令和元年度

１９１７２００６

中信高等学校新人体育大会

陸上競技大会

チャレンジング

高体連新人大会

挑戦的に・意欲的に・やりがいを求めよう

期日　令和元年8月30日（金）・31日（土）・9月1日（日）

会場　長野県松本平広域公園陸上競技場　（171020）

主催　中信高等学校体育連盟・(一財)長野陸上競技協会

主管　中信高等学校体育連盟陸上競技専門部

競 技 日 程

［※招集完了時刻は、競技開始 20分前（トラック） ・30分前（フィールド） ］

◆第１日目　８月３０日（金）

開会式　　9:30

【トラック競技】

順	競技開始	種目		人数	open	ラウンド	組	通過基準
1	10:30	男子	4×100mR	11		予	2	1着+6
2	10:50	男子	1500m	25	4	予	2	3着+6
3	11:15	男子	8種 100m	4			1	
4	11:30	女子	400m	17		予	2	2着+4
5	11:40	男子	400m	25	2	予	4	1着+4
6	12:10	女子	100mH	11		予	2	1着+6
7	13:00	女子	1500m	11		決	1	
8	13:30	男子	110mH	6		決	1	
9	13:40	女子	100mH			決	1	
10	14:00	男子	1500m			決	1	
11	14:20	女子	400m			決	1	
12	14:25	男子	400m			決	1	
13	14:30	男子	8種 400m	4			1	
14	15:00	女子	0P100m	9			1	
15	15:05	女子	100m	25		予	3	1着+5
16	15:20	男子	0P100m	9			1	
17	15:25	男子	100m	39		予	5	2着+6

【フィールド競技】（跳躍）

順	競技開始	種目		人数	open	ラウンド
1	10:30	女子	走幅跳	14		決
2	12:30	男子	8種 走幅跳	4		
3	14:00	男子	走幅跳	17		決

【フィールド競技】（投擲）

順	競技開始	種目		人数	open	ラウンド
1	10:30	男子	ハンマー投	8		決
		女子	ハンマー投	6		決
2	12:30	男子	やり投	11		決
3	13:30	男子	8種 砲丸投	4		
4	14:30	女子	やり投	12		決

◆第２日目　８月３１日（土）

【トラック競技】

順	競技開始	種目		人数	open	ラウンド	組	通過基準
1	9:30	男子	8種 110mH	4			1	
2	9:40	女子	7種 100mH	4			1	
3	10:00	男子	400mH	12		予	2	1着+6
4	10:20	男子	100m			準	2	3着+2
5	10:40	女子	800m	12		予	2	1着+6
6	11:00	男子	800m	23		予	3	1着+5
7	11:30	女子	400mH	6		決	1	
8	11:40	男子	400mH			決	1	
9	12:00	女子	100m			決	1	
10	12:05	男子	100m			決	1	
11	12:30	男子	3000mSC	10		決	1	
12	13:00	女子	4×100mR	9		決	1	
13	13:10	男子	4×100mR			決	1	
14	14:00	男子	8種 1500m	4			1	
15	14:30	女子	7種 200m	4			1	
16	15:00	男子	4×400mR	11		予	2	1着+6

【フィールド競技】（跳躍）

順	競技開始	種目		人数	open	ラウンド
1	10:30	男子	棒高跳	5		決
		女子	棒高跳	3		決
2	10:30	女子	7種 走高跳	4		
3	12:00	男子	8種 走高跳	4		
4	13:30	男子	走高跳	9		決

【フィールド競技】（投擲）

順	競技開始	種目		人数	open	ラウンド
1	9:30	男子	砲丸投	13		決
2	11:00	男子	8種 やり投	4		
3	12:00	女子	砲丸投	6		決
4	13:30	女子	7種 砲丸投	4		

◆第３日目　９月１日（日）

【トラック競技】

順	競技開始	種目		人数	open	ラウンド	組	通過基準
1	9:30	男子	200m	33	2	予	5	2着+6
2	9:50	女子	0P200m	7			1	
3	9:55	女子	200m	22		予	3	1着+5
5	10:15	女子	5000mW	5		決	1	
		男子	5000mW	5		決	1	
6	11:00	男子	5000m	15		決	1	
7	11:30	男子	200m			準	2	3着+2
8	11:50	女子	800m			決	1	
9	12:00	男子	800m			決	1	
10	12:20	女子	3000m	9		決	1	
11	12:55	女子	200m			決	1	
12	13:00	男子	200m			決	1	
13	13:10	女子	7種 800m	4			1	
14	14:20	女子	4×400mR	9		決	1	
15	14:30	男子	4×400mR			決	1	

【フィールド競技】（跳躍）

順	競技開始	種目		人数	open	ラウンド
1	9:30	女子	7種 走幅跳	4		
2	10:30	女子	走高跳	7		決
3	12:00	男子	三段跳	8	2	決
		女子	三段跳	8		決

【フィールド競技】（投擲）

順	競技開始	種目		人数	open	ラウンド
1	10:00	男子	円盤投	12		決
2	11:30	女子	7種 やり投	4		
3	12:30	女子	円盤投	10		決

開会式	30日（金）	9:30～
閉会式	1日（日）	競技終了後

	30日（金）	31日（土）	1日（日）
審判・顧問会議	開会式終了後	8:40	8:40
補助員受付	8:30	8:30	8:30

※８／３１（土）　８：３０より、棒高跳びのセッティングを行います。ご協力お願いします。
※最終日、競技終了後に競技場の清掃を分担して行います。よろしくお願いします。

式　典　順　序

開会式

（８月３０日　９：３０）

１　選手・役員整列
２　開　式　通　告
３　優勝杯返還
４　会　長　挨　拶
５　競技開始宣言
６　選　手　宣　誓
７　諸　　連　　絡
８　閉　式　通　告
９　退　　場

閉会式

（９月１日　競技終了後）

１　選手・役員整列
２　開　式　通　告
３　成　績　発　表
４　表　　彰
５　会　長　挨　拶
６　閉　式　通　告
７　退　　場

大　会　役　員（順序不同）

大　会　長	杉村　修一
大会副会長	今井　義明
参　　与	加盟高等学校長
	木戸岡　和孝
大会委員長	島﨑　貴史
副大会委員長	良波　克也
委　　員	西澤　佳志　　傳刀　正義　　伊藤　尚美
	圓山　正明　　内藤　宏和

競　技　役　員

会場長	田畑　邦仁（志学館）			
総務 （競技委員長）	良波　克也（志学館）			
総務員 （競技委員）	勝野　仁深（岳陽）	三代澤芳男（豊科）	山﨑　豊茂（松本国際）	上杉　丈夫（深志）
				志学館2
技術総務	赤沼　広志（岳陽）			
審判長	中原　信一（松本陸）（トラック）		下川　泰秀（松本陸）（フィールド）	
役員係	（主）森泉　哲　（大北陸）	青山　陸生（松本陸）②③		
表彰係	（主）下川　治美（志学館）			志学館1
マーシャル	（主）藤森　茂幸（松本陸）	矢島由美子（県ケ丘）	水野　好美（美須々）	小穴　弘子（池工）
ｱﾅｳﾝｻｰ	（主）山﨑　豊茂（松本国際）	前島　美希（青峰）		松本国際1
記録情報処理員 （番組編成を兼ねる）	（主）三代澤芳男（豊科）	増田喜代志（塩尻陸）	樋口　剛志（松商）	水谷　奈々（豊科）
	瀬在　昌子（南農）	平林　綾　（松商）	宮島　香織（松本陸）②③	
				松商2・豊科2
公式計測員	赤沼　広志（岳陽）(兼)			
風力計測員	（主）青柳　建夫（塩尻陸）①			蟻ケ崎4
	（主）工藤　忠好（大北陸）②③			
用器具係	（主）池田　正　（美須々）	橋爪　雄二（蟻ケ崎）	穂苅　稔　（穂商）	降幡　正　（松工）
	島田　祐吉（松商）	二木　温　（松商）		
				青峰4・田川3・松本国際2

競技者係	（主）縣　正樹　（深志）	横川佐知雄（大北陸）	内田　廣子（安曇野陸）①	松岡　利明（松本陸）②③
	栗田　勝利（松本陸）②	和田　泰正（安曇野陸）③		深志4・松本国際2
出発係	（主）今溝　秀雄（南農）	小原健太郎（松本陸）	唐澤　佑作（明科）	上條　盛子（松本陸）
	井出　誓治（木曽陸）①②	山本　浩史（木曽陸）②③		南農3・松本国際3
ｽﾀｰﾀｰ・ﾘｺｰﾗｰ	（主）勝野　仁深（岳陽）	永島　侃　（青峰）	織茂　大地（松本陸）	高山　楓　（松本陸）①
	小川　淳　（木曽陸）②③			岳陽3
監察員	（主）五十川正彦（大北陸）	土井　次利（松本陸）	望月　勝　（安曇野陸）	河西　伸　（都市大）
	小関　篤　（田川）	尾島　康平（明科）	杉原　昭紀（松本陸）②③	奥原　聖　（松本陸）③
	河合　碧　（池工）			
写真判定員	（主）藤井　一茂（松商）	風間勇一郎（志学館）	料治　正和（田川）	青山　功一（安曇野陸）②③
兼周回記録員	児玉　奈美（安曇野陸）②③	赤沼　広志（岳陽）(兼)		松商2
跳躍審判員	（主）上杉　丈夫（深志）	佐藤　賢一（県ケ丘）	篠原　竹利（蟻ケ崎）	野村　繁伸（都市大）
	畑山路知子（穂商）	上條　健　（松本陸）①	丸山　純生（松本陸）②③	宮澤　憲二（松本陸）①②
	山岸　彰　（安曇野陸）③	松井　一陽（大北陸）②③		深志4・県ケ丘4
投てき審判員	（主）野村　勝己（松工）	藤原　牧人（梓川）	吉田　昭男（塩尻陸）	中村　晴夫（塩尻陸）
	染野雄太郎（梓川）	大矢　長門（田川）	荻野喜一郎（木曽陸）①②	肥後橋金光（松本陸）①
	滋田　祐希（松本陸）②			梓川3・美須々3・松工2
競歩審判員	（主）縣　正樹　（深志）	野村　勝己（松工）	赤沼　広志（岳陽）	佐藤　賢一（県ケ丘）
（全員兼務）	今溝　秀雄（南農）	三代澤芳男（豊科）	上杉　丈夫（深志）	出発補助員兼
競歩記録員	（主）料治　正和（田川）			
（兼務）				
医務員	高山　晃司（松本陸）③			
補助員係	山﨑　豊茂（松本国際）(兼)			

補助員　　参加各校は上記　□　内の人数の補助員をお願いします。
1日を通してできない場合は交代して行うようにしてください。

※　上記審判員の方（学校正副顧問を含む）は、毎日審判受付をしてください。（役員係）

※　各学校の補助員代表者は毎日補助員受付をしてください。（補助員係）

競技注意事項及び申し合わせ事項

1　競技規則について

本大会は2019年度日本陸上競技連盟競技規則及び本大会申し合わせ事項により行なう。

2　練習について

①本競技場（メイン）の使用については、競技開始15分前（トラックのみ可）までと競技終了後16:45までとする。（17:00までには退場する）

②投てきの練習については下記のとおりとし、顧問監督指導のもと十分注意して行う。

この他、競技時間内における選手のみの投てき練習は一切禁止とする。

月日	種目	時間	会場
8月30日(金)	ハンマー投	8:00～9:00	本競技場
	やり投（男子）	10:30～11:30	補助競技場
	砲丸投（混成）	11:30～12:30	
	やり投（女子）	13:00～14:00	
	砲丸投・円盤投・やり投	競技終了後～16:45	本競技場
8月31日(土)	砲丸投（男子）	8:00～9:00	本競技場
	砲丸投（女子）・やり投	9:30～13:00	補助競技場
	円盤投・やり投（7種）	競技終了後～16:45	本競技場
9月1日(日)	円盤投	8:00～9:00	本競技場

3　競技場について

競技場は全天候舗装のためスパイクピンはすべて9mm以下の並行ピンとする。但し、走高跳・やり投は12mmを超えてはならない。

4　招集について

①招集所は、100mスタート付近に設置する。

②招集時刻はトラック競技２０分前、フィールド競技３０分前に完了する。招集完了5分前には招集所で待機し、最終確認を受けること。

③他の種目と兼ねて、同時に競技する者は、競技者係及びその種目の審判員に申し出て、競技進行に支障のないようにすること。

④リレー種目に出場するチームは、各ラウンドともオーダー用紙に必要事項を記入し、招集完了時刻の１時間前までに招集所に提出すること。

⑤混成競技においてはその日の最初の種目のみ招集所で点呼を受け、２種目以降は現地で受ける。ただし、最終種目の前に招集所で腰ナンバー標識を受け取ること。

⑥招集に遅れた者は、棄権とみなし出場を許可しない。

⑦種目を棄権する場合は、早め（遅くも招集開始時間前まで）に招集所に必ず申し出ること。

5　競技について

①ナンバーカードは、背・胸各部に取り付ける。但し、跳躍競技は、胸・背のどちらでも良い。ナンバーカードのない者は出場できない。

②4×400Rのアンカー及び800m以上の種目は腰ナンバー標識を、5000m･5000mWは通し胸背部ナンバーカードをつけるので、競技開始1時間前までに招集所で受け取ること。

③棒高跳用のポール以外の用器具は、競技場備え付けのものを使用する。競技場内へは練習用といえども持ち込んではいけない。

④リレー用のマーカー（テープ）は、各チームで用意すること。終了後は撤去すること。

⑤リレー出場者は各チーム同一のユニフォームを着用するものとする。
⑥リレーにおいてはリレーに申し込んだ２人が走れば、予選・決勝とも他の２人はリレー以外の種目に申し込んだ選手（OP種目のみ参加選手は不可）が出場できる。（変更は２名以内とする）
⑦「スタートにおける警告」に関する2018年度改正ルールは適用せず、注意にとどめる。
　〇県大会から上位大会は全て適用となるので、充分注意すること。

⑧三段跳の踏切板は砂場から、男子１０ｍ・女子８ｍの位置に設置する。

⑨トラック競技の予選及び予選のない決勝のレーンと、フィールド競技試技順はプログラム記載のとおりとする。

⑩競技者は競技場内へのビデオ・携帯電話・トランシーバーもしくは類似の情報機器等の持ち込みが禁止されているので注意すること。

⑪オープン種目については次のラウンドに進めない。フィールドの試技は3回。また学校対抗得点には含まない。

６　走高跳・棒高跳のバーの上げ方（混成競技を除く）

男子走高跳　１．２５　１．３０　～　１．８０　１．８５　１．８８　１．９１　３センチずつ。

女子走高跳　１．１０　１．１５　～　１．３５　１．４０　１．４３　１．４６　３センチずつ。

棒高跳　　１ｍ６０～　２ｍまでは２０ｃｍずつ。以降１０ｃｍずつ。

７　学校対抗について

①男女別学校対抗とし、男女別種目の合計点により学校順位を決定する。（同点の場合は優勝者の多い学校を上位とする。）

②入賞者の得点は１位８点、２位７点・・・７位２点、８位１点とする。

８　表彰について

①各種目３位までの入賞者に賞状を授与する。

②男女とも、総合得点優勝校には優勝杯と賞状を、２・３位の学校には賞状を授与する。

９　県大会への出場について

①本大会は長野県高等学校新人体育大会の予選を兼ねる。各種目上位８位（混成競技は６位）までが県大会出場資格を得る。

②新人大会は、県大会が修学旅行と重なる等特別な理由がある場合に限り、出場を辞退することを認める。各種目辞退者が出た場合には、順位順に８名（混成は６名）まで繰上げて選出する。（最終ラウンドの記録順。同記録の場合は抽選）
辞退をする場合は各種目決勝終了後、顧問が申し出ること。

③県大会出場が確定した学校は、本部が用意する「認知書のコピー」・「リレー票」に出場者を記入し、参加料1人「1,000円」を添えて大会終了までに申し込む。

10　その他

①ごみは各自で管理し、必ず持ち帰るようにすること。

②貴重品は各自で管理し、盗難には充分注意すること。

③参加者心得は全国高等学校総合体育大会に準ずる。

④茶髪・金髪等の髪の染色・脱色をしている生徒、ピアス等装飾品を身につけている生徒は出場を認めない場合がある。

全国高等学校総合体育大会参加者心得

全国高等学校体育連盟

全国高等学校体育大会の開催は、高等学校教育の一環として高等学校生徒に広くスポーツ実践の機会を与え、技能の向上とアマチュアスポーツの精神の高揚をはかり、心身ともに健全な高等学校生徒を育成するとともに、高等学校生徒の相互の親睦をはかろうとするものである。
参加する生徒は、日頃学習した技を競うだけでなく、その生活態度においても高校生らしい態度で始終するとともに、他県選手団との友情を深め、参加したことが最大の収穫となるように努力してもらいたい。

１　基本的態度

（１）　明朗活発であり、理性をもって正しい判断に基づいて行動する。
（２）　自己中心的でなく、お互いが協調性に富み積極的に協力する。
（３）　節制に努め、健康管理には十分に注意する。

２　競技会参加への態度

（１）　競技規則を理解し、尊重する。
（２）　高校生らしい態度で、しかもスポーツマン精神で参加する。
（３）　練習についても、怪我や事故のないように十分注意し行なう。

３　遠征や生活における態度

（１）　交通機関について
　　公徳心を守り、他人に対する思いやりをもって行動する。
（２）　宿舎での生活
　　ア、時間を守り、自分勝手な行動をしない。
　　イ、セルフサービスをモットーとし、配膳・寝具の整理整頓・清掃等も積極的に行なう。
　　ウ、地域の人や、他県の選手間でも気持ちよく挨拶をかわす。
　　エ、貴重品の管理には十分注意する。
　　オ、非常口についてはよく理解し、避難の方法についても十分に確認する。
（３）　外出先や自由見学について
　　ア、高校生らしい身だしなみで行動する。
　　イ、グループで行動し、時間を守る。
　　ウ、公共物、動植物を大切にし、自然環境を損なわないようにする。
（４）　保険証について
　　参加選手は健康保険証を持参する。

注　意　！

頭頸部や顔面に強い衝撃を受けた時は

◇安静にし、すぐに専門医の診察を!

◇本人が「大丈夫」と言っても競技に復帰させない!

※意識があっても生命にかかわる場合があります

頭頸部外傷事故発生時の対応フローチャート

スポーツによる脳震盪は、意識障害や健忘がなく、頭痛や気分不良などだけのこともある。
後述「スポーツによる脳損傷を予防するための提言」より

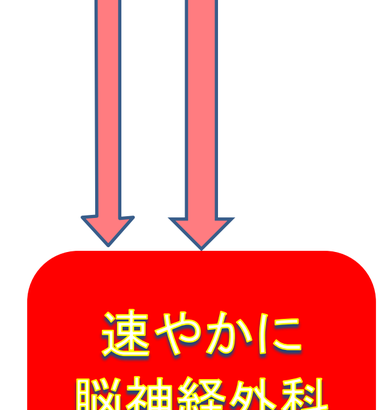
頭頸部外傷発生

意識障害の確認例
- ●開眼していない
- ●話すことができない
- ●時・場所・人が正確にわからない
- ●外傷前後の事を覚えていない

意識障害の有無を確認 → なし → **頸髄・頸椎損傷**の疑いを確認 → なし → **脳震盪症状**の有無を確認 → なし → 保護者に連絡して家庭で観察

- 意識障害の有無を確認 → あり → 119番通報 AEDの手配
- 頸髄・頸椎損傷の疑いを確認 → あり → 119番通報 AEDの手配
  - ★運動マヒ
  - ★筋力低下
  - ★しびれ
  - ★異常感覚
- 脳震盪症状の有無を確認 → あり → 119番通報 AEDの手配
  - ★頭痛
  - ★吐き気
  - ★気分不快
  - ★けいれんや普段と違う行動パターン
  - ★バランステストの異常

  等



保護者に連絡して家庭で観察
- 帰宅後異常あり → 速やかに脳神経外科を受診
- すぐ回復 → 速やかに脳神経外科を受診
- 回復しない → 119番通報 AEDの手配

119番通報 AEDの手配 → 頸部の安静に留意し呼吸の確認
- 呼吸なし・わからない → ★心肺蘇生の開始 ★AEDの使用

- 呼吸あり → 呼吸、体動などを再評価 救急隊の到着を待つ

スポーツによる脳震盪は、そのまま競技・練習を続けると、これを何度も繰り返し、急激な脳腫脹や急性硬膜下血腫など、致命的な脳損傷を起こすことがある。一般社団法人日本脳神経外科学会
「スポーツによる脳損傷を予防するための提言」より

『練習、試合への復帰は慎重に』・・・スポーツへの復帰は慎重にし、必要に応じて脳神経外科専門医の判断を仰ぎましょう。

「セカンドインパクトシンドローム（SIS）」・・・脳に同じような外傷が二度加わった場合、一度目の外傷による症状は軽微であっても、二度目の外傷による症状は、はるかに重篤になることがあること。

フローチャートは、独立行政法人日本スポーツ振興センター『スポーツ事故防止ハンドブック』より
監修：長野県日体協公認スポーツドクター協議会
作成：長野県教育委員会事務局スポーツ課学校体育係

「あたま」や「かお」をつよくぶつけたときには、すぐに先生につたえよう！
むりをしてうごかずに、そのばで休んでいよう！