

# 第 8 1 回福島県陸上競技選手権大会 兼 第 7 9 回福島県総合スポーツ大会陸上競技大会 実施要項

1 主 催 (一財)福島陸上競技協会  
(公財)福島県スポーツ協会・福島県教育委員会・福島県高等学校体育連盟  
福島県中学校体育連盟・福島市教育委員会

2 主 管 県北陸上競技協会

3 期 日 2026年7月9日(木)・10日(金)・11日(土)・12日(日)

4 会 場 とうほう・みんなのスタジアム

5 競技方法

(1)2026年度日本陸上競技連盟競技規則及び本大会要項・監督会議申し合わせ事項に基づいて実施する。

(2)選手権種目を主体とし、国民スポーツ大会の選手選考会を兼ねる。

(3)県総スポーツ大会種目(国スポ種目)は選手権種目と兼ねて行うが、以下の種目は単独で実施する。

(表2参照)

①少年B男女の種目・少年A男子円盤投、ハンマー投・少年A女子3000m、2000mSC

②少年A男女300m 300mH(参加標準記録は別紙1参照)

③リレーは選手種目なので、県総スポ大会の少年単独種目のみに参加している競技者がリレー種目に参加する場合、リレーにもエントリーしなければならない。

(4)成年男子の10000mWの選手選考は5000mWを選考レースとする。

(5)少年A女子3000m、男女の5000m・5000mW・男子10000mはナイトセッションにて行う(日程を参照)

(6)網掛け8のエントリーについて、女子5000mは県IHの3000m、女子3000mSCは県IHの2000mSC、少年共通110mJHは県IHの110mHの各種目において、それぞれ8位以上入賞した選手がエントリーすることができる。

(7)網掛け6のエントリーについて、少男B3000mは県IH5000m、少男B砲丸投(5kg)は県IH砲丸投の各種目において、それぞれ6位以上入賞した選手がエントリーすることができる。

6 実施種目

(表1)種別を分けずに実施する種目(○◎印は県総スポーツ大会も兼ねる)

実施種目 (選手権種目)	男子									
	県スポ種目			参加標準記録 (成年)	県IH 上位 [名]	各地区出場数(少年)				
	成年	少年A	少年共通			県北 [名]	県南 [名]	会津 [名]	いわき [名]	相双 [名]
100m	○	○		11"40	8	5	7	5	4	3
200m				23"00	8	5	7	5	4	3
400m				51"80	8	5	7	5	4	3
800m	○		○	2'03"0	8	5	7	5	4	3
1500m				4'10"0	8	5	7	5	4	3
5000m		○		15'20"0	8	5	7	5	4	3
110mH	○			19"00	8	5	7	5	4	3
400mH	○			1'01"00	8	5	7	5	4	3
3000mSC	◎			10'13"0	8	5	7	5	4	3
5000mW		○		29'00"0	8	3	4	3	3	3
4x100mR				44"30	8	5	7	5	4	3
4x400mR				3'28"40	8	5	7	5	4	3
走高跳	○		○	1m80	8	3	4	3	3	3
棒高跳			○	3m70	8	3	4	3	3	3
走幅跳	○			6m60	8	3	4	3	3	3
三段跳		○		13m25	8	3	4	3	3	3
砲丸投	○			11m50	8	3	4	3	3	3
円盤投	○	○		29m00	8	3	4	3	3	3
ハンマー投		○		30m00	8	3	4	3	3	3
やり投	○	○		50m50	8	3	4	3	3	3

実施種目 (選手権種目)	女子									
	県スポ種目			参加標準記録 (成年)	県IH 上位 [名]	各地区出場数(少年)				
	成年	少年A	少年共通			県北 [名]	県南 [名]	会津 [名]	いわき [名]	相双 [名]
100m	○	○		13"00	8	5	7	5	4	3
200m				27"00	8	5	7	5	4	3
400m				1'03"00	8	5	7	5	4	3
800m	○	○		2'23"0	8	5	7	5	4	3
1500m				4'53"0	8	5	7	5	4	3
5000m				19'30"0	8	5	7	5	4	3
100mH	○		○	18"80	8	5	7	5	4	3
400mH	○			1'16"10	8	5	7	5	4	3
3000mSC				なし	8	5	7	5	4	3
5000mW	1万	○		35'00"0	8	3	4	3	3	3
4x100mR				51"70	8	5	7	5	4	3
4x400mR				4'10"10	8	5	7	5	4	3
走高跳	◎			1m50	8	3	4	3	3	3
棒高跳	◎			2m00	8	3	4	3	3	3
走幅跳				5m15	8	3	4	3	3	3
三段跳	○	○		9m00	8	3	4	3	3	3
砲丸投	○			9m40	8	3	4	3	3	3
円盤投				29m00	8	3	4	3	3	3
ハンマー投	○			13m00	8	3	4	3	3	3
やり投	○		○	36m00	8	3	4	3	3	3

○…実施種目 ◎…少年Aからもエントリーできる種目

(表2) 種別単独で実施する県総スポーツ大会種目

単独種目	男子						
	少年種別	県IH 上位 [名]	各地区出場数(少年)				
			県北 [名]	県南 [名]	会津 [名]	いわき [名]	相双 [名]
300m	少年A	参加標準記録を設ける(別紙1参照)					
300mH		8	3	4	3	3	3
円盤投(1.75)		8	3	4	3	3	3
ハンマー投(6.0)		8	3	4	3	3	3
110mJH	少年共通	8	5	7	5	4	3
100m	少年B	6	5	7	5	4	3
3000m		6	5	7	5	4	3
走幅跳		6	5	7	5	4	3
砲丸投(5.0)		6	5	7	5	4	3

単独種目	女子						
	少年種別	県IH 上位 [名]	各地区出場数(少年)				
			県北 [名]	県南 [名]	会津 [名]	いわき [名]	相双 [名]
300m	少年A	参加標準記録を設ける(別紙1参照)					
300mH		8	5	7	5	4	3
3000m		8	5	7	5	4	3
2000mSC		8	5	7	5	4	3
100m	少年B	6	5	7	5	4	3
1500m		6	5	7	5	4	3
走幅跳		6	5	7	5	4	3

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A300mハードルの、ハードルの高さは、0.914mとする。
- 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B砲丸投の砲丸の重さは、5.000kgとする。
- ⑤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。
- ⑥少年女子A300mハードルの、ハードルの高さは、0.762mとする。

## 7 参加資格

以下のいずれかの条件を満たし、2026年度日本陸上競技連盟登録者であること。

※中学生についても本連盟エントリーシステムでの登録を完了していること。

### (1) 中学生・高校生

- ・各地区の予選会に参加していること(※地区ごとの出場枠を参照)
- ・以下の種目については、高校生も公認記録での参加標準記録を適用する。
  - 男女5000m
  - 男女5000mW

### (2) 県高校体育大会における入賞者

「6 実施種目」に該当し、8位及び6位までの入賞者。

以下の網掛け8及び6についても参加資格を与える。双方の参加も認める。

- 県IHの110mHの8位まで→少年共通男子110mJH
- 県IHの5000mの6位まで→少年B男子3000m
- 県IHの砲丸投(6kg)の6位まで → 少年B男子砲丸投(5kg)
- 県IHの女子3000mの8位まで→女子5000m
- 県IHの女子2000mSCの8位まで→女子3000mSC

### (3) 少年男女A300m・300mHは標準記録を設定する。(別紙1参照)

### (4) 一般・大学生は公認記録で参加標準記録を満たす。(表1参照)

(標準記録の有効期間は2025年1月1日～2026年6月23日)

### (5) 成年の参加資格について

以下のいずれかの条件を満たしていること。

1. 福島県に居住している
  2. 勤務地が福島県
  3. 「国スポふるさと選手登録」が福島県である。
- 大学生は福島陸協に登録していても県外に居住している場合、登録陸協に関わらず、国民スポーツ大会ふるさと選手制度に基づき「ふるさと登録」を福島県に登録することが必要。(下記参照)

国スポ大参加資格  
ふるさと選手制度  
都道府県・年齢条件

<https://www.sports-fukushima.or.jp/download/dl-2/>



※「ふるさと登録」申請書は、本大会開催時に提出すること。

## 8 参加制限

### (1)参加種目の制限

1人2種目までとする。(リレー種目は除く)

リレー種目は同一所属で構成された1チームとする。

### (2)選手の年齢区分

①成年の部:2008年4月1日以前に生まれた者とする。

②少年Aの部:2008年4月2日～2010年4月1日生まれの者とする。

③少年Bの部:2010年4月2日以降に生まれた者とする。(※中学生は3年生のみ参加可)

## 9 申込方法

中高校生・大学生・一般ともに以下の方法で申し込む。

①日本陸連エントリーシステムから、6月22日(月)17:00までに申し込みを完了する。

また、資格記録は2025年1月からこれまでの公認記録を入力する。

②「ふるさと選手」の社会人及び大学生については、事前に「ふるさと選手」の登録を完了する。

## 10 参加料及び支払い方法

(1)1人2,000円とする。出場種目数に関わらず同額とし、リレー種目のみの出場者も同額とする。

(2)一般・大学生はエントリーシステムで参加が了承された後、6月28日(日)23:59までに支払いを完了する。

(3)中・高校生は、各地区予選会において各チームの責任者が「県大会参加一覧表」を作成の上、参加人数分の参加料を取りまとめて支払うこと。なお、男女5000m・5000mWに申し込む場合も、同様に一覧表に記載し参加料を納入する。(一覧表は陸協HPに掲載)

## 11 表彰

(1)県選手権種目の優勝者には、選手権章を授与する。

(2)各種目の3位までには、賞状を授与する。

## 12 その他

(1)宿泊料金は県総合スポーツ大会要項に基づく。

(2)監督会議は7月9日(木)午後1時00分(予定)より行う。

(3)福島陸協功労賞・優秀指導者賞の表彰式は7月11日(土)に実施する。

(4)競技日程及び初日の練習日程は、6月25日(木)のプログラム編成会議以降、福島陸協HPに掲載される。

## 〈別紙1〉

### 300m・300mH種目の実施について

成年少年男女300m・少年男女A300mHについては以下の通り扱う

(1)成年男女300m

県総スポーツ大会では実施しない。東北総体の400mの選手選考を兼ねるため実施は難しい。(日本選手権・グランプリ等の100m・200m・300m・400mの結果をもとに、強化委員会が定めた標準記録を参考にして国スポ選手を選考する)

(2)少年男女A300m

県総スポーツ大会で実施。地区大会は実施しない。

〈参加条件〉

国スポの300mに出場する意思のあるもので、100m・200m・400mいずれかの参加標準記録を突破した者に出場権を与える。

参加者が少人数でも予選を実施する。決勝は予選の結果に応じたレーンで実施する。

〈実施目的〉

日本陸連の300mの実施意義を踏まえ、スピードを重視した400mランナーの育成及び国スポ選手の選考を目的とする。

〈開催日程〉

県総体第2日目400mの前に予選・決勝を設定する。出場者が8人以内の場合はレーン決めの予選を行った上で決勝を行う。

〈参加標準記録〉(参加標準記録の有効期間は2025年1月1日から2026年6月23日まで)

種目	男子	女子
100m	11秒35	12秒75
200m	22秒70	26秒40
400m	50秒50	1分00秒50

\*300m実施に伴い、高校生の東北総体男女400m及び200m出場選手は強化委員会推薦により1~2名選出する。

(3)少年男女A300mH

県総スポーツ大会で実施する。地区大会は開催しない。

すべての地区に300mHのポイントがないため、100mH・110mH・400mHいずれかの参加標準記録を設定し、県総スポーツ体で実施する。

〈参加条件〉

国スポの300mHに出場する意思のあるもので、参加標準記録を突破した者に出場権を与える。予選・決勝とする。

〈実施目的〉

日本陸連の300mHの実施意義を踏まえ、スピードを重視した400mHランナーの育成及び国スポ選手の選考を目的とする。

〈開催日程〉

県総体第3日目400mHの前に予選・決勝を設定する。出場者が8人以内の場合はレーン決めの予選を行った上で決勝を行う。

〈参加標準記録〉(参加標準記録の有効期間は2025年1月1日から2026年6月23日までの間)

種目	男子	女子
110mH/100mH	17秒00	18秒00
400mH	1分01秒00	1分14秒00

\*300mH実施に伴い、高校生の東北総体男女400mHの出場選手は強化委員会推薦により1~2名選出する。