

令和7年度 北信高等学校体育連盟

## 長野県高等学校総合体育大会 北信大会 大会要項

申し込み締め切り 令和7年4月23日（水） 13時必着

定通 5月7日（水） 15時（定通専門部へ）  
水泳 5月30日（金） 12時

北信高等学校体育連盟事務局

**【 北信高等学校顧問各位 】** ①高等学校体育連盟の諸活動に、頭髪の染色・脱色・パーマ等や、装飾のピアス・ネックレス・指輪等はそぐわないものとして、その対象生徒の大会出場を制限します。したがって、各学校におかれましては、専門部の協力を得て指導され、地域社会からも十分な評価と応援が得られる大会となりますよう、ご協力をお願いします。  
②28年度より北信高体連主催大会において棄権する場合は棄権届が必要となります。詳しくは各校評議員にお問い合わせください。

# 令和7年度 北信高等学校体育連盟 総合体育大会要項

種目	期日	会場 時間	参加資格及び参加制限	試合形式と注意事項	県大会	申し込み方法と参加料
陸上競技	5月 16日(金) 17日(土) 18日(日)	長野運動公園 陸上競技場  開会式 16日(金) 9:30  競技開始  16日(金) 10:00  17日(土) 9:30  18日(日) 9:30 閉会式 18日(日)14:30	<p>・高体連に登録済みの生徒。 ・1校1種目3名以内、1人3種目以内(リレーを除く)。リレーは1校1チーム。</p> <p>[16日] 男子 100m予・400m・1500m・110mH 4×100mR予・走幅跳・ハンマー投 やり投・8種競技前半 女子 100m予・400m・100mH・4×100mR予 1500m・5000mW・走幅跳・やり投</p> <p>[17日] 男子 100m準、決・800m予、準・400mH 3000mSC・4×100mR決 4×400mR予・走高跳・棒高跳 砲丸投・8種競技後半 女子 100m準、決・800m予、準・4×100mR決 ・400mH・4×400mR予・棒高跳・砲丸投 ・ハンマー投・7種競技前半</p> <p>[18日] 男子 200m・800m決・5000m 5000mW・4×400mR決 三段跳・円盤投 女子 200m・800m決・3000m・4×400mR決 走高跳・三段跳・円盤投 7種競技後半</p> <p>※参加申し込みの状況によって、変更も有り得る。 ※5000mWは、男女いずれかのエントリー数が8名以内で 男女の合計が30名以内の場合、大会3日目に男女同時 レースにて実施する。</p>	<p>学校対抗</p> <p>オープン参加について 男子 全種目 女子 全種目 ※トラック競技はオープン選手のための レースを基本とするが、参加人数の状況 によっては対校レースに組み入れること もある。 ※フィールド種目は試技を3回とする。</p>	<p>各種目8位まで。 ただし混成競技は6位まで。</p> <p>万が一、大会が中止された場合 の県大会出場者は北信高体連 陸上競技専門部で協議し、県総 体要項に準じ、選考する。</p>	<p>①長野陸上競技協会のHP「大会要項・ エントリーファイル」から、北信高校総体 のEF(エントリーファイル)をダウンロード して必要事項を入力する。 <b>シート:選手データ</b>に登録番号・氏名・フリ ガナを入力しておく <b>シート:個人種目申込一覧表</b>に、性別・ ナンバーを入力すれば 氏名とフリガナが自動的に出てきます。 学校住所などを入力し、個人の出場種 目をリストから選び、記録を確実に入力 する。</p> <p>②EF(エントリーファイル)を4月29日 (火)23時59分までに rikujohokusin@yahoo.co.jp へ電子メールに添付し、送信する。</p>

【北信高等学校顧問各位】 ①高等学校体育連盟の諸活動に、頭髪の染色・脱色・パーマ等や、装飾のピアス・ネックレス・指輪等はそぐわないものとして、その対象生徒の大会出場を制限します。したがって、各学校におかれましては、専門部の協力を得て指導され、地域社会からも十分な評価と応援が得られる大会となりますよう、ご協力をお願いします。

②28年度より北信高体連主催大会において棄権する場合は棄権届が必要となります。詳しくは各校評議員にお問い合わせください。

# 令和7年度 長野県総合体育大会 柔道競技 北信大会

種目	期日	会場 時間	参加資格及び参加制限	試合形式と注意事項	県大会	申し込み方法と参加料
柔道	5月 17日(土) 18日(日)	ことぶきアリーナ柔道場 (千曲市更埴体育館)  17日(土) 開 場 8:45 計 量 9:10 監督会議 9:30 開 会 式 10:00  18日(日) 開 場 8:45 計 量 9:10 監督会議 9:30 競技開始 10:00	・高体連に登録済みの生徒。 ・男子団体試合 1校1チーム、監督1名、選手3～8名をエントリーする。 (4名以下のエントリーの場合はオーダーは後ろ詰めとする。一度でも4名以下で試合をした場合、後から補欠を入れることはできない。) エントリー後の選手変更は認めない。 5月17日(土)の午前9時00分までに選手3～5名、補欠1名のオーダーを大会本部に提出する。  ・女子団体試合 1校1チーム、監督1名、選手3～5名をエントリーする。 (最低2名のエントリーが必要) 2名の場合は後ろ詰めとする。一度でも2名で試合をした場合、後から補欠を募集することはできない。	・競技規則は、国際柔道連盟試合審判規定及び全国高体連柔道専門部申し合わせ事項による。試合時間は男女団体・個人ともすべて4分とする。団体試合における優勢勝ちの判定基準は、「有効」または「僅差」以上とする。なお、僅差は「指導差が2」とする。チームの内容が同等の場合は、代表選手を任意に選出して代表戦を行う。個人試合及び団体試合代表戦における「優勢勝ち」の判定基準は、「有効」または「僅差」以上とする。なお、僅差は「指導差が2」とする。同等の場合は、延長戦をゴールデンスコア方式(時間無制限)で行う。延長戦に入った場合、「有効」以上もしくは指導差がでた時点で勝敗を決する。詳細は、大会当日の審判監督会議にて確認する。 ・第1日目 男女団体試合、トーナメント戦。(6校未満の場合はリーグ戦とする。) 男子団体試合は各チーム5名による点取り試合で行う。 女子団体試合は各チーム3名による点取り試合で行う。 ・第2日目 男女個人試合、トーナメント戦。男女個人計量は第1日目・第2日目ともに9:10から9:25及び第1日目団体試合終了後に行うのでいずれかに合格すること。なお、計量時の服装は男子「上半身裸」下は「短パン」、女子「上半身Tシャツ」下は「短パン」とする。 ・柔道着の背部にゼッケンを縫い付けること。縫い付ける場所は襟から5～10cmのところにゼッケン上部がくるようにし、強い糸でしっかり縫い付けること。サイズは横30～35cm縦25～30cmとする。姓は上側2/3、校名は下側1/3の部分にゴシック体(または楷書)、男子は黒色、女子は濃赤とする。 ・各校監督は、全日本柔道連盟通達「コーチの振る舞い」を確認し、これに準ずること。	団体試合 男女ともオープン参加  個人試合 男子 各級8位まで 女子 各級8位まで ただし、他地区にて定員に満たない階級が生じた場合、補充ができる地区からの参加を認める。	・認知書 男女別の用紙で申し込むこと。 「認知書入力上の注意(柔道)」をよく読んで入力すること。  ・入力した認知書(エクセルファイル)は、北信高体連事務局への送付と同時に、 <b>柔道専門委員 長野俊英高校・竹内琢美先生へファイルを送付し、メールを送信すること。</b>  メール送信先 <b>n.syunei.h.s.judo@gmail.com</b>
<p>・個人試合 各校における各階級の制限はなし。計量に合格したものとす。</p> <p>男子 60Kg級(60Kg以下) 66Kg級(60Kgを超え66Kg以下) 73Kg級(66Kgを超え73Kg以下) 81Kg級(73Kgを超え81Kg以下) 90Kg級(81Kgを超え90Kg以下) 100Kg級(90Kgを超え100Kg以下) 100Kg超級(100Kgを超える)</p> <p>女子 48Kg級(48Kg以下) 52Kg級(48Kgを超え52Kg以下) 57Kg級(52Kgを超え57Kg以下) 63Kg級(57Kgを超え63Kg以下) 70Kg級(63Kgを超え70Kg以下) 78Kg級(70Kgを超え78Kg以下) 78Kg超級(78Kgを超える)</p> <p>・その他 【新入生の大会参加について】 新入生の練習および大会参加については、事故防止、安全確保について十分に配慮し考慮すること。なお、全日本柔道連盟の指針に則り、柔道経験が6か月に満たない者は北信総体への参加は不可とする。 【脳震盪について】 大会前1か月以内に脳震盪を受傷した者は、脳神経外科の診断を受け、出場許可を得ること。大会中、脳震盪を受傷した者は、継続して当該大会に出場することは不可とする。至急専門医「脳神経外科」の精査を受けること。練習再開に際しては、脳神経外科の診断を受け許可を得ること。当該選手の指導者は、大会事務局および全柔連に対し、書面により事故報告を提出すること。 【皮膚真菌症について】 皮膚真菌症(トリコトフィン・トズランズ感染症)については、発症の有無を各所属の責任において的確な治療を行う。感染が疑わしい、もしくは感染が判明した選手については迅速に医療機関において的確な治療を行う。もし、選手に皮膚真菌症の感染が発覚した場合は、原則として大会への出場を禁止する。(ただし、2週間以内の治療証明書がある場合は出場を認める。)</p>						

**【北信高等学校顧問各位】** ①高等学校体育連盟の諸活動に、頭髪の染色・脱色・パーマ等や、装飾のピアス・ネックレス・指輪等はそぐわないものとして、その対象生徒の大会出場を制限します。したがって、各学校におかれましては、専門部の協力を得て指導され、地域社会からも十分な評価と応援が得られる大会となりますよう、ご協力をお願いします。  
②28年度より北信高体連主催大会において棄権する場合は棄権届が必要となります。詳しくは各校評議員(専門委員長)にお問い合わせください

# 令和7年度 北信高等学校体育連盟 総合体育大会要項

種目	期日	会場 時間	参加資格及び参加制限	試合形式と注意事項	県大会	申し込み方法と参加料
剣道	5月10日(土) 11日(日)	松代高校 開場 7:30 審判・監督会議 8:30 開会式(開始式) 9:00 試合開始 9:20  ※上記時間は、 予定時刻です。 詳細は、プログラ ムを参照して下さ い。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・高体連に登録済みの生徒。</li> <li>・各校とも 団体戦 男女別各校1チーム (選手5名補欠2名。3名以上で あれば出場可。)</li> <li>個人戦 男女別各校8名以内</li> </ul>	1日目 女子個人戦 男子団体戦  2日目 男子個人戦 女子団体戦  <ul style="list-style-type: none"> <li>・個人戦はトーナメント。</li> <li>・団体戦は予選リーグ、決勝 トーナメント。</li> </ul> ※試合形式・試合順序につ いては、変更になる場合があり ます。詳細につきましては、プロ グラムを参照して下さい。 ※名札(垂ネーム)は必ず付 けて下さい。 ※目印(タスキ)は各校(各自) で持参して下さい。	団体戦 男女各8チーム  個人戦 男女各8名  ※他地区の出場チーム 数の状況次第では、上 記の進出枠以上のチ ームが県大会に出場でき ることになります。詳細 については大会当日の 審判・監督会議にて連 絡いたします。	①認知書 ・団体戦出場選手 Aに「団体」と入力する。 Bに団体戦のポジション「先 鋒・次鋒・中堅・副将・大将・補 欠」を上から順に入力する。 なお、出場選手が5人に満た ない場合は、出場する順番を 上から順に数字で入力する。 ・個人戦出場選手 Cに「個人」と入力する。 Dに個人戦出場選手の校内 順位を入力する。 個人戦のみ出場する選手は 団体戦出場者の後に順位の 高い選手から記載する。 ・出場選手全員 Eに段位を入力する。 ※今年度より記載方法が変更 されております。

チーム番号  
を記入

団体オーダー票(女子は校名のみ赤)

○	先	次	中	副	大
学	鋒	鋒	堅	将	将
校					
名					

選手番号を記入

個人票(女子は校名のみ赤)

○
(学校名)

氏名を記入

B5サイズ

※オーダー票(個人・団体)を次の要  
領で作成し、大会当日、本部に提出  
してください。  
(B5サイズ用紙を糊代をつくらず6枚  
つなげて作成。)

※5名に満たないチームの作成方法  
4名…先鋒を空欄にし、次中副大に出場順に記入する。  
3名…先鋒・次鋒を空欄にし、中副大に出場順に記入する。

【北信高等学校顧問各位】 ①高等学校体育連盟の諸活動に、頭髮の染色・脱色・パーマ等や、装飾のピアス・ネックレス・指輪等はそぐわ  
ないものとして、その対象生徒の大会出場を制限します。したがって、各学校におかれましては、専門部の協力を得て指導され、地域社会からも  
十分な評価と応援が得られる大会となりますよう、ご協力をお願いします。

②28年度より北信高体連主催大会において棄権する場合は棄権届が必要となります。詳しくは各校評議員にお問い合わせください。

# 令和7年度 北信高等学校体育連盟 総合体育大会要項

種目	期日	会場 時間	参加資格及び参加制限	試合形式と注意事項	県大会	申し込み方法と参加料
ソフト テニス	5月 10日(土) 11日(日) 予備日 12日(月)	南長野運動公園テニス コート 集合 8:30 競技連絡会 8:45 開会式 9:15	<ul style="list-style-type: none"> <li>高体連に登録済みの生徒。</li> <li>・(公財)全日本ソフトテニス連盟の競技者登録済みの者。かつ、2級審判資格を有する者(1年生は当日申請)</li> <li>・団体戦は監督1名、選手6名以上8名以内とする。</li> <li>各校男女とも各1チームとする。</li> <li>・個人戦は各校男女ともペア数制限なし。</li> <li>・ペアの編成は全定の混成、他校との合同は認めない。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・団体・個人戦ともトーナメント方式を原則とするが、参加チーム数によってはリーグ戦を併用することがある。</li> <li>・団体戦は3組対抗の点取法とする。</li> <li>・団体戦においては順位決定戦を行う場合がある。</li> <li>・使用球は男女ともアカエムボールとする。</li> <li>・審判は指定審判原則敗者審判とする。</li> <li>・ゼッケンは3段表記。詳しくは専門部HPを参照すること。</li> <li>・専門部HPにUPされている競技上の注意を厳守すること。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・団体戦 男女各上位8チーム</li> <li>・個人戦 男女各上位16ペア</li> </ul>	<p>①認知書および長野県高体連14号様式による「外部指導者契約書」の写しは北信高体連事務局へ申し込む。</p> <p>②専門部様式を長野県高体連ソフトテニス専門部HPより  <b>申込書(専門部様式北信用)</b> をダウンロードし、Eメールにて  <b>s-hosoyo@m.nagano-c.ed.jp</b>          へ申し込む。</p> <p>※①、②両方の申込みを①の〆切期日までとします。</p> <p>なお  <b>外部指導者申請書(専門部様式)</b> は大会日までに専門委員長に提出すること。</p>

【北信高等学校顧問各位】 ①高等学校体育連盟の諸活動に、頭髪の染色・脱色・パーマ等や、装飾のピアス・ネックレス・指輪等はそぐわないものとして、その対象生徒の大会出場を制限します。したがって、各学校におかれましては、専門部の協力を得て指導され、地域社会からも十分な評価と応援が得られる大会となりますよう、ご協力をお願いします。

②28年度より北信高体連主催大会において棄権する場合は棄権届が必要となります。詳しくは各校評議員にお問い合わせください。

# 令和7年度 北信高等学校体育連盟 総合体育大会要項

種目	期日	会場 時間	参加資格及び参加制限	試合形式と注意事項	県大会	申し込み方法と参加料
テニス	5月 16日(金) 17日(土) 18日(日) 24日(土)  予備25日(日)	南長野運動公園テニスコート 16日(金) 受付 8:00～8:30 監督者会議 8:10 開会式 8:45 競技開始 9:10 17日(土)～ 受付8:00～8:30 監督者会議 8:10 競技開始8:45～	<ul style="list-style-type: none"> <li>高体連に登録済みの生徒</li> <li>団体戦 各校男女各1チーム(ダブルス1組、シングルス2名編成)</li> <li>長野県テニス協会ジュニアシード基準表に基づいてシングルの実力順No.1～5を登録。ダブルスは5名の中から1組作る。シングルスは残り3名の中で登録順にシングルスNo.1、2とする。シングルスとダブルスは兼ねられない。ひとりの監督が男女両チームの監督をすることはできない。</li> <li>団体戦は4名で出場可能。</li> <li>個人戦参加制限 シングルス各校男女各8名、ダブルス各校男女各6組まで。ただしダブルスに関しては3年生を含むペアのみ制限を撤廃する。詳しくは県専門部のHPまたは、北信テニス専門部のHPをご覧ください。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>トーナメント方式 団体戦 1セットマッチとし6-6の場合タイブレーク 個人戦 1セットマッチとし、6-6の場合タイブレーク 団体戦は3位決定戦、個人戦は県大会出場数までの順位戦を行う。</li> <li>ボールは本部で用意する。</li> <li>審判は原則として敗者審判とする。</li> <li>服装はテニスウェアとする。(監督以下、選手以外のボールパーソンもテニスウェアに準ずるものを着用のこと)</li> </ul>	団体戦 男女上位4チーム  シングルス 男女上位8～16名  ダブルス 男女上位8チーム	①北信高体連HPにある <b>認知書</b> にて北信高体連事務局に申し込む。 ②かつ、れじす太で下記様式を作成し、担当者にEメール(添付ファイル)にて申し込みをしてください。 宛先:takaha-y@m.nagano-c.ed.jp (長野西高校 高橋) ・専門様式(1部) A欄に団体、B欄にシングルス(県シード基準100pt以上は県ランキング順、それ以外は校内ランキング順に記入)、C欄にダブルス(校内ランキング順に記入) ＊団体戦と個人戦シングルの校内順位は逆転してはならない。  ※4月23日(水)17時 メール締め切り  ※連絡、変更事項は北信地区高校テニスのHPに掲載 <a href="http://hokushintennis.web.fc2.com/index.html">http://hokushintennis.web.fc2.com/index.html</a> を定期的に閲覧のこと。 また、長野県高校テニスのHPにある指導上の留意事項をお読みください。 不明な点は専門委員長(長野西高校 上野)まで。 ※組み合わせは5月2日(金)以降HPに掲載予定。 ※ボールは専門部で用意しますが、団体・個人戦のエントリー数に応じて買取となります。ボール代については、北信地区高校テニスのHPに掲載されます。

**【北信高等学校顧問各位】** ①高等学校体育連盟の諸活動に、頭髪の染色・脱色・パーマ等や、装飾のピアス・ネックレス・指輪等はそぐわないものとして、その対象生徒の大会出場を制限します。したがって、各学校におかれましては、専門部の協力を得て指導され、地域社会からも十分な評価と応援が得られる大会となりますよう、ご協力をお願いします。

②平成28年度より北信高体連主催大会において棄権する場合は棄権届が必要となります。詳しくは各校評議員にお問い合わせください。

# 令和7年度 北信高等学校体育連盟 総合体育大会要項

種目	期日	会場 時間	参加資格及び参加制限	試合形式と注意事項	県大会	申し込み方法と参加料
バスケットボール	5月 14日(水) 15日(木) 17日(土) 18日(日)  ※会場確保の都合により、変則日程になっていきます。ご理解とご協力をお願いします。	男女同会場  14日・15日 ホワイトリング 開始10:00(予定)  17日・18日 市立長野高校体育館 開始10:00(予定)	<p>《参加資格》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>日本バスケットボール協会、高体連登録済みのチーム及び選手であること。</li> <li>※日本バスケットボール協会(JBA)の競技者登録が未登録のまま大会に出場することがように注意してください。</li> </ul> <p>・各校男女の1チームとし、定通の参加は専門部の推薦するチームとする。</p> <p>《参加制限》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>コーチ1名、アシスタントコーチ1名、学校関係者1名、マネージャー1名、1試合のベンチ入り選手は18名以内とする。</li> </ul> <p>・【フリーエントリー制】を希望することができる。</p> <p>※「フリーエントリー」とは 選手19名以上で申込みをしたチームが、試合ごとに18名以内のベンチ入りメンバーを変更することが可能なこと。 但し、フリーエントリーを希望した場合のみ適用。</p> <p>・長野高専は、4・5年生のコーチベンチ入りは不可。</p> <p>・合同チームの扱いは、原則高体連の規定のとおりとする。</p> <p>・部員不足による合同チームでの参加を希望する場合は、<b>早急に専門委員長へ連絡し、指示を受けて対応してください。</b>事前の相談無しに、大会に出場するチームを編成することがないようにお願いします。</p>	<p>＜試合形式＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>トーナメントによるノックアウト方式で実施する。</li> <li>5位～8位決定戦までを行い、順位を決定する。</li> </ul> <p>・今大会は、【2025年度日本バスケットボール協会競技規則】で実施する。 <b>※この4月から適用となる、「競技規則」「オフィシャルズ・マニュアル」の変更・修正が提示されております。必要な情報を整理して、各チームに連絡します。</b></p> <p>＜注意事項＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>大会の決定事項を熟読し、各チームで大会運営に協力してください。</li> </ul> <p><b>特に、</b> <b>駐車場や施設使用に関する連絡</b> <b>会場準備や第一試合のTO担当</b> <b>など、各チーム顧問の責任で、生徒や保護者に周知・徹底をお願いします。</b></p> <p>・試合がスムーズに進行できますように、各チームにおいてルールの確認をお願いいたします。</p>	男女各上位8チーム	<p>・認知書に、今大会でベンチ入りする予定選手及びマネージャー(1名)の必要事項を記入し、その人数分の参加料を支払う。</p> <p>※認知書に名前が無い選手及び参加料未納の場合は、大会参加ができません。</p> <p>※生徒を、コーチ・Aコーチ・学校関係者など、スタッフとしてエントリーすることは、原則認められません。</p> <p>・身長を記入する。</p> <p>・男子チームの女子マネージャーは <b>男子チーム登録</b>とする。</p> <p>《選手18名以内で参加するチーム》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>A欄にユニフォーム番号を記入する。</li> </ul> <p>《選手18名以上、且つフリーエントリーを希望するチーム》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>A欄に「フリーエントリー(FE)」と記入する</li> </ul> <p>・外部指導者がコーチとしてベンチに入る場合は、長野県高体連14号様式による「<b>外部指導者契約書</b>」の写しを<b>申し込みと同時に提出</b>する。</p>

【北信高等学校顧問各位】 ①高等学校体育連盟の諸活動に、**頭髪の染色・脱色・パーマ等や、装飾のピアス・ネックレス・指輪等はそぐわないものとして、その対象生徒の大会出場を制限**します。したがって、各学校におかれましては、専門部の協力を得て指導され、地域社会からも十分な評価と応援が得られる大会となりますよう、ご協力をお願いします。

②平成28年度より北信高体連主催大会において棄権する場合は棄権届が必要となります。詳しくは各校評議員にお問い合わせください。

# 令和7年度 北信高等学校体育連盟 総合体育大会要項

種目	期日	会場 時間	参加資格及び参加制限	試合形式と注意事項	県大会	申し込み方法と参加料
バレー ボール	5月 16日(金) 17日(土) 18日(日)	16日:男女1回戦 (2回戦) 長野運動公園 総合体育館  17, 18日:男子 長野運動公園 総合体育館  17, 18日:女子 長野商業高校	<ul style="list-style-type: none"> <li>各校男女全定別のチーム編成であること</li> <li>高体連に有効に登録された者であること</li> <li>ベンチは選手14名以内(リベロ2名を含む)と監督、生徒マネージャー、コーチ各1名以内とする</li> <li>合同チームの出場を認める(長野県高体連バレーボール専門部「部員不足に伴う複数校合同チーム参加ガイドライン」参照)。該当校は所定の手続きをすること</li> <li>JVAへのチーム及び個人登録を済ませておくこと。また、監督・コーチのスタッフ登録も同様とする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>トーナメント方式。</li> <li>3位決定戦及び5～8位決定戦を行う</li> </ul>	男女各8チーム	<ul style="list-style-type: none"> <li>認知書                             <ul style="list-style-type: none"> <li>①登録番号欄にJVA選手IDを記入する</li> <li>②身長欄に身長を記入する</li> </ul> </li> <li>外部指導者がコーチとしてベンチに入る場合、長野県高等学校体育連盟の14号様式による「外部指導者契約書」の写しを申込み時に提出すること</li> </ul>

【北信高等学校顧問各位】 ①高等学校体育連盟の諸活動に、頭髪の染色・脱色・パーマ等や、装飾のピアス・ネックレス・指輪等はそぐわないものとして、その対象生徒の大会出場を制限します。したがって、各学校におかれましては、専門部の協力を得て指導され、地域社会からも十分な評価と応援が得られる大会となりますよう、ご協力をお願いします。

②28年度より北信高体連主催大会において棄権する場合は棄権届が必要となります。詳しくは各校評議員にお問い合わせください。

# 令和7年度 北信高等学校体育連盟 総合体育大会要項

種目	期日	会場 時間	参加資格及び参加制限	試合形式と注意事項	県大会	申し込み方法と参加料
ハンドボール	5月17日(土)	千曲市更埴体育館 ことぶきアリーナ 開始 9:00(予定)	・高体連に登録済みの生徒。 ・1チーム15名以内	・出場チーム数により決定する	・原則として地区大会出場チームであること。	・認知書

【北信高等学校顧問各位】 ①高等学校体育連盟の諸活動に、頭髪の染色・脱色・パーマ等や、装飾のピアス・ネックレス・指輪等はすぐわないものとして、その対象生徒の大会出場を制限します。したがって、各学校におかれましては、専門部の協力を得て指導され、地域社会からも十分な評価と応援が得られる大会となりますよう、ご協力をお願いします。

②28年度より北信高体連主催大会において棄権する場合は棄権届が必要となります。詳しくは各校評議員にお問い合わせください。

# 令和7年度 北信高等学校体育連盟 総合体育大会要項

種目	期日	会場 時間	参加資格及び参加制限	試合形式と注意事項	県大会	申し込み方法と参加料
ソフト ボール	5月 17日(土) 18日(日) 予備日 19日(月)	会場:飯綱町ふれあい パーク(練習会場:飯綱 町ふれあいパーク野球場)  開会式 8:45 競技開始 10:00	・高体連に登録済みの生徒。 ・監督1名、引率職員1名(学校長が認める教職員) ・選手17名以内、スコアラー1名。指導者は日本ソフト ボール協会指導者資格を有するものとする。  ・チームの編成において全日制課程・定時制課程・通信 制課程の生徒による混成は認めない。 ・生徒減による複数校の合同チームによる大会参加を認 める。ただし、合同チームの編成に当たっては、全国高体 連より示されているガイドライン、長野県高体連ソフトボ ール専門部によるガイドラインに従う。	2025年オフィシャルルール適用。  6チーム以下の参加の場合リーグ戦方 式、7チーム以上の場合はトーナメント戦 方式を用いて、順位を決定する。	・男子 オープン参加 ・女子 オープン参加 6月7日(土)～8日(日) 予備日 9日(月) 会場:小海町総合グラウンド	・認知書  ・番号欄に背番号を記入すること

**【北信高等学校顧問各位】** ①高等学校体育連盟の諸活動に、頭髪の染色・脱色・パーマ等や、装飾のピアス・ネックレス・指輪等はすぐわないものとして、その対象生徒の大会出場を制限します。したがって、各学校におかれましては、専門部の協力を得て指導され、地域社会からも十分な評価と応援が得られる大会となりますよう、ご協力をお願いします。

②28年度より北信高体連主催大会において棄権する場合は棄権届が必要となります。詳しくは各校評議員にお問い合わせください。

# 令和7年度 北信高等学校体育連盟 総合体育大会要項

種目	期日	会場 時間	参加資格及び参加制限	試合形式と注意事項	県大会	申し込み方法と参加料
卓球	5月 8日 (木) 9日 (金) 10日 (土)	南長野運動公園体育館 (全日8時開場)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・高体連に登録済みであること。</li> <li>・日本卓球協会に登録済みであること。</li> <li>・学校対抗(4~7名) 各校男女各1チーム</li> <li>・シングルス→各校人数制限なし</li> <li>・ダブルス→各校人数制限なし</li> <li>・学校対抗・ダブルスともに全定通の混成、他校との合同(統廃合による場合は除く)を認めない。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・トーナメント方式(県大会出場校はリーグ戦により順位決定を行う。詳細は別途配布の競技要項参照)。</li> <li>・学校対抗は4~6名による1ダブルス・4シングルの試合による3点先取。ただし、1番2番でダブルスを組むことはできない。シングルスは1回のみ出場可とする。</li> <li>・規定のゼッケンを付ける。</li> <li>・学校対抗・ダブルスはユニフォームを統一する。ただし、揃わない場合には監督会議で申し出て、審判長の許可を得ること。</li> <li>・ユニフォームはできるだけ2色用意し、対戦相手と異色にする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・学校対抗 男女各8チーム</li> <li>・ダブルス 男女各12組 (1校4組以内)</li> <li>・シングルス 男女各16名 (1校8名以内)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・認知書を体育科に提出。</li> <li>・専門部専用大会申込書(北信高体連卓球専門部HPより)をダウンロードし、メールにて申し込みを必ず行うこと。 卓球専門部宛 <a href="mailto:hokushin.tt@gmail.com">hokushin.tt@gmail.com</a></li> <li>・外部指導者が監督としてベンチに入る場合、長野県高等学校体育連盟の14号様式による「外部指導者契約書」の写しを申込み時に提出すること。</li> </ul>

【北信高等学校顧問各位】 ①高等学校体育連盟の諸活動に、頭髪の染色・脱色・パーマ等や、装飾のピアス・ネックレス・指輪等はそぐわないものとして、その対象生徒の大会出場を制限します。したがって、各学校におかれましては、専門部の協力を得て指導され、地域社会からも十分な評価と応援が得られる大会となりますよう、ご協力をお願いします。

②28年度より北信高体連主催大会において棄権する場合は棄権届が必要となります。詳しくは各校評議員にお問い合わせください。

# 令和7年度 北信高等学校体育連盟 総合体育大会要項

種目	期日	会場 時間	参加資格及び参加制限	試合形式と注意事項	県大会	申し込み方法と参加料
バドミントン	5月 9日(金) 10日(土) 11日(日)	長野運動公園総合運動場総合体育館(東和田) 開場 7:30 開会式 9:00 競技開始 9:15	①高体連に登録済みの生徒。 ②日本バドミントン協会に登録済みであること。 ③学校対抗戦 男女各1チーム 選手5~7名 マネージャー1名以内(選手を兼ねられる) ④個人戦 各校とも男女4複6単以内	①トーナメント方式 ②学校対抗戦は3・4位、5・6位決定戦あり。 ③個人戦は、順位決定戦を行うことがある。 ④学校対抗試合順 複1、複2、単1、単2、単3の順で実施する。 ただし、複と単1は兼ねることはできない。また、学校対抗戦の勝敗が決定したところで、残りの試合は打ち切りとなる。 ⑤スーパーシード制を実施する。	①学校対抗 6チーム ②個人戦 ダブルス 4組 シングルス 8人	①認知書 →各校体育科を通じて、北信高体連事務局へ申し込む。 ②第二様式 → 専門委員長宛に、メールでファイルを添付して申し込む。  ※締切日などについては、後日各校にメールで連絡します。忘れずにメールを送信して下さい。  ※第二様式は、4月中旬までに専門委員長から顧問宛にメールで配信されます。専門委員長からメール連絡が無い場合、 ty560060@m.nagano-c.ed.jp までご連絡をお願いいたします。

## 【北信高等学校顧問各位】

- ①高等学校体育連盟の諸活動に、頭髪の染色・脱色・パーマ等や、装飾のピアス・ネックレス・指輪等はそぐわないものとして、その対象生徒の大会出場を制限します。したがって、各学校におかれましては、専門部の協力を得て指導され、地域社会からも十分な評価と応援が得られる大会となりますよう、ご協力をお願いします。
- ②28年度より北信高体連主催大会において棄権する場合は棄権届が必要となります。詳しくは各校評議員にお問い合わせください。

# 令和7年度 北信高等学校体育連盟 総合体育大会要項

種目	期日	会場 時間	参加資格及び参加制限	試合形式と注意事項	県大会	申し込み方法と参加料
体操競技	5月 18日(日)	ホワイトリング サブアリーナ 午前8:30	・高体連に登録済みの生徒。 ・学校対抗 男女とも各1チーム ・個人 男子1校6名以内 女子1校6名以内	男女とも自由演技	学校対抗(男女)5位まで 個人8名まで(男女)	認知書

【北信高等学校顧問各位】 ①高等学校体育連盟の諸活動に、頭髪の染色・脱色・パーマ等や、装飾のピアス・ネックレス・指輪等はすぐわないものとして、その対象生徒の大会出場を制限します。したがって、各学校におかれましては、専門部の協力を得て指導され、地域社会からも十分な評価と応援が得られる大会となりますよう、ご協力をお願いします。

②28年度より北信高体連主催大会において棄権する場合は棄権届が必要となります。詳しくは各校評議員にお問い合わせください。

# 令和7年度 北信高等学校体育連盟 総合体育大会要項

種目	期日	会場 時間	参加資格及び参加制限	試合形式と注意事項	県大会	申し込み方法と参加料
新体操	5月 男子 18日(日)  女子 18日(日)	【男子】 ホワイトリング サブアリーナ 午前8:30  【女子】 伊那市サンビレッジ体 育館 午前8:30	高体連に登録済みの生徒。 男子 団体 1校3チーム以内 個人 1校8位以内  女子 団体 1校3チーム以内 個人 1校8名以内	男子 団体 徒手 個人 リング・ロープ  女子 団体 ボール3・フープ2 個人 リボン・フープ	男女とも 団体5位まで 個人8位まで	認知書  団体・個人を男女別々の用紙に記入 のこと

【北信高等学校顧問各位】 ①高等学校体育連盟の諸活動に、頭髪の染色・脱色・パーマ等や、装飾のピアス・ネックレス・指輪等はそぐわないものとして、その対象生徒の大会出場を制限します。したがって、各学校におかれましては、専門部の協力を得て指導され、地域社会からも十分な評価と応援が得られる大会となりますよう、ご協力をお願いします。

②28年度より北信高体連主催大会において棄権する場合は棄権届が必要となります。詳しくは各校評議員にお問い合わせください。

# 令和7年度 北信高等学校体育連盟 総合体育大会要項

種目	期日	会場 時間	参加資格及び参加制限	試合形式と注意事項	県大会	申し込み方法及び参加料
弓道	5月 17日(土) 18日(日)	長野運動公園 弓道場  17日 8:00 集合 8:30 監督会議 9:00 開会式 9:30 競技開始 ※準備などの状況によつては競技開始時刻が変更になることがあります。  18日 8:00 集合 8:40 競技開始	・高体連に登録済みの生徒。 ・第1日目 個人戦(参加希望者全員) ・第2日目 団体戦(5人チーム) 1校男女各2チーム以内 編成は選手5名を欠かないこと。 補欠は各チーム2名以内 他校との合同チームは認めない。 大会当日に団体メンバーに欠員が生じた場合、団体編成人数の過半数を割らなければ団体とみなす。ただし、登録した選手のチーム変更は認められない。 例1) Aチーム、Bチームをそれぞれ5名で登録した。大会当日Aチーム、Bチームでそれぞれ3名の欠員が生じた。Aチーム、Bチームはそれぞれ2名となるため、団体編成人数の過半数を割っているため、両チームともに団体とみなされない。AチームとBチームをあわせて1チームにすることは認めない。 例2) Aチームを7名、Bチームを5名で登録した。大会当日Bチームで3名の欠員が生じたので、Aチームの補欠2名をBチームに入れて過半数を割らないようにすることは認めない。	○競技の順は女子ー男子とする。  個人戦 ○1回戦1人4射を実施。2中以上の的中者が2回戦へ。 ○2回戦1人4射を実施。1・2回戦の合計的中数により順位を決定。同中競射の射詰めは5射目以降は24cm星的を使うことがある。 ○競技は立射とし、1射場3人立ちを4射場展開で実施。制限時間は設けられないが、間延びしないように行射する。なお、間合いは前の人の弦音での打起しを原則とし、追い越し発射は無効とする。  団体戦 ○1回戦1人4射1チーム20射実施。男子は7中、女子は6中以上の的中チームが2回戦へ。ただし、それを満たすチームがない学校は男女とも最低1チームは2回戦へ進める。 ○2回戦1人4射1チーム20射実施。順位は1・2回戦の合計的中数により決定する。 ○競技は立射とし、1射場5人立ちで2射場展開で実施。1チーム7分以内で行射のこと。「はじめ」の号令で時間を計測し始め、6分30秒で予鈴、7分で本鈴をならし、7分を超えたものは無効とする。  応援について 観覧席でのみ、応援を可能とする。長時間居座ることなく、場所を譲り合って使うこと。行射中の移動は競技の妨げとなるので禁止する。	個人戦 男女各9人  団体戦 男女各9校	・入力用シート(登録シート)の協会番号欄に全弓連IDを番号を記入すること。(1年生等未取得者の者は空欄でよい) ・認知書シートで出場者申し込みをすること。ただし、A～E欄は記入不要。 ・メールで団体出場順位、チーム名、個人出場順位を申し込むこと。  メール申し込み締め切り:4月23日(火)  詳細は北信高体連弓道専門部のホームページhttp://kyudo.ngn-hssp.org/hokushin/index.htmlを参照して下さい。

【北信高等学校顧問各位】 ①高等学校体育連盟の諸活動に、頭髪の染色・脱色・パーマ等や、装飾のピアス・ネックレス・指輪等はそぐわないものとして、その対象生徒の大会出場を制限します。したがって、各学校におかれましては、専門部の協力を得て指導され、地域社会からも十分な評価と応援が得られる大会となりますよう、ご協力をお願いします。

②28年度より北信高体連主催大会において棄権する場合は棄権届が必要となります。詳しくは各校評議員にお問い合わせください。

# 令和7年度 北信高等学校体育連盟 総合体育大会要項

種目	期日	会場 時間	参加資格及び参加制限	試合形式と注意事項	県大会	申し込み方法と参加料																								
水泳	6月 15日(日)	長野東高校プール 開門 7:30 開会式 9:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>・高体連ならびに日本水泳連盟に登録済みの生徒。</li> <li>・1校1種目3名以内 1人2種目以内(リレーは除く)</li> </ul> ・競技種目 <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>男子</th> <th>女子</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>自由形</td> <td>50/100/200 400/1500</td> <td>50/100/200 400/800</td> </tr> <tr> <td>平泳ぎ</td> <td>100/200</td> <td>100/200</td> </tr> <tr> <td>バタフライ</td> <td>100/200</td> <td>100/200</td> </tr> <tr> <td>背泳ぎ</td> <td>100/200</td> <td>100/200</td> </tr> <tr> <td>個人メドレー</td> <td>200/400</td> <td>200/400</td> </tr> <tr> <td>リレー</td> <td>4×100/4×200</td> <td>4×100/4×200</td> </tr> <tr> <td>メドレーリレー</td> <td>4×100</td> <td>4×100</td> </tr> </tbody> </table>		男子	女子	自由形	50/100/200 400/1500	50/100/200 400/800	平泳ぎ	100/200	100/200	バタフライ	100/200	100/200	背泳ぎ	100/200	100/200	個人メドレー	200/400	200/400	リレー	4×100/4×200	4×100/4×200	メドレーリレー	4×100	4×100	<ul style="list-style-type: none"> <li>・2025年日本水泳連盟競泳競技規則</li> <li>・学校対抗得点方式</li> <li>・タイム決勝</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・各種目4位まで入賞の個人、チーム</li> <li>1500/800は4位以内で制限タイム以内</li> <li>1500m 20'59.99以内</li> <li>800m 11'59.99以内</li> <li>・5位以下であっても標準タイムを突破した者、またはチーム</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・認知書 男女別々の用紙 (A～E欄への出場種目の記入は不要)</li> <li>・総括申込書 下記の県高体連水泳専門部HPよりダウンロードし、原本を専門委員長(須坂東高校山口)へ送付してください。</li> <li>・インターネットによる種目エントリー 下記の県高体連水泳専門部HPを参照ください。</li> <li>県高体連水泳専門部HP <a href="http://www.ngn-hssp.org/suiei/">http://www.ngn-hssp.org/suiei/</a></li> <li>・参加申込〆切 5月30日(金)12:00</li> <li>※上記の県高体連水泳専門部HPの要項も必ずご確認ください。</li> </ul>
	男子	女子																												
自由形	50/100/200 400/1500	50/100/200 400/800																												
平泳ぎ	100/200	100/200																												
バタフライ	100/200	100/200																												
背泳ぎ	100/200	100/200																												
個人メドレー	200/400	200/400																												
リレー	4×100/4×200	4×100/4×200																												
メドレーリレー	4×100	4×100																												

【北信高等学校顧問各位】 ①高等学校体育連盟の諸活動に、頭髪の染色・脱色・パーマ等や、装飾のピアス・ネックレス・指輪等はそぐわないものとして、その対象生徒の大会出場を制限します。したがって、各学校におかれましては、専門部の協力を得て指導され、地域社会からも十分な評価と応援が得られる大会となりますよう、ご協力をお願いします。

②28年度より北信高体連主催大会において棄権する場合は棄権届が必要となります。詳しくは各校評議員にお問い合わせください。

# 令和7年度 北信高等学校体育連盟 総合体育大会要項

種目	期日	会場 時間	参加資格及び参加制限	試合形式と注意事項	県大会	申し込み方法と参加料
サッカー	5月 13日(火) 15日(木) 17日(土) 19日(月)	須坂市北部運動広場(4日間) 中野市多目的サッカー場 (4日間)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・高体連及び日本サッカー協会に登録済みの生徒。</li> <li>・選手登録25名 試合登録20名 交替人数については調整中</li> <li>・合同チームの参加を認める。その際、チーム編成は以下のようにする。</li> <li>①部員不足(10人以下)の2校による合同チーム(登録人数の上限はなし※実質20名以内)</li> <li>②部員不足(10人以下)の3校以上による合同チーム(校数制限は設けない)</li> <li>特例③部員がそろっている高校と部員不足による合同チーム(この場合、合計部員数は20人以下であることが望ましい)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・日本サッカー協会制定の競技規則による。</li> <li>・試合時間は80分、同点の場合は、延長20分の後PK方式とする。(会場の都合等で試合時間が70分になる場合がある)</li> <li>・3位決定戦は80分。同点の場合はPK方式とする。</li> </ul>	上位7チーム	<ul style="list-style-type: none"> <li>・認知書</li> <li>・登録番号欄に協会登録番号を必ず記入する。</li> <li>・身長体重の記載はなし</li> <li>・A欄に背番号、B欄にポジションを記入する。支障のない限り認知書と背番号の番号が同じになるように記入する。(認知所の上の欄から若い背番号順になるようにする)</li> </ul>

【北信高等学校顧問各位】 ①高等学校体育連盟の諸活動に、頭髮の染色・脱色・パーマ等や、装飾のピアス・ネックレス・指輪等はそぐわないものとして、その対象生徒の大会出場を制限します。したがって、各学校におかれましては、専門部の協力を得て指導され、地域社会からも十分な評価と応援が得られる大会となりますよう、ご協力をお願いします。

②28年度より北信高体連主催大会において棄権する場合は棄権届が必要となります。詳しくは各校評議員にお問い合わせください。

# 令和7年度 北信高等学校体育連盟 総合体育大会要項

種目	期日	会場 時間	参加資格及び参加制限	試合形式と注意事項	県大会	申し込み方法と参加料
空手道	5月18日(日)	長野工業高校体育館 集 合 8:00 開会式 9:00 個人戦:男女形・組手 団体戦:男女形・組手	・高体連に登録済みの生徒。 ・団体戦 組手 男子1チーム 選手5名 補欠2名 女子1チーム 選手5名 補欠2名 形 男子1チーム 選手3名 補欠3名 女子1チーム 選手3名 補欠3名 ☆1校からの複数チームを認める。 ・個人戦 組手・形ともに制限を設けない。	・競技規定 (公財)全日本空手道連盟の令和7年度競技規定及び全国・長野県高体連空手道部の申し合わせ事項による。 競技方法 ・組手 トーナメント方式 ただし、エントリーの状況により変更する場合もある。 ・形 フラッグ制によるトーナメント方式 原則決勝まで最低4種類の形を必要とするが、参加者(校)数により減ずることもある。詳細は大会プログラムによる。 ・注意事項(組手) 安全具(男子6点・女子5点セット)を着用すること。ニューメンホーVI・VII(但し、北信越大会以上はVIIのみ)、拳サポーター(赤、青)は全空連検定品。シンガード、インステップガードは全国高体連空手道部検定品。ボディプロテクターは全空連検定品及び、全国高体連検定品。男子はセーフティーカップを装着すること。 ・空手着について 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。袖の長さは、手首までとし、前腕の中程より短くしてはならない。また、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、踝がかくれてはならない。また、裾をまくり上げてはならない。	個人戦(男・女) 組手 上位8名 形 上位8名  団体戦(男・女) 北信大会出場校であれば制限を設けず。但し、1校1チームとする。	・認知書 ・A欄は団体組手に出場する選手に○を記入してください。 ・B欄には個人組手に出場する選手の校内順位を記入してください。(算用数字で記入) ・C欄は団体形に出場する選手に○を記入してください。 ・D欄には個人形に出場する選手の校内順位を記入してください。(算用数字で記入) ・E欄には段級位を記入してください。

**【北信高等学校顧問各位】** ①高等学校体育連盟の諸活動に、頭髪の染色・脱色・パーマ等や、装飾のピアス・ネックレス・指輪等はそぐわないものとして、その対象生徒の大会出場を制限します。したがって、各学校におかれましては、専門部の協力を得て指導され、地域社会からも十分な評価と応援が得られる大会となりますよう、ご協力をお願いします。

②28年度より北信高体連主催大会において棄権する場合は棄権届が必要となります。詳しくは各校評議員にお問い合わせください。