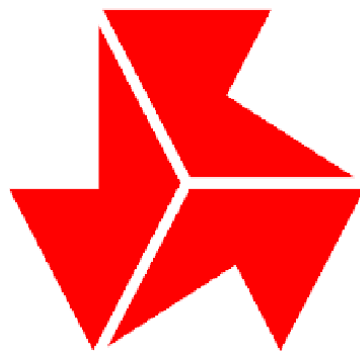




令和7年度長野県高等学校総合体育大会空手道競技北信大会

令和7年度長野県高等学校総合体育大会空手道競技東信大会

期 日 令和7年5月18日（日）

役員集合（会場準備） 8時00分から

審判会議・監督会議 8時30分から

開 会 式 9時00分から

会 場 長野工業高等学校 大体育館

主 催 北信高等学校体育連盟
東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
東信高等学校体育連盟
北信高体連空手道専門部
東信高体連空手道専門部
長野県高体連空手道専門部



前 進 し ょ う ・ 向 上 し ょ う ・ 飛 躍 し ょ う

大会役員・競技委員

(敬称略)

会 場 長 清水 史明
競技委員長 北信：内山 和弘 東信：中澤 健一

【審判部】

審 判 長 中澤 健一
副審判長 木住野 修平
審 判 員 高体連空手道専門部審判員 長野県空手道連盟審判員

【総務部】

総 務 係 内山 和弘 中澤 健一
進行・記録係 木住野 修平 長山 耕己
放 送 係 小池 亜希
式典・表彰係 内山 和弘 土屋 善裕
会場・用具係 内山 和弘 木住野 修平
救 護 係 真島 和城（ましま整骨院 院長） 小池 亜希
受付・接待係 小池 亜希
会 計 係 北信：内山 和弘
 東信：中澤 健一

【競技部】

補助員係 木住野 修平 長山 耕己 新井 雅人
コート係 池田 英鼓史 阿藤 正彦

競技説明・注意事項

1 競技種目

- (1) 男子団体 組手 (2) 女子団体 組手 (3) 男子団体 形 (4) 女子団体 形
(5) 男子個人 組手 (6) 女子個人 組手 (7) 男子個人 形 (8) 女子個人 形

2 競技規定

競技は、令和 7 年度公益財団法人全日本空手道連盟制定の競技規定・審判規定に準じて行い、運用については全国及び、長野県高体連空手道専門部競技規定並びに申し合わせ事項による。

3 競技方法

【組手競技】

- ① トーナメント方式による。3位決定戦を行う。
- ② 団体戦で、参加校が1校の種目は、認定の手続きを経て順位を確定する。
- ③ 勝敗については、8ポイント差、もしくは時間終了時のポイントによる。
- ④ 安全具（男子6点、女子5点セット）を着用すること。
 - ・拳サポーターは全空連指定用品（赤・青）とする。
 - ・メンホーは全空連検定品で、ニューメンホーⅥ・Ⅶ（Ⅵ以上）とする。
 - ・シンガード、インステップガード（全国高体連検定品）の装着を義務付ける。
 - ・胴プロ（全空連及び、高体連検定品）、セーフティカップ(金的ガード男子のみ)は必ず身につける。
- ⑤ テーピング（白または、肌色）・サポーターについては、主審に申し出て許可を受けること。ただし、試合に影響を与えない範囲でやむを得ない場合に限る。同じ箇所へのテーピングとサポーターの併用は禁止する。

【形競技】

- ① トーナメント方式による。 3位決定戦を行う。（フラッグ制）
- ② 団体戦で、参加校が1校の種目は、認定の手続きを経て順位を確定する。
- ③ 種目により制約が異なるので、使用する形についてはプログラムを確認すること。
- ④ 個人形は準決勝まで2人同時に演武する。（形の呼称、気合いあり）
3決・決勝は一人ずつ演武する。

4 競技大会中の事故の対応について（高体連）

- ① 準備を入念に行い、体調を万全にして試合に臨むこと。
- ② 事故への対応
 - ・人命救助を最優先する。
 - ・顧問は、直ちに負傷した生徒の保護者に連絡を取る。
 - ・顧問同士連絡を取り合い、今後の対応について検討する。
 - ・事故の原因の究明と再発防止に向けての方策を検討する。
- ③ 頭頸部や顔面に強い衝撃を受けたときは安静にし、すぐに専門医の診察を受けること。
本人が「大丈夫」と言っても競技に復帰させない。復帰に際しては、医師の診断を受けること。

5 県大会について

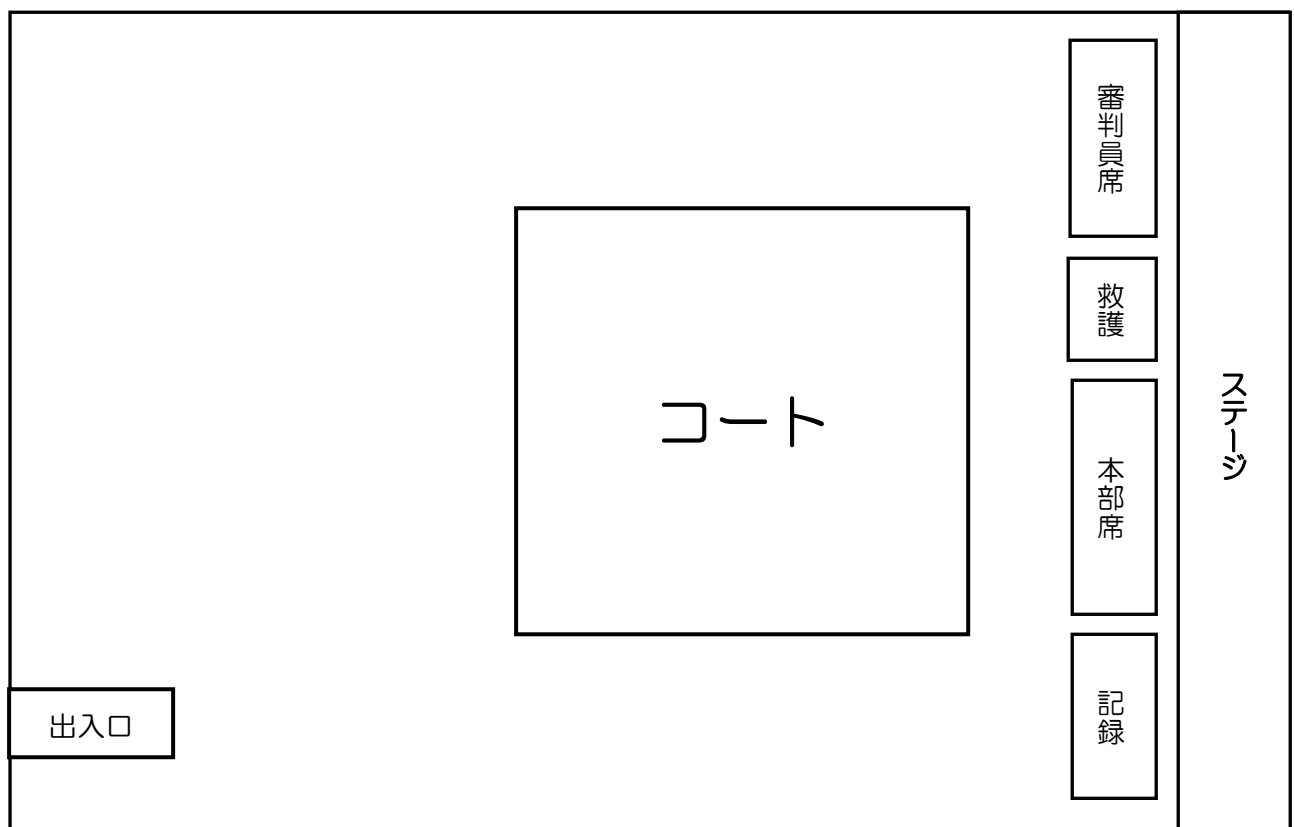
- ① 期 日 6月7日（土）・6月8日（日）
- ② 会 場 松本市波田体育館
- ③ 出場制限 個人戦組手（男・女） 地区大会上位 8名
個人戦 形（男・女） 地区大会上位 8名
団体戦形・組手とも地区大会参加校であれば制限を設けない。
- ④ その他 詳細については、県大会要項を参照すること。

6 諸注意

- ① 身だしなみについては、選手としてふさわしい頭髮にし、パーマ・リーゼント・染色・ソリ・ヒゲ等は禁止。ヘアピン、ピアス等の危険物の使用も禁止。
- ② 形・組手ともに眼鏡の使用は禁止。
- ③ 会場までのバイクの使用は禁止。
- ④ 体育館更衣室は更衣のみで、荷物等は置かないこと。
- ⑤ 素足では絶対に外に出ないこと。
- ⑥ 貴重品は各自、各校で管理すること。
- ⑦ ゴミ等は散らかさず、持ち帰ること。
- ⑧ 服装（空手衣）については、以下のように徹底をお願いいたします。
 - ・空手衣は白無地一色とし、落書きしたものやフチどりしたものは禁止。
 - ・空手衣の左胸に校名を入れてください。
（布の大きさ約7×15、黒文字、楷書・行書・丸角ゴシックの範囲、～高の「高」は入れなくてもよい。）
 - ・袖やズボンの長さ・太さは、競技規定・高体連申し合わせ事項による。
 - ・上着に腰ひものないものは不可。腰ひもはしっかりと結んで競技に臨むこと。
 - ・ヘアゴムは黒色または紺色のみ可とし、一箇所だけ認める。
 - ・女子の T シャツは、白無地のみ可。胸にワンポイントある物も認める。バックプリントは不可。

会 場 案 内

長野工業高等学校 大体育館



大会日程・進行表

役員集合（会場準備） 8時00分から

審判会議・監督会議 8時30分から

開会式 9時00分から

- ① 開会宣言
- ② 大会長挨拶
- ③ 審判長諸注意

進行表

種 目	時 間	試合数	備考
① 北信 女子・男子個人形（1回戦～準決勝戦）	9:10 ～ 10:05	18	
② 東信 女子・男子個人形（1回戦～準決勝戦）	10:10 ～ 10:25	5	
③ 北信 女子・男子 個人形（3位決定戦～決勝戦）	10:30 ～ 10:50	4	
④ 東信 女子・男子 個人形（3位決定戦～決勝戦）	10:55 ～ 11:10	3	
⑤ 北信 女子 団体形（決勝戦）	11:15 ～ 11:20	1	
～ 昼食 ～			
⑥ 北信 女子・男子 個人組手（1回戦～準決勝戦）	12:00 ～ 13:20	20	
⑦ 東信 女子・男子 個人組手（1回戦～準決勝戦）	13:25 ～ 13:45	5	
⑧ 北信 女子・男子 個人組手 （3位決定戦～決勝戦）	13:50 ～ 14:10	4	
⑨ 東信 女子・男子 個人組手 （3位決定戦～決勝戦）	14:15 ～ 14:30	3	
⑩ 北信 男子団体組手	14:35 ～ 14:55	1	

閉会式 15時00分頃から

- ① 成績発表・表彰
- ② 講評
- ③ 大会長挨拶
- ④ 閉会宣言

出 場 校 一 覧 表

【東信】

	学校名	男 子				女 子			
		組 手		形		組 手		形	
		団体	個人	団体	個人	団体	個人	団体	個人
1	小諸商業						1		1
2	小 諸		1		1	1	3	1	3
3	佐久平総合技術						1		1
4	野 沢 北		1		1		2		2
合 計			2		2	1	7	1	7

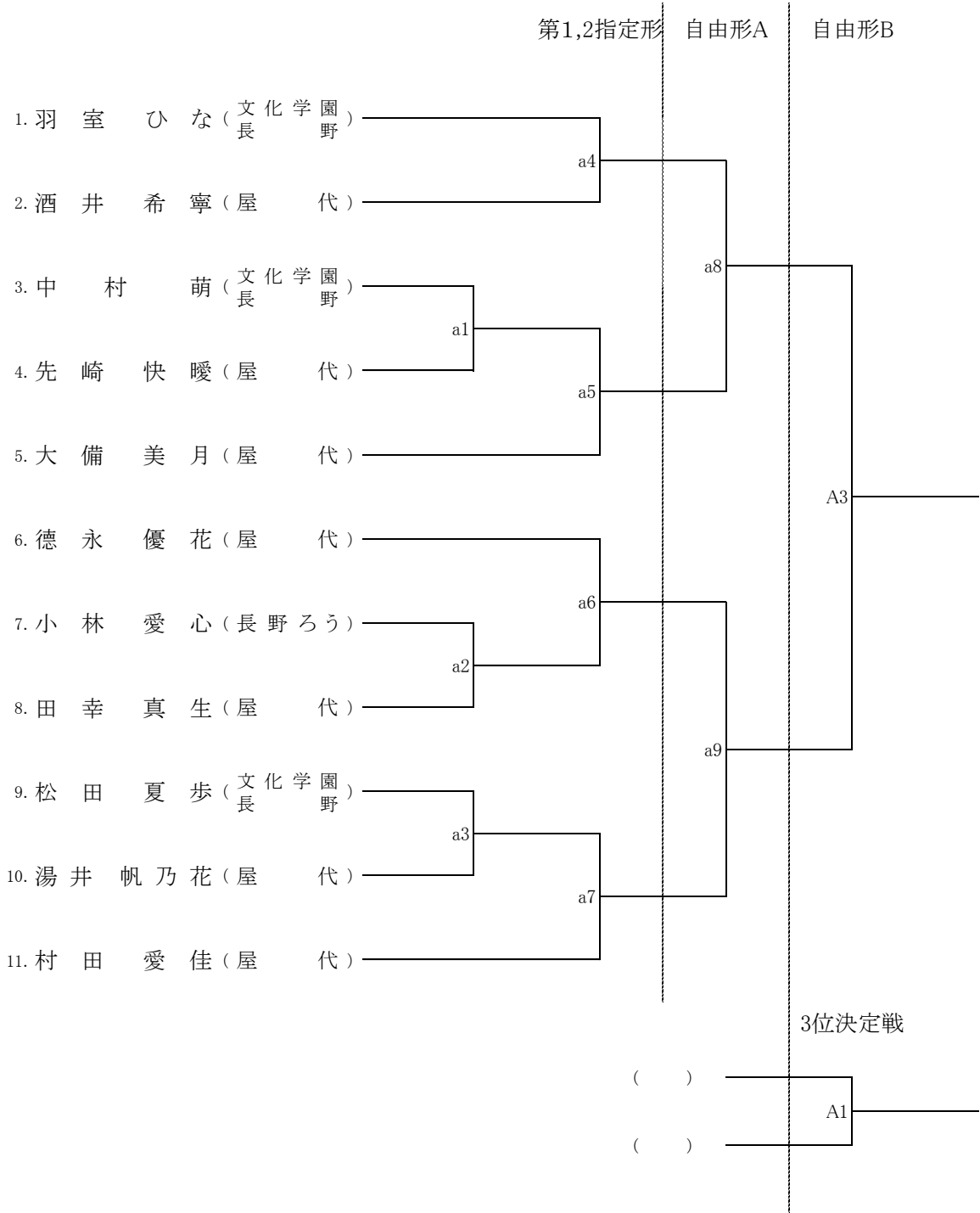
【北信】

	学校名	男 子				女 子			
		組 手		形		組 手		形	
		団体	個人	団体	個人	団体	個人	団体	個人
1	飯 山		1		1				
2	中野西		1		1				
3	須坂創成		2		2				
4	長野工業		1		1				
5	屋 代	1	5	1	5	1	7	1	7
6	市立長野						1		
7	文化学園長野		1		1		1	1	3
8	長野高専	1	4						
9	長野ろう								1
合 計		2	15	1	11	1	9	2	11



2025. 5. 18 (日)
長野県高等学校総合体育大会
空手道競技北信大会

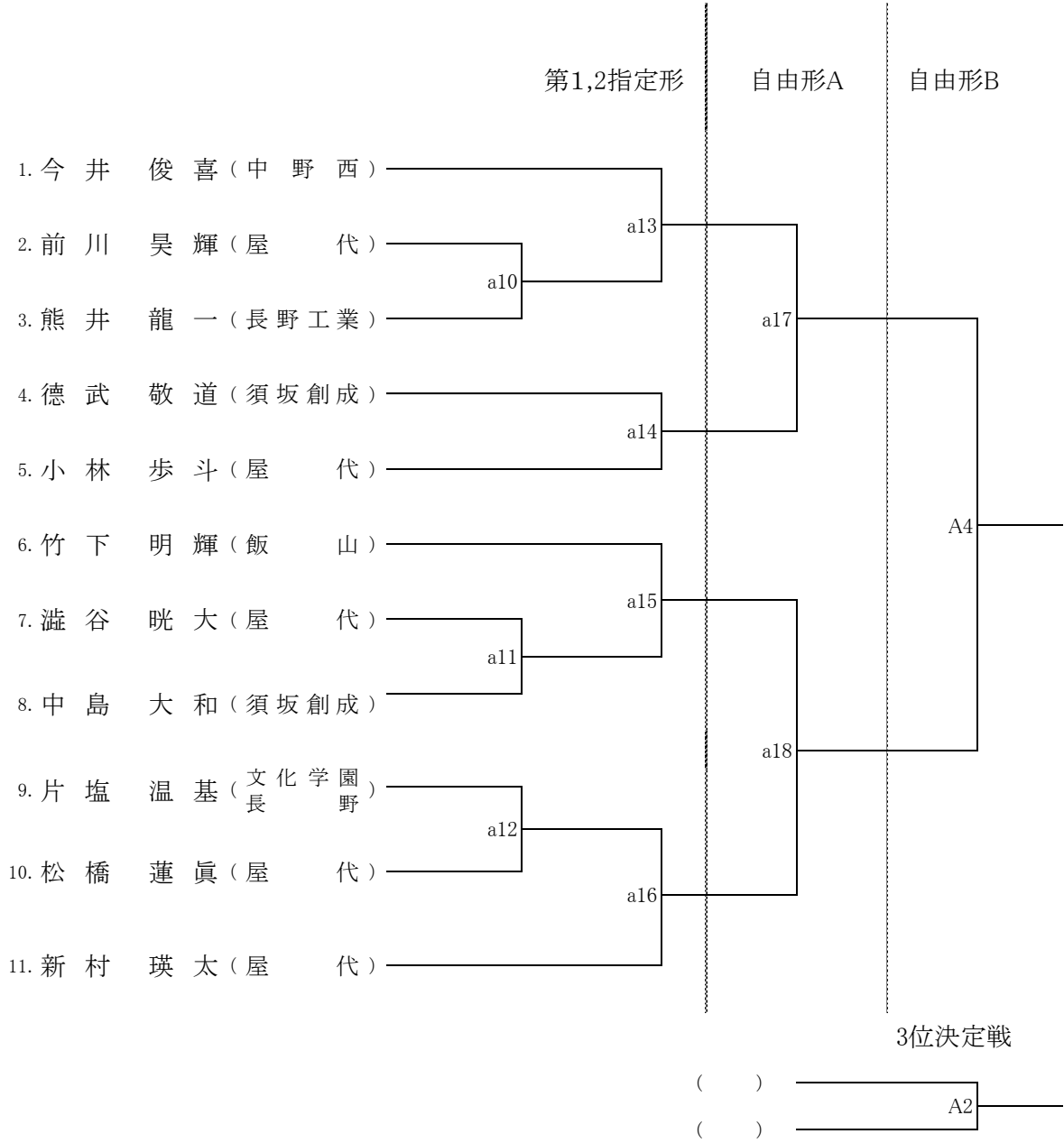
北信女子 個人 形





2025. 5. 18 (日)
長野県高等学校総合体育大会
空手道競技北信大会

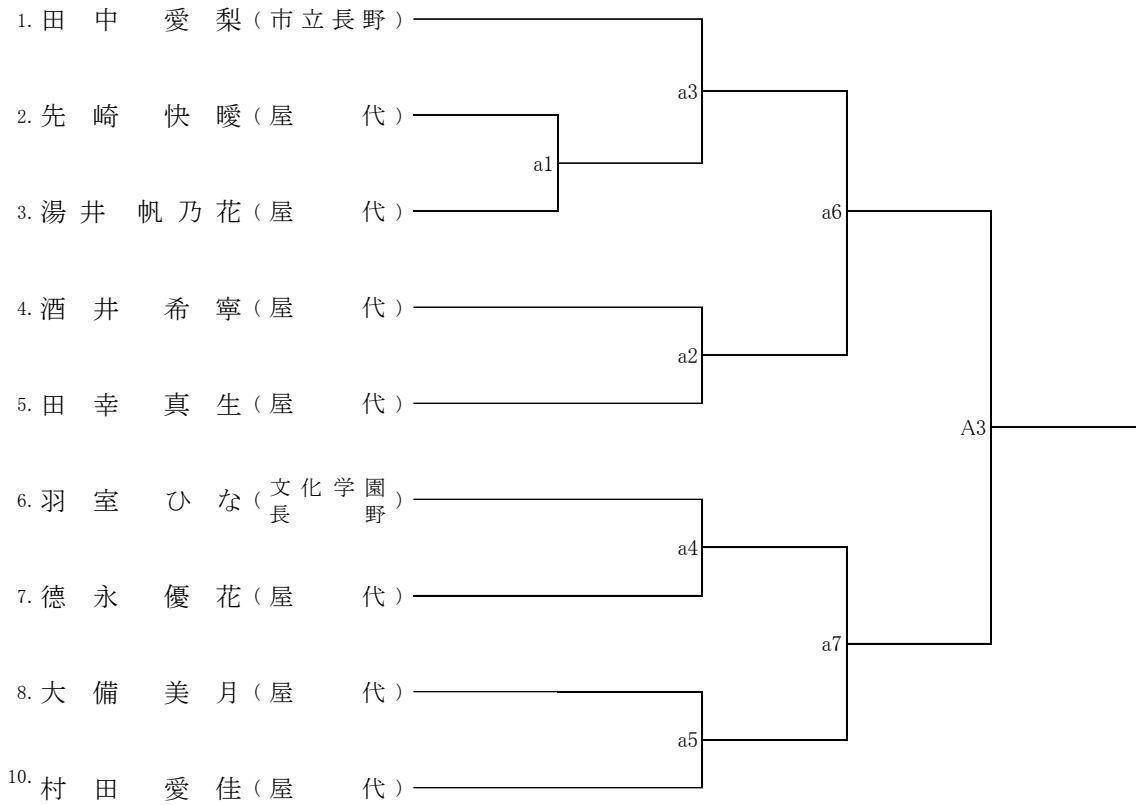
北信男子 個人 形



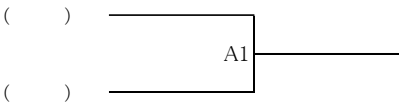


2025. 5. 18 (日)
長野県高等学校総合体育大会
空手道競技北信大会

北信女子 個人 組手



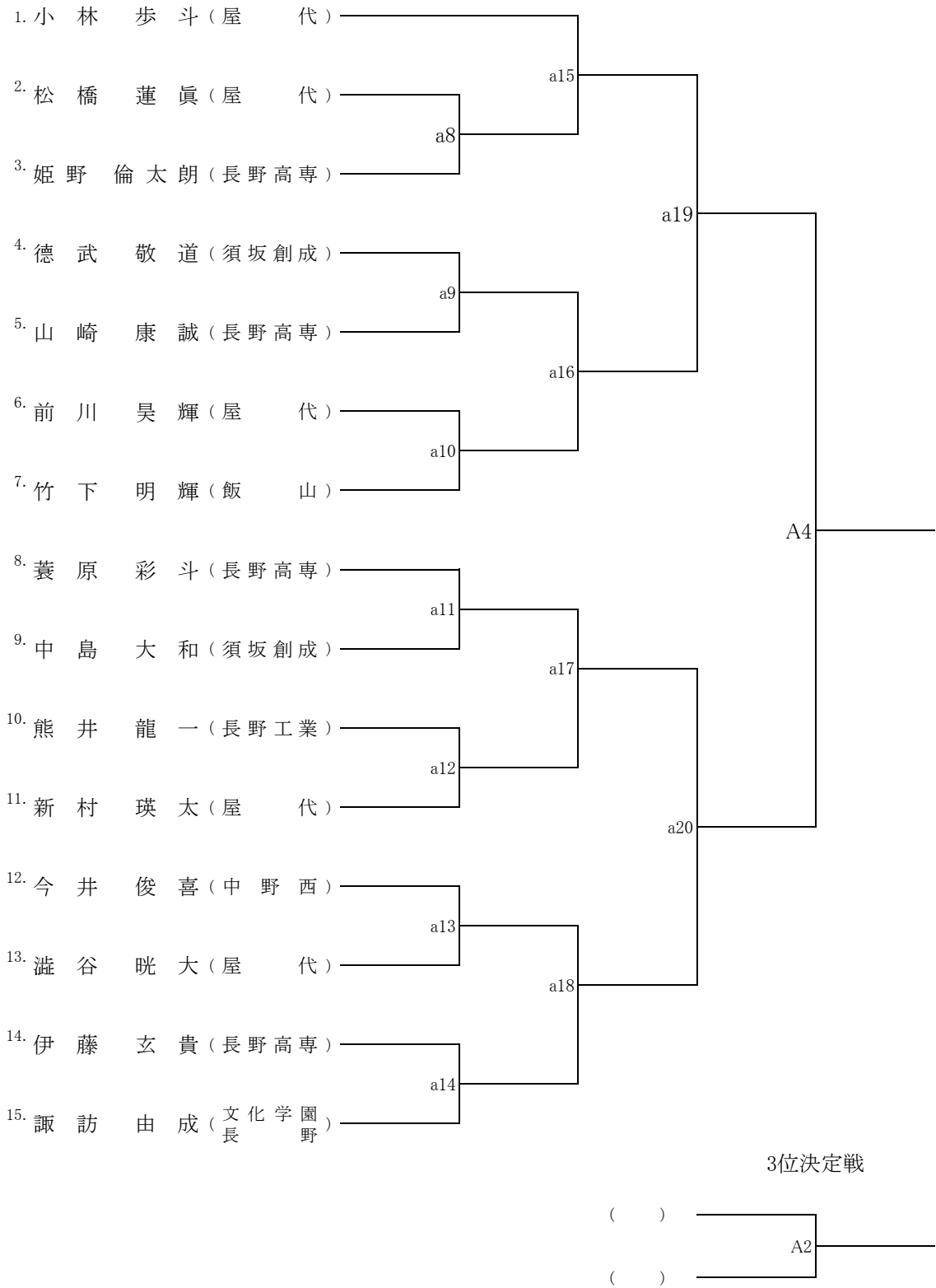
3位決定戦





2025. 5. 18 (日)
長野県高等学校総合体育大会
空手道競技北信大会

北信男子 個人 組手

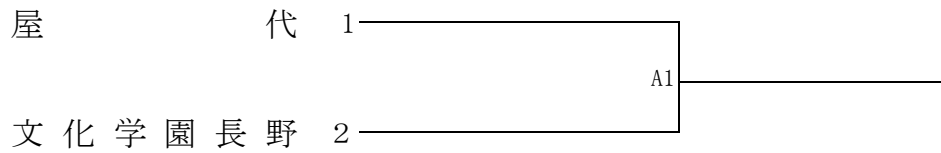




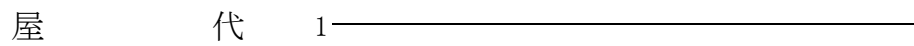
2025. 5. 18 (日)
長野県高等学校総合体育大会
空手道競技北信大会

【女子団体】

女子団体 形

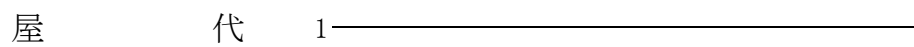


女子団体 組手

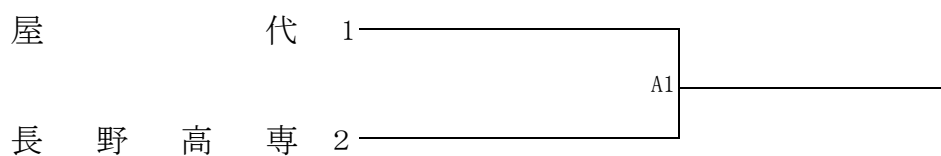


【男子団体】

男子団体 形



男子団体 組手



成 績 一 覧 表

令和7年度
長野県高等学校総合体育大会
空手道競技 北信大会

期日 令和7年5月18日(日)
会場 長野工業高等学校 大体育館

種 目		第 1 位	第 2 位	第 3 位
男 子	組手団体			
	組手個人	()	()	()
	形 団 体			
	形 個 人	()	()	()
女 子	組手団体			
	組手個人	()	()	()
	形 団 体			
	形 個 人	()	()	()

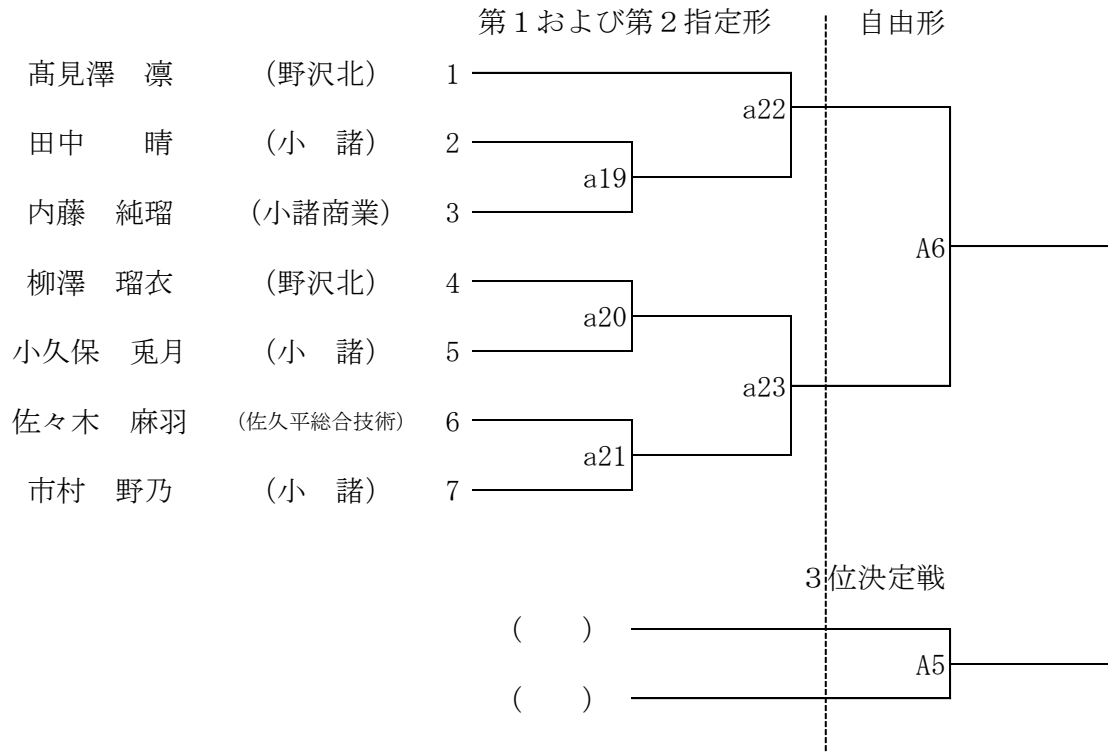
東 信

令和7年度 長野県高等学校総合体育大会東信大会

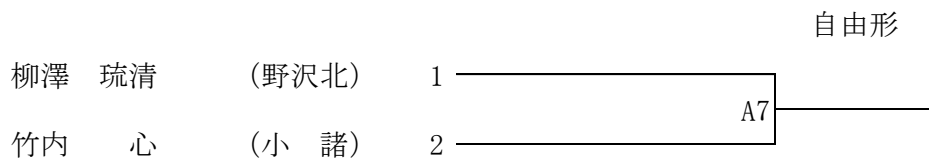
令和7年5月18日(日)

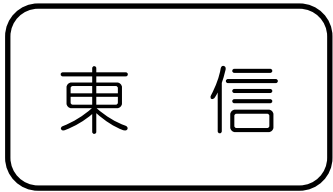
長野工業高校 大体育館

女子 個人 形



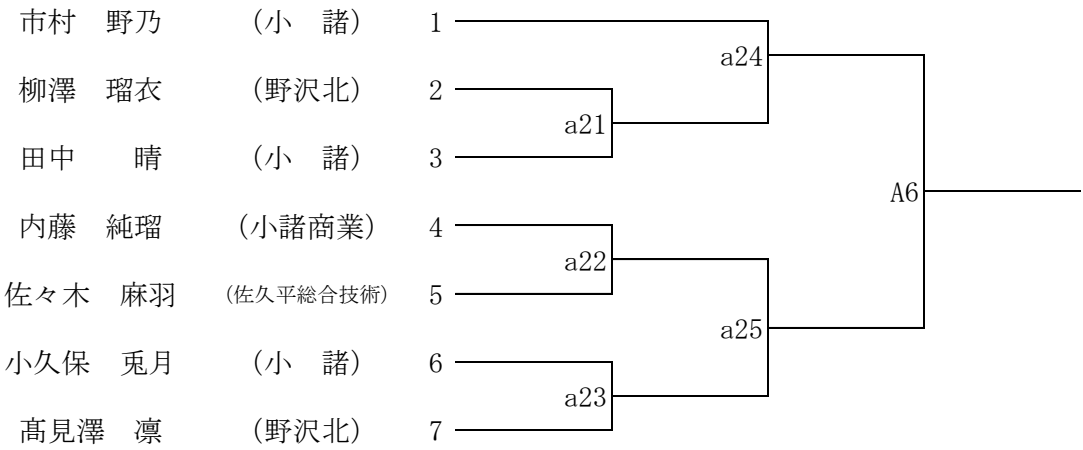
男子 個人 形

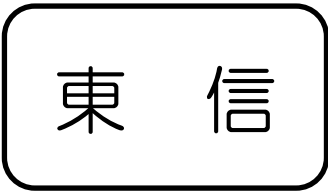




令和7年度 長野県高等学校総合体育大会東信大会
令和7年5月18日(日)
長野工業高校 大体育館

女子 個人 組手





令和7年度 長野県高等学校総合体育大会東信大会
令和7年5月18日(日)
長野工業高校 大体育館

女子団体形

小諸 1 _____

女子団体組手

小諸 1 _____

成 績 一 覧 表

令和7年度
長野県高等学校総合体育大会
空手道競技 東信大会

期日 令和7年5月18日(日)
会場 長野工業高等学校 大体育館

種 目		第 1 位	第 2 位	第 3 位
男 子	組手団体			
	組手個人	()	()	()
	形 団 体			
	形 個 人	()	()	()
女 子	組手団体			
	組手個人	()	()	()
	形 団 体			
	形 個 人	()	()	()

北信高等学校総合体育大会空手道競技会参加にあたって（お願い）

例年どおり、今大会も東信地区との同日、同会場での開催です。なお、以下に重要なお知らせを記しましたのでご確認ください。

記

1 空手衣および、安全具について

(例)

長野
工業

- 上着の左胸に学校名を縦書きで入れる。 →
- 帯でウエストを締めたときの上着の長さは、腰を覆うほどの長さとし、大腿の 4 分の 3 までとする。また、上着の袖の長さは手首までとし、前腕の中程より短くてはならない。上着の袖をまくってはいけない。ズボンの長さは、少なくとも下肢の 3 分の 2 を覆うほどの長さとし、くるぶしがかくれてはならない。裾をまくり上げてはならない。
- 大会要項および、大会プログラムにてご確認ください。赤帯、青帯は原則として各自で持参してください。
- 男子のセーフティーカップ（金的ガード）は必ず付けて組手競技に臨んでください。
- 女子の T シャツは白無地です。（ワンポイント程度は可）学校指定の物で、バックプリントが入っている物も不可。
- 女子のヘアゴムは黒色または、紺色のみ可とし、一箇所だけ認めます。また、ヘアピンも不可です。
- 上着の腰ひもは必ずしめて競技に臨んでください。女子の胸ひもは不可です。
- 眼鏡は禁止です。ソフトコンタクトレンズは、競技者自身の責任において使用しても構いません。

2 棄権について

- 北信地区では、事前に棄権する場合は原則として届を提出することになっています。なお、当日の体調不良や怪我については、監督会議の際に口頭で申し出てください。

3 県総体にあたって

- 地区大会終了後、本部席にて口頭にて申し込みをしてください。（意思確認）
- 個人参加もしくは、個人戦のみの参加となる学校につきましては、参加料と参加申込書をご提出ください。
- 参加料は一名 1,000 円です。参加申込書に顧問印が必要ですので、印鑑をご持参ください。

4 部員調査へのご協力をお願いします。用紙は地区大会の当日に配布いたします。

- 学校名、顧問の先生のメールアドレス、携帯電話の番号等をご記入いただきますので、予めご準備ください。

5 空手道専門部活動充実費について

- 地区大会参加生徒は、専門部活動充実費一名 1,000 円を収めてください。

6 熱中症・感染症対策について

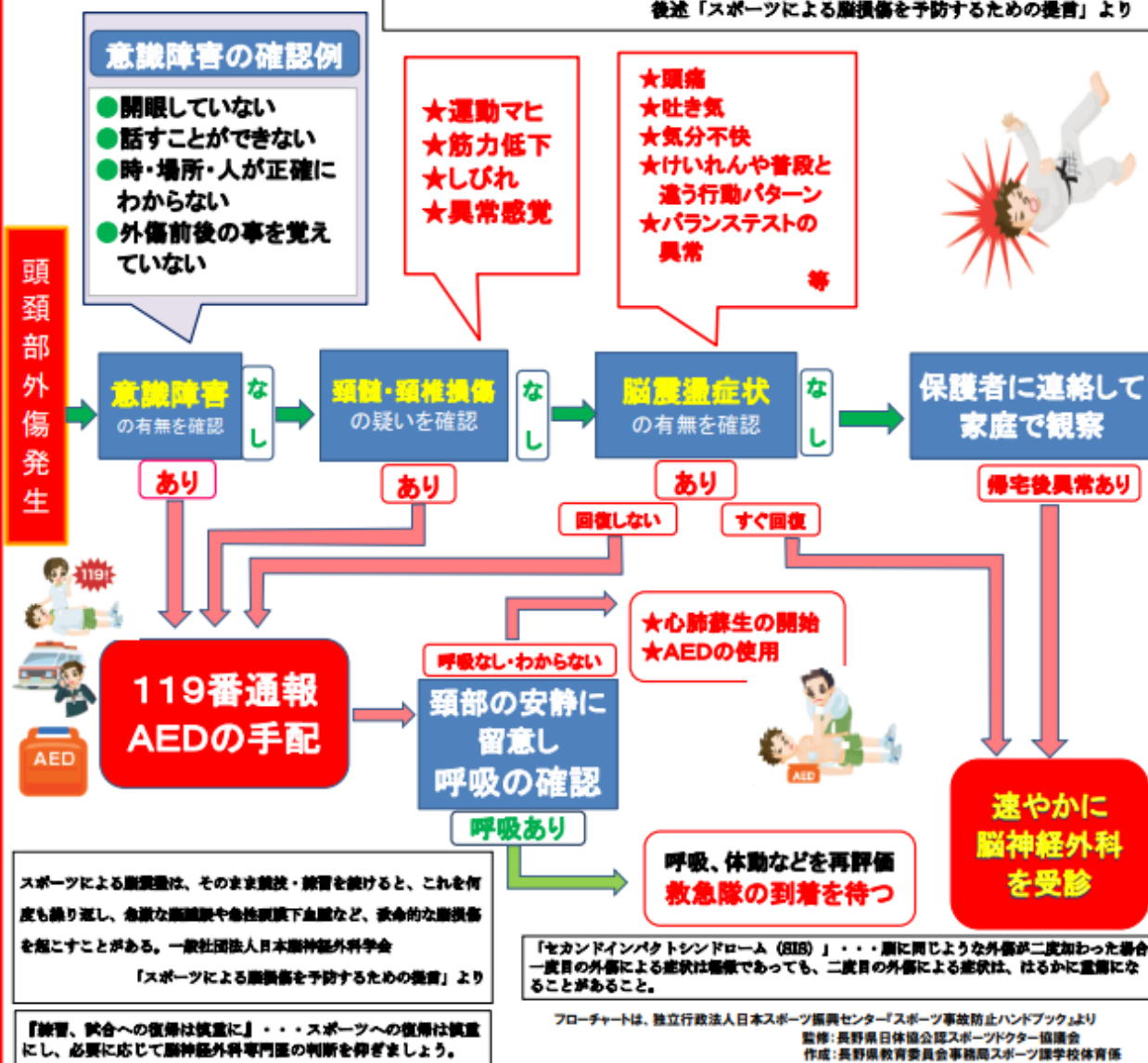
- (1) 常時 2 方向の窓を開けて換気を行います。
- (2) 受付及び会場内にアルコール消毒液を設置します。
- (3) マスクを着用については、個人の判断とします。
- (4) 常時、暑さ指数(WBGT)を測定し、熱中症を予防する。
- (5) 水分補給を促す。

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「スポーツによる脳震盪を予防するための措置」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、その場で休んでいよう！

