

〔 1 〕 陸 上 競 技

1 期 日 2026年10月15日（木）から10月19日（月）まで（5日間）

2 会 場 青森市 カクヒログループアスレチックスタジアム
（新青森県総合運動公園陸上競技場）

3 種別（種目）及び参加人員

(1) 各都道府県は、監督2名、選手29名（男子選手19名以内、女子選手19名以内）計31名以内で編成し、種別、種目、参加数は下記のとおりとする。

監督、選手の兼務は1名とし、その場合は参加選手を30名とすることができる。

種 別		種 目		共通種目			合計
男子 （19名以内）	成年		100m 300m 800m 110mH 400mH 3000mSC 走高跳 走幅跳 砲丸投 円盤投 やり投（11種目）	—	4 × 100mR	男女 混合 4 × 400mR	56 種 目
	少年	A	100m 300m 5000m 300mH 5000mW 三段跳 円盤投 ハンマー投 やり投（9種目）	800m 110mH 走高跳 棒高跳 （4種目）			
		B	100m 3000m 走幅跳 砲丸投 （4種目）				
女子 （19名以内）	成年		100m 300m 800m 100mH 400mH 10000mW 走高跳 棒高跳 三段跳 砲丸投 ハンマー投 やり投（12種目）	—	4 × 100mR		
	少年	A	100m 300m 800m 3000m 300mH 2000mSC 5000mW 三段跳（8種目）	100mH やり投 （2種目）			
		B	100m 1500m 走幅跳（3種目）				

※ 表中「H」は「ハードル」、「SC」は「障害」、「W」は「競歩」、「R」は「リレー」の略。

※ 本大会はWRk 対象大会として実施する。ただし、リレー競技は除く。

(2) 各都道府県の参加は、下記の出場制限によるものとする。

ア 1種目1名、同一人の出場は2種目までとする。ただし、リレーは除く。

イ 都道府県主催の予選会に出場しなかった種目（DNS含む）には出場できない。ただし、1種目の予選のみに出場し（DNF含む）、その種目の代表となった者は、予選に出場しなかった他の1種目にも出場できる。

ウ 4 × 100mリレーの編成は、男女とも成年、少年A、少年Bから各1名、残りの1名は成年、少年A、少年Bのいずれかの種別から選出するものとし、合計8名以内で申し込むこと。

なお、選手変更については、日本陸上競技連盟競技規則によるものとする。

エ 男女混合4 × 400mリレーの編成は男女2名ずつとし、合計8名以内で申し込むこと。

男女とも少年A若しくは少年Bから各1名、残りの男女各1名は成年、少年A、少年B

のいずれかの種別とする。走順は男子-女子-男子-女子に指定する。走順における種別は指定しない。

オ リレーに出場する者は、予選会のどの種目であっても参加していれば出場できる。

カ 成年女子10000m競歩の出場者は、5000m競歩の予選会を経た者でもよい。少年男子A 5000m競歩、少年女子A 5000m競歩の出場者は、10000m競歩又は3000m競歩、いずれかの予選会を経た者でもよい。

キ 成年男子3000m障害には、少年男子からもエントリーできる。ただし、各都道府県からエントリーできるのは、成年男子又は少年男子、いずれかの1名のみとする。

ク 成年女子走高跳には、少年女子からもエントリーできる。ただし、各都道府県からエントリーできるのは、成年女子又は少年女子、いずれかの1名のみとする。

ケ 成年女子棒高跳には、少年女子からもエントリーできる。ただし、各都道府県からエントリーできるのは、成年女子又は少年女子、いずれかの1名のみとする。

コ 少年男子B 3000mの出場者は、1500mの予選会を経た者でもよい。

サ 成年男子300m・少年男子A 300m・成年女子300m・少年女子A 300mの出場者は、100m、200m、400mいずれかの予選会を経た者でもよい。

シ 少年男子A 300mハードル及び少年女子A 300mハードルの出場者は、200m、300m、400m、110mハードル/100mハードル、400mハードルいずれかの予選会を経た者でもよい。

ス 少年女子A 2000m障害の出場者は、2000m障害の予選会を経た者のみとする。ただし2種目目の場合は予選会に参加していなくても出場可能とする。

※当該種目の公認記録がない場合は、資格記録なしとして番組編成を行う。

※リレー競技の番組編成について、男子4×100mリレーは前年の男女総合の点数から女子総合の点数を引いた順位、女子4×100mリレーは前年の女子総合順位、男女混合4×400mリレーは前年の男女総合順位をもとに番組編成を行う。

4 競技上の規程及び方法

2026年度日本陸上競技連盟競技規則によるもののほか、下記の要領で実施する。

- (1) 少年男子A 300mハードルの、ハードルの高さは、0.914mとする。（WA規格の第一ハードルまでの距離50m、ハードルの台数7台で実施する）
- (2) 少年男子A円盤投の円盤の重さは、1.750kgとする。
- (3) 少年男子Aハンマー投のハンマーの重さは、6.000kgとする。
- (4) 少年男子Aやり投のやりの重さは、800gとする。
- (5) 少年男子B砲丸投の砲丸の重さは、5.000kgとする。
- (6) 少年男子共通110mハードルの、ハードルの高さ/ハードル間は、0.991m/9.14mとする。
- (7) 少年女子A 300mハードルの、ハードルの高さは、0.762mとする。（WA規格の第一ハードルまでの距離50m、ハードルの台数7台で実施する）
- (8) 少年女子共通100mハードルの、ハードルの高さ/ハードル間は、0.838m/8.50mとする。
- (9) 少年女子共通やり投のやりの重さは、600gとする。
- (10) 日本陸上競技連盟エントリーシステムの2026年8月25日（火）時点で反映されている公認記録で番組編成を行う。

資格記録の有効期間は2026年1月1日（木）から2026年8月23日（日）までとする。

5 予選方法

都道府県陸上競技協会は、本大会に準じて本実施要項3に定めた方法により、代表を選抜する。

6 参加資格、所属都道府県及び選手の年齢基準

(1) 監督・選手は、日本陸上競技連盟登録者であること。

(2) 参加資格・所属都道府県

第80回国民スポーツ大会実施要項総則5-(1)(2)に定めるもののほか、次による。

ア 日本国籍を有しない者〔出入国管理及び難民認定法に定める在留資格のうち、永住者（日本国との平和条約に基づき、日本国籍を離脱した者等の出入国管理に関する特例法に定める特別永住者を含む。）を除く〕については、学校教育法第1条に定める学校に在籍する生徒に限り、少年の種別に各都道府県、男女各1名以内で参加することができる。

※ 日本国籍を有しない競技者については、原則、参加申込締切日までに、永住者だとわかる「在留カード」又は「在留資格認定証明書」のコピーを青森市実行委員会事務局に提出すること。

イ 監督は、公益財団法人日本スポーツ協会公認スポーツ指導者制度に基づく公認陸上競技コーチ3、公認陸上競技コーチ4（以上、JAAF公認A級コーチ）、又は公認陸上競技コーチ1、公認陸上競技コーチ2（以上、JAAF公認B級コーチ）の資格を有する者とする。なお、監督、選手兼任の場合も同様とする。

ウ ふるさと選手制度については、総則5（別記1を含む）の規程による。

(3) 選手の年齢制限

ア 成年の部に参加する競技者は、2008年4月1日以前に生まれた者とする。

イ 少年Aの部に参加する競技者は、2008年4月2日以降2010年4月1日までに生まれた者とする。

ウ 少年Bの部に参加する競技者は、2010年4月2日以降に生まれた者とする。

（ただし、中学生は3年生のみ参加できる）

7 総合成績決定方法

男女総合成績（天皇杯得点）及び女子総合成績（皇后杯得点）は、競技得点と参加得点の合計とし、その得点の多い都道府県順に順位を決定する。ただし、同点の場合は、その順位を共有し、次の順位を欠位とする。

(1) 競技得点

天皇杯対象種別	皇后杯対象種別	競 技 得 点
成年男子 成年女子 少年男子 少年女子	成年女子 少年女子	各種目（リレーを含む）とも1位8点、2位7点、3位6点、4位5点、5位4点、6位3点、7位2点、8位1点の競技得点を与える。ただし、同順位の場合は、その順位を共有し、次の順位を欠位とする。なお、得点は次のものを加え、当該都道府県で等分する。 男女混合4×400mリレーの競技得点は天皇杯のみ対象とする。

(2) 参加得点

大会に参加した都道府県に、10点を与える。

8 表 彰

- (1) 男女総合成績及び女子総合成績第1位から第8位までの都道府県に、表彰状を授与する。
- (2) 男女総合成績第1位の都道府県に、大会会長トロフィーを授与する。
- (3) 各種目の第1位から第8位までの者に、賞状を授与する。

9 参加申込方法

- (1) 参加申込みは下記の方法に従い、2026年8月25日（火）午後5時までに行うこと。
なお、イについては、書留郵便又はレターパックにて送付し、上記期日までに必着とする。

	申 込 先	必 要 書 類
ア	公益財団法人 日本スポーツ協会 〒160-0013 東京都新宿区霞ヶ丘町4番2号 JAPAN SPORT OLYMPIC SQUARE TEL 03-6910-5808 FAX 03-6910-5820	I 参加申込書（所定のWebページ）
イ	青の煌めきあおもり国スポ・障スポ 青森市実行委員会事務局 （青森市経済部国スポ・障スポ競技課） 〒038-8505 青森県青森市柳川二丁目1番1号 TEL 017-761-4462 FAX 017-761-4489	I 全参加人数分の「参加資格確認書」 II 予選会に出場したことが確認できる リザルト（提出は該当ページのみで 可） III 日本国籍を有しない競技者は永住者 だとわかる「在留カード」又は「在留 資格認定証明書」のコピー

注 上記アへの申込みは、所定のWebページ（国民スポーツ大会参加申込システム）へアクセスし、必要項目を入力の上、所属都道府県スポーツ協会を通じて申込手続を完了すること。
参加申込締切以降、必要に応じて青森市実行委員会事務局等から項目修正を依頼することがある。締切期限以降は所定のWebページ（国民スポーツ大会参加申込システム）へアクセスできなくなるので、締切期限を厳守すること。

(2) 選手・監督の申込みの変更

参加申込締切後の変更は認めない。ただし、疾病、傷害等特別な事由で変更の申出があった場合、その競技者が申込んだ種目に限り、資格審査の上、出場を決定する。

選手・監督の交代する際は、診断書コピーを添えて下記提出先(ア)～(ウ)あてメールにて提出すること。

上記の変更の申出の書式、期日及び提出先は、次のとおりとする。

- ア 所定書式の文書、都道府県予選会の出場が確認できるリザルト、及び参加資格確認書
※DNSのリザルトは不可、但しラウンドに出場している場合のリザルトがある場合は可。
- イ 提出期限 2026年9月18日（金）

ウ 提出先

- (ア) 〒160-0013 東京都新宿区霞ヶ丘町4番2号 JAPAN SPORT OLYMPIC SQUARE 9階
公益財団法人 日本陸上競技連盟
E-mail kokutai@jaaf.or.jp
- (イ) 〒030-8570 青森県青森市長島一丁目1番1号
青の煌めきあおもり国スポ・障スポ実行委員会事務局
(青森県国スポ・障スポ局 競技式典課 競技運営グループ)
TEL 017-734-9771 FAX 017-734-8015
E-mail aomori2026kyougiunei@pref.aomori.lg.jp
- (ウ) 〒038-8505 青森県青森市柳川二丁目1番1号
青の煌めきあおもり国スポ・障スポ青森市実行委員会事務局
(青森市経済部国スポ・障スポ競技課)
TEL 017-761-4462 FAX 017-761-4489
E-mail athletics2026@city.aomori.aomori.jp

※ やむを得ない場合は、2026年10月14日（水）に競技者変更届（上記9（2）、アと同様の書類）をTICに提出すること。なお、提出は午前9時30分までに行うこと。

また、公益財団法人日本スポーツ協会に対しては、大会終了後、別途、所定の手続により参加申込情報を修正すること。

10 その他

(1) 資格審査・プログラム編成会議

期 日 2026年8月28日（金）～9月6日（日）
会 場 カクヒログループアスレチックスタジアム 会議室2
(新青森県総合運動公園陸上競技場)
〒039-3505 青森県青森市大字宮田字高瀬22番地2

(2) 監督会議

日 時 2026年10月14日（水） 午後2時
会 場 カクヒログループアスレチックスタジアム トレーニングルーム2
(新青森県総合運動公園陸上競技場)
〒039-3505 青森県青森市大字宮田字高瀬22番地2

(3) 総合表彰式

日 時 2026年10月19日（月） 午後0時30分
会 場 カクヒログループアスレチックスタジアム
(新青森県総合運動公園陸上競技場)
〒039-3505 青森県青森市大字宮田字高瀬22番地2