

# 第80回国民スポーツ大会東京都代表選手選考会 要項

## ワールドランキングコンペティション(WRk)対象大会(競歩を除く)



### 開催の趣旨

- 2026年あおもり国民スポーツ大会の東京都代表選手を選考するための競技会。

1 主 催 公益財団法人東京陸上競技協会

2 日 時 2026年7月18日(土) 競技開始 9:30(予定)

3 会 場 駒沢オリンピック公園総合運動場陸上競技場

4 年齢区分(国スポ選考会の部のみ)

[成 年] 2008(平成20)年4月1日以前に生まれた者。

[少年A] 2008(平成20)年4月2日～2010(平成22)年4月1日に生まれた者。

[少年B] 2010(平成22)年4月2日～2012(平成24)年4月1日に生まれた者。

[成年少年A共通] 2010(平成22)年4月1日以前に生まれた者。

5 種 目

#### 《国スポ選考会の部》

[成 年] **【男子】** 100m、300m、800m、110mH、400mH、  
走高跳、走幅跳、砲丸投、円盤投、やり投

**【女子】** 100m、300m、800m、100mH、400mH、5000m競歩  
三段跳、砲丸投、やり投

[少年A] **【男子】** 300m、300mH、5000m競歩

**【女子】** 300m、300mH、2000mSC、5000m競歩

[少年B] **【男子】** 100m、3000m、走幅跳、砲丸投

**【女子】** 100m、1500m、走幅跳

[成年少年A共通]

**【男子】** 3000mSC

**【女子】** 走高跳、棒高跳

※ 上記以外の国スポ種目については、選考に必要な種目のみ東京陸上競技協会国スポ強化部が推薦した者を対象に実施します。

※ 本選考会は夏季のため、成年女子10000m競歩は5000m競歩で実施します。

※ 成年女子ハンマー投、少年A男子ハンマー投は、開催日・開催場所とも未定。

#### 《オープン(一般・高校)の部》

**【男子】** 300m、110mH、300mH、5000m競歩、砲丸投、円盤投、やり投

**【女子】** 300m、100mH、300mH、5000m競歩、走高跳、砲丸投、円盤投やり投

#### 《オープン(U18)の部》

**【男子】** 110mH、**【女子】** 100mH

《オープン（中学）の部》

【男子】1000m、砲丸投、円盤投

【女子】1000m、砲丸投、円盤投

☆ オープン1000mは、本大会では実施しません。翌7月19日開催の「東京スプリントフェスティバル2026」で実施します。

## 6 競技規則

《国スポ選考会の部》《オープンの部》とも2026年度日本陸上競技連盟競技規則並びに本競技会要項及び競技注意事項によります。

## 7 競技方法

《国スポ選考会の部》

- ① [成年] 【男子】砲丸の重さは、7.260kg、【女子】砲丸の重さは、4.000kgとします。
- ② [成年] 【男子】円盤の重さは、2.000kgとします。
- ③ [成年] 【男子】やりの重さは、800g、【女子】やりの重さは、600gとします。
- ④ [成年] 【女子】5000m競歩は、スタート後30分を過ぎて新たな周回には入れません。
- ⑤ [少年A] 【男子】300mHのハードルの高さは、0.914mとします。
- ⑥ [少年A] 【男子】5000m競歩は、スタート後25分を過ぎて新たな周回には入れません。
- ⑦ [少年A] 【女子】300mHのハードルの高さは、0.762mとします。
- ⑧ [少年A] 【女子】5000m競歩は、スタート後30分を過ぎて新たな周回には入れません。
- ⑨ [少年B] 【男子】砲丸の重さは、5.000kgとします。

《オープンの部》

【男子】

- ① 110mHのハードルの高さ／ハードル間は、一般・高校：1.067m、U18：0.991m／9.14mとします。
- ② 300mHのハードルの高さは、0.914mとします。
- ③ 5000m競歩は、スタート後25分を過ぎて新たな周回には入れません。
- ④ 砲丸の重さは、一般：7.260kg、高校：6.000kg、中学：5.000kgとします。
- ⑤ 円盤の重さは、一般：2.000kg、高校：1.750kg、中学：1.500kgとします。
- ⑥ やりの重さは、800gとします。
- ⑦ 砲丸投、円盤投、やり投の試技は3回とします。

【女子】

- ① 100mHのハードルの高さ／ハードル間は、一般・高校：0.838m、U18：0.762m／8.50mとします。
- ② 300mHのハードルの高さは、0.762mとします。
- ③ 5000m競歩は、スタート後30分を過ぎて新たな周回には入れません。
- ④ 走高跳の最初の試技の高さは、1m40とします。
- ⑤ 砲丸の重さは、一般・高校：4.000kg、中学：2.721kgとします。
- ⑥ 円盤の重さは、一般・高校・中学：1.000kgとします。
- ⑦ やりの重さは、600gとします。
- ⑧ 砲丸投、円盤投、やり投の試技は3回とします。

※ トラック競技については、《国スポ選考会の部》と《オープンの部》は別レースで行います（除く競歩）。

- ※ 競歩については、《国スポ選考会の部》と《オープンの部》は同時レースで行います（男女とも）。
- ※ フィールド競技については、《国スポ選考会の部》、《オープンの部》は同時に実施し、《国スポ選考会の部》、《オープンの部》の順に試技を行います。

## 8 参加資格

### 《国スポ選考会の部》

以下の①～③の条件をすべて満たしている者。

- ① 2026年度東京陸上競技協会登録競技者、東京都高等学校体育連盟登録競技者、東京都中学校体育連盟登録競技者、または東京都を「ふるさと」登録している日本陸上競技連盟登録競技者のいずれかであり、東京都代表として国スポの出場を希望している者。
- ② 4項の年齢区分の条件を満たしていること。
- ③ 2025年4月1日から本競技会申込締切日までに、別表に定める参加標準記録に到達した者(2000m障害はターゲットナンバー12名)または東京陸上競技協会国スポ強化部より推薦された者であること。

### 《オープン(一般・高校)の部》

高校生以上の2026年度東京陸上競技協会登録競技者。東京都高等学校体育連盟登録競技者。

### 《オープン(U18)の部》

2026年12月31日現在で16歳、17歳の競技者(2009年1月1日から2010年12月31日の間に生まれた2026年度東京陸上競技協会登録競技者。東京都高等学校体育連盟登録競技者。

### 《オープン(中学)の部》

2026年度東京陸上競技協会登録の中学生。東京都中学校体育連盟登録競技者。

## 9 参加制限

《国スポ選考会の部》1人1種目(ただし、国スポ強化部より推薦のある場合はこの限りではない。)

《オープンの部》1人2種目以内

- ※ 《国スポ選考会の部》にエントリーした者は、《オープンの部》の種目(1種目のみ)にもエントリーすることができます(ただし、同一種目のエントリーは不可。)

## 10 参加料

《国スポ選考会の部》	1種目	2,300円
《オープン(一般・高校)の部》	1種目	2,300円
《オープン(U18)の部》	1種目	2,300円
《オープン(中学)の部》	1種目	1,300円

## 11 申込方法 以下の手順で申込を行って下さい。

### ① 申込書の送信

東京陸上競技協会ホームページ(<https://toriku.or.jp>)より「国スポ予選」の申込書式をダウンロードし、必要事項を入力の上、指定のアドレスにこの申込書を添付したメールを送信して下さい。直ちに受信したことを知らせる返信メールを東京陸上競技協会から送信します。(ただし、同じアドレスには1回のみ返信メールが送信されます。)

- \* 返信メールが届かない場合は、下記宛に電話にてお問い合わせ下さい。

東京陸上競技協会「国スポ予選係」

Tel 03-6261-5280(10:00~18:00、土、日、祝日は休み)

◎ 《国スポ選考会の部》に参加する場合は、資格記録（期間内に公認競技会でマークされた参加希望種目の参加標準記録を上回る自己記録。追い風参考は不可。）は、必ず入力して下さい。資格記録の入力がない場合、及び参加標準記録に達していないにもかかわらず資格記録を偽って申し込みをしたことが発覚した場合、当該種目に参加することはできず、参加料も返金いたしません。

② 参加料の払込（以下のア．郵便局の払込取扱票による払込、若しくはイ．ゆうちょ銀行口座振込のいずれかの方法で払い込んで下さい。）

ア．郵便局の払込取扱票による払込

郵便局で払込取扱票（手数料は払込人払い）を使い、通信欄に必ず必要事項（連絡責任者名/団体名、大会名）を記入の上、下記の口座に払い込んで下さい。

口座番号	00150—4—122622
加入者名	東京陸上競技協会

イ．ゆうちょ銀行口座振込

ご依頼人名に連絡責任者名/団体名・大会名を入力（13文字のため略称可）した場合のみ下記のゆうちょ銀行口座への振込を受け付けます。

店番	019（ゼロイチキュウ）
口座番号	（当座） 0122622
口座名義人	東京陸上競技協会

\* 払い込まれた参加料は原則として返金いたしません。

\* 払込取扱票の払込受領証が参加料の領収証となります。

③ 申込期間

2026年6月9日（火）～6月15日（月）必着

（参加料払込期限は6月17日（水）まで）

◎ 申込確認の返信メールは、競技会当日、アスリートビブス及びプログラム等との引き換えに必要です。大切に保管し、当日は必ずご持参下さい。

◎ 参加料は払込期限までに払込をお願いします。エントリー締切日までに取消しの連絡があった場合を除き当日欠場されたとしても参加料は徴収いたします。

#### 1.1 競技用靴について

① World Athletics（WA）が承認したシューズリストで「No」と記載されている靴については使用できません。各自で確認をしてください。

<https://www.jaaf.or.jp/about/resist/technical/shoes/>

② 靴底の厚さについては、TR5.2（競技用靴）に準じます。ただし、サークルから行われる投てき種目（砲丸投、円盤投）につきましても、競技用靴に関する規程の適用対象から除外します。

③ 使用された靴に関して審判員が疑義を抱いた場合、競技後に審判長の権限で検査を行うことがあります。

#### 1.2 暑熱対策について

WBGT値が31を超えた場合、原則として競技を中断する場合があります。この場合、しばらく競技を中断し、その後の競技の実施方法や中止について検討します。アナウンスを通じて、競技中断とおおよその再開可否の判断時間を通告します。

競技を再開する場合、タイムテーブルの変更や競技の進め方が変更となる場合があります。

#### 1.3 その他

① 《国スポ選考会の部》の参加者の資格審査を行います。申込書の連絡先電話番号には、連絡の取れる電話番号を入力して下さい。

- ② タイムテーブル・競技注意事項については東京陸上競技協会のホームページで確認して下さい（開催期日の約1週間前にホームページに掲載します）。
- ③ 競技中に発生した事故についての応急処置は主催者で行いますが、それ以後の責任は負いません。
- ④ アスリートビブス、腰ナンバー標識は主催者が準備します。
- ⑤ 競技用器具は、主催者が用意したものに限りません。棒高跳のポールは、各自で当日持参下さい。
- ⑥ 記録証は希望者に1部500円で発行します。  
ホームページアドレス <https://toriku.or.jp>

**競技会申込に際し、下記の申込規約に同意の上申し込んでください。**

## 申込規約

- 1 主催者は傷害や紛失その他の事故に対して応急処置は行うが、以後の責任は一切負わない。
- 2 一度入金された参加料はいかなる場合でも返金しない。ただし災害や事件等による中止の場合は主催者が判断して決定する。
- 3 競技会出場中の映像、写真、記事、記録等のインターネット、テレビ、新聞、雑誌等の掲載権は主催者に属する。
- 4 個人情報の取扱い
  - (1)主催者は個人情報の保護法令を厳守し、参加者の個人情報を取り扱う。
  - (2)参加申込書に記載された氏名・所属団体名は大会プログラムに記載され、競技場内にアナウンス等により紹介され、競技場内外の掲示板等に掲載されることがある。
  - (3)競技結果（記録）は大会プログラム掲載の個人情報とともに競技場内にアナウンス等により紹介され、競技会内外の掲示板等に掲載されることがある。また、東京陸上競技協会ホームページ (<https://toriku.or.jp>) に掲載され、認められた報道機関等により新聞・雑誌及びホームページ等で公開されることがある。
- 5 申込に際して、個人申込の場合には個人（保護者）の責任において、団体の場合は所属長（団体責任者）の承諾を得て申し込むこと。
- 6 主催者は、上記の申込規約の他、大会要項によって開催する。

別表

第80回国民スポーツ大会東京都代表選手選考会参加標準記録

種別	男子		女子	
	種目	記録	種目	記録
成年	100m	10" 65	100m	12" 10
	300m	34" 20	300m	41" 00
	(200m)	(21" 80)	(200m)	(25" 50)
	(400m)	(48" 20)	(400m)	(57" 00)
	800m	1' 52" 00	800m	2' 10" 00
	110mH	14" 50	100mH	14" 00
	400mH	52" 00	400mH	1' 01" 00
			5000m競歩	5000mW 28' 00" 00 10000mW 56' 00" 00 20kmW 1° 52' 00" ※ロードの記録も可
	走高跳	2m 08		
	走幅跳	7m 45	三段跳	12m 00
砲丸投	15m 00	砲丸投	12m 50	
円盤投	45m 00			
やり投	65m 00	やり投	46m 00	
少年A	300m	35" 00	300m	42" 00
	(200m)	(22" 00)	(200m)	(25" 80)
	(400m)	(49" 80)	(400m)	(59" 00)
	300mH	41" 00	300mH	46" 50
(400mH)	(56" 50)	(100mH)	(15" 00)	
		(400mH)	(1' 06" 00)	
		2000mSC	ターゲットナンバー12名	
		(1500m)	5' 30" 00	
		(3000m)	11' 00" 00	
	5000m競歩	26' 00" 00	5000m競歩	30' 00" 00
少年B	100m	11" 40	100m	12" 80
	3000m	8' 58" 00	1500m	4' 50" 00
	走幅跳	6m 40	走幅跳	5m 10
	砲丸投(5.000kg)	13m 00		
成年少年A 共通	3000mSC	9' 20" 00	走高跳	1m 65
			棒高跳	3m 10

○少年B及び本競技会で実施する成年少年A共通種目で国スポの出場を目指す競技者は、必ず本競技会に参加してください。