

【体育祭】



6月19日(月)

2023年度 体育祭実施要項

基本方針

クラスの団結力を高め、学年をこえて、友情をはぐくむ。

日時

2023 年 6 月 19 日(月)

場所

日本ガイシホール

プログラム

競技時間	招集時刻	所要時間 (分)	番号	競技
9:20 ～ 9:30		10		開会式(クラス席)
9:40 ～ 10:15	開会式後すぐ	35	①	クラス対抗 向陽リレー
10:20 ～ 10:50	10:00	30	②	ブロック対抗 台風の目
10:55 ～ 11:35	10:35	40	③	クラス対抗 女(80m×4)/男(160m×4)リレー 予選
11:40 ～ 11:55	11:20	15	④	クラス対抗 パン買い競争
12:05 ～ 12:15	11:45	10		応援団
12:20 ～ 12:55	12:00	35	⑤	ブロック対抗 妨害玉入れ
13:00 ～ 13:35	学年順フロアへ	35	⑥	クラス対抗 8 の字ジャンプ
13:40 ～ 14:10	13:20	30	⑦	ブロック対抗 十字綱引き
14:20 ～ 14:45	14:00	25	③	クラス対抗 女(80m×4)/男(160m×4)リレー 上位決勝
14:50 ～ 15:10	14:30	20	⑧	部対抗リレー
15:20 ～ 15:35		15		閉会式(クラス席)

更衣

① 入場後、着替えを済ませ、9:00 に座席で点呼

※当日は、すぐにクラス T シャツや体操服に着替えることができる体育時の服装や部服等での入場を認める。

② 更衣場所…男子:各クラス席、更衣室 D・E

女子:第 2 競技場(服は自分のクラス席に持って行く)、更衣室 F(部対抗リレーの選手のみ)

服装

① クラス T シャツ、または体育時の服装以外は認めない(部対抗リレーでの着替えを除く)。

② フェイスペイントは禁止する。

③ 観客席は外履き、体育館シューズの両方可。フロアに下りる際は体育館シューズのみ可。

観覧

- ・自分のクラス席からの応援とする。
- ・開会式の前と閉会式の前にクラス席で点呼を行う。

選手変更

6月14日(水)に「選手変更届」をクラスに配布する。

怪我等のやむをえない理由の場合、担任の先生に許可印をもらい、下記の時間帯に提出すること。

6月16日(金)12:00～12:20 生徒会顧問室 当日変更 8:40～9:10 本部

※選手変更せずに、登録外の競技に出場したことが発覚した場合は、該当クラスの該当競技を失格とする。

その他

- ① 鳴り物(マイク・チアホーン)での応援は禁止。
- ② ゴミが落ちていると余分に清掃料金がかかってしまうので、アリーナに落ちる可能性があるキラキラモール等を装飾した応援グッズは不可。
- ③ 貴重品は各自管理すること。または、担任の先生の貴重品袋に預けること。
- ④ 観客席は飲食可。出場選手は飲料をフロアに持ち込むことはできない(係のみフロア壁際のシート上で飲むこと可)。
- ⑤ スマホやカメラで撮影した写真・動画の取り扱いには十分注意すること。写る人の同意を得ずに撮影したり、SNSへアップしたりすることは絶対にしないように。また、体育祭実施中にスマホゲーム等の利用はやめましょう。

クラス内人数配分

番号	競技	男子	女子	計
①	クラス対抗 向陽リレー	10(5×2 チーム)		10(5×2 チーム)
②	ブロック対抗 台風の目	3	3	6
③	クラス対抗 女子リレー(80m×4)	0	4	4
③	クラス対抗 男子リレー(160m×4)	4	0	4
④	クラス対抗 パン買い競争	3		3
⑤	ブロック対抗 妨害玉入れ	5		5
⑥	クラス対抗 8の字ジャンプ	12以上(回し手を含む)		12以上(回し手を含む)
⑦	ブロック対抗 十字綱引き	3	3	6

◆1人1種目以上出場すること。

得点

		1位	2位	3位	4位	5位	6位	7位	8位	9位
①	クラス対抗 向陽リレー	90	80	70	60	50	40	30	20	10
②	ブロック対抗 台風の目	45	40	35	30	25	20	15	10	5
③	クラス対抗 女子/男子リレー	90	80	70	60	50	40	30	20	10
④	クラス対抗 パン買い競争	90	80	70	60	50	40	30	20	10
⑤	ブロック対抗 妨害玉入れ	45	40	35	30	25	20	15	10	5
⑥	クラス対抗 8の字ジャンプ	跳んだ回数								
⑦	ブロック対抗 十字綱引き	45	40	35	30	25	20	15	10	5

◆ブロック対抗の得点は3学年それぞれのクラスに加算される。

ブロックの3クラスの得点合計がブロックの総得点となる。

表彰

ブロック総合 1・2・3 位を表彰、学年総合 1 位を表彰、8 の字ジャンプの全校 1 位クラスを表彰

競技内容・ルール

① クラス対抗 向陽リレー(段ボールキャタピラ・綱くぐり・おんぶ・走れコータロー)〈5 人×2 チーム〉

- (1) 各学年 A・B それぞれ 2 組タイムレースで行う。
- (2) タスキをバトンとする。
- (3) バトンの受け渡し時は第二走者から順位により内側から並ぶ。
- (4) 同じ走者が二度フライングをした場合は失格とする。

第 1 走者:段ボールキャタピラ

段ボールの中をハイハイしながら進む。段ボールから手や足を出して進まないこと。

第 2 走者:綱くぐり

綱の下をくぐる。

第 3 走者:おんぶ競争

おんぶして進む。おんぶされている人が降りてしまったら、その場でもう一度おんぶしなおす。

第 4 走者:走れコータロー競争

ほうきで作った馬にまたがりながら進む。

② ブロック対抗 台風の目〈男女 3 人ずつ〉

- (1) 3 ブロック同時にタイムレースで行う。
- (2) 3 人で棒を持ち、コーンで 1 回転して折り返す。
- (3) スタート地点まで来たら、待機している同じブロック全員の足元に棒を通した後、さらに同じブロック全員の頭の上に棒を通し次の 3 人へ渡す。
- (4) (2)、(3)を繰り返し、最後の 3 人スタートラインに棒を置くまでの時間を計測する。

③ クラス対抗 女子リレー80m×4 人〈女子 4 人〉、男子リレー160m×4 人〈男子 4 人〉

- (1) 各学年 2 組で行う。
- (2) 予選各組の 2 着まで(計 4 チーム)が上位決勝進出。
※決勝のレーン順は、予選順位により決定する。下位決勝は行わない。
5 位以下のクラスはタイムで順位を決定する。

予選	1 位	2 位		1 位	2 位
第 1 組	上位決勝 3 レーン	上位決勝 1 レーン	第 2 組	上位決勝 2 レーン	上位決勝 4 レーン

- (3) スタートから 15m まではセパレートコース。バトンパスの際は前走者のコーナー入り口の順位により内側から並ぶ。
- (4) 同じ走者が二度フライングをした場合は失格
- (5) コーナー走行時にトラック内への侵入は行わない。走者の進路妨害をしない。
(侵入がひどい場合、実行委員の判断で失格にする場合もある)
- (6) 追い抜きは外側から行う。ただし、内側に十分なスペースがある場合は追い抜いても良い。
- (7) バトンゾーン内でバトンパスを完了する。
- (8) スタートの体勢は、クラウチングスタート、スタンディングスタート等、自由とする。

④ クラス対抗 パン買い競争〈3 人〉

- (1) 各学年9組ずつ同時のタイムレースで行う。
- (2) 買うのに必要なブロック数が違い(1～3 個)、パンを3 種類スタート地点により早く持ち帰った組から1 位とする。
- (3) 3 種類のパンは自由な順番で持ち帰ってよく、1 人目(2 人目)がパンをスタート地点に持ち帰ったら、2 人目(3 人目)が走り出してよいものとする。
- (4) パンはそれぞれのスタート地点の正面にあるものを取りに行き、その途中で積み上げているブロックを落としたら再度積み上げてからパンを買いに行く。

応援団

有志者はフロアに出てダンスを披露する。

⑤ 妨害玉入れ〈5 人〉

- (1) 3 ブロックずつ同時に行う。
- (2) 玉は各ブロック 50 球で、設定した円の外側(4m)から投げる。円の内側に落ちた玉を取りに行ってもよいが、投げるのは円の外側からのみとする。円の内側に玉を取るだけの役割の人はつけないこと。
- (3) 妨害の人は各ブロックから 3 人出し、3 つのブロックの中で回す。円の内側に入ってボードで妨害する。振り下ろすなどの危険な行為は禁止する。
- (4) 競技時間は 90 秒間で行う。
- (5) 体育祭全体の進行が順調で、時間に余裕がある場合は、玉を 1 つずつ数えていく。

⑥ クラス対抗 8 の字ジャンプ(長縄)〈12 人以上(回し手 2 人を含む)〉

- (1) 競技時間を 1 分間とし、8 の字跳びで跳べた合計回数を競う。(8 の字跳び以外の跳び方は認めない)
- (2) 競技前練習を 1 分間とする。
- (3) 登録メンバー内なら、記録時間内でも回し手は交代してよい。
- (4) 合計回数は係が確認・集計する。

⑦ ブロック対抗 十字綱引き〈男女 3 人ずつ〉

各クラスから男女 3 人ずつの 6 人が参加する。3 学年合わせて 18 人で競技を行う。

- (1) 4 ブロックで対戦する。4 ブロックの試合を 5 回戦行う(1 ブロックにつき 2 回ずつ)。そのうち 2 回戦については教員チームが入る。
- (2) 30 秒間 4 ブロックが同時に綱を引き、終了時の綱の中心の位置を測る。
- (3) 仕切られた自分のテリトリーのラインを越えてはいけない。

⑧ 部対抗リレー〈各部から 4 人(有志)〉

- (1) 各部の走力・意気込みにより組分けを行う。
- (2) 女子 80m×4 人、男女混合 80m×4 人、男子 160m×4 人
- (3) ルールは女子/男子リレーと同様とする。

2023年度 体育祭 諸注意

① コロナ感染症対策

- ・各自で感染対策を心掛けること。
- ・ガイシホール入口と招集場所に手指消毒用のアルコールを設置しますので、利用してください。

② 持ち物・服装

【 持ち物 】

- ・体育館シューズ（フロアでは体育館シューズ以外は不可です）
- ・クラス T シャツ，体育時の服装
- ・昼食 ・ 1 日分の飲み物（ホール内にある自販機〈数台〉はあてにしないこと）

【 服装 】

- ・更衣時の密を避けるため，すぐにクラス T シャツや体操服に着替えることができる体育時の服装や部服等（個人のジャージを含む）での入場を認めます。
- ・競技中はクラス T シャツ，または体育時の服装のみです（部対抗リレー除く）。不要なものは身につけないこと。
- ・化粧・フェイスペイントは禁止。

③ 更衣と点呼

【 更衣場所 】 ※服は自分のクラス席に持って行く

男子：〈各クラス席〉，更衣室 D・E

女子：第2競技場

【 点呼 】

9：00クラス席で行う（着替えた上で）。※8：30開場予定

閉会式の前にクラス席で行う（係の人は予め担任の先生に申し出ること）。

※座席はできるだけ隣を1つ空けて使用してください。

やむを得ず欠席・遅刻する場合は，8：15までに連絡すること（欠席・遅刻連絡フォームまたは学校へ連絡）。遅刻して来場した場合は，ホール1階の本部室へ。

④ ガイシホールの利用について

- ・ 駐輪場はホールの北西にあります。
 - ・ 観客席は外履き，体育館シューズの両方可。フロアに下りる際は体育館シューズのみ可。ホール（円形建物）から出る際は外履き。
※競技実施中はホール外へは出ないようにすること。
 - ・ 観客席は飲食可。出場選手は飲料をフロアに持ち込むことはできない（係のみフロア壁際のシート上で飲むこと可）。
 - ・ 雨天時の際，傘は入口で十分水気を切ってから持ち込んでください。
- ◎ ゴミはすべて持ち帰りです。
ガイシホールに設置してあるゴミ箱には捨てないように。

⑤ 応援について

- ・ 自分のクラス席からの応援とする。
- ・ 鳴り物(マイク・チアホーン)での応援は禁止。
- ・ ゴミが落ちていると余分に清掃料金がかかってしまうので、アリーナに落ちる可能性があるキラキラモール等を装飾した応援グッズは不可。

⑥ 昼食について

昼食をとる時間は設定していません。

⑦ 貴重品管理と施錠

貴重品は各自で管理すること。もし，自己管理に不安がある場合は担任の先生の貴重品袋に預けるようにしてください。

⑧ その他

スマホやカメラで撮影した写真・動画の取り扱いには十分注意すること。写る人の同意を得ずに撮影したり，SNSへアップしたりすることは絶対にしないように。また，体育祭実施中にスマホゲーム等の利用はやめましょう。

このプリントはオンライン掲示板にも掲載します。

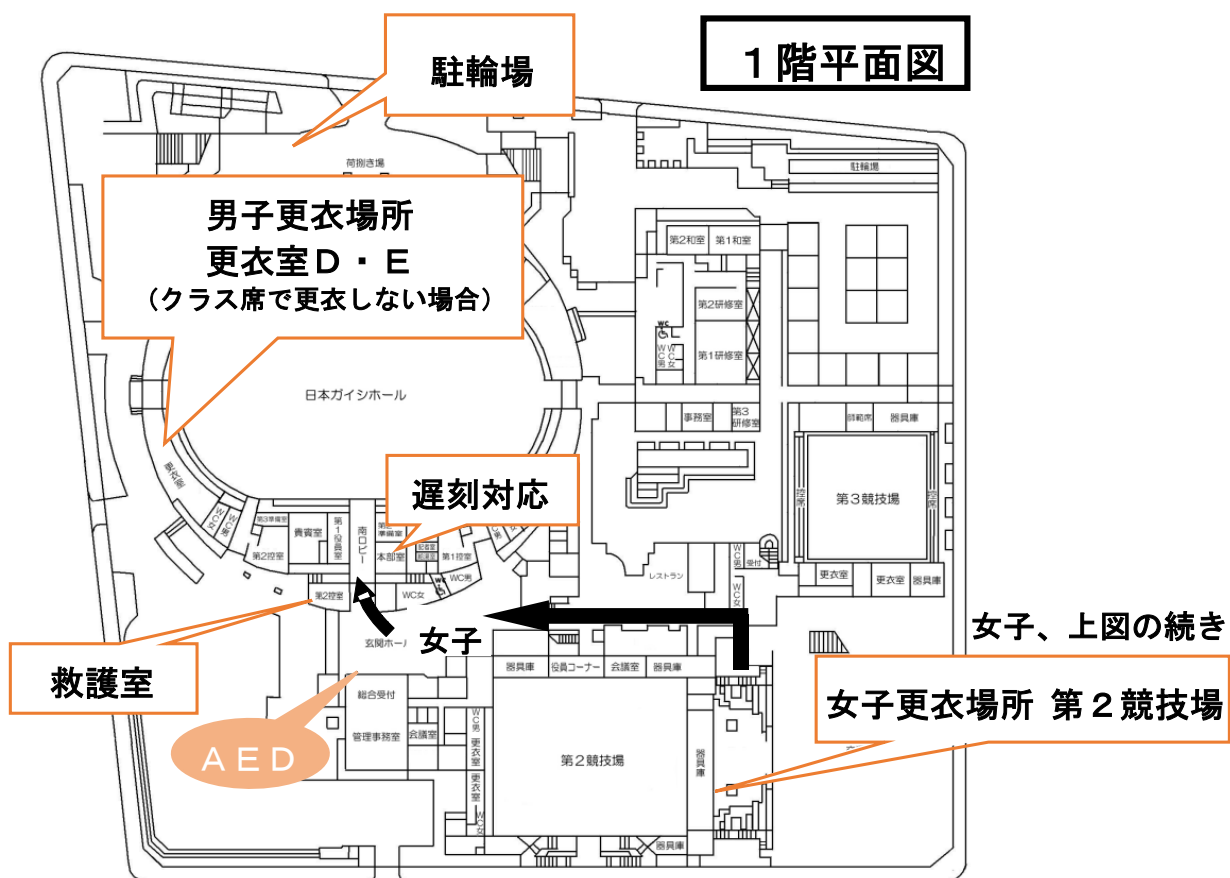
■ JR 笠寺駅からアリーナまでの動線



2 階平面図

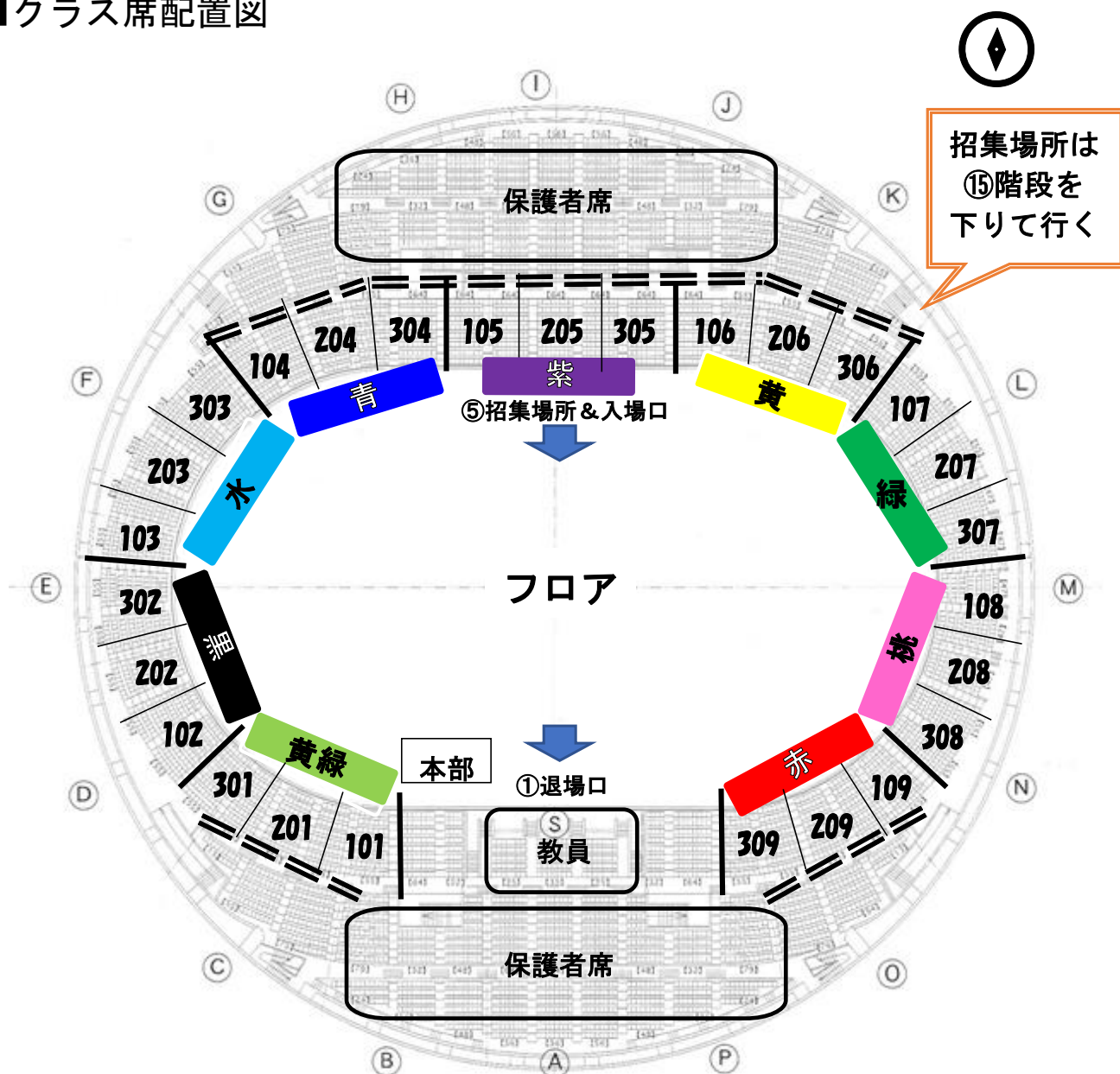


1 階平面図



◎更衣場所は競技実施中は施錠します。私物を置いていかないように。

■クラス席配置図



各ブロック内での1・2・3年のクラス席は通路が境界になっていません。
上図の境界を基本として、ブロック内の3クラスで座席を融通し合ってください。

体育祭種目別レーン

※色はクラスTシャツの色を示しています。

①向陽リレー(A・Bで行うがレーンは共通) タイムレースにより順位決定

1年	1組	1レーン	黄緑	101	2組	1レーン	黒	102
		2レーン	水	103		2レーン	青	104
		3レーン	紫	105		3レーン	黄	106
		4レーン	緑	107		4レーン	桃	108
		5レーン	赤	109		5レーン		
2年	1組	1レーン	黄緑	201	2組	1レーン	黒	202
		2レーン	水	203		2レーン	青	204
		3レーン	紫	205		3レーン	黄	206
		4レーン	緑	207		4レーン	桃	208
		5レーン	赤	209		5レーン		
3年	1組	1レーン	黄緑	301	2組	1レーン	黒	302
		2レーン	水	303		2レーン	青	304
		3レーン	紫	305		3レーン	黄	306
		4レーン	緑	307		4レーン	桃	308
		5レーン	赤	309		5レーン		

②台風の日 タイムレースにより順位決定

Aグループ	水	3組	桃	8組	黄緑	1組
Bグループ	紫	5組	青	4組	緑	7組
Cグループ	黒	2組	赤	9組	黄	6組

③女子リレー予選 各組上位2チームが上位決勝へ それ以外はタイムにより順位決定

1年	1組	1レーン	青	104	2組	1レーン	赤	109
		2レーン	黄	106		2レーン	黒	102
		3レーン	緑	107		3レーン	水	103
		4レーン	黄緑	101		4レーン	紫	105
		5レーン	桃	108		5レーン		
2年	1組	1レーン	黄緑	201	2組	1レーン	黒	202
		2レーン	黄	206		2レーン	青	204
		3レーン	桃	208		3レーン	緑	207
		4レーン	紫	205		4レーン	赤	209
		5レーン	水	203		5レーン		
3年	1組	1レーン	水	303	2組	1レーン	緑	307
		2レーン	桃	308		2レーン	黒	302
		3レーン	黄緑	301		3レーン	赤	309
		4レーン	紫	305		4レーン	黄	306
		5レーン	青	304		5レーン		

③男子リレー予選 各組上位2チームが上位決勝へ それ以外はタイムにより順位決定

1年	1組	1レーン	紫	105	2組	1レーン	水	103
		2レーン	黒	102		2レーン	赤	109
		3レーン	桃	108		3レーン	黄緑	101
		4レーン	緑	107		4レーン	黄	106
		5レーン	青	104		5レーン		
2年	1組	1レーン	赤	209	2組	1レーン	緑	207
		2レーン	青	204		2レーン	黒	202
		3レーン	水	203		3レーン	紫	205
		4レーン	桃	208		4レーン	黄	206
		5レーン	黄緑	201		5レーン		
3年	1組	1レーン	黄	306	2組	1レーン	赤	309
		2レーン	黒	302		2レーン	緑	307
		3レーン	青	304		3レーン	紫	305
		4レーン	黄緑	301		4レーン	桃	308
		5レーン	水	303		5レーン		

④バン買い競争 タイムレースにより順位決定

1年	1レーン	黄緑	101	2年	1レーン	黄緑	201
	2レーン	黒	102		2レーン	黒	202
	3レーン	水	103		3レーン	水	203
	4レーン	青	104		4レーン	青	204
	5レーン	紫	105		5レーン	紫	205
	6レーン	黄	106		6レーン	黄	206
	7レーン	緑	107		7レーン	緑	207
	8レーン	桃	108		8レーン	桃	208
	9レーン	赤	109		9レーン	赤	209
3年	1レーン	黄緑	301				
	2レーン	黒	302				
	3レーン	水	303				
	4レーン	青	304				
	5レーン	紫	305				
	6レーン	黄	306				
	7レーン	緑	307				
	8レーン	桃	308				
	9レーン	赤	309				

⑤妨害玉入れ

Aグループ	黄緑	1組	緑	7組	黄	6組
Bグループ	桃	8組	青	4組	赤	9組
Cグループ	水	3組	紫	5組	黒	2組

⑦十字綱引き

1回戦	青	4組	黒	2組	桃	8組	緑	7組
2回戦		教員チーム	赤	9組	黄	6組	黄緑	1組
3回戦	水	3組	紫	5組	青	4組	黄緑	1組
4回戦	黒	2組	緑	7組	黄	6組		教員チーム
5回戦	水	3組	桃	8組	紫	5組	赤	9組

③女子リレー決勝

1年	1レーン		1組2位
	2レーン		2組1位
	3レーン		1組1位
	4レーン		2組2位
	5レーン		
2年	1レーン		1組2位
	2レーン		2組1位
	3レーン		1組1位
	4レーン		2組2位
	5レーン		
3年	1レーン		1組2位
	2レーン		2組1位
	3レーン		1組1位
	4レーン		2組2位
	5レーン		

③男子リレー決勝

1年	1レーン		1組2位
	2レーン		2組1位
	3レーン		1組1位
	4レーン		2組2位
	5レーン		
2年	1レーン		1組2位
	2レーン		2組1位
	3レーン		1組1位
	4レーン		2組2位
	5レーン		
3年	1レーン		1組2位
	2レーン		2組1位
	3レーン		1組1位
	4レーン		2組2位
	5レーン		

⑧ 部対抗リレー

男女混合部門	1組	1レーン	合唱
		2レーン	フォークソング
		3レーン	教員チーム
		4レーン	
		5レーン	

※レーン共通

色はバトンの色を示しています。

1レーン	赤
2レーン	青
3レーン	緑
4レーン	白
5レーン	茶

パフォー マンス 部門	1組	スタートから オープン コース	科学	2組	スタートから オープン コース	卓球
			茶道			剣道
			新聞			ワンダーフォーゲル
			管弦楽			バレーボール(女)
			ジャズオーケストラ			

女子 部門	1組	1レーン	陸上
		2レーン	バスケットボール
		3レーン	ホッケー
		4レーン	ハンドボール
		5レーン	テニス

男子 部門	1組	1レーン	バスケットボール	2組	1レーン	陸上
		2レーン	ハンドボール		2レーン	野球
		3レーン	テニス		3レーン	サッカー
		4レーン	ホッケー		4レーン	教員チーム
		5レーン			5レーン	

2023 体育祭

種目別 進行台本

器具準備・計測：体育祭実行委員 招集： 103 太田 伊織 206 長谷川 直輝 207 酒井 萌花

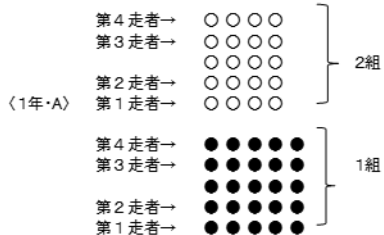
種目	向陽リレー（40m×4）	時間	9:40~10:15
担当実行委員	正副実行委員（岩崎 愛彩、東谷 咲良）＋実行委員 22 名		

時間	仕事内容	名前
	器具庫に整列させる（招集）。体育祭実行委員は招集が完了したことを本部へ連絡する。	103 太田伊織 206 長谷川直輝
	以下の係ごとに用具を設置する（開会式終了後）。	
	第 1 走者を誘導する。たすきを配布する。組・レーンの確認をしつつ、スタート位置へ誘導し、合図後ピストルでレースをスタートさせる。 ＊フライング時は走者を制止させる。	108 近藤 真衣 108 廣田 果保奈
	第 1 走者をキャタピラへ誘導する。キャタピラを組ごとに元の位置に戻す。第 4 走者のゴール後にたすきを回収する。キャタピラが壊れたら補強する。	109 梶野 夢稀 109 久田 康太
	第 2 走者を誘導する。レーンに誘導後OK合図を出す。レース中、網の両端が地面から離れないように網を押さえる。	104 岡田 芽衣 104 小澤 芽衣 104 柴本 稟子 104 山口 瑠心
	第 3 走者を誘導する。レーンに誘導後OK合図を出す。おんぶを交代する、20m地点のあたりで危険な行為がないか監視する。	203 浅井 陽平 203 鎌田 誠也
	第 4 走者を誘導する。レーンに誘導後OK合図を出す。コータローを組ごとに元の位置に戻す。	203 近藤 大智 203 松波 佳亮
	コーナー内側の監視をする場所につく。 競技を正しく実施しているか監視する。 キャタピラ・コータロー等の補強を手伝う。	103 伊藤 瀬奈 103 梶野 凜 103 中山 栞里
	ゴールテープ持ち・回収する。 タイム計測・ゴール順確認する。 ゴール後に選手を着順別に待機場所へと誘導して座らせて待機させておく。適宜、南のゲートから退場させる。 順位を本部へ報告する。	105 佐藤 心音 105 鈴木 友乃 105 諸井 美咲 106 内田 和花 107 神谷 一幸 206 近藤 和裕 206 高橋 幹人

招集場所での並び方

【後】

〈3年・B〉
 〈3年・A〉
 〈2年・B〉
 〈2年・A〉
 〈1年・B〉



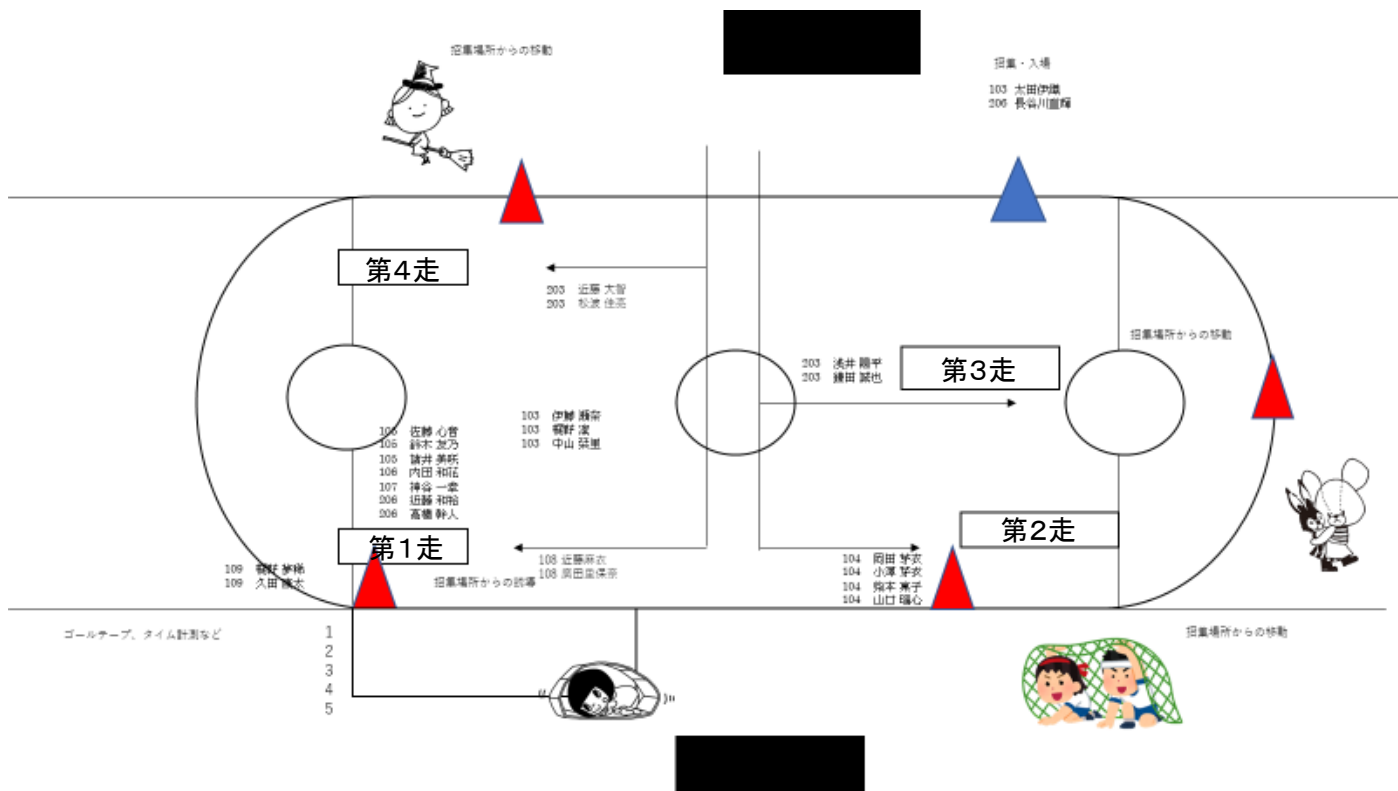
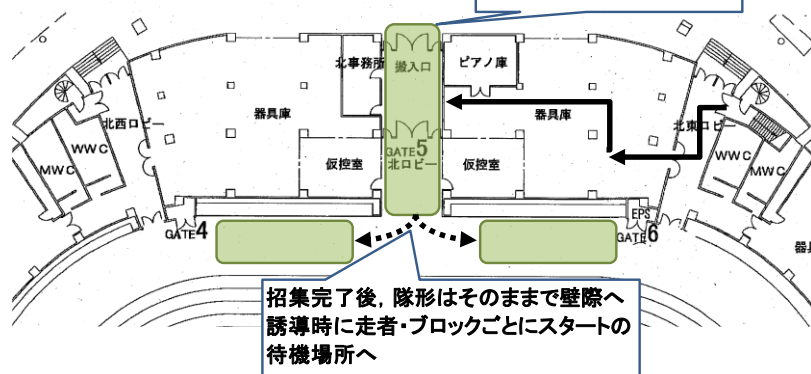
【前】

1 2 3 4 5
 レ レ レ レ レ
 | | | | |
 ン ン ン ン ン

◎ そろい次第、フロアの北側の壁に沿って待機

招集場所

(多ければ外のブルーシートまで)



《必要備品》 ※赤コーンは常時設置、招集場所にプラカードとメガホン

電子ホイッスル	1
たすき	多数
ゴールテープ	1
ストップウォッチ	5
記録用紙	1 2

青コーン (着順用)	5
キャタピラ	5
網	2
コータロー	5
紅白旗	4

2023 体育祭

種目別 進行台本

器具準備・計測：体育祭実行委員

招集：109 野口 奏音 204 竹畠 浩希 201 遠藤 弘晴

種目	台風の日	時間	10:55~11:35
担当実行委員	正副実行委員（森口 凜乙、野村 奈央、関嶋 紗奈） ＋実行委員 26 名		

時間	仕事内容	名前
	<p>招集</p> <p>指定時間に招集場所に集まった選手たちを学年クラス順に並ばせる。入場の時に選手たちを指定位置まで誘導し、指示を出す。競技後、退場口まで誘導する。</p> <p>不正判定&安全確認</p> <p>フライング、不正行為をチェックする。 フライングの場合、止める。不正行為は後で告発。 危険だと思った場合には、声をかけて、それでも治らない場合は止めて注意する。</p>	<p>101 古田 雄大 109 久野 菜々美 109 後藤 泰希 109 杉本 麻百果 109 鈴木 凌我 109 新島 聡太 109 松下 颯真 109 野口 奏音 204 竹畠 浩希</p>
	<p>道具係</p> <p>台風の日で使う棒、コーンを競技が始まる直前に準備する。 コーンがずれたりしたら、安全を確保してから治す。 競技後、使った道具をしまう。</p>	<p>104 宇津巻 琴葉 104 高原 碧乃 105 佐藤 心音 105 竹内 里加子 107 猪飼 美紅 107 河合 祐垂 107 鈴木 颯人 108 竹節 大和</p>
	<p>「よーいドン」係</p> <p>「よーい」と言いながら、電子音銃を鳴らす。</p>	<p>106 小崎 万生 106 釜我 匠 106 橋本 莉穂</p>
	<p>タイム計測係</p> <p>「よーいドン」の合図で計測開始。 ゴールで計測終了。 記録係に伝えに行く。</p>	<p>103 太田 伊織 103 大橋 奏汰 103 北折 日奈野</p>
	<p>記録係</p> <p>タイム計測係から記録を聞いてメモする。 順位もつけておく。</p>	<p>207 尾崎 愛美 207 鈴木 彩月 209 勝山 瑚雪</p>

招集場所での並び方

【後】

6ブロック
9ブロック
2ブロック
7ブロック
4ブロック
5ブロック

▲ ▲ ▲
〈3年〉 ▲ ▲ ▲
▲ ▲ ▲
1ブロック 〈2年〉 ▲ ▲ ▲
▲ ▲ ▲
〈1年〉 ▲ ▲ ▲

◇ ◇ ◇
〈3年〉 ◇ ◇ ◇
◇ ◇ ◇
8ブロック 〈2年〉 ◇ ◇ ◇
◇ ◇ ◇
〈1年〉 ◇ ◇ ◇

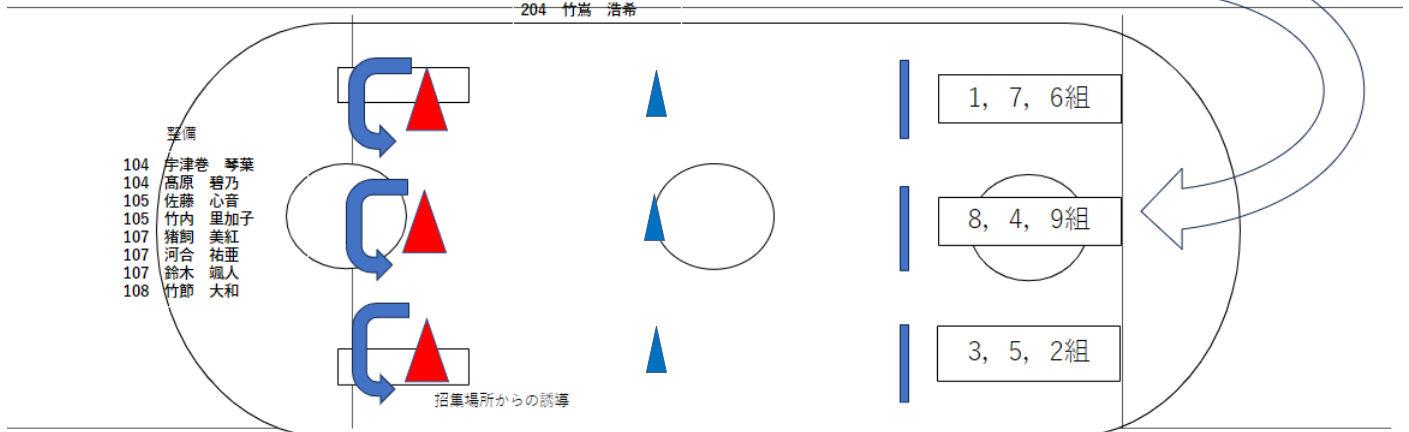
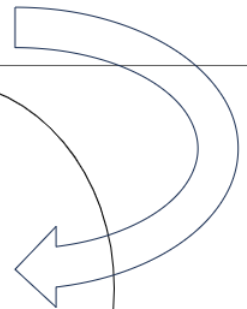
● ● ●
〈3年〉 ● ● ●
● ● ●
3ブロック 〈2年〉 ● ● ●
● ● ●
〈1年〉 ● ● ●

【前】

◎そろい次第、フロアの東側へ移動して待機

招集場所からの移動

101 古田 雄大
109 久野 菜々美
109 後藤 泰希
109 杉本 麻百果
109 鈴木 凌我
109 新島 聡太
109 松下 颯真
109 野口 奏音
204 竹嵩 浩希



空欄
104 宇津巻 琴葉
104 高原 碧乃
105 佐藤 心音
105 竹内 里加子
107 猪飼 美紅
107 河合 祐亜
107 鈴木 颯人
108 竹節 大和

1
2
3
4
5

ゴールテープ、タイム計測など

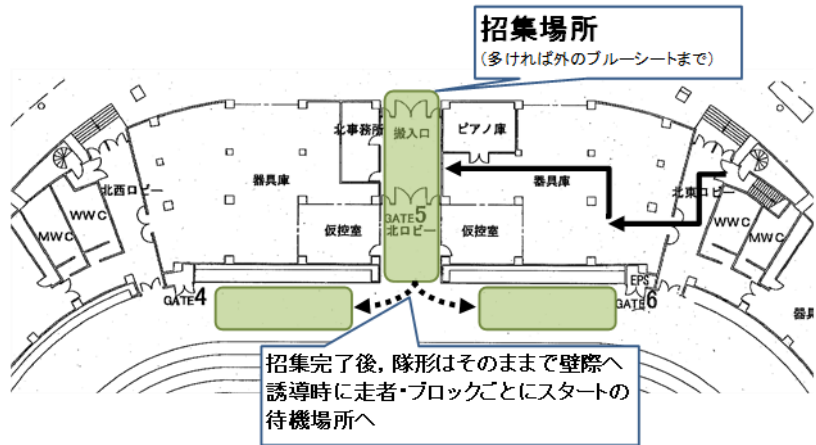
106 小嶋 万生 103 太田 伊織 207 尾崎 愛美
106 釜我 匠 103 大橋 奏汰 207 鈴木 彩月
106 橋本 莉穂 103 北折 日奈野 209 勝山 瑚雪



《必要備品》 ※招集場所にプラカードとメガホン

電子音銃	1
棒	3
ストップウォッチ	3
記録用紙	4

プラカード	
コーン	3



2023 体育祭

種目別 進行台本

器具準備・計測：体育祭実行委員 招集：105 竹内 里加子 206 長谷川 直輝 201 ウォン 龍

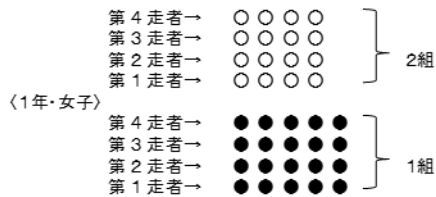
種目	男子リレー (160m×4) 女子リレー (80m×4)	時間	予選 10:55~11:35
担当実行委員	正副実行委員 (長瀬 湊、野村 奈央) + 実行委員 11 名		

時間	仕事内容	名前
	器具庫に整列させる (招集)。体育祭実行委員は招集が完了したことを本部へ連絡する。	105 竹内 里加子 206 長谷川 直輝
	女子第 1・3 走者, 男子第 1・2・3・4 走者を誘導する。 女子第 2・4 走者を誘導する。	104 小澤 芽依 107 嶋崎 陽太
	コーナー内側の監視をする場所につく。 リレーゾーン出口 (2ヶ所) の監視をする場所につく。 *フライング時は競技者を制止する。	104 柴本 稟子 104 山口 瑠心
	第 1 走者にバトンを配布する。 第 4 走者にたすきを配布する。 第 2 走者をレーンに誘導し, スタート位置に OK 合図を出す。 第 1 走者をスタート位置に誘導し, OK 合図後ピストルでレースをスタートさせる。 第 2・3・4 走者を順位ごとにスタート位置に誘導する。 タイム (3~5 位のタイム) を計測する。 レース終了後, タイムを報告する。 組・レーン確認・フライングを監視する。	101 佐々木 麻衣 103 伊藤 瀬奈
	ゴールテープ持ち・回収する。 ゴール後に選手を着順別に待機場所へと誘導して座らせて待機させておく。適宜, 南のゲートから退場させる。 バトン・たすきの回収をする。 ゴール後, 着順確認し, 順位を本部へ報告する。	107 宇佐美 結衣 109 久田 康太 206 近藤 和裕 103 中山 栞里 103 松田 果歩

招集場所での並び方

【後】

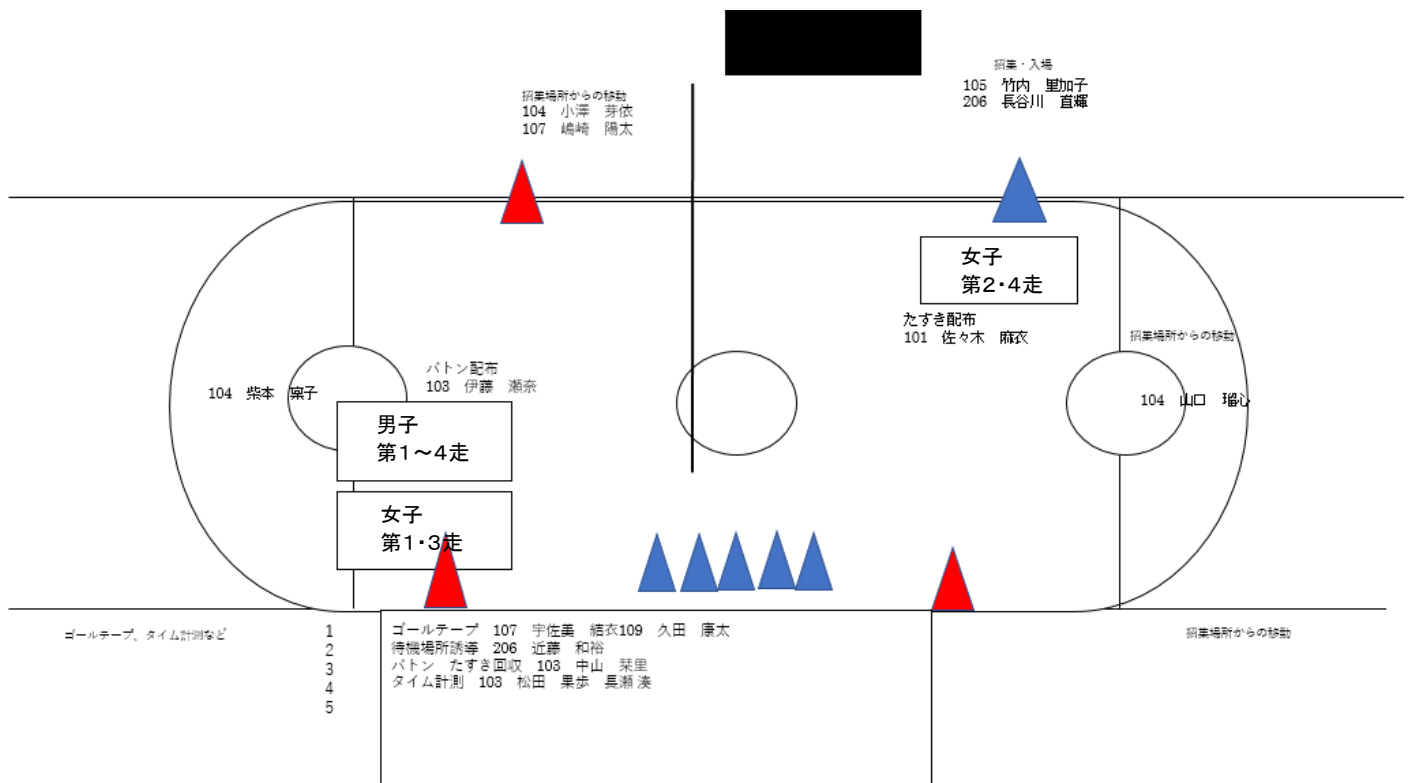
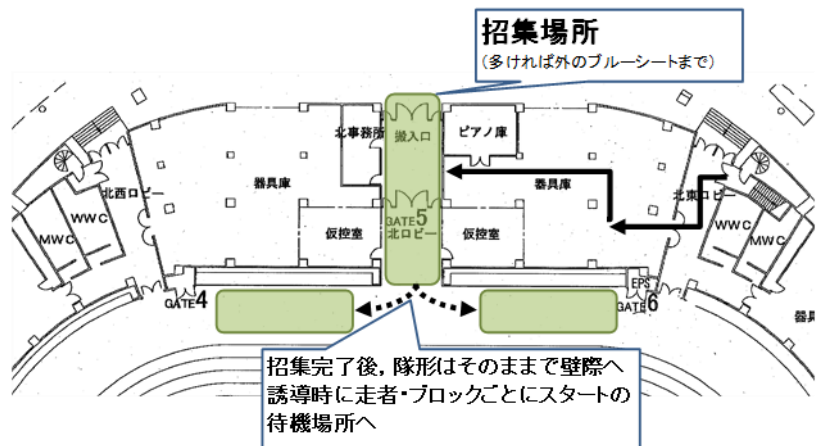
〈3年・男子〉
 〈2年・男子〉
 〈1年・男子〉
 〈3年・女子〉
 〈2年・女子〉



【前】

1 2 3 4 5
 レ レ レ レ レ
 | | | | |
 ン ン ン ン ン

◎そろい次第、フロアの北側の壁に沿って待機



《必要備品》 ※赤コーンは常時設置、招集場所にプラカードとメガホン

電子ホイッスル	1
たすき	多数
バトン	多数
ゴールテープ	1

ストップウォッチ	5
記録用紙	1 2
紅白旗	4
青コーン (着順用)	5

2023 体育祭

種目別 進行台本

器具準備・計測：体育祭実行委員 招集・誘導：109 吉川 うらら 204 竹舘 浩希 201 三井 政義

種目	パン買い競争	時間	11:40~11:55
担当実行委員	正副実行委員（遠藤 弘晴、加藤 理久、戎 陽斗、太田 陽大、長瀬 湊） + 実行委員 20 名		

時間	仕事内容	名前
	器具庫に整列させる（招集）。体育祭実行委員は招集が完了したことを本部へ連絡する。	109 吉川 うらら 204 竹舘 浩希
	パン、お金等を定位置に準備する。	103 大山 伊央 104 岡部 優似 107 宇佐美 結衣 108 長谷川 育穂 108 船橋 結菜 203 浅井 陽平
	各ブロックを指定の場所まで誘導する。 クラスごとにスタート位置へ誘導（前から 1 年 2 年 3 年の順）し、OK 合図を出す。そのまま各グループの監視をする。	103 堀之内 友惟 103 山下 小春 104 太田 陽子 104 岡田 芽依 206 高橋 幹人 209 水野 咲
	OK 合図後学校のチャイム(スピーカー)でレースを開始させる。 ゲームごとにお金、パン等を元の位置に戻す。（競技者にも協力してもらう） 終了したブロックを南のゲートから退場させる。	203 鎌田 誠也 105 鈴木 友乃 107 犬飼 耕平 203 近藤 大智 203 松波 佳亮
	各クラスの着順 1 位から 9 位までを判定する。（一人がスロー動画でゴールの順番を撮影する） 順位を本部へ報告する。	101 細井 惟叶 102 長瀬 智咲 102 宮崎 紗久

招集場所での並び方

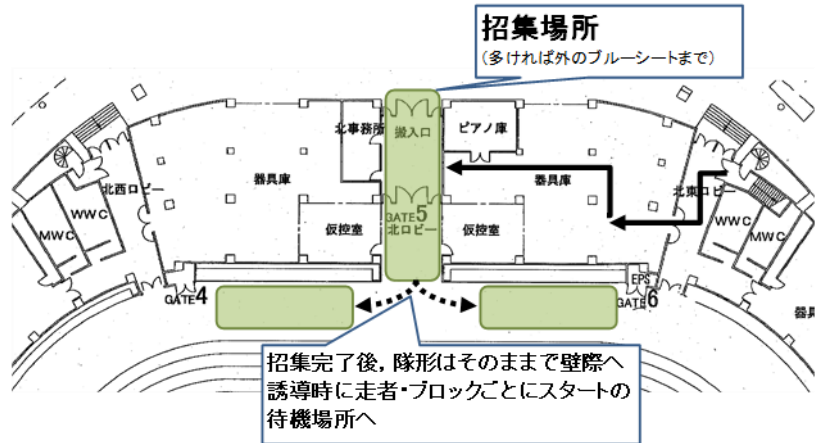
【後】

3年生 ▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲
▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲
▲▲▲▲▲▲▲▲▲▲

2年生 ◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇
◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

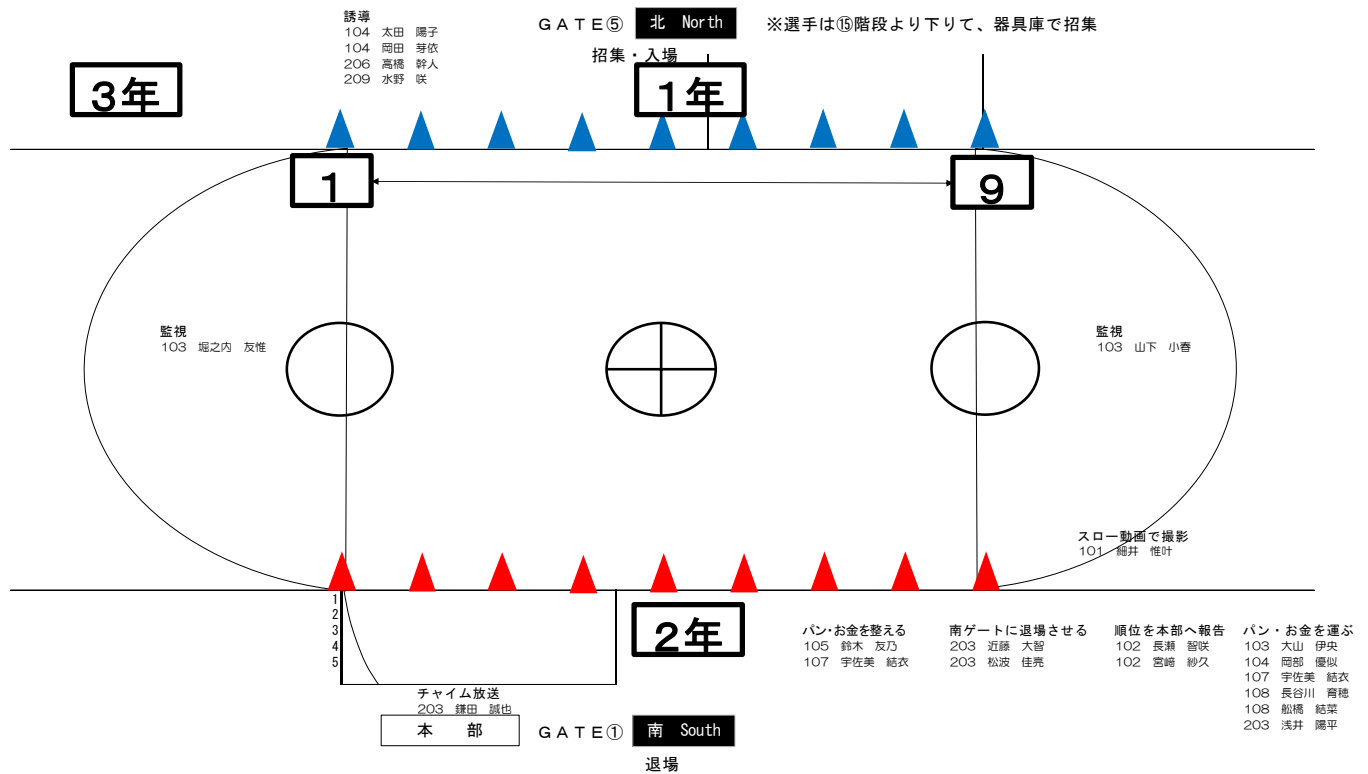
1年生 ●●●●●●●●●●
●●●●●●●●●●
●●●●●●●●●●

1 2 3 4 5 6 7 8 9
レ レ レ レ レ レ レ レ
| | | | | | | |
ン ン ン ン ン ン ン ン



【前】

◎そろい次第、フロアの周囲へ移動して待機



《必要備品》 ※赤コーンは常時設置，招集場所にプラカードとメガホン

電子ホイッスル	1	コーン (U ターン用)	9
ストップウォッチ	3	ひも	多数
記録用紙	2	パン・牛乳パック	多数

2023 体育祭

種目別 進行台本

器具準備・計測：体育祭実行委員 招集：101 古田 雄大 103 北折 日奈野 205 太田 陽大

種目	妨害玉入れ	時間	12:20~12:55
担当実行委員	正副実行委員（植村 怜香、酒井 萌花）＋実行委員 14 名		

時間	仕事内容	名前
	器具庫に整列させる（招集）。体育祭実行委員は招集が完了したことを本部へ連絡する。	101 古田 雄大、103 北折 日奈野 (監視の 9 人は招集場所集合。そこからプラカードで誘導する。)
	玉入れのカゴと玉を準備する。	西側担当 101 細井 惟叶、108 竹節 大和 内側担当 109 後藤 泰希、109 鈴木 凌我 東側担当 109 新島 聡太、109 松下 颯真
	各ブロックを指定の場所まで誘導する。 A グループのブロックを 4m の円の周りへ誘導し、OK 合図を出す。 そのまま各グループの監視をする。＊入った玉のうち円の内側から投げたものは無効とする。 制限時間（90 秒）が終わったら玉の数を計測し結果を集計者に報告する。 終了したブロックを南のゲートから退場させる。	A 1 組担当 104 宇津巻 琴葉 6 組担当 104 高原 碧乃 7 組担当 209 勝山 瑚雪 B 4 組担当 101 佐々木 麻衣 8 組担当 106 土本 瑚依 9 組担当 107 猪飼 美紅 C 2 組担当 101 鷺野 眞歩 3 組担当 107 河合 祐重 5 組担当 106 橋本 莉穂
	OK 合図後電子ホイッスルで競技を開始させる。 タイムキーパー（90 秒） 結果を集計し、本部へ報告する。	207 酒井 萌花 208 植村 怜香

※開始のホイッスルが鳴ったら、出場者は玉を拾って投げ始める。
終了のホイッスルになった時点で、投げて手を離れていた玉までカウントする。

招集場所での並び方

【後】

9ブロック
8ブロック
7ブロック
6ブロック
5ブロック
4ブロック

〈3年〉▲▲▲▲▲
〈2年〉▲▲▲▲▲
〈1年〉▲▲▲▲▲

3ブロック

〈3年〉◇◇◇◇◇
〈2年〉◇◇◇◇◇
〈1年〉◇◇◇◇◇

2ブロック

1ブロック

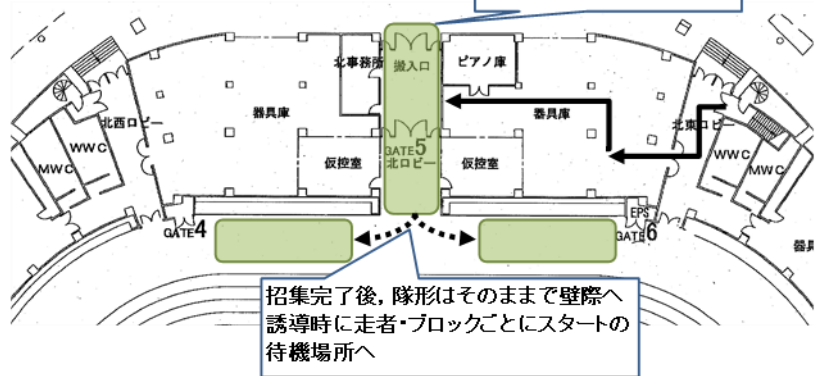
〈3年〉●●●●●
〈2年〉●●●●●
〈1年〉●●●●●

【前】

◎そろい次第、フロアの周囲へ移動して待機

招集場所

(多ければ外のブルーシートまで)



GATE ⑤ 北 North

※選手は⑤階段より下りて、器具庫で招集

101 古田 雄大
103 北折 日奈野

招集・入場

101 佐々木 麻衣 107 猪飼 美紅

4 9

104 高原 碧乃

6 101 細井 惟叶
108 竹節 大和

7 209 勝山 瑞雪

1ブロック 104 宇津巻 琴葉

109 後藤 泰希
109 鈴木 凌我

8ブロック 106 土本 瑚依

109 新島 聡太
109 松下 颯真

3ブロック 107 河合 祐亜

101 藤野 眞歩

2 106 橋本 莉穂

5

本 部 GATE ① 南 South

退場

《必要備品》 ※赤コーンは常時設置、招集場所にプラカードとメガホン

電子ホイッスル	1
ストップウォッチ	1
記録用紙	1

かご	3
玉 (50球)	3
フラフープ	9
妨害ボード	9

2023 体育祭

種目別 進行台本

器具準備・計測：体育祭実行委員 誘導：109 久野 菜々美 109 杉本 麻百果 201 加藤 理久

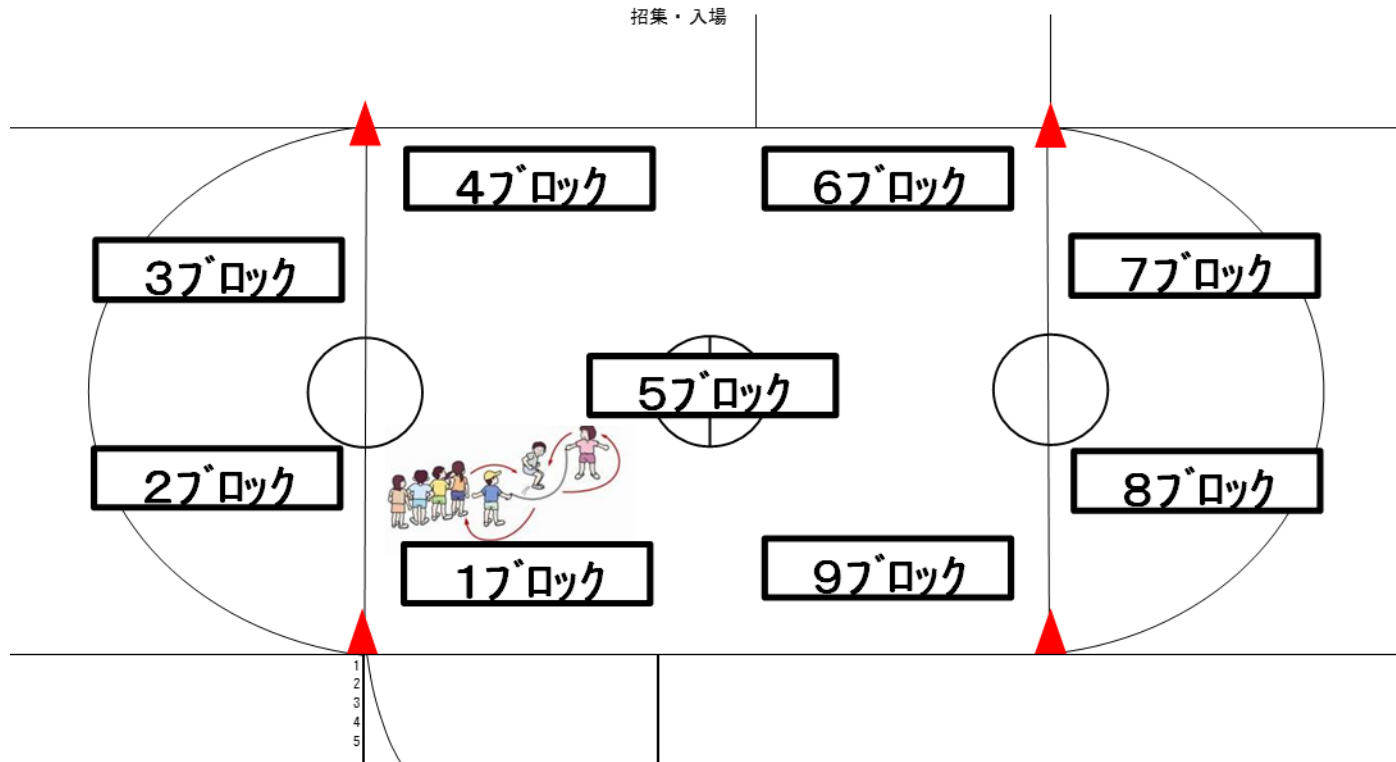
種目	8の字ジャンプ	時間	13:00~13:35
担当実行委員	正副実行委員（ウォン 龍、三井 政義）+実行委員 12名		

時間	仕事内容	名前
	指定の場所でブロック名が書かれたプラカードを持ち、長縄を用意しておく（実行委員企画から準備）。 フロアにクラスごとに集める。人数が12人を下回っていないか確認する。 結果を集計し、本部へ報告する。	1組担当 103 大橋 奏汰 2組担当 103 堀之内 友惟 3組担当 105 諸井 美咲 4組担当 103 山下 小春 5組担当 107 海老原 美乃 6組担当 107 伴野 心音 7組担当 109 吉川 うらら 8組担当 109 野口 奏音 9組担当 107 田中 悠太
	クラスごとに監視する。 制限時間終了後、跳んだ回数を確認する。 跳んだ回数を結果集計者へ報告する。 終了したクラスを南のゲートから退場させる。	招集 109 久野 菜々美、109 杉本 麻百果
	スタート・終了の合図（ピストル） タイムキーパー（練習：1分、本番：1分） 結果の集計をする。	タイムキーパー・結果集計 201 ウォン龍、201 三井政義 209 水野咲

GATE⑤ 北 North

※選手は⑤階段より下りて、器具庫で招集

招集・入場



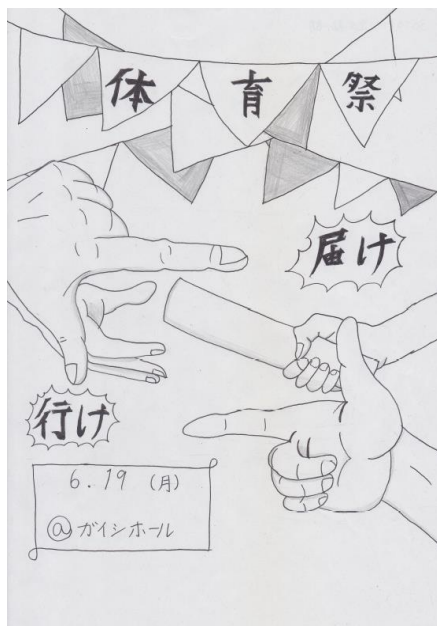
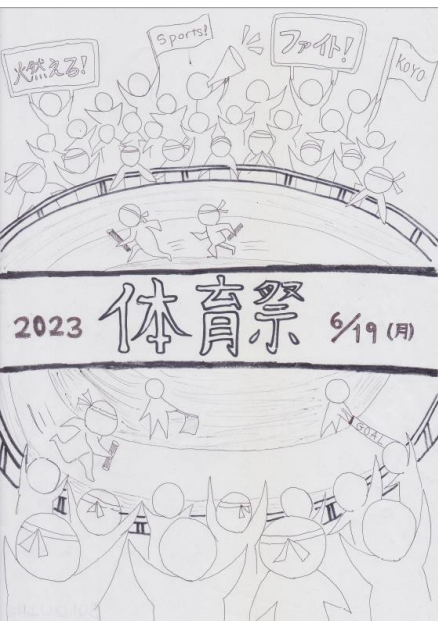
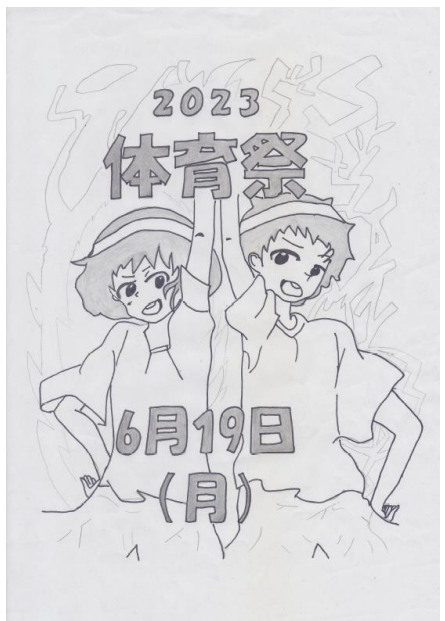
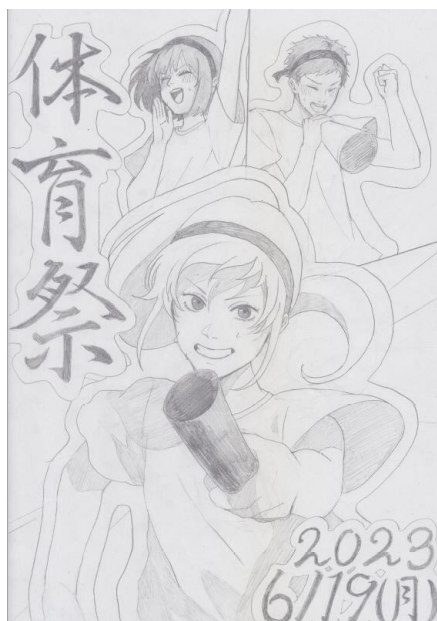
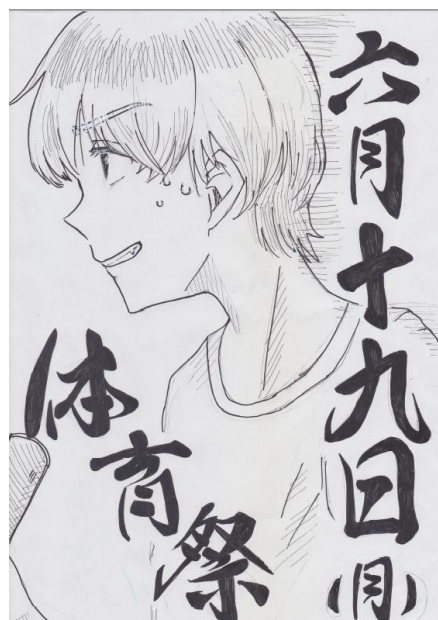
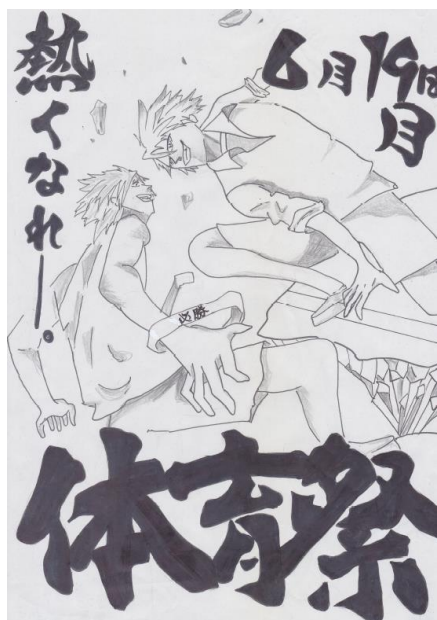
本 部

GATE① 南 South

退場

《必要備品》 ※赤コーンは常時設置，招集場所にプラカードとメガホン

電子ホイッスル	1	ストップウォッチ	1
記録用紙	3	長縄	9



表紙絵の応募ありがとうございました！

2023 体育祭

種目別 進行台本

器具準備・計測：体育祭実行委員 招集：107 鈴木 颯人 107 坪井 遥太郎 107 朴 慶太
208 植村 怜香

種目	十字綱引き	時間	13:40~14:10
担当実行委員	正副実行委員（岩崎 愛彩、東谷 咲良）＋実行委員 11 名		

時間	仕事内容	名前
	器具庫に整列させる（招集）。体育祭実行委員は招集が完了したことを本部へ連絡する。	107 鈴木 颯人 107 坪井 遥太郎 107 朴 慶太
	綱は円の中心から少し広げて用意しておく（向陽リレー中）。 各ブロックを指定の場所まで誘導する。 その後の入れ替えの際も、担当するブロックを誘導する。	1 組担当 108 廣田 果保奈 2 組担当 108 船橋 結奈 3 組担当 107 犬飼 耕平 4 組担当 107 神谷 一幸 5 組担当 107 嶋崎 陽太 6 組担当 108 長谷川 育穂 7 組担当 108 近藤 真衣 8 組担当 103 梶野 凜 9 組担当 103 松田 果歩
	ブロックの先頭の人を、綱の中心より約 5m の箇所から綱を握らせて、スタートの合図まで待機させる。	1 組担当 108 廣田 果保奈 2 組担当 108 船橋 結奈 3 組担当 107 犬飼 耕平 4 組担当 107 神谷 一幸 5 組担当 107 嶋崎 陽太
	ブロックごとに監視する。	6 組担当 108 長谷川 育穂 7 組担当 108 近藤 真衣 8 組担当 103 梶野 凜 9 組担当 103 松田 果歩
	スタート・終了の合図（ピストル） タイムキーパー（30 秒） 結果を集計し、本部へ報告する。	204 岩崎 愛彩 205 東谷 咲良 207 尾崎 愛美 207 鈴木 彩月

招集場所での並び方

【後】

9ブロック
8ブロック
7ブロック
6ブロック
5ブロック
4ブロック

3ブロック { <3年> ▲▲▲▲▲▲▲▲
<2年> ▲▲▲▲▲▲▲▲
<1年> ▲▲▲▲▲▲▲▲

2ブロック { <3年> ◇◇◇◇◇◇◇◇
<2年> ◇◇◇◇◇◇◇◇
<1年> ◇◇◇◇◇◇◇◇

1ブロック { <3年> ●●●●●●●●
<2年> ●●●●●●●●
<1年> ●●●●●●●●

【前】

◎そろい次第、フロアの周囲へ移動して待機

招集場所

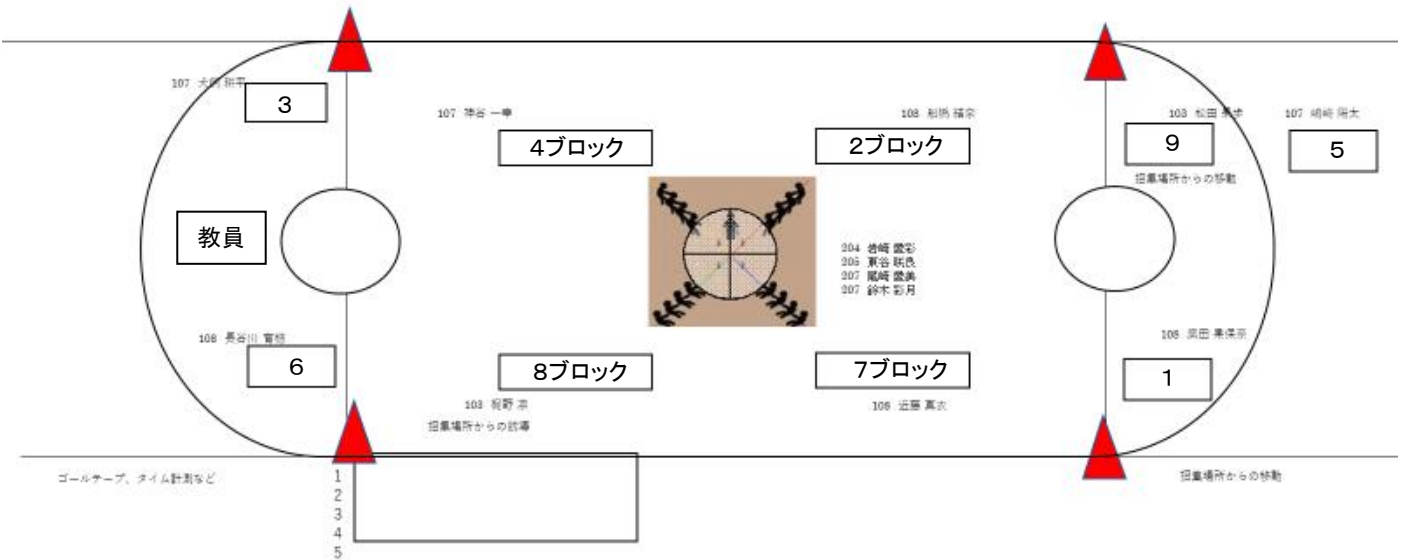
(多ければ外のブルーシートまで)



招集場所からの移動

招集・入場

107 鈴木 竜人
107 坪井 遼太郎
107 村 慶太



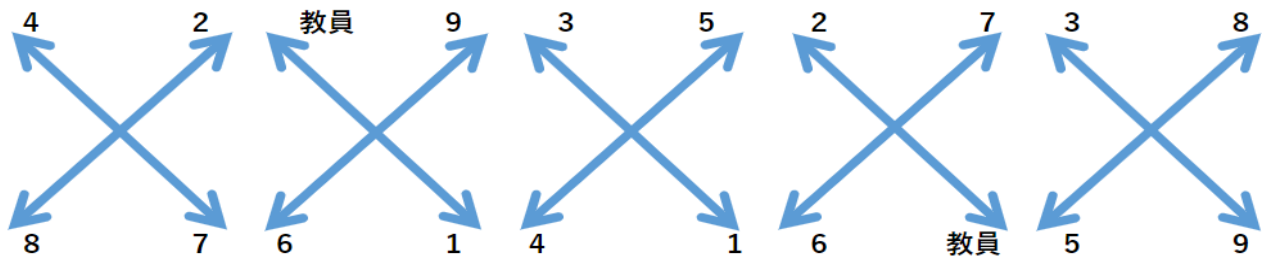
1 回戦

2 回戦

3 回戦

4 回戦

5 回戦



《必要備品》 ※赤コーンは常時設置、招集場所にブラカードとメガホン

電子ホイッスル	1
記録用紙	2
紅白旗	4

ストップウォッチ	10
十字綱引き	1

2023 体育祭

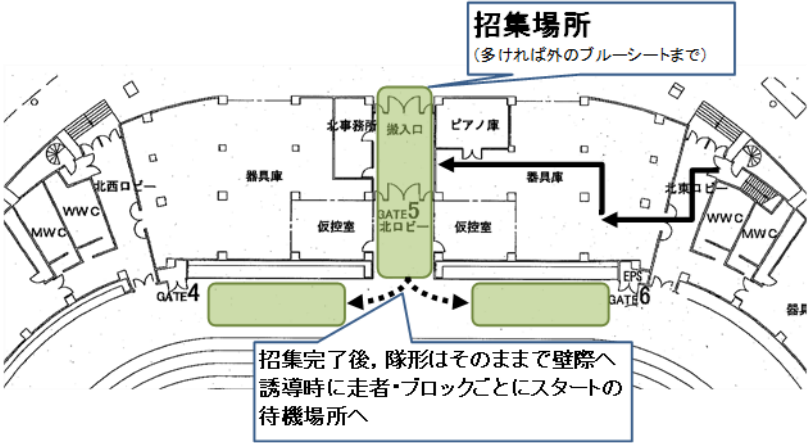
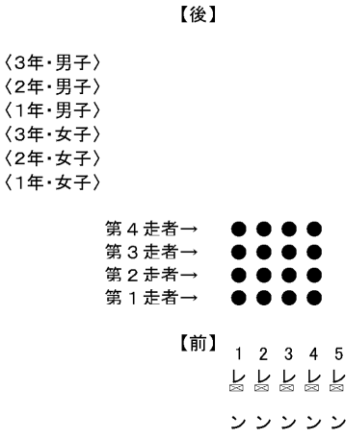
種目別 進行台本

器具準備・計測：体育祭実行委員 招集：106 小崎 万生 106 釜我 匠 201 石川 沙彩

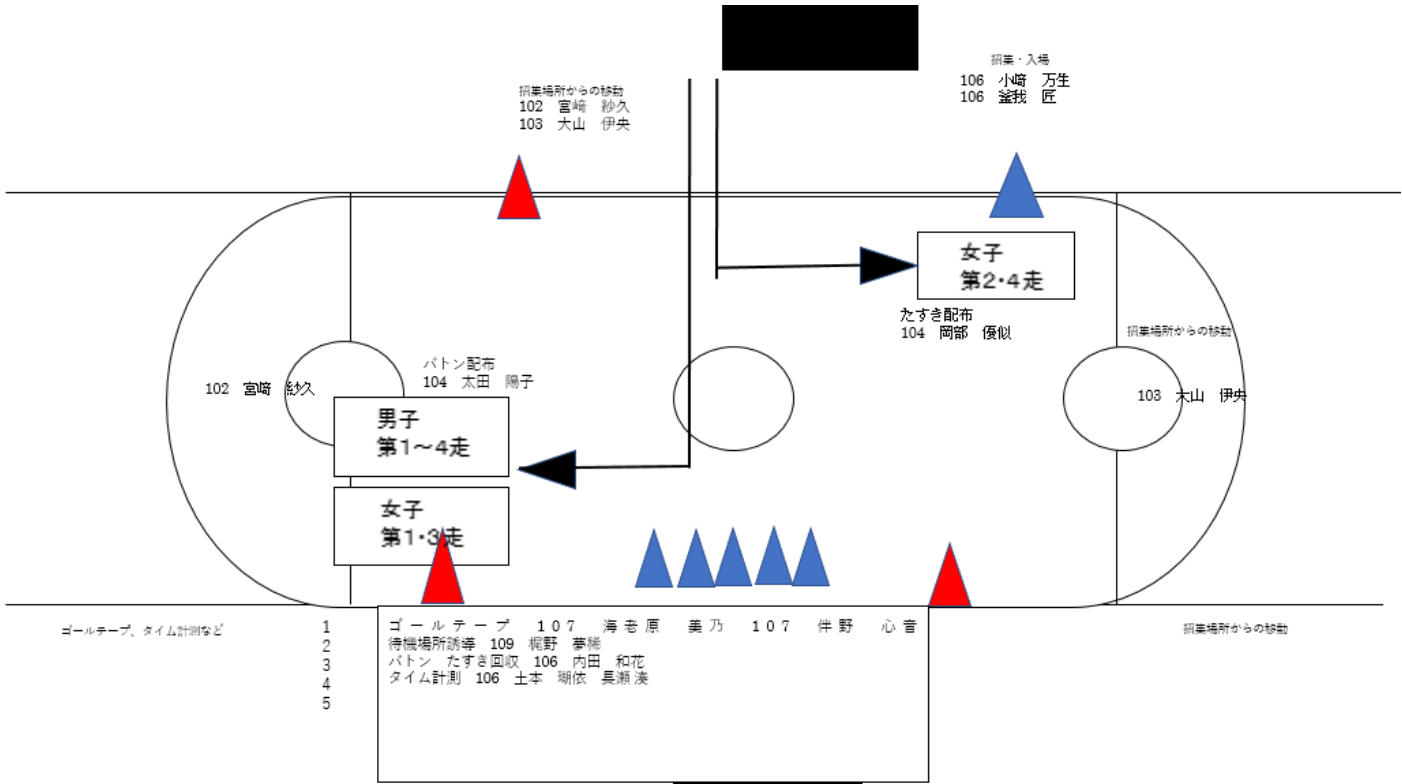
種目	男子リレー（160m×4） 女子リレー（80m×4）	時間	決勝 14:20~14:45
担当実行委員	正副実行委員（長瀬 湊、野村 奈央）＋実行委員 11 名		

時間	仕事内容	名前
	器具庫に整列させる（招集）。体育祭実行委員は招集が完了したことを本部へ連絡する。	106 小崎 万生 106 釜我 匠
	女子第 1・3 走者，男子第 1・2・3・4 走者を誘導する。 女子第 2・4 走者を誘導する。	102 宮崎 紗久 103 大山 伊央
	コーナー内側の監視をする場所につく。 リレーゾーン出口（2ヶ所）の監視をする場所につく。 ＊フライング時は競技者を制止する。	102 宮崎 紗久 103 大山 伊央
	第 1 走者にバトンを配布する。 第 4 走者にたすきを配布する。 第 2 走者をレーンに誘導し，スタート位置にOK合図を出す。 第 1 走者をスタート位置に誘導し，OK合図後ピストルでレースをスタートさせる。 第 2・3・4 走者を順位ごとにスタート位置に誘導する。 タイム（3～5位のタイム）を計測する。 レース終了後，タイムを報告する。 組・レーン確認・フライングを監視する。	104 太田 陽子 104 岡部 優似
	ゴールテープ持ち・回収する。 順位ごとに待機場所へ誘導する。 バトン・たすきの回収をする。 ゴール後，着順確認し，順位を本部へ報告する。	107 海老原 美乃 107 伴野 心音 109 梶野 夢稀 106 内田 和花 106 土本 瑚依

招集場所での並び方



◎そろい次第、フロアの北側の壁に沿って待機



《必要備品》 ※赤コーンは常時設置、招集場所にプラカードとメガホン

電子ホイッスル	1
たすき	多数
バトン	多数
ゴールテープ	1

ストップウォッチ	5
記録用紙	6
紅白旗	4
青コーン (着順用)	4

2023 体育祭

種目別 進行台本

器具準備・計測：体育祭実行委員

招集：体育祭実行委員

種目	部活動対抗リレー (女子・男女混合 80m×4) (男子 160m×4)	時間	14:50~15:10
担当実行委員	正副実行委員 (戎 陽斗、森口 凜乙)		

時間	仕事内容	名前
	器具庫に整列させる(招集)。体育祭実行委員は招集が完了したことを本部へ連絡する。	岩崎 愛彩 東谷 咲良
	女子，男女混合第1・3走者，男子第1・2・3・4走者を誘導する。 女子，男女混合第2・4走者を誘導する。	森口 凜乙 野村 奈央 関嶋 紗奈
	コーナー内側の監視をする場所につく。 リレーゾーン出口(2ヶ所)の監視をする場所につく。 *フライング時は競技者を制止する。	植村 怜香 酒井 萌花
	第1走者にバトンを配布する。 *パフォーマンスをする部活動はバトンに代わるものを使用する場合がある。 第4走者にタスキを配布する。 第2走者をレーンに誘導し，スタート位置にOK合図を出す。 第1走者をスタート位置に誘導し，OK合図後ピストルでレースをスタートさせる。 第2・3・4走者を順位ごとにスタート位置に誘導する。 組・レーン確認・フライングを監視する。	遠藤 弘晴 加藤 理久 戎 陽斗 太田 陽大 長瀬 湊
	ゴールテープ持ち・回収する。 順位ごとに待機場所へ誘導する。 バトン・たすきの回収をする。 ゴール後，着順確認し，順位を本部へ報告する。 *部対抗リレーではタイムを計測しない。	植村 怜香 酒井 萌花

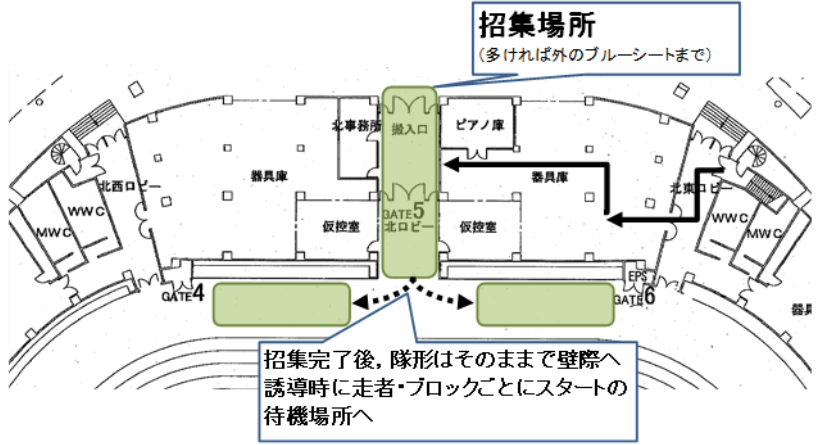
招集場所での並び方

【後】

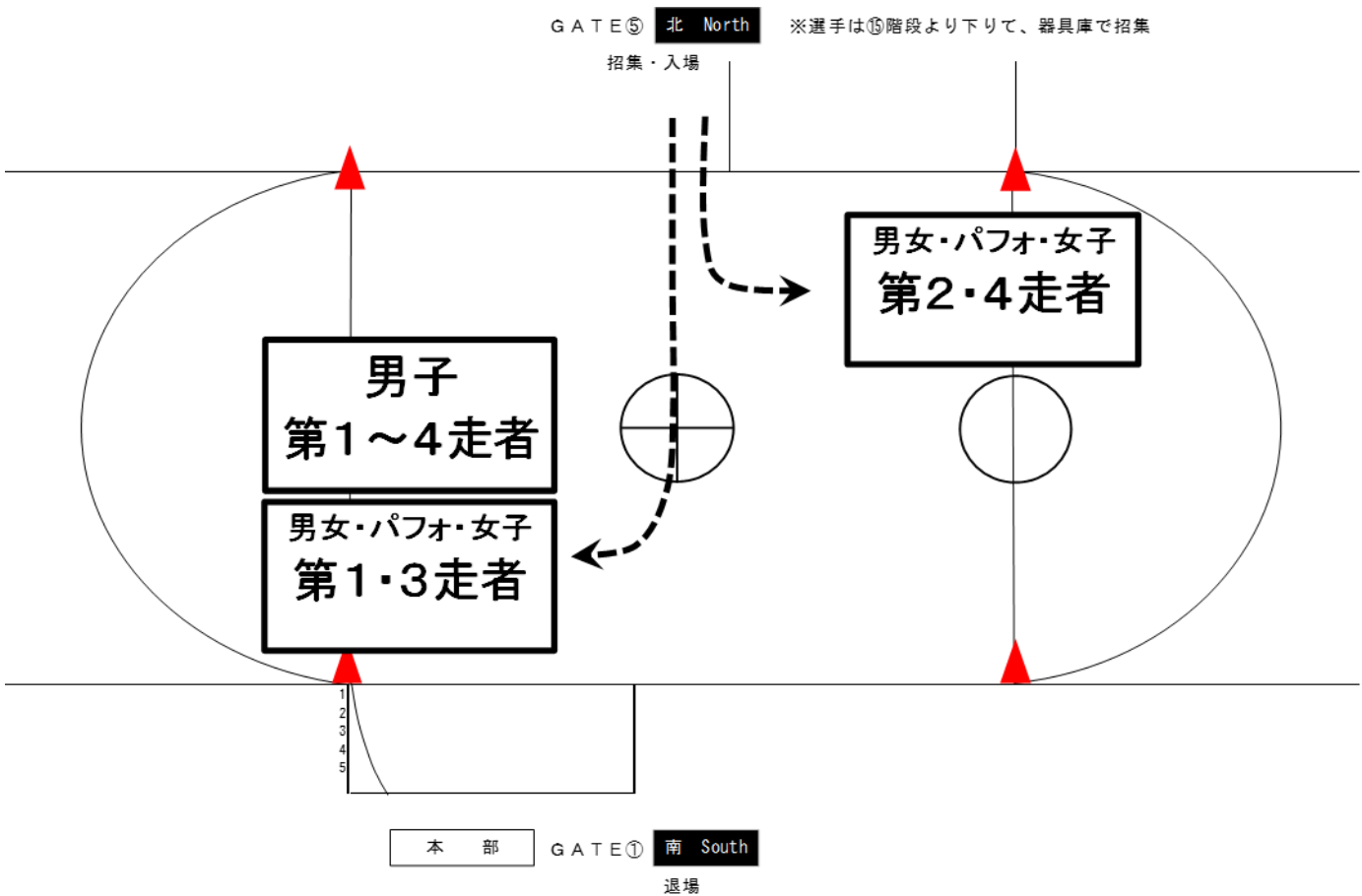
- 〈男子・2組〉
 〈男子・1組〉
 〈女子〉
 〈パフォーマンス・2組〉
 〈パフォーマンス・1組〉
 第4走者→ ○ ○ ○ ○ ○
 第3走者→ ○ ○ ○ ○ ○
 第2走者→ ○ ○ ○ ○ ○
 第1走者→ ○ ○ ○ ○ ○
 オープンコース
 〈男女混合〉
 第4走者→ ● ● ●
 第3走者→ ● ● ●
 第2走者→ ● ● ●
 第1走者→ ● ● ●

【前】

- 1 2 3 4 5
 レ レ レ レ レ
 | | | | |
 ン ン ン ン



◎そろい次第、フロアの北側の壁に沿って待機



《必要備品》 ※赤コーンは常時設置、招集場所にプラカードとメガホン

電子ホイッスル	1
たすき	多数
バトン	多数
ゴールテープ	1

記録用紙	5
紅白旗	4
青コーン (着順用)	5

2023年度 体育祭実行委員会メンバー

★実行委員長	202 野村 奈央		
★副委員長	201 石川 紗彩	201 ウォン 龍	201 遠藤 弘晴
	201 加藤 理久	201 三井 政義	202 森口 凜乙
	204 岩崎 愛彩	205 太田 陽大	205 東谷 咲良
	206 長瀬 湊	207 戎 陽斗	207 酒井 萌花
	208 植村 怜香	209 関嶋 紗奈	

★実行委員

クラス	名前	クラス	名前	クラス	名前
203	浅井 陽平	103	中山 栞里	107	海老原 美乃
203	鎌田 誠也	103	堀之内 友惟	107	神谷 一幸
203	近藤 大智	103	松田 果歩	107	河合 祐亜
203	松波 佳亮	103	山下 小春	107	嶋崎 陽太
204	竹嵩 浩希	104	宇津巻 琴葉	107	鈴木 颯人
206	近藤 和裕	104	太田 陽子	107	田中 悠太
206	高橋 幹人	104	岡田 芽依	107	坪井 遥太郎
206	長谷川 直輝	104	岡部 優似	107	朴 慶太
207	浅野 史佳	104	小澤 芽依	107	伴野 心音
207	尾崎 愛美	104	柴本 凜子	108	近藤 真衣
207	鈴木 彩月	104	高原 碧乃	108	竹節 大和
209	勝山 瑚雪	104	松原 優芽	108	長谷川 育穂
209	水野 咲	104	山口 瑠心	108	廣田 果保奈
101	佐々木 麻衣	105	佐藤 心音	108	船橋 結菜
101	古田 雄大	105	鈴木 友乃	109	梶野 夢稀
101	細井 惟叶	105	竹内 里加子	109	久野 菜々美
101	鷲野 眞歩	105	諸井 美咲	109	後藤 泰希
102	長瀬 智咲	106	内田 和花	109	杉本 麻百果
102	宮崎 紗久	106	小崎 万生	109	鈴木 凌我
103	伊藤 瀬奈	106	釜我 匠	109	新島 聡太
103	太田 伊織	106	土本 瑚依	109	久田 康太
103	大橋 奏汰	106	橋本 莉穂	109	野口 奏音
103	大山 伊央	107	猪飼 美紅	109	野村 朔矢
103	梶野 凜	107	犬飼 耕平	109	松下 颯真
103	北折 日奈野	107	宇佐美 結衣	109	吉川 うらら

(2年生 13名、1年生 62名、学祭長 15名 計 90名)

SPECIAL★THANKS

陸上部 (トラック準備), 放送部 (音響)

表紙絵: 五十川 栞結 (203)

ご協力ありがとうございました!

黄緑 ブロック	黒 ブロック	水 ブロック	青 ブロック	紫 ブロック	黄 ブロック	緑 ブロック	桃 ブロック	赤 ブロック
101	102	103	104	105	106	107	108	109
201	202	203	204	205	206	207	208	209
301	302	303	304	305	306	307	308	309