



2023年8月吉日
菱沼小和田自治会
会長 田中 茂
広報体育部長 齋藤 佳代子

参加者大募集！

2023年 第61回松林地区大運動会

処暑の候、会員の皆様には益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。
さて、松林地区大運動会が61回目を迎え、下記の日程で開催されることとなりました。
当自治会では、出来るだけ多くの皆様のご参加により近隣の方々との絆を深める場として
取り組んでまいります。尚、競技参加及び応援参加のお申込みの方全員に美味しいお
弁当！と参加賞！をご用意いたします。お誘い合わせの上、ふるってご参加いただきま
す様お願いいたします。



日時：2023年10月8日（日）

場所：室田小学校

時間：午前8時30分～15時45分

雨天順延の場合（10月9日）、当自治会は
不参加です

次ページに自治会対抗種目を記載します。なお、自治会対抗種目以外にも、お子さんが気軽
に参加できる種目も多数ありますので、添付プログラムスケジュール（目安）をご確認の
上、ふるってご参加ください。

（メンバー大募集）

今年の松林地区大運動会会場は、室田小学校です。中学生諸君の
若い力に期待します。

特に、『綱引き』『みんなでジャンプ（大縄飛び）』『年代別リレー男
女（10代）』へのエントリーに期待するところが大きいので、是非、
参加をご検討いただけましたら幸いです。

自治会対抗種目

- ① アベック 2 人 3 脚（中学生以上 男女各 5 名）
男女で 2 人 3 脚を組み、お玉にボールを乗せてトラックを半周ずつリレーする。
- ② アベックキャッチボールリレー（中学生以上 男女各 7 名）
男女 2 人 1 組で 10m 走り、一人はボールを投げ、一人は 10m 先で玉網にボールを受け、2 人 1 組 10m 先のカラーコーンを回り戻ってリレーする。
- ③ 玉入れ（中学生以上 女子 20 名）
スタートラインから 20m 先のかごまで走り、円の中に置いてある 50 個の玉を先に全部入れたチームの勝ちとする。
- ④ みんなでジャンプ（小学 4 年生以上 男女各 8 名、縄回し役 大人 2 名）
16 名で大縄を飛び、2 回の合計回数を競う。
- ⑤ 綱引き（中学生以上 男子 20 名＋自治会長）
綱を 1m 以上自チーム内に移動する、又は 30 秒後に綱中央がチーム内にある方を勝ちとする。
- ⑥ 年齢別リレー男子 8 名（小学生（低）1 名/小学生（高）1 名/10 代 2 名/20 代 1 名/30 代 1 名/40 代 1 名/50 代 1 名）。
小学生、40 代、50 代はトラック半周、その他はトラック 1 周を 8 人でリレー。
- ⑦ 年齢別リレー女子 7 名（小学生（低）1 名/小学生（高）1 名/10 代 2 名/20 代 1 名/30 代 1 名/40 代 1 名）。
一人トラック半周を 7 人でリレー。

《お申込み方法》

申込み用紙に必要事項をご記入ください。

また、メールや菱沼小和田自治会ホームページ、LINE のお問い合わせからも申込みが可能です。（別紙添付）

※年齢別リレーにご参加の場合は備考欄に「生年月日」をご記入ください。

※アレルギーなどのご事情でお弁当が、ご不要な方は「不要」とご記入ください。

※ご家族の方も応援にいらしていただけます。

お弁当もご用意いたしますので、是非一緒にいらしてください。

その場合は氏名と参加ご希望種目に「応援」と記入してください。

※パン食い競争や障害物競走などにも飛び入り参加出来ます！

未就学児親子競技もごぞいます。

☆メールでのお申込み⇒下記アドレスまでご連絡ください。

hishikowa@gmail.com

☆ホームページでのお申込み⇒下記 QR コードを読み込み、ホームページ下部のお問い合わせアドレスをクリックしてフォームよりご入力ください。

☆公式 LINE でのお申込み⇒下記 QR コードを読み込み、菱沼小和田自治会公式 LINE を友だち追加してお問い合わせください。

菱沼小和田自治会ホームページ QRコード	菱沼小和田自治会LINE公式アカウント QRコード
	

菱沼小和田自治会ホームページURL <https://www.hishikowa.com>

※いずれもお問い合わせに際し(メールは件名欄へ)

「運動会参加申込の件」と書き入れ、以下のご連絡をお願いいたします。

- ①〇組〇班
- ②氏名
- ③年齢(リレー出場希望の方は生年月日記載)
- ④参加ご希望種目または応援
- ⑤連絡先
- ⑥お弁当の要不要

第 61 回松林地区大運動会参加申込書

組 班

氏名	年齢	参加ご希望種目又は応援	お弁当	連絡先（電話番号）

備考

運動会当日、雨天等により開始時間の変更等ありましたら個別にご連絡いたしますので、当日ご連絡のつく電話番号を記入していただけると助かります。

リレーにエントリーの際、生年月日が必要となりますのでリレー出場希望の方は、備考欄に生年月日記入をお願いいたします。

☆班長さんへ ★回覧回収後、9月13日（水）までに担当評議員へお戻しく
ださい。

☆評議員さんへ ★集約できましたら9月17日（日）までに広報体育部長齋藤ま
でご提出ください。

令和5年度(第61回)松林地区大運動会プログラム

日時：令和5年10月8日(日) 8時30分～15時45分

入場行進：8時30分(8時20分集合)

場所：茅ヶ崎市立室田小学校校庭

No.	種 目	場 所	人 数	演 技 者	演 技 方 法	用 具	備 考
1	ラジオ体操	内	全員	全 員		ラジオ体操音源	
2	親子で宅急便	内	200	大人と子ども のペア	子どもが運転手大人が助手のペアでダンボールにボールを乗せて、20m先のカーゴンを回ってくる。	ダンボール(10) ボール(10)	10組×10列
3	防災訓練	内	105	子ども(小学生以上) 1人と中学生以上2人の3人1組	3人で10m先のタンカまで走り、3人ともヘルメットをかぶり子どもをタンカに乗せ10m先のカーゴンを歩いて回ってくる。	ヘルメット(15) タンカ(5) 三角巾(5)	5組×7列
4	60m走	外	200	小学生以上	トラックを半周走る。	ゴールテープ(1)	10人×20列
⑤	アベック2人3脚	外	130	地区男女 1チーム:5組	男女2人1組で2人3脚を組み、お玉にボールを乗せてトラックを半周ずつリレーする。 ※足バンドとアンカのタスキは各自治会で用意する。	お玉(7)ゴムボール(7) ゴールテープ(1)着順旗 (6)足バンド 予備	13チーム <3レース> 【得点B】
6	7分間走 5分間走	外	50 150	中学生以上一般 小学4年生以上	・トラックを7分間走る。 ・トラックを5分間走る。	ストップウォッチ(2)	
⑦	アベックキャッチ ボールリレー	内	182	地区男女 1チーム:7組	男女2人1組で10m走り、一人はボールを投げ、もう一人は10m先で玉あみにボールを受け、その後、2人1組で10m先のカーゴンを回り戻ってリレーする。 ※アンカのタスキは各自治会で用意する。	玉あみ(7) ゴムボール(7) ゴールテープ(1) 着順旗(6)	13チーム <3レース> 【得点B】
8	パン食い競走(1部)	内	200	来賓・70歳以上・未就学児	スタートラインから10m先まで歩き、パンを取り10m先のゴールまで歩く。	パン用ひも(3) 棒(6)、パン(200)	30人×7列
⑨	年齢別リレー (予選)	外	91 104	地区女子 1チーム:7人 〔小学生(低)1人,小学生(高)1人,10代:2人,20代1人,30代:1人,40代:1人〕 地区男子 1チーム:8人 〔小学生(低)1人,小学生(高)1人,10代:2人,20代1人,30代:1人,40代:1人,50代:1人〕	1人がトラック半周を走り、7人でリレーする。 〔小学生(低)1人,小学生(高)1人,10代:2人,20代1人,30代:1人,40代:1人〕 小学生,40代,50代はトラック半周、10代,20代,30代はトラック1周を走り、8人でリレーする。 〔小学生(低)1人,小学生(高)1人,10代:2人,20代1人,30代:1人,40代:1人,50代:1人〕	バトン(7) ゴールテープ(1) 着順旗(6) ※アンカのタスキは各自治会で用意する。	女子13チーム <2レース> 男子13チーム <2レース> 【得点B】 令和元年10月1日の年齢とする。
10	餅 割 り	内	全員	全 員		白赤の玉(多数)	
食 屋							
11	本鼓連演奏 民 謡	内	200	一 般	炭坑節、東京音頭など	民謡音源	
12	チームワーク	外	104	ｽｰﾂ少年 少女団体 1チーム:8人	1人がトラック半周を走り、8人でリレーする。 (小学3年生までが2人,4~6年生は各2人)	バトン(7) ゴールテープ(1) 着順旗(6)	13チーム <2レース>
⑬	玉 入 れ	内	260	地区女子 1チーム:20人	スタートラインから20m先のカゴまで走り、円の中においてある50個の玉を先に全部入れたチームの勝ちとする。(3位決定戦があります。)	カゴ(2) 赤白玉各(50)	13チーム <13試合> 【得点A】
14	20m走	内	100	未就学児	スタートラインから20m先まで走る。	ゴールテープ(1)	10人×10列
⑮	みんなでジャンプ	内	234	地区男女 1チーム:18人	16名で縄を飛び、2回の合計回数を競う。 (小学4年生以上,男:8名,女:8名,縄回し:2名)	縄(2) ストップウォッチ(1)	13チーム 【得点B】
⑯	綱 引 き	内	273	地区中学生 以上男子 1チーム:20人 +自治会長	1回勝負とする。綱を1m以上自チーム内に移動する、または30秒後に綱中央がチーム内にある方を勝ちとする。 (3位決定戦があります。)	綱(2) ストップウォッチ(1)	13チーム <13試合> 【得点A】
⑰	年齢別リレー (決勝)	外	42 48	地区女子 1チーム:7人 地区男子 1チーム:8人	予選と同じ <予選に勝った6チームが参加>	バトン(6) ゴールテープ(1) 着順旗(6)	女子6チーム 男子6チーム <各1レース> 【得点B】
18	パン食い競走(2部)	内	300	一 般	スタートラインから20m先まで走り、パンを取り10m先のゴールまで走る。	パン用ひも(3) 棒(6)、パン(300)	30人×10列
19	障害物競走	外	200	小学生以上 一 般	トラック半周にある、ハードル、はしご、ネットを越えてゴールする。	はしご(1)ネット(1) ハードル(2) ゴールテープ(1)	10人×20列

No.に○印のある種目は、自治会対抗種目です。

※自治会対抗種目の得点は、備考欄の【得点A】【得点B】により、次のとおりです。

【得点A】1位:10点、2位:9点、3位:8点、4位:7点、5位以下で1勝:5点、その他:4点

【得点B】1位:10点、2位:9点、3位:8点、4位:7点、5位:6点、6位:5点、その他:4点