

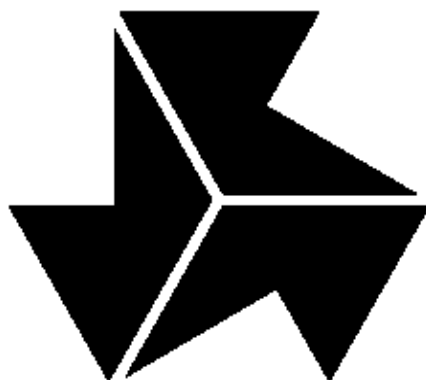
令和5年度

長野県高等学校総合体育大会

新体操男子 競技

体操 競技

北 中 信 大 会



期 日 令和5年5月13日(土)
開会式 8時45分
競技開始 10時55分

会 場 ホワイtringサブアリーナ
主 催 北信高等学校体育連盟
長野県高等学校体育連盟
長野県教育委員会

主 管 北信高等学校体育連盟体操専門部
長野県高等学校体育連盟体操専門部

北信高等学校体育連盟ホームページ
<http://www.ngn-hssp.org/hokusin/>

大会・競技役員

大会長 小金 典子
副大会長 藤田 洋子 田島 康彦 新津 志保美
会場長 藤田 洋子
大会委員長 朝田 将幸
大会副委員長 佐治木範行 上原 真奈
審判長 西澤千明（新体操）加藤真二 堤美佐子（体操競技）
総務 佐治木範行 上原真奈 関沢健二 堤美佐子 湯本光彦

審判員

（新体操） 小林 亮次 西澤 千明 伊藤 淳児 村山 勇希 染谷 翔太 小橋 史宏
滝澤光次郎 柳沢 南 倉島 航 大島 鉄平
（体操競技） 加藤 真二 峯村 裕 渡辺 玄 仮屋 慶一 中山 堯斗 青木 裕一
内田 和孝 端 智宏 黒岩 翔太 小林 将樹 丸山 賢洸 押田 篤志
岩穴口智彬 吉澤 一輝 富田 和希
斉藤有紀子 小池 啓子 吉田 彩 高橋 里奈 境 朱夏 中村 茜
小林留美子 黒鳥 里沙

救護 堤 美佐子

補助員 長野東高校、NPIC

諸 注 意

- 1、8時30分よりセッティングを全員でおこないますのでご協力下さい。
- 2、ゼッケンは各校で準備してください。（男子は黒字、女子は赤字）
- 3、練習中・演技中の事故防止、また交通事故には十分に気をつけて下さい。
- 4、会場・更衣室等では整理整頓に気を付け、またゴミは持ち帰って下さい。
- 5、盗難に注意、貴重品は各校各自で責任を持って下さい。
- 6、男子体操ゆかの公式練習は9:45～10:05（20分間）に全員行ってください。その後はフリー練習とします

《 大 会 日 程 》

		8	30	9	30	10	30	11	30	12	30	13	30	14	30			
5月13日(土)	体操男子			開 館	開 会 式	フ リ ー 練 習		体 操 男 子 公 式 練 習		体 操 男 子 競 技				カ ッ テ ィ ン グ		閉 会 式		
	新体操男子					新 体 操 個 人 公 式 練 習		新 体 操 個 人 競 技		新 体 操 団 体 公 式 練 習		団 体 競 技						
	体操女子									体 操 女 子 公 式 練 習		体 操 女 子 競 技						
										段 違 い	平 均 台	ゆ か	跳 馬				跳 馬	段 違 い

セッティング		8時30分～
開 会 式		8時45分～
体操男子	公 式 練 習	9時45分～10時55分
	競 技	10時55分～13時25分
新体操男子	個 人 公 式 練 習	10時05分～10時55分
	個 人 競 技	11時00分～11時50分
	団 体 公 式 練 習	11時50分～12時20分
	団 体 競 技	12時25分～12時30分
体操女子	公 式 練 習	11時50分～12時50分
	競 技	12時50分～14時10分
カッティング		14時10分～14時30分
閉 会 式		14時30分～14時45分

体操・新体操男子 競技日程

男子体操競技

公式練習 9:45~10:55

競技 10:55~13:25

班	組	ゆか	あん馬	つり輪	跳馬	平行棒	鉄棒
1	1	1	2	3	4	5	6
1	2	6	1	2	3	4	5
1	3	5	6	1	2	3	4

女子体操競技

公式練習 11:50~12:50

競技 12:50~14:10

班	組	跳馬	段違い	平均台	ゆか
1	1	1	2	3	4

男子新体操

個人練習 10:05~10:55 競技開始 11:00~

団体練習 11:50~12:20 競技開始 12:25~

体操競技男子審判員構成

審判長 加藤真二

	D1・E1	D2	E2	E3
ゆか	峯村 裕	中山 堯人	青木 裕一	富田 和希
あん馬	押田 篤志	内田 和孝	月岡 知希	丸山 賢洸
つり輪	岩穴口 智彬	端 智宏	吉澤 一輝	端 智宏
跳馬	押田 篤志	内田 和孝	黒岩 翔大	丸山 賢洸
平行棒	峯村 裕	中山 堯人	黒岩 滉河	端 智宏
鉄棒	押田 篤志	内田 和孝	黒岩 翔大	丸山 賢洸

補審

体操競技女子審判員構成

審判長 堤美佐子

	D1・E1	D2・E2	E3	E2
跳馬	斉藤有紀子	越前春菜	境 朱夏	高橋里奈
段違い	堤美佐子	小池啓子	中村 茜	小澤麻衣
平均台	斉藤有紀子	越前春菜	境 朱夏	高橋里奈
ゆか	堤美佐子	小池啓子	中村 茜	小澤麻衣

補審

新体操競技男子審判員構成

男子審判長 西澤千明

	主1審	2審	3審	4審	補審	
D	伊藤 淳児	村山 勇希	小橋 史宏	阿部 友優	山口 達也	北村幸太郎
E	小林 亮次	染谷 翔太	滝澤光次郎	大島 鉄平	宮尾 周平	倉島 航

《新型コロナ感染症対策についての注意事項》

- ・参加者全員に新型コロナ感染症対策について十分なご理解とご協力をお願いします。

大会前の健康状態を把握するために

【所属の責任者（監督・引率等）】

- ① 大会1週間前から「健康観察票」により監督・引率・コーチ・選手の健康観察し、大会当日に集めて保管する。
- ② 各校で、生徒の健康状態（健康観察票による）を把握した上で大会に参加してください。不安な状態であれば参加を見合わせる等の判断をしてください。

【選手】

- ① 「健康観察票」により大会1週間前より健康観察を行い、所属代表者に提出する。

大会での感染防止対策

【入場について】

- ① 各校責任者は、大会当日「健康観察票」を集め全員の健康状況を確認した上で入場してください。
- ② 各所属以外の方は、入場時に検温を行います。また、氏名、連絡先等必要事項の記入をお願いします。

【会場】

- ① 入口に消毒液を置きますので、入場時に全員が消毒を行う。
- ② 主催者が、定期的に会場内の消毒を行う。
- ③ 2階、1階の窓を開けて常に換気する。
- ④ 2階では、隣りと十分に間隔を空けて観戦、応援してください。
- ⑤ 本部席、審判席、選手席では、隣りとの間隔を十分空けて設置する。
- ⑥ 更衣室の使用は、同時に大人数で使用せず、交代で短時間の使用とする（3密回避）。

【競技について】

- ① 十分な距離の確保・ミーティング・ウォーミングアップを含め周囲の人となるべく距離をあけること。
- ② 大きな声で会話・応援をしないこと。

新体操男子 団体競技

順	学校名 監督名	選手名	構成	実施	減点	合計点	順
1	長野東 関澤 健二	柳沢考太郎 伊藤 大貴 宮澤 大河 宮沢 亮太 浅野 友希					

新体操男子 個人競技

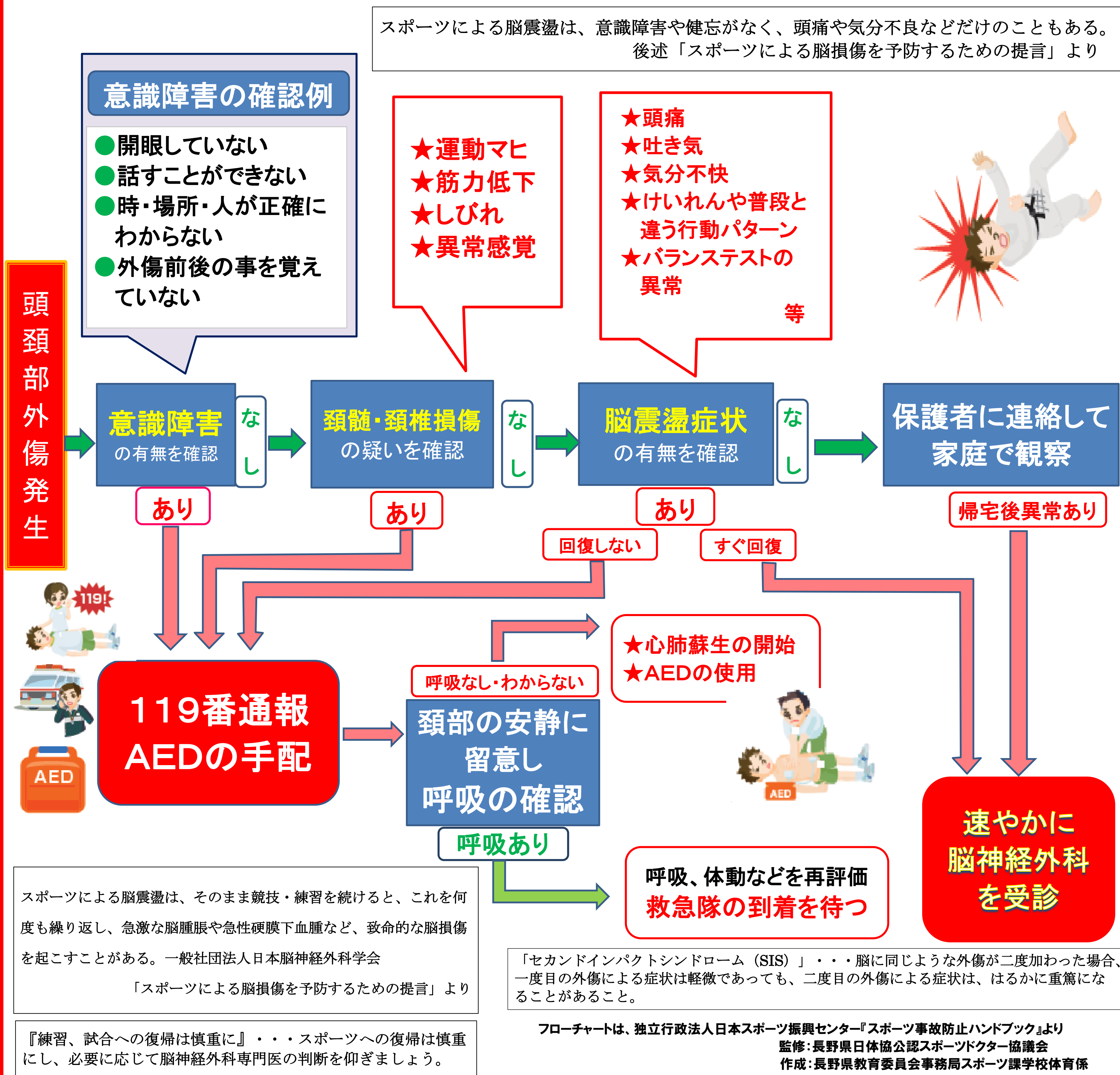
班	順	氏 名	学校名	学年	スティック					リング					総合 得点	総合 順位
					構成	実施	減点	合計	順	構成	実施	減点	合計	順		
1	1	浅野 友希	長野東	1												
	2	宮沢 亮太	長野東	2												
	3	宮澤 大河	長野東	2												
	4	伊藤 大貴	長野東	2												
	5	柳沢 考太郎	長野東	3												
	6	岡 春輝	松本第一	3												
	7	丸山 和孝	松商学園	3												

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



「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！

長野県高等学校総合体育大会北中信大会健康観察票

	月 日		体 温	健康チェック	備考
1	5月6日	土	. °C	<input type="checkbox"/> 頭痛 <input type="checkbox"/> せき <input type="checkbox"/> のどの痛み <input type="checkbox"/> 息苦しい <input type="checkbox"/> 体がだるい	
2	5月7日	日	. °C	<input type="checkbox"/> 頭痛 <input type="checkbox"/> せき <input type="checkbox"/> のどの痛み <input type="checkbox"/> 息苦しい <input type="checkbox"/> 体がだるい	
3	5月8日	月	. °C	<input type="checkbox"/> 頭痛 <input type="checkbox"/> せき <input type="checkbox"/> のどの痛み <input type="checkbox"/> 息苦しい <input type="checkbox"/> 体がだるい	
4	5月9日	火	. °C	<input type="checkbox"/> 頭痛 <input type="checkbox"/> せき <input type="checkbox"/> のどの痛み <input type="checkbox"/> 息苦しい <input type="checkbox"/> 体がだるい	
5	5月10日	水	. °C	<input type="checkbox"/> 頭痛 <input type="checkbox"/> せき <input type="checkbox"/> のどの痛み <input type="checkbox"/> 息苦しい <input type="checkbox"/> 体がだるい	
6	5月11日	木	. °C	<input type="checkbox"/> 頭痛 <input type="checkbox"/> せき <input type="checkbox"/> のどの痛み <input type="checkbox"/> 息苦しい <input type="checkbox"/> 体がだるい	
7	5月12日	金	. °C	<input type="checkbox"/> 頭痛 <input type="checkbox"/> せき <input type="checkbox"/> のどの痛み <input type="checkbox"/> 息苦しい <input type="checkbox"/> 体がだるい	
8	5月13日	土	. °C	<input type="checkbox"/> 頭痛 <input type="checkbox"/> せき <input type="checkbox"/> のどの痛み <input type="checkbox"/> 息苦しい <input type="checkbox"/> 体がだるい	

 高校 年 組 氏名

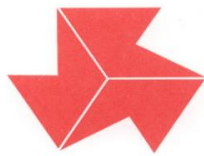
令和5年度

長野県高等学校総合体育大会 新体操大会

4 地区合同予選会

期 日 令和5年5月13日(土)
会 場 伊那市サンビレッジ体育館

アログレス



高校総体

前進しよう・向上しよう・飛躍しよう

【大会役員表】

大会長	北信高等学校体育連盟会長	小金 典子
副大会長	北信高等学校体育連盟副会長	藤田洋子 田島康彦 新津志保美
参 与	加盟高等学校長(氏名省略)	加盟高等学校長
	会場長(伊那西高等学校長)	出野 憲司
大会委員長	北信高等学校体育連盟理事長	朝田 将幸
副大会委員長	北信高体連専門部委員長	上原 真奈
総 務	各地区高体連新体操専門部	

主催 各地区高等学校体育連盟
長野県高等学校体育連盟
長野県教育委員会
主管 北信高等学校体育連盟新体操専門部
長野県高等学校体育連盟新体操専門部

北信高等学校体育連盟HP
<http://www.ngn-hssp.org/hokusin/>
新体操専門部HP
<http://gymnastics.ngn-hssp.org/>

大会日程

5月13日(土)	開館	8:00	
	受付	8:10	
	審判会議	8:30	～ 9:50
	監督会議	10:00	～ 10:10
	諏訪二葉高校 体育館	9:40	～ 10:05 (1校5分)
	開会式	10:15	～
	団体競技	10:35	～ 11:00
	個人公式練習	11:10	～ 12:05 (各班9分、音量確認)
	個人競技	12:10	～ 18:00
	カッティング	18:00	～ 18:40
	閉会式	18:45	～ 19:00
	閉館	19:30	

開・閉会式次第

開会式	閉会式
1 開式通告	1 開式通告
2 大会長挨拶	2 成績発表
3 選手代表宣誓(南信:赤羽陽菜子さん)	3 表彰
4 諸注意	4 大会長挨拶
5 閉式通告	5 閉式通告

競技日程

	組	学校名	競技時間
団体	1	諏訪二葉B	10:35
	2	松商学園・都市大塩尻・松本深志・松本国際	10:40
	3	野沢南	10:45
	4	諏訪二葉A	10:50
	5	伊那西	10:55
個人	班	競技時間	
	1・2	12:10～14:05	2班ずつ種目ごと進行
	3・4	14:15～15:55	
	5・6	16:05～18:00	

審判員

◆ 審判・役員 審判長 鈴木あおい 副審判長 橋爪みすず

団体・個人	DB1	DB2	DA1	DA2	計時審	
	篠原 絵瑠奈	笠原 基衣	辻元 望恵	三澤 奈々	柏木 優希	
	A1	A2	A3	A4	線審	
	大澤 ひとみ	橋爪 みつる	滝澤 清巳	米窪 咲香	上原 真奈	下里 志野
	E1	E2	E3	E4	記録	進行
	湯田 愛理	折井 里帆	田玉 雅美	御子柴 朋華	金澤 美絵子 工藤 知絵	林 さなえ

諸注意

1, 服装について

- ・レオタードについては日本体操協会採点規則を適用する。
- ・練習着については、素肌を出さないことを条件にセパレートタイプの着用を認める。
- ・化粧・ピアス・染髪・髪飾り(リボン含む)、ピン等光るものの使用禁止
- ・マークは学校名または校章とし、頭文字のみは認めない。マークの位置はウエストラインより上とする。

2, 撮影について

- ・撮影は撮影エリアで、自校のみとします。

3, その他

【大会参加者】

- ・公式練習時や、競技中の手具の投げ上げ等 事故防止に心がける。
- ・貴重品は各校・各自で責任を持って管理すること。
- ・会場・更衣室の整理整頓に心がける。
- ・県大会へは、個人は各地区上位8名、団体は各校1チームまで出場する。
ただし、選手不足の東北中信地区9枠分を南信地区に与える。
また、上記以外の地区大会に出場した団体の県大会オープン参加を認めるが、上位大会への出場権はなく表彰も行わない。
- ・手指消毒を実施し、こまめに手洗い・うがいをし、各自食中毒予防・感染予防に努めること。

【顧問の先生方】

- ・引率が難しいときは、県高体連様式22号生徒引率依頼様式(学校間)を各地区専門委員長あてにご提出ください。
- ・県大会への出場が決定した学校は、閉会式終了後納付書に必要事項を記入し、参加料1人1000円を添えて各地区専門委員長までご提出ください。
- ・県大会への出場決定後、クラウド上のB表へ参加状況を県大会終了後までに入力してください。(別紙)
- ・新人戦は県大会(10月14日(土)伊那市ロジテックアリーナ)のみとなります。
参加の場合は、認知書を9月22日(金)までに県専門委員長 田玉(tadama-m@m.nagano-c.ed.jp)までメールにて送信してください。学校長印を押印したものは、新人戦当日受付にて参加料と一緒に提出してください。
各地区高体連に参加料を納める必要はありません。

女子団体公式練習 1チーム5分

	開始	終了	サブフロアー(♪あり)	メインフロアー(♪あり)
5分 練習	9:40	～ 9:45	野沢南	諏訪二葉B
	9:45	～ 9:50	諏訪二葉A	松商学園・都市大塩尻・松本深志・松本国際
	9:50	～ 9:55	伊那西	野沢南
	9:55	～ 10:00	諏訪二葉B	諏訪二葉A
	10:00	～ 10:05	松商学園・都市大塩尻・松本深志・松本国際	伊那西

女子個人公式練習 選手No順で1人1分ずつ通しができるようにしてください。残った時間はFREE。

	開始	終了	サブフロアー(♪あり)	メインフロアー(♪あり)
班別 練習	11:10	～ 11:19	3 班	1 班
	11:19	～ 11:28	4 班	2 班
	11:28	～ 11:37	5 班	3 班
	11:37	～ 11:46	6 班	4 班
	11:46	～ 11:55	1 班	5 班
	11:55	～ 12:04	2 班	6 班

新体操女子 団体競技試技順

順	学 校 名 監 督	選手名 補欠	学 年	得 点			減点	合計	順位
				D(構成)	A(芸術)	E(実施)			
1	(オープン) 諏訪二葉 B	中緒 美希 若林 日菜 西村 俐咲 後藤 詩織 勝野 真碧	2 2 2 2 2						
	橋爪 みつる								
2	(オープン) 松商学園 都市大塩尻 松本深志 松本国際	山田 歩実 小林 千奈乃 加茂 杏菜 池田 美遥 堀内 このみ	3 1 3 3 1						
	鈴木 あおい								
3	野 沢 南	山越 紅葉 浅野 晴 大森 優花 高見澤 凜南 横須賀 さくら 田村 信乃	3 3 2 2 2 2						
	中島 進之介	大塚 夏希 宮下 真衣	1 1						
4	諏訪二葉 A	両角 彩乃 今井 璃美菜 西山 葉瑠 山田 翠蓮 西村 結菜 黒川 紗良	2 3 3 3 2 2						
	橋爪 みつる	宮坂 茉里 矢澤 真咲	3 1						
5	伊 那 西	秋山 名菜 海崎 しおり 立石 心愛 峰廣 さくら 市川 愛夏 山田 絢羽	3 3 2 2 1 1						
	折井 里帆	幡野 桔梗 森本 真衣	2 2						

新体操女子 個人競技試技順

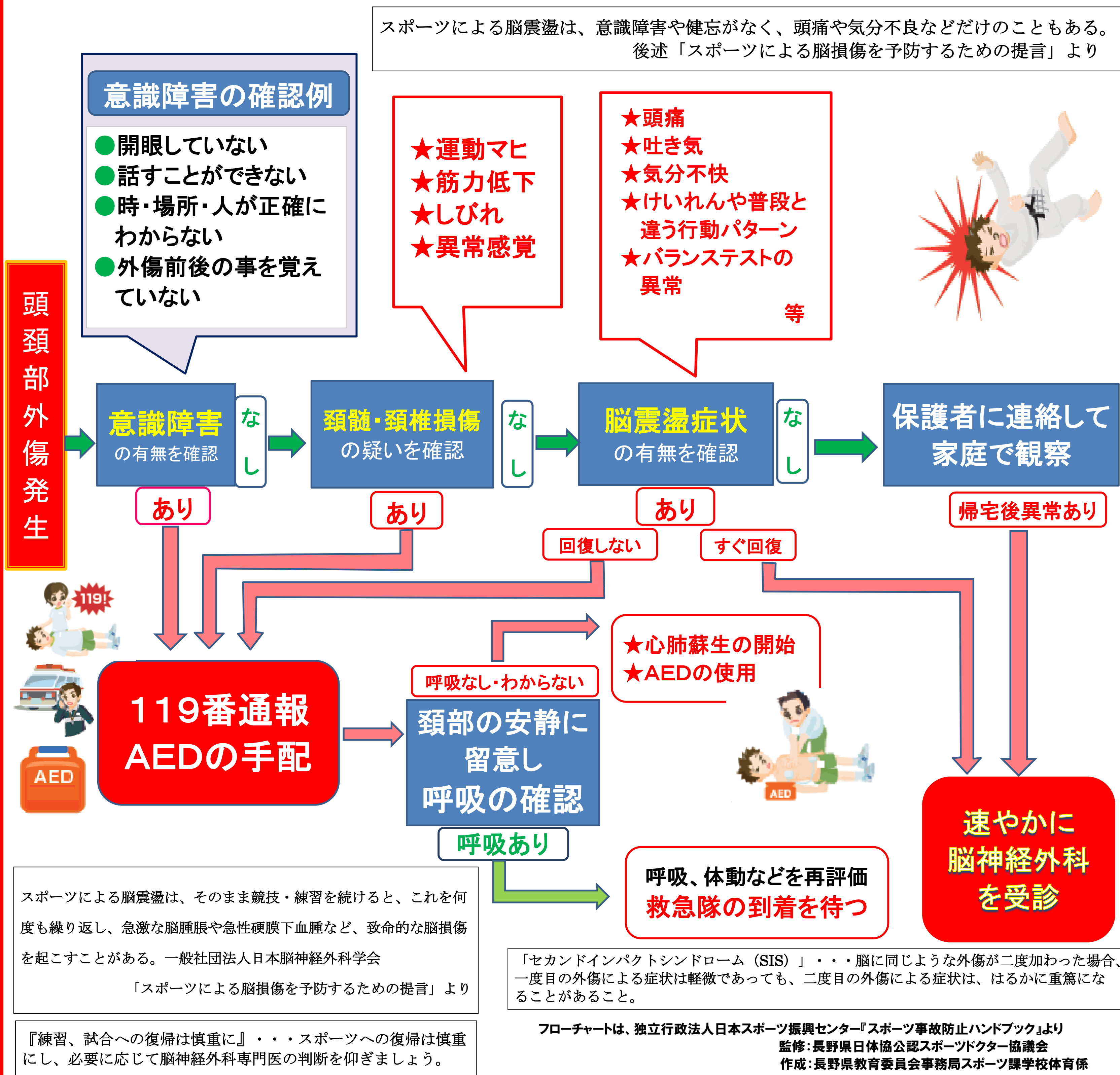
	NO.	氏名	学校名	学年	地区	ボール		クラブ	
						試技順	得点	試技順	得点
1班	1	浅野 晴	野沢南	3	東信	1			
	2	高見澤 凜南	野沢南	2	東信	2		17	
	3	横須賀 さくら	野沢南	2	東信	3		18	
	4	<small>諏訪二葉高校 体育館</small>	野沢南	2	東信	4		19	
	5	山越 紅葉	野沢南	3	東信	5		20	
	6	小林 果蓮	長野日大	1	北信	6		21	
	7	堀口 瑞姫	長野西	1	北信	7		22	
	8	松本 うるる	長野日大	1	北信	8		23	
2班	9	池澤 のえ	須坂	2	北信	9		24	
	10	森 夢香	穂高商業	3	中信	10		25	
	11	山田 歩実	松商学園	3	中信	11		26	
	12	池田 美遥	松本深志	3	中信	12		27	
	13	加茂 杏菜	都市大塩尻	3	中信	13		28	
	14	小澤 結月	松商学園	1	中信	14		29	
	15	堀内 このみ	松本国際	1	中信	15		30	
	16	小林 千奈乃	松商学園	1	中信	16		31	
3班	17	勝野 真碧	諏訪二葉	2	南信	32		46	
	18	長崎 結	伊那西	1	南信	33		47	
	19	後藤 詩織	諏訪二葉	2	南信	34		48	
	20	牛山 りん	伊那西	2	南信	35		49	
	21	若林 日菜	諏訪二葉	2	南信	36		50	
	22	尾島 美空	伊那西	2	南信	37		51	
	23	西村 俐咲	諏訪二葉	2	南信	38		52	
4班	24	後藤 碧	諏訪清陵	2	南信	39		53	
	25	<small>北信高等学校体育連盟理事長</small>	諏訪二葉	2	南信	40		54	
	26	海崎 しおり	伊那西	3	南信	41		55	
	27	山田 翠蓮	諏訪二葉	3	南信	42		56	
	28	畠山 凜	伊那西	1	南信	43		57	
	29	西山 葉瑠	諏訪二葉	3	南信	44		58	
	30	幡野 桔梗	伊那西	2	南信	45		59	
5班	31	矢澤 真咲	諏訪二葉	1	南信	60		76	
	32	秋山 名菜	伊那西	3	南信	61		77	
	33	宮坂 茉里	諏訪二葉	3	南信	62		78	
	34	森本 真衣	伊那西	2	南信	63		79	
	35	黒川 紗良	諏訪二葉	2	南信	64		80	
	36	立石 心愛	伊那西	2	南信	65		81	
	37	今井 璃美菜	諏訪二葉	3	南信	66		82	
	38	碓井 琴水	伊那西	1	南信	67		83	
6班	39	西村 結菜	諏訪二葉	2	南信	68		84	
	40	峰廣 さくら	伊那西	2	南信	69		85	
	41	両角 彩乃	諏訪二葉	3	南信	70		86	
	42	市川 愛夏	伊那西	1	南信	71		87	
	43	山田 瑛羽	飯田女子	3	南信	72		88	
	44	江島 葵	東海大諏訪	3	南信	73		89	
	45	山田 絢羽	伊那西	1	南信	74		90	
	46	赤羽 陽菜子	飯田女子	3	南信	75		91	

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



「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！