学校名下側１／３

④ 書体は横書きで，男子は黒色，女子は赤色

⑤ 縫いつけの場合は後襟から５～１０㎝のいずれかとし、下部の所で，まわりと対角線に強い糸で縫いつけをすること。

(15) 女子のＴシャツについては，無地・丸首の白Ｔシャツとする。

(16) 胸マーキング等について道場名は不可とする。

(17) その他服装に関しては，国際柔道試合規定に準ずる。

(18) 団体戦出場校は，下記のオーダー表を作成し，大会当日には必ず持参すること。

( )	先	次	中	副	大
中					

19㎝ **12**㎝

7㎝ ※（ ）は組み合わせ表のチーム番号

20㎝ 女子については，先，中，大のみ記入。次，副は空欄。

(19)　コーチの言動については以下の通りとする。

①　試合が止まっている間（「待て」から「始め」の間）のみ、選手に対して指示を与えることができる。試合続行中は、選手に対して指示を与えることが許されない。

②　次の行為を禁止する。

○　試合が続行している最中に指示を出すこと。また試合中に立ち上がること。

○　審判員の判定に対し、コメントや批判、或いは訂正を要求すること。

○　対戦相手、審判員、役員、一般客、および所属選手を侮辱するよう行為。

○　広告看板や器具に触ったり、殴ったり、蹴ったりすること。

○　その他、柔道精神に反する行為。

※なお、試合中に禁止行為があった場合、１回目は口頭注意、２回目は退場処分となり、その試合に限り、監督・コーチ席に入れない。

(20)　監督・コーチの服装については、審判服に準ずる。

６　競技方法　団体戦　　リーグ戦、またはトーナメント方式　　個人戦　　トーナメント方式

７　組 合 せ　組合せは、５月１３日（火）宮崎地区中学校体育連盟理事・専門部合同会において各校体育主任の抽選で行う。個人戦の組合せ、宮崎地区中学校体育連盟柔道競技専門部で行う。

８　表　　彰　団体、個人ともに第３位まで表彰する。

９　審　　判　宮崎地区柔道会及び中体連柔道専門部

10　参加申込　所定の用紙により,体育主任を通して**５月８日（木）正午**までに地区中体連事務局（大宮中学校）へ２部提出。以後受け付けない。

11　そ の 他

(1)　男子団体戦の県大会出場枠は地区大会団体戦参加校数により比例代表制とする。

地区大会参加校数	１・２	３・４	５・６	７・８	９・10	11・12	13・14	15・16
県大会参加校数	1	2	3	4	5	6	7	8

(2)　女子団体戦は単一校チームの各学校単位とする。

(3)　男子個人戦は，各階級４名以内とする。ただし，同一階級で出場者が9名から16名の場合6名以内、17名以上の場合8名以内とする。

(4)　団体戦・個人戦ともに、シード制を導入する。

(5)　脳震盪について、選手および指導者は下記事項を遵守する。

①　大会前１ヶ月以内に脳震盪を受傷した者は､脳神経外科の診察を受け出場の許可を得ること。

②　大会中､脳震盪を受傷した者は､継続して当該大会に出場することは不可とする。(尚､至急､専門医[脳神経外科]の精査を受けること)

③　練習再開に際しては、脳神経外科の診断を受け、許可を得ること。

④　当該選手の指導者は大会事務局および全柔連に対し､書面により事故報告書を提出すること。

(6)　皮膚真菌症（トンズラス感染症）について、発症の有無を各所属の責任において必ず確認すること。感染が疑わしい、もしくは感染が判明した選手については、迅速に医療機関において的確な治療を行うこと。もし、選手に皮膚真菌症の感染が発覚した場合は、大会への出場ができない場合がある。

(7)　感染症及び熱中症対策における競技方法や競技規則の変更があり得る。

剣道競技の部

1　日　　時

令和７年	６月７日（土）	６月８日（日）
実　施　種　目	男子個人戦・女子団体戦	女子個人戦・男子団体戦
開　　場	８：００	８：００
個　人　練　習	８：１０　～　８：４０	８：１０　～　８：４０
審　判　会	８：４０　～　８：５０	８：４０　～　８：５０
監督会・保護者代表会	８：５０　～　９：００	８：５０　～　９：００
開　会　式	９：１５	(開始式)　９：１５
競　技　開　始	９：４０	９：３０
団　体　練　習	男子個人戦表彰式後	女子個人戦表彰式後
閉　会　式		男子団体戦表彰式後

2　会　　場　ひなた武道館

3　参加資格　宮崎地区中学校総合体育大会開催基準に則る。

4　出場制限　（1）個人戦は、男子・女子ともに出場制限を設けない（団体戦と兼ねてよい）。
（2）団体戦のチーム編成は、男女とも監督１名・コーチ１名・選手５名・補員２名の計９名以内とする。（学校代表１チーム）
※　団体戦は５人制とする。ただし、３人制及び４人制でも参加できる。この場合のオーダー編成は次の通りとする。
【３人制】先鋒・中堅・大将　　【４人制】先鋒・中堅・副将・大将

5　競技規則　全日本剣道連盟試合・審判規則ならびに剣道試合・審判細則、宮崎県中学校体育連盟剣道競技「申し合わせ事項」による。

6　競技方法　（1）個人戦は、男女ともトーナメント方式とする。３分３本勝負とし、勝負の決しない場合は延長戦を行う。延長戦は２分刻みで行い、延長戦２回行った後に小休止（深呼吸等）、再度２回延長戦を繰り返したら面を外しての休息・給水（３分）の時間をとる。以後、延長の続く限り繰り返す。
（2）団体戦は、予選リーグ及びトーナメント方式とする。３分３本勝負とし、勝敗の決しない場合は、引き分けとする。予選リーグにおいて、得点、勝数勝者数、取得本数がすべて同数の場合は、任意の代表者による代表戦を行う。決勝トーナメントに関しては、勝者数・取得本数が同数の場合は任意の代表者による代表戦を行う。
（3）団体戦の選手変更は補員登録選手のみとし、一度退いた選手はその種目の決勝まで再度出場することはできない。選手変更については各コート主任に申し出る。
（4）団体戦登録選手の変更は正規の手続きを行った場合のみ認められるが、個人戦登録選手の変更はできない。

7　組　合　せ　組合せは、５月１３日（火）宮崎地区中学校体育連盟理事・専門部合同会において、各校理事の抽選で行う。個人戦の組合せは宮崎地区中学校体育連盟剣道競技専門部で行う。

8　表　　彰　（1）　個人戦１位～４位に賞状を授与する。

（2）　団体戦優勝校に優勝旗と賞状、２位～４位校に賞状を授与する。１位～４位の登録全選手に個人賞状を授与する。

９　審　　判　宮崎県剣道連盟宮崎支部・東諸支部、宮崎県学校剣道連盟審判員で行う。

10　参加申込　所定の用紙で２部作成し、体育主任を通して５月８日（木）までに地区中体連事務局（大宮中学校内）へ申し込むこと。同時に、配布されるExcelデータ（申込書）に入力し、競技専門委員長に送付すること。以後の申込は受け付けない。団体戦の出場校は、**大会当日受付に**四つ切りにしたオーダー表（市販されているものでもよい）とオーダー用紙２部を提出すること。なお、オーダー表については、中学校名の下に男女の別を記入すること。

11　そ の 他　（1）　大会参加にあたっては､運営上の注意及び会場使用上の留意事項を厳守すること。

（2）　個人戦・団体戦の組み合わせは、シード制を導入する。

（3）　県大会への出場選手・出場校数は、個人戦、団体戦とも団体戦参加校数による比例代表制で決定する。

（4）　選手宣誓は、前年度団体戦優勝校とする。

（5）　監督の服装は、正装を原則とする。個人戦の付き添いは１名まで認める。服装は剣道着・袴とし、選手席に座ることはできない。

（6）　大会参加校は靴入れのビニール袋を各学校で用意し、靴を管理すること。

（7）　紅白の目印は各学校で準備する。（目印は幅５ｃｍ、長さ全長７０ｃｍとする。）

（8）　個人戦・団体戦に出場する選手は、必ず各自で竹刀の点検を行うこと。

【　竹刀の基準　】

	対　　象		中　学　生
長　さ	男　女　共　通		１１４センチメートル以下
重　さ	男　性		４４０グラム以上
	女　性		４００グラム以上
太　さ	男　性	先端部最小直径	２５ミリメートル以上
		ちくとう最小直径	２０ミリメートル以上
	女　性	先端部最小直径	２４ミリメートル以上
		ちくとう最小直径	１９ミリメートル以上

＊ちくとうは、竹刀の先端より 80mm位置を計測する。

ソフトボール競技の部

１　日　　時

令和７年	６月７日（土）	６月８日（日）
監 督 会	８：３０	９：００
保護者代表者会	８：４０	
開 始 式	８：５０	
競技開始	９：３０	９：３０

２　会　　場　ひなた宮崎県総合運動公園　運動広場(A･C)

３　参加資格　宮崎地区中学校総合体育大会開催基準に則る。

４　出場制限　学校代表とし、監督１名・コーチ１名・選手１８名（スコアラー含む）の計２０名以内とする。ただし、部員不足による合同チームでの参加申請があった場合、宮崎地区中体連が認め、県中体連複数校合同チーム編成規定に適合したチームであれば参加も認める。

５　競技規則　(1)　２０２５年日本ソフトボール協会規則及び本大会要項による。
(2)　３回以降１５点差、４回１０点差、５回以降７点差はコールドゲームとする。
(3)　試合は、７回９０分ゲームとする。９０分を超過した時点で次の回に入らない。
(4)　リーグ戦とし，勝ち点制（勝ち３点，引き分け１点，負け０点）で行い勝ち点が同じ場合は直接対決の結果を優先する。それでも順位が決まらない場合はタイブレーカーを行い、順位を決定する。
(5)　熱中症防止のため、３回終了時と５回終了時に給水タイムを設ける。または、３０分経過時と６０分経過時のイニング終了時（裏のおわり）に給水タイムを設ける。タイブレークが生じた場合は、７回終了時にも給水タイムを設ける。給水タイムの間は一切の練習や指示は行わず休憩とする。
(6)　金属スパイクの使用は認めない。
(7)　バットは検定３号とする。また、捕手・打者・走者・次打・コーチボックス内においてもヘルメットを着用すること。
(8)　ユニフォームは統一し、背番号と胸番号を必ずつけること。なお、主将の背番号は１０番とする。また、監督もユニフォームを着用し、背番号は３０番とする。
(9)　捕手は、ヘルメット、スロートガード付きマスク、レガース、プロテクターを着用すること。

６　競技方法　リーグ戦を行い、順位を決定する。ただし、出場校数により変更することもある。

７　使 用 球　使用球はゴム検定球３号とする。

８　組 合 せ　組合せは、５月１３日（火）宮崎地区中学校体育連盟理事・専門部合同会において、各校体育主任の抽選で行う。

９　表　　彰　(1)　優勝校に、優勝旗・賞状を、準優勝、第３位の学校に賞状を授与する。
(2)　優勝校、準優勝校、第３位の登録全選手に個人賞状を授与する。

10　審　　判　宮崎市ソフトボール協会審判部に委嘱する。

11　参加申込　所定の用紙により、体育主任を通して**５月８日(木)正午**までに地区中体連事務局（大宮中学校）へ２部提出。以後の受付けはしない。

12　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。
(2)　シートノックは、ユニフォームを着用した監督・コーチが行うこと。

バドミントン競技の部

1　日　　程

令和７年	６月７日（土） （団体戦）	６月８日（日） （団体戦・個人戦）	６月９日（月） （個人戦）
監督会	８：３０	８：３０	８：３０
開 始 式	９：００		
競技開始	９：３０	９：００	９：００

2　会　　場　宮崎県体育館

3　参加資格　宮崎地区中学校総合体育大会開催基準に則る。

4　出場制限　(1)　団体戦は、各学校１チームとし、そのチーム編成は、監督１名、コーチまたはマネージャー１名、選手５～７名とする。なお、登録選手が５名に満たないチームの出場は認めない。また、外部指導者は登録済みの者とする。
(2)　個人戦は、各学校シングルス４名、ダブルス４組までとする。

5　競技規則　(1)　令和７年度(公財)日本バドミントン協会競技規則並びに本大会要項を適用する。
(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。
(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。但し、学校指定の体育服は可とする。また、ソックスはくるぶしが隠れるものを使用する。
(4)　上衣背面上部に学校名・姓を明記する。
※　文字の高さは６㎝～１０㎝

３０㎝
２０㎝ ○　○　中
大　宮　太
※同姓の選手がいる場合は名の一文字目を小さく入れる。

(5)　個人戦のベンチ入りについては、監督１名とコーチまたはマネージャー１名の２名まで入ることができる。

6　競技方法　(1)　団体戦は、予選リーグ及び決勝トーナメント戦方式とする。
(2)　団体戦は、複２組・単１名とし、複１－単－複２の順で試合を行う。
(3)　個人戦は、トーナメント戦とする。
(4)　団体戦・個人戦ともに県大会出場数により代表決定戦を行う。

7　使 用 球　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)を使用する。

8　組 合 せ　団体戦の組合せは、５月１３日（火）宮崎地区中学校体育連盟理事・専門部合同会において、各校体育主任の抽選で行う。個人戦の組合せは、宮崎地区中学校体育連盟バドミントン競技専門部で行う。

9　表　　彰　(1)　団体戦優勝校に優勝旗・賞状を、２位・３位校に賞状を授与する。また、その登録全選手に個人賞状を授与する。
(2)　個人戦１位・２位・３位に賞状を授与する。

10　審　　判　宮崎市バドミントン協会審判員及び各学校監督、選手・補助員で行う。

11　参加申込　(1)「申込書」を、体育主任を通して**５月８日（木）正午**までに２部、地区中体連事務局（大宮中学校）に申し込むこと。以後は受け付けない。
(2)「申込書」のデータを5月8日(木)正午までに、専門部（下記）に送信すること。
※　データはＣ４ｔｈでの送信も可とします。

12　そ の 他　(1)　団体戦・個人戦ともにシード制を導入する。

第７６回男子・第４０回女子　宮崎地区中学校総合体育大会駅伝競走大会

〔女子の部〕

１　日　　時

令和７年１０月２１日（火）	
役員打合せ	８：２５
監　督　会	８：４０
開　始　式	８：５５
競 技 開 始	９：４０

２　会　　場　宮崎市生目の杜運動公園周回コース

３　参加資格　各中学校に在籍する女子生徒に限る。

４　出場制限　学校単位とし、１チーム選手５名、補欠３名、計８名以内とする。

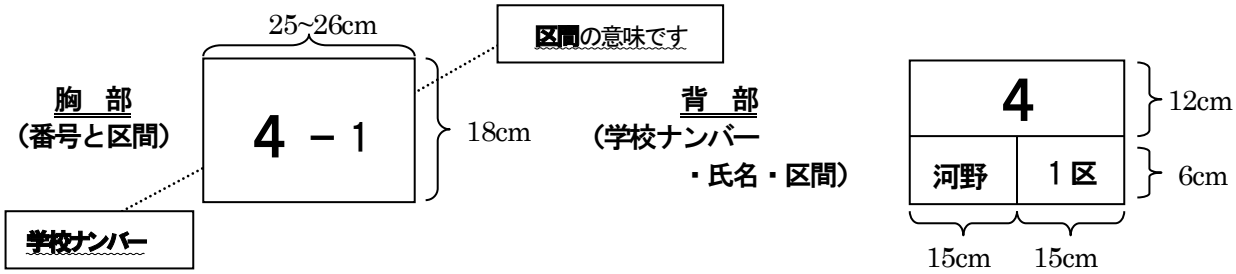
※　けがや体調不良等による選手のメンバー変更は、最初の登録メンバーとの変更のみになるので、最大数で登録することが望ましい。（メンバーの追加はできない）

５　競技規則および選手注意事項

(1)　２０２５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)　役員以外は、出発・ゴール地点に立ち入らない。
(3)　スタート地点での選手位置は、受付時に抽選を行う。
(4)　レース中、競技者が不慮の事故のため競技を中止した場合は、競技運営上困難な面があるので、次の区から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、オープンとして取扱う。総合記録は認めないが、事故区間以外の区間走者の記録は認める。
(5)　申込後の選手変更（区間の入れ替えも含む）については、当日朝の学校受付時に、最終のオーダー用紙を提出すること。なお、諸事情により、申込時に登録した選手を変更する場合は、「選手変更届」を受付時に提出すること。
(6)　車および、人による伴走および飲食物の補給、その他の援助を行うことはできない。伴走およ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原因となる。
(7)　タスキは本部で用意する。
(8)　タスキは肩にかけて走ることにする。ただし中継時の 400m以内は手にもって走ってもよい。
(9)　選手はいかなる場合でも、道路の中心線より左側を走らねばならない。
(10) スタート方法は、「陸上競技規則；駅伝競走基準」に準ずるが、次のように行う。
　① 競技者に対して、「１０分前」・「５分前」・「１分前」をそれぞれ予告する。
　② 秒読みは、「３０秒前」・「２０秒前」・「１０秒前」とする。
　③ 出発係が、「１０秒前」を通告したと同時に、スターターが「位置について」の声をかける。スターターは、定刻にスタートさせる。
　④ 合図は、ピストルの「号砲」によるが、「不発」の場合でも、ピストルの音（撃鉄のカチッという音）によりスタートする。
(11) 招集時間に集合しコールをうけ、そのまま待機して役員の指示に従い行動すること。招集時間に遅れた場合は棄権みなす。
(12) 走者は、下記を参照し、胸部には学校番号と区間を、背部には学校番号・氏名・区間を明記したアスリートビブスをつけること。なお、アスリートビブスは各学校で作成し、当日忘れずに準備すること。

１．宮崎東	２．宮　崎	３．宮崎西	４．大　淀	５．大　宮
６．　橲	７．赤　江	８．木　花	９．青　島	１０．宮崎北
１１．住　吉	１２．生　目	１３．本　郷	１４．大　塚	１５．東大宮
１６．生目南	１７．赤江東	１８．生目台	１９．田　野	２０．佐土原
２１．広　瀬	２２．久　峰	２３．高　岡	２４．清　武	２５．加　納
２６．宮大附属	２７．宮西附属	２８．日向学院	２９．宮崎日大	３０．宮崎第一
３１．鵬　翔	３２．日章学園	３３．宮崎学園	３４．本　庄	３５．八　代
３６．木　脇	３７．　綾	（※複数参加の場合は、プログラム編成後連絡する）		

(13) オープン参加は、陸上部（駅伝部）がある学校に限り１チームの参加を認める。この場合、順位、区間賞からは除く。Ｂチームの登録選手は、Ａチームへ選手変更できない。
(14) 選手のユニフォームは必ず統一すること。(陸上部のユニフォーム・学校の体育着等)
(15) 競技の結果または競技実施に関する抗議は、監督が審判長に申し出ること。保護者から直接の申し出は受け付けない。
(16) 女子のアスリートビブスは赤字とする。(文字は太文字で記入)



(17) 開会式には、補欠の選手は必ず参加すること。選手は、ウオーミングアップの時間確保のため開始式への参加は強制しない。ただし、閉会式には補欠も含め全員参加のこと。

6　競技方法（5区間１２ｋｍ）

区　　間	1区	2区	3区	4区	5区
距　　離	3㎞	2㎞	2㎞	2㎞	3㎞
出発予定時刻	9:40	9:50	9:58	10:06	10:15
招集完了時刻	9:25	9:35	9:45	9:55	10:05

7　表　　彰 (1)　優勝チームには優勝旗及びトロフィーと賞状、2位にはトロフィーと賞状、3位には賞状を授与する。(表彰では、１位３名・２位２名・３位１名が前に出る。)
(2)　各区間、区間賞として賞状、メダルを授与する。
(3)　躍進賞に賞状を授与する。

8　参加申込 (1)　県中体連陸上競技専門部 HP の WebEntry を用いた申込みを行う。
(2)　選手一覧表を県中体連陸上競技専門部 HP の WebEntry を用いて作成し、**9月26日（金）正午**までに、申込担当者までメールで送信すること。
(3) 選手一覧表を県中体連陸上競技専門部 HP の WebEntry を用いて作成したデータついては、**１０月２日（木）正午**までに地区中体連事務局（大宮中学校）に２部提出する（２枚とも職印を押す)。オーダー表は大会当日の受付時に提出する。

9　そ の 他 (1)　雷、雷雨等の悪天候の場合は、大会本部で協議し、順延等の判断を行う。
(2)　監督会議は当日開会式前に行う。
(3)　健康診断は、学校で責任をもって行うこと。
(4)　選手変更届けは監督会までに提出する。
(5)　県大会出場校は、比例代表制枠に準ずる。

チーム数	1～3	4～6	7～9	10～12	13～15	16～18	19～
出 場 数	1	2	3	4	5	6	7

10　コース図　女子コース図参照

〔男子の部〕

1　日　　時

令和７年	１０月２１日（火）
役員打合せ	８：２５
監　督　会	８：４０
開　始　式	８：５５
競 技 開 始	１０：５０

2　会　　場　宮崎市生目の杜運動公園周回コース

3　参加資格　各中学校に在籍する男子生徒に限る。

4　出場制限　学校単位とし、１チーム選手６名、補欠３名、計９名以内とする。
※　けがや体調不良等による選手のメンバー変更は、最初の登録メンバーとの変更のみになるので、最大数で登録することが望ましい。（メンバーの追加はできない）

5　競技規則および選手注意事項
(1)　２０２５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)～(15)は女子に同じ
(16)　男子のアスリートビブスは黒字とする。（アスリートビブスの作成については女子に準じる。）
(17)　開会式、閉会式には、補欠も含めて全員参加すること。

6　競技方法（６区間１８ｋｍ）

区　　間	１区	２区	３区	４区	５区	６区
距　　離	**3㎞**	3㎞	3㎞	3㎞	3㎞	**3㎞**
出発予定時刻	10:50	10:59	11:08	11:17	11:26	11:35
招集完了時刻	10:35	10:44	10:53	11:02	11:11	11:20

7　表　　彰　女子に準じる
8　参加申込　女子に準じる
9　そ の 他　女子に準じる
10　コース図　男子コース図参照

〔ロードレースの部〕

1　日　　時　宮崎地区駅伝競走大会開催日　男子駅伝終了１０分後（①男子の部→②女子の部）

2　会　　場　宮崎市生目の杜運動公園周回コース

3　競技規則および選手注意事項
(1)　参加資格は各中学校に在籍し、駅伝の登録メンバーで駅伝の部に出走しなかった生徒。
(2)　各学校（オープンのチームも認める）の参加人数は、各チームの補欠の人数内とする。
(3)　役員以外は、出発・ゴール地点に立ち入らない。
(4)　スタート地点での選手位置は、自由とする。
(5)　招集時間は設けない。男子駅伝終了後、直ちにスタート地点に集合すること。
(6)　走者は、ゴール後に着順カードを係から受け取ること。なお、記録については掲示するので、各自で確認すること。
(7)　競技の結果または競技実施に関する抗議は、監督が審判長に申し出ること。保護者から直接の申し出は受け付けない。

4　競技方法　女子２ｋｍ・男子３ｋｍ（周回コース）

5　表　　彰　男女各３位までを表彰する。

6　参加申込　駅伝の部に登録した選手を対象とし、当日の朝の学校受付時に、ロードレースの申込書を提出する。

7　そ の 他　(1)　雷、雷雨等の悪天候の場合は、大会本部で協議し、中止等の判断を行う。
(2)　健康診断は、学校で責任をもって行うこと。また、体調不良の場合は出場を控えること。

8　コース図　駅伝コース図（２ｋｍ・３ｋｍ）参照