令和７年度

長野県高等学校総合体育大会サッカー競技　北信大会

日時　令和7年5月13日（火）　8:45～　開会式

5月13日（火）15日（木）17日（土）19日（月）

会場　須坂市北部運動広場　中野市多目的サッカー場

主催　北信高等学校体育連盟

主管　北信高等学校体育連盟サッカー専門部

北信高等学校体育連盟ホームページ

http://www.ngn-hssp.org/hokusin/

＜大会役員＞

大会長　　三輪　元子（長野西校長）

副大会長　金井　繫昭（飯山校長）　内藤　信一（長野吉田校長）　阿部　栄智（松代校長）

会場長　　松原　雄一（須坂校長）　松沢　孝明(篠ノ井校長)

大会委員長　朝田　将幸（長野西）　　大会副委員長　立石　越史（須坂）

＜競技役員＞

総務委員長　立石　越史（須坂）

競技委員長　桑原　健吾（長野吉田）

審判委員長　上野　基（長野西）

救護委員長　岡野　哲也（長野東）　高橋　寛太(日大)

審判員	小松大輔(立志)	高橋　茂(立志)	坂巻裕史(中西)	立石越史(須坂)
	赤穂好児(創成)	桑原健吾(吉田)	小宮山潤(吉田)	清水俊佑(長野)
	上野　基(長西)	岡野哲也(長東)	宮本駿平(長東)	小林　隆(長工)
	三村海斗(松代)	荒井俊亮(屋代)	下平健吾(屋代)	小宮山勝人(篠井)
	天野達也(市立)	山下英輔(市立)	高橋和也(日大)	高橋寛太(日大)
	東　浩史(日大)	中澤真明(日大)	佐藤　純(俊英)	古畑良篤(俊英)
	武内英郎(俊英)	中山英俊(高専)	西信洋和(高専)	五味龍作(文化)
	岡田　毅(協会)	秋山　航(協会)	高藤太凱(協会)	大峡　諭(協会)

補助員　　北信地区各校

競技要項

１　A、Bブロックのトーナメント方式とする。
　　各ブロックの１位～３位までの合計６チームが県大会出場の権利を獲得する。

２　試合時間は８０分とし、決しない場合は２０分の延長戦を行う。なお同点の場合はＰＫ方式により次回進出チーム及び各ブロックの優勝チーム、３位チームを決定する。
　　ハーフタイムのインターバルは１０分間とする。
　　延長戦に入る前のインターバルは３分間、延長戦のハーフタイムは１分間とする。

競技規定

１　(公財)日本サッカー協会制定の競技規則に従う。

２　選手の交代は、試合前にメンバー表に記載され登録された９名の選手の中から６名までとする。

３　選手交代の回数は４回とする。ハーフタイム、延長戦に入る前のインターバル、延長戦のハーフタイムは交代回数に含めない。延長戦に入った場合、交代人数１名、交代回数１回をそれぞれ追加することができる。

４　ベンチ入り人数は選手２０名とする。さらに役員最大５名＋マネージャーの合計７名とする。

５　退場を命じられた選手及び今大会中に２度の警告を受けた選手は次の１試合に出場できず、その後の処置については（公財）日本サッカー協会懲罰規定に基づき（一社）長野県サッカー協会で決定する。

諸注意

１　登録選手の変更は、自チームの初戦となる試合のメンバー表提出の際に登録変更願用紙を用い、本部に提出する。なお、背番号のみの変更及び追加登録は認めない。

２　ユニフォームは、フィールドプレーヤー・ゴールキーパー共、シャツ・パンツ・ソックスそれぞれ異色のものを、必ず２種類用意すること。

３　チームの代表者は、試合開始時刻の７０分前までに下記ア～エを持参し本部へ集合する。

　ア、選手証　　イ、メンバー表３部、

　ウ、フィールドプレーヤー・ゴールキーパーそれぞれの正副２種のユニフォーム

４　ベンチは組み合わせ表の左側のチームがピッチに向かって左側とする。

５　試合前の選手の本部招集時刻については５分前とし、用具の点検等を行う。

６　ピッチ内練習については、前の試合終了後より本部招集時刻までとし、ハーフタイムは可とする。

７　前の試合が延長・ＰＫなどで終了時刻が遅れる場合、次の試合開始時刻は前の試合終了から１５分後を目安とする。

８　各ピッチの最終試合を行ったチームは、グラウンド整備及びゴール片づけを行う。

９　ミサンガ・指輪・ネックレス・ピアス・ヘアバンド等の装身具の着用は禁止する。

１０ 更衣した場所・使用したベンチ等は、使用したチームが責任を持って清掃する。
また、ゴミは持ち帰りとする。

１１　今大会で県大会出場権を獲得した６チームは、５月１９日（月）までに、以下のものを専門委員長まで提出すること。

①　参加料納付書　　②　参加料（１，０００円×人数）　③　県大会申込書（メンバー登録表）

『県大会申込書』についてはメールにて送付いたしましたファイルをお使いいただき須坂高校
立石までメールにてご提出ください。

開会式（監督会議）

５月１３日（火）　８時４５分より須坂市北部運動広場で行う。参加者は、全チームの顧問の先生とする。

閉会式

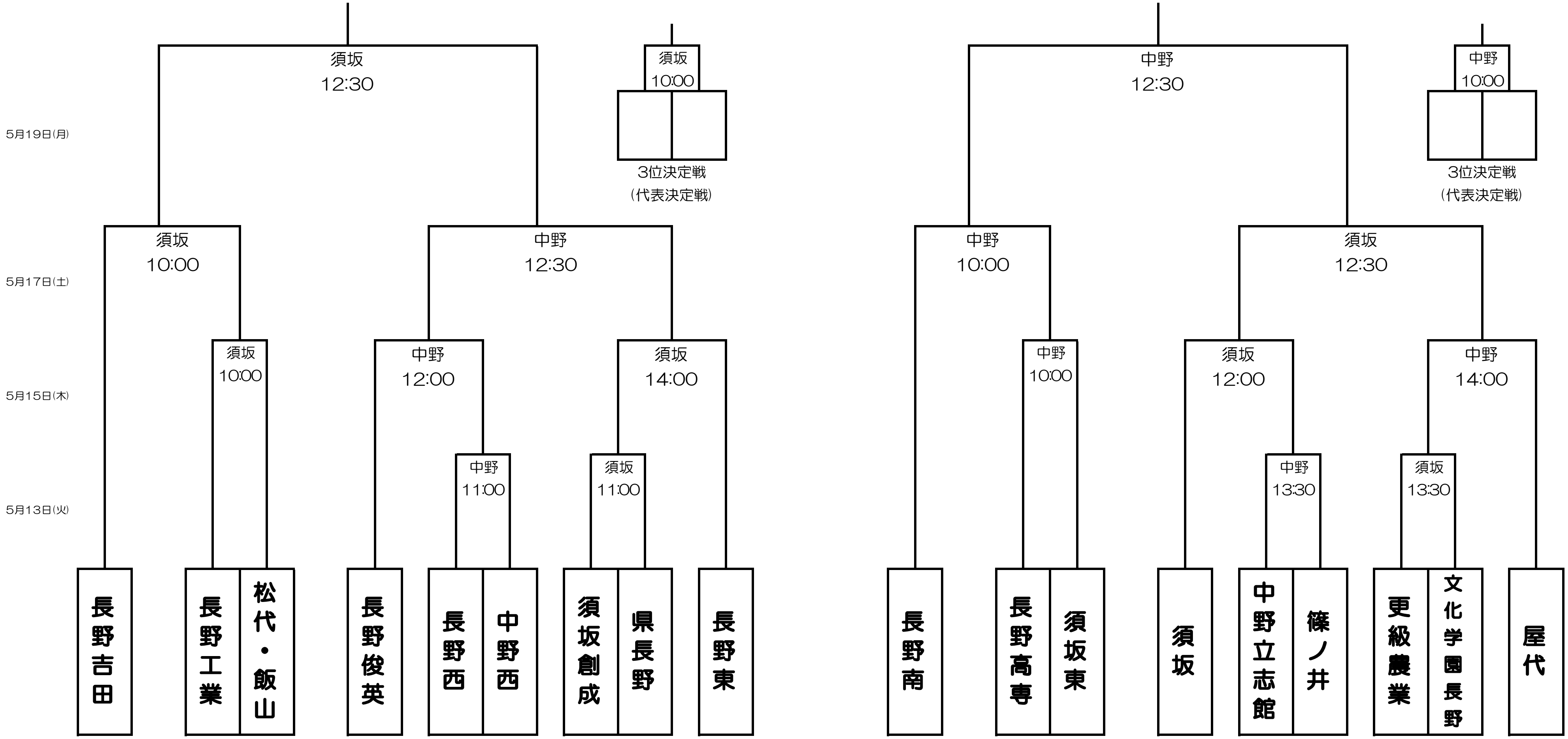
５月１９日（月）　決勝戦終了後、各会場で行う。参加者は決勝戦に出場したチームとする。

令和７年度　長野県高等学校総合体育大会サッカー競技　北信大会

令和7年5月13日(火)、15日(木)、17日(土)、19日(月)

会場　　須坂市北部運動広場　　中野市多目的サッカー場

Aブロック　　Bブロック



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

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

★運動マヒ
★筋力低下
★しびれ
★異常感覚

★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

頭頸部外傷発生

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**

あり　　あり　　あり（回復しない／すぐ回復）　　帰宅後異常あり

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

速やかに脳神経外科を受診

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！