

# 募集案内



## 第30回 TOKYO ジョイ! シニア健康 スポーツ フェスティバル

参加者  
大募集!

令和10年度  
ねんりんピック東京大会  
開催まであと3年!

**テニス大会**  
10月15日(水)・16日(木)  
有明テニスの森公園 テニスコート

**ラージボール卓球大会**  
10月16日(木)  
東京体育館 メインアリーナ

**剣道大会**  
10月30日(木)  
東京武道館 大武道場

**サッカー大会**  
10月11日(土)・11月9日(日)  
清瀬内山運動公園サッカー場 A面  
11月2日(日)・22日(土)  
駒沢オリンピック公園総合運動場 第二球技場

**弓道大会**  
10月4日(土)  
東京武道館 弓道場

**ソフトテニス大会**  
10月14日(火)  
有明テニスの森公園 テニスコート

**ソフトボール大会**  
11月8日(土)・9日(日)・22日(土)  
武蔵村山市総合運動場  
第一・第二運動場

**ゲートボール大会**  
10月26日(日)  
駒沢オリンピック公園総合運動場  
第二球技場

**パタンク大会**  
11月6日(木)  
文京区六義公園運動場

**マラソン大会**  
11月30日(日)  
駒沢オリンピック公園総合運動場  
陸上競技場

参加申込期間 **令和7年**

# 7月16日(水) - 8月15日(金)

開催期間 **10月4日(日) - 11月30日(日)**

本大会の上位入賞者は、来年度開催予定の「ねんりんピック彩の国さいたま2026」東京都代表選手の選考対象となります。

**参加資格** 東京都内に在住する(申込日現在都内に住民登録をしている)59歳以上の方(令和8年4月1日までに59歳に達する、昭和42年4月1日以前に生まれた方)

**参加費** 1,000円/1人・1競技(監督・選手問わず)

**申込書配布場所** 各区市町村スポーツ施設・スポーツ主管課及び高齢者福祉主管課等で配布します。

**お問合せ先**  
平日10:00~17:00  
☎ **03-6865-1961**  
✉ [enjoy-senior@fujicreative.co.jp](mailto:enjoy-senior@fujicreative.co.jp)  
〒135-0064  
東京都江東区青海1-1-20  
ダイバーシティ東京オフィスタワー18階  
フジクリエイティブコーポレーション 制作センター内  
第30回 TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバル係



主催 東京都、公益財団法人東京都スポーツ協会  
後援 公益社団法人 東京都医師会、社会福祉法人 東京都社会福祉協議会、一般社団法人 東京都レクリエーション協会、公益社団法人 東京都老人クラブ連合会  
主管 一般社団法人 東京都卓球連盟、一般社団法人 東京都テニス協会、東京都ソフトテニス連盟、東京都ソフトボール協会、特定非営利活動法人 東京ゲートボール連合、東京シニアパタンク倶楽部、公益財団法人 東京陸上競技協会、東京都弓道連盟、一般財団法人 東京剣道連盟、公益財団法人 東京都サッカー協会  
協賛 ヤクルトヘルスフーズ株式会社

詳細はホームページへ <https://www.tokyo-sports.or.jp/>



# 第30回 TOKYO 縁ジョイ! シニア健康スポーツフェスティバルは 東京アプリのポイント加算対象イベントです

## 「東京アプリ」をいましてすぐ登録!

- 「東京アプリ」とは、都が提供する東京都公式アプリの略称です
- 社会的意義のある様々な活動に参加することで、東京ポイントを取得できます
- 貯まったポイントは、日常のお買い物でいつでもおり使えるポイントなどに交換できます

### 東京アプリの使い方



#### STEP1

開催している対象の  
イベントに参加します



#### STEP2

二次元コードを読み取り、  
東京ポイントを貯めます



#### STEP3

貯めたポイントは交換し、  
日常のお買い物などご利用できます

### 東京アプリの登録手順

まずはこちらからダウンロード

iPhone用



Android用



1



<新規登録>をタップ

2



必要事項を入力

3



SMS認証を行う

4



登録完了!

お問合せ

東京都公式アプリ事務局

お問合せは、東京都公式アプリホームページのお問合せフォームからお願いいたします。



# 参加申込みの流れ

締切は  
8月15日(金)

① 参加申込書の記入 (P3~4「募集案内」参照)

② 参加費を支払う (P5~6「参加費の納入・申込み方法」参照)

③ 参加申込書を郵送する

申込先

〒135-0064 東京都江東区青海1-1-20 ダイバーシティ東京  
オフィスタワー18階 株式会社フジクリエイティブコーポレーション  
第30回TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバル 係

※申込期限の過ぎたものは受付できません

④ 手続き完了 ※参加費納入、申込書の送付(消印有効)の締切は8月15日(金)です

⑤ 競技開催日2週間前までに、大会プログラムが大会公式  
ホームページ、LINE、Facebookに掲載されます  
※本年度は印刷した大会プログラムの郵送はございません

大会公式ホームページ



<https://www.tokyo-sports.or.jp/tokyo-seniorfes.html>

Facebook



LINE



⑥ 申込みをした大会に参加する

申込み、参加手続きについての問合せ

電話 **03-6865-1961** (平日 10:00~17:00)

メールアドレス: [enjoy-senior@fujicreative.co.jp](mailto:enjoy-senior@fujicreative.co.jp)

株式会社フジクリエイティブコーポレーション 第30回シニア健康スポーツフェスティバル 係

3	第30回TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバル 募集案内
5	参加費の納入・申込み方法
7	弓道大会
8	サッカー大会
9	ラージボール卓球大会
10	ソフトテニス大会
11	テニス大会
12	剣道大会
13	ゲートボール大会
14	ソフトボール大会
15	ペタンク大会
16	マラソン大会
17	〈弓道大会〉参加申込書及び参加誓約書
19	〈サッカー大会〉参加申込書及び参加誓約書
21	〈ラージボール卓球大会〉参加申込書及び参加誓約書
23	〈ソフトテニス大会〉参加申込書及び参加誓約書
25	〈テニス大会〉参加申込書及び参加誓約書
27	〈剣道大会〉参加申込書及び参加誓約書
29	〈ゲートボール大会〉参加申込書及び参加誓約書
31	〈ソフトボール大会〉参加申込書及び参加誓約書
33	〈ペタンク大会〉参加申込書及び参加誓約書
35	〈マラソン大会〉参加申込書兼健康調査票及び参加誓約書
37	TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバル大会運営基準
39	TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバル感想文(参考様式)

## 会場・開催日一覧

競技	会場	開催日	予備日
弓道	東京武道館(弓道場)	10/4(土)	—
サッカー	駒沢オリンピック公園総合運動場(第二球技場) 清瀬内山運動公園サッカー場(A面)	10/11(土)、11/2(日) 11/9(日)、11/22(土)	—
ラージボール卓球	東京体育館(メインアリーナ)	10/16(木)	—
ソフトテニス	有明テニスの森公園テニスコート	10/14(火)	10/28(火)
テニス	有明テニスの森公園テニスコート	10/15(水)、10/16(木)	10/23(木)
剣道	東京武道館(大武道場)	10/30(木)	—
ゲートボール	駒沢オリンピック公園総合運動場(第二球技場)	10/26(日)	11/1(土)
ソフトボール	武蔵村山市総合運動場 第一・第二運動場	11/8(土)、11/9(日)、 11/22(土)	11/23(日・祝)
ペタンク	文京区六義公園運動場	11/6(木)	11/13(木)
マラソン	駒沢オリンピック公園総合運動場(陸上競技場)	11/30(日)	—

# 募 集 案 内

## 目 的

シニア世代に適したスポーツや健康づくり活動をとおして、シニア世代の社会参加や仲間づくり、世代間交流を促進するとともに、スポーツ実施率の更なる向上を目指し、多くの都民が参加できるスポーツ大会とすることを目的としています。

## 主 催

東京都、公益財団法人 東京都スポーツ協会

## 後 援

公益社団法人 東京都医師会、社会福祉法人 東京都社会福祉協議会、  
一般社団法人 東京都レクリエーション協会、公益社団法人 東京都老人クラブ連合会

## 主管団体

一般社団法人 東京都卓球連盟、一般社団法人 東京都テニス協会、  
東京都ソフトテニス連盟、東京都ソフトボール協会、  
特定非営利活動法人 東京ゲートボール連合、東京シニアペタンク倶楽部、  
公益財団法人 東京陸上競技協会、東京都弓道連盟、一般財団法人 東京都剣道連盟、  
公益財団法人 東京都サッカー協会

## 協 賛

ヤクルトヘルスフーズ株式会社

## 大会本部

公益財団法人 東京都スポーツ協会 事業部生涯スポーツ課  
〒160-0013 新宿区霞ヶ丘町4-2 Japan Sport Olympic Square 10階  
TEL 03-6804-8122

## 全国健康福祉祭（ねんりんピック）との関係

本大会の上位入賞者は次年度の「ねんりんピック彩の国さいたま2026」の東京都代表選手の選考対象となります。今年度の「ねんりんピック岐阜2025」に出場される方は、同一種目では選考対象となりません。

また、選考対象となるのは本大会に参加した個人に限ります。チーム競技の場合は、本大会に参加していないメンバーは選考対象外となります。

## 参加資格

東京都内に在住する（都内に住民登録をしている）59歳以上の方（令和8年4月1日までに59歳に達する、昭和42年4月1日以前に生まれた方）。

## 参加費

1人1競技 1,000円（監督、選手問わず）  
保険料、プログラム、大会記念品、送料等に充当します。

## 参加 申込方法

P5～P6の申込み方法をよく読んでお申込みください。

## 表 彰

1～3位入賞者に記念メダルを贈呈します。

## 大会記念品

参加申込者全員に大会記念品を贈呈します。

## 健康管理

- (1) あらかじめ健康診断を受けるなど、参加者自身の健康は各自で管理をしてください。
- (2) 主催者は、競技中のケガ等に対する応急手当のみを行い、その他の責任は負いません。
- (3) 主催者は、スポーツ障害保険に加入します。  
ただし、脳溢血、心臓麻痺等の疾病による事故は対象外とします。
- (4) 救護に要する職員（医師及び看護師）を配置します。
- (5) 大会当日は、健康保険証及びかかりつけ医の診察券をご持参ください。

## 運営

競技の運営は、各競技の主管団体が行います。

## 申込規約

- (1) 申込後の競技変更、キャンセルはできません。
- (2) 年齢・性別等の申込情報の虚偽申告、申込者本人以外の出場等の不正出場は認められません。年齢などを証明する書類の提出を求めることがあります。
- (3) 雨天等による競技の中止または延期の決定は、競技ごとに行います。
- (4) 地震、風水害、雨天などによる中止、または上記の(1)及び(2)、あるいは過剰入金の場合であっても参加費は原則として返金いたしません。ただし、応募チームが32チームを超えた場合に実施する抽選に漏れたソフトボール競技の該当チームを除きます。
- (5) 参加申込後の選手等の変更は、原則として認められません。  
ただし、ペア競技（1名のみ）、チーム競技に限り、申込者が疾病、傷害など特別な事情により参加が困難な場合には、選手の変更を認めることがあります。  
この場合、申込者は早急に選手等変更内容をチーム・ペアの代表者へ連絡し、代わりの参加者は主管団体の指示に従って、指定の様式により参加誓約書を早急に提出してください。
- (6) 競技中の写真を広報等（ポスター・チラシ・協会ホームページ・大会ニュース・広告等）に使用させていただきます。また、成績上位者については、お名前を広報紙等に掲載させていただきますのであらかじめご了承ください。
- (7) 貴重品は、各自の責任で管理してください。  
※上記の申込規約については、P37、38「大会運営基準」をご覧ください。

### 【個人情報の取扱いについて】

申込者の個人情報は、本大会の運営及び記録のために使用させていただきます。申込者の個人情報を申込者の同意なしに業務委託先及び主管団体以外の第三者に開示・提供することはありません。申込者の個人情報は、当協会にて管理させていただきます。

## 原稿募集

TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバルに参加された感想や、スポーツに対する思い、ご自身の健康の秘訣などについて、原稿をお寄せください。（写真があればなお良し）大会ニュースまたは、協会のホームページでご紹介させていただく場合があります。

- ・字 数：400～600字
- ・締 切：令和7年12月5日(金)
- ・送付先：〒160-0013 新宿区霞ヶ丘町4-2 Japan Sport Olympic Square 10階  
公益財団法人 東京都スポーツ協会 事業部 生涯スポーツ課  
「TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバル」担当

- ・参考様式：39ページを切り取ってご使用ください。（様式は問いません）

# 参加費の納入・申込み方法

- 参加費は1人1競技1,000円（団体の場合は、参加人数分）
- 参加費をお支払いのうえ、参加申込書を8月15日（金）（消印有効）までに申込先へお送りください。
- 参加費は保険料、プログラム、大会記念品に充当します。
- 複数の競技に申込み場合は、申込み競技すべての参加申込書をホチキス止めして送付してください。
- 参加費の支払いで発生する手数料は参加者の負担となります。

## 参加費納入 ※P6を参照

〔個人参加〕 剣道、弓道、ラージボール卓球、マラソン  
▶必ず参加者名義で、参加者が個々にお支払いください。

〔ペア、団体参加〕 ソフトボール、ペタンク、ゲートボール、ソフトテニス、テニス、サッカー  
▶必ず代表者（監督もしくは主将）名義で、参加者人数分まとめてお支払いください。

## 参加申込

P17～P36までに掲載の参加する競技の参加申込書に、お支払い方法とお支払い日、その他必要事項を必ずご記入のうえ、下記申込先までお送りください。

## 申込期限：8月15日（金）（消印有効）

※参加費納入と申込書の提出の両方を上記期限内に行わないと、参加できませんのでご注意ください。

**申込先** キリトリ（封筒の表面に貼って郵送してください。）

〒135-0064  
東京都江東区青海1-1-20  
ダイバーシティ東京オフィスタワー18階  
（株）フジクリエイティブコーポレーション内  
第30回TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバル 係

## 銀行口座へのお振込み

○下記口座へのお振込みをお願いいたします。(振込手数料は参加者負担です)

【振込口座】

みずほ銀行  
渋谷支店 (店番号:210)  
普通預金 3341937  
公益財団法人東京都スポーツ協会  
ザイ) トウキョウトスポーツキョウカイ

○また、お振込の際に振込名義の変更をお願いいたします。

振込名義: 1 トウキョウタロウ

参加する競技に則り番号頭につけてください

弓道	1	剣道	6
サッカー	2	ゲートボール	7
ラージボール卓球	3	ソフトボール	8
ソフトテニス	4	ペタンク	9
テニス	5	マラソン	10

必ず参加者名またはチーム名に変更してください。

# 弓道大会

日時

令和7年10月4日(土) 午前9時～午後5時30分

会場

東京武道館 弓道場  
〔足立区綾瀬3-20-1〕

- 9:00 受付開始 但し、立順によって決められた時間に入館の事。指定の時間以外は入館できません
- 10:00 競技開始 あらかじめ決められた時間に開始

実施区分

男子、女子別に、下記の年齢区分により行います。  
(1)80歳以上の部 (昭和21年4月1日以前に生まれた方)  
(2)75歳～79歳の部 (昭和21年4月2日生～昭和26年4月1日生)  
(3)70歳～74歳の部 (昭和26年4月2日生～昭和31年4月1日生)  
(4)65歳～69歳の部 (昭和31年4月2日生～昭和36年4月1日生)  
(5)59歳～64歳の部 (昭和36年4月2日生～昭和42年4月1日生)

競技規則

公益財団法人 全日本弓道連盟競技規則によります。

競技方法

- (1)近的、四ツ矢 二回 立射 (同時打起し、制限時間：1回8分) 色的、点数制 (10、7、5、3) 3人立 四射場にて行います。
- (2)同点の場合、公益財団法人 全日本弓道連盟競技規則の得点制によります。なお、同じ場合は、年齢の上の方を上位とします。
- (3)今回は、入館時間・行射時間の指定があります。ご自分の時間厳守でそれ以外の時間では、入館・行射出来ません。

表彰

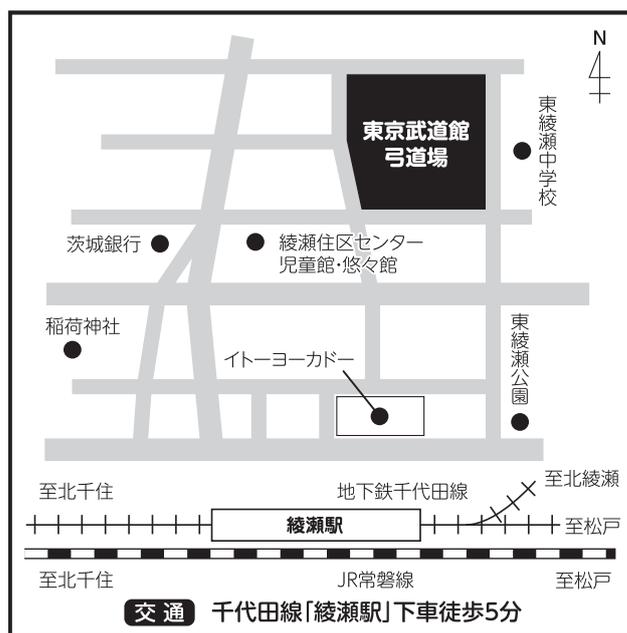
1位～3位入賞者に記念メダルを贈呈 (後日送付) します。

注意事項

- ・弓道衣、白足袋を着用のこと。
- ・日本弓具を使用のこと。
- ・通常の4本の他に予備矢を持参のこと (矢返しはしない)。
- ・車でのご来場はご遠慮ください。会場周辺には駐車できる場所はありません。
- ・事故等については、応急処置しかできないので各自が注意してください。
- ・参加者は各自の下足袋をご持参ください。
- ・他の競技もあり混雑しますので、貴重品は、各自の責任で管理のこと。
- ・館内での飲食はご遠慮ください。
- ・当日の連絡先  
東京都弓道連盟 事務局  
栗野 茂  
携帯 090-9851-9280

申込方法

5・6・17・18ページの申込み方法をご覧ください。



# サッカー大会

日時・会場

令和7年10月11日(土)・11月9日(日)  
清瀬内山運動公園サッカー場 (A面)  
〔清瀬市下宿3-1375〕

令和7年11月2日(日)・22日(土)  
駒沢オリンピック公園総合運動場 (第二球技場)  
〔世田谷区駒沢公園1-1〕

- 8:45~9:15 受付 ●10:00 競技開始 ●雨天決行(荒天の場合は延期)
- \*参加チーム数により変更の可能性有

## 競技規則

- サッカー競技規則2024/25による。
- (1)試合時間:40分(20分ハーフ)インターバルは5分。
  - (2)選手登録に制限は無いが、毎試合の登録は25人以内とする。  
※監督は選手を兼ねることができる。
  - (3)選手登録票は30分前までに本部へ提出し、先発選手は試合前のメンバーチェックを受ける。
  - (4)選手交代(自由な交替)、交代者は随時本部でチェックを受ける(試合中の交代は1度に2人まで)。
  - (5)退場を命じられた選手は次の試合の出場を禁止し、通算2度の警告を受けた選手は次の試合の出場を不可とする。以後の処置は大会規律委員会で決定する。
  - (6)ユニフォームはシャツ・パンツ・ソックス共に正・副2着用意する(黒・紺のシャツは不可、黒パンツ・ソックスのセットは不可)。
  - (7)背番号の3桁は認めない。
  - (8)選手が**試合開始時に10人未満のチームは不戦敗となる(10人で成立)**。
  - (9)複数チームへエントリーすることはできない。
  - (10)組合せは主催者により厳正な抽選を行い、8月下旬に発表する。

## 参加資格

- 申込日現在、東京都内在住者(都内に住民登録している人)。
- (1)59歳以上(1967年[昭和42年4月1日以前に生まれた方])。
  - (2)登録に不正が発覚した場合は失格とし処置は運営委員会で決定する。

## 選抜方法

- トーナメント形式で優勝を決定する(応募チーム数により大会形式が変更となることがあります)。  
※同点の場合はPK方式で勝利チームが決定する。決勝のみ10分の延長戦を行う。

## 注意事項

- ・代表者は到着後、本部に必ず来てください。

## 申込方法

5・6・19・20ページの申込み方法をご覧ください。



駒沢オリンピック公園総合運動場



清瀬内山運動公園サッカー場

# ラージボール卓球大会

日時

令和7年10月16日(木) 午前9時30分～午後5時

会場

東京体育館 メインアリーナ  
〔渋谷区千駄ヶ谷1-17-1〕

- 9:30～ 開場
- 9:40～10:00 受付
- 10:00 開会式
- 10:30 競技開始

年齢区分

\*男子シングルス \*女子シングルス  
(1)59歳～63歳の部 (昭和37年4月2日生～昭和42年4月1日生)  
(2)64歳～68歳の部 (昭和32年4月2日生～昭和37年4月1日生)  
(3)69歳～73歳の部 (昭和27年4月2日生～昭和32年4月1日生)  
(4)74歳～78歳の部 (昭和22年4月2日生～昭和27年4月1日生)  
(5)79歳～83歳の部 (昭和17年4月2日生～昭和22年4月1日生)  
(6)84歳～88歳の部 (昭和12年4月2日生～昭和17年4月1日生)  
(7)89歳以上の部 (昭和12年4月1日以前に生まれた方)  
※参加人数が少ない区分は、統合して試合を行うこととします。

競技規則

現行の 公益財団法人 日本卓球協会制定の「ラージボール卓球競技ルール」に準じて行います。

競技方法

- (1)試合球はJTТА公認ニッタクラージ3スタークリーンを使用します。
- (2)表ソフトラバーのみが使用できます。ただし粒高ラバーは使用できません。
- (3)1ゲーム11点先取とし、10対10以降は2点先取勝ちとします。
- (4)1マッチは3ゲームとし、3ゲーム目のチェンジエンドはいずれかが5点先取のときとします。
- (5)サービスは2本交替とし、10対10以降は1本交替とします。
- (6)促進ルールの適用は8分とします。
- (7)タオルの使用は、6本毎及び最終ゲームでチェンジエンドするときのみとします。
- (8)予選はリーグ戦とし、各ブロックの1位・2位の選手による上位トーナメントと3位・4位による下位トーナメントを行います。
- (9)予選リーグで三者が同じ勝ち点の場合は、勝率計算(勝ちゲーム/負けゲーム)で順位を決定する。勝率が同じ場合は抽選とします。

注意事項

当日はゼッケン(大きさはA4またはB5版程度)を各自用意すること。

- ・ユニフォーム:卓球が出来る服装であること。
- ・当日連絡先:080-4346-4870 (東京都卓球連盟 斎藤信夫携帯)
- ・ゼッケン:

氏名(名字) (～クラブ) 又は 氏名(名字) (中野区)

(クラブ名又は市区町村名)

申込方法

5・6・21・22ページの申込み方法をご覧ください。



# ソフトテニス大会

日時

令和7年10月14日(火) 午前9時～午後5時  
予備日／令和7年10月28日(火)

会場

有明テニスの森公園 テニスコート(砂入人工芝コート)  
〔江東区有明2-2-22〕

- 小雨決行・雨天延期の場合は、午前9時に競技役員が決定
- 9:00 受付 ●9:30 競技開始

実施区分

- \*男子ダブルス(昭和42年4月1日以前に生まれた方)
- \*女子ダブルス(昭和42年4月1日以前に生まれた方)
- \*混合ダブルス 男子⇒昭和32年4月1日以前に生まれた方  
女子⇒昭和42年4月1日以前に生まれた方
- \*男子ダブルス70(昭和32年4月1日以前に生まれた方)
- \*女子ダブルス70(昭和32年4月1日以前に生まれた方)

競技規則

公益財団法人 日本ソフトテニス連盟・ソフトテニスハンドブックにより行います。

競技方法

- (1)マッチはすべて7ゲームとします。
- (2)ブロックに分け予選リーグ戦を行い、各ブロック1位・2位による決勝トーナメント戦及び決戦リーグ戦を行います。
- (3)男子ダブルス70・女子ダブルス70の申込ペア数が4ペア未満の場合は男子ダブルス・女子ダブルスに繰り入れて実施します。

注意事項

- ・雨天延期の場合は、午前9時に競技委員長が決定します。
- ・雷が鳴った時は、放送の有無にかかわらずラケットを手放し速やかに安全な場所へ避難してください。
- ・ユニフォームは、(公財)日本ソフトテニス連盟が公認したメーカーの製品を着用のこと。ただし、本大会に限りオーバーウェア、長袖スポーツシャツ及びアンダーウェアの着用を認めます。
- ・救護所は大会本部の隣に、AEDはクラブハウスに設置してあります。

申込方法

5・6・23・24ページの申込み方法をご覧ください。





# 剣道大会

日時

令和7年10月30日(木)  
午前10時30分～午後4時

会場

東京武道館 大武道場  
〔足立区綾瀬3-20-1〕

●10:30～受付 ●11:15 競技開始



実施区分

女子の部

(1)59歳以上の部 (昭和42年4月1日以前に生まれた方)

男子の部

(1)59歳～64歳の部 (昭和36年4月2日生～昭和42年4月1日生)

(2)65歳～69歳の部 (昭和31年4月2日生～昭和36年4月1日生)

(3)70歳～74歳の部 (昭和26年4月2日生～昭和31年4月1日生)

(4)75歳～79歳の部 (昭和21年4月2日生～昭和26年4月1日生)

(5)80歳以上の部 (昭和21年4月1日以前に生まれた方)

競技規則

全日本剣道連盟剣道試合・審判規則と同細則による。試合は3本勝負、試合時間は4分とする。試合時間内に勝敗が決しない場合は延長戦を行い、先に一本取った者を勝ちとする。なお、延長に入ってから試合時間は2分区切りで勝敗が決するまで行う。

競技方法

各実施区分ごとに、トーナメント方式により試合を行い、優勝、準優勝、3位(2人)を決定します。

表彰

優勝～3位入賞者に記念メダルを贈呈します。なお、優勝者には記念写真を後日贈呈します。

(1)竹刀の計量は必ず受けること。(原則として10時30分から11時までに東京武道館大武道場にて行う。)

(2)竹刀の長さ、重さ、太さは次のとおりとする。

長さ		重さ	太さ	
120センチメートル以下	男性	510グラム以上	先端部最小直径	26ミリメートル以上
			ちくとう最小直径	21ミリメートル以上
	女性	440グラム以上	先端部最小直径	25ミリメートル以上
			ちくとう最小直径	20ミリメートル以上

ただし、二刀の場合は、

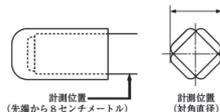
大刀 114センチメートル以下	男性	440グラム以上	先端部最小直径	25ミリメートル以上
			ちくとう最小直径	20ミリメートル以上
	女性	400グラム以上	先端部最小直径	24ミリメートル以上
			ちくとう最小直径	19ミリメートル以上
小刀 62センチメートル以下	男性	280～300グラム	先端部最小直径	24ミリメートル以上
			ちくとう最小直径	19ミリメートル以上
	女性	250～280グラム	先端部最小直径	24ミリメートル以上
			ちくとう最小直径	19ミリメートル以上

付 剣道試合・審判運営要領

<竹刀の先革長、先端部最小直径値の計測方法>  
先革の長さ5センチメートル以上



<ちくとうの最小直径値の計測方法>



竹刀計量

注意事項

- ・試合時にはシールド(マスクガード)または面マスクを着用してください。
- ・更衣室は、男子(観覧席)・女子(第一武道場)でお願いします。
- ・昼食は、各自でご準備ください。
- ・荷物は各自で管理してください。なお、貴重品には十分注意してください。
- ・当日の連絡先は東京都剣道連盟 木村(070-1265-9051)までお願いいたします。

申込方法

5・6・27・28ページの申込み方法をご覧ください。

# ゲートボール大会

日時

令和7年10月26日(日) 午前9時～午後5時  
予備日／令和7年11月1日(土)

会場

駒沢オリンピック公園総合運動場 第二球技場  
〔世田谷区駒沢公園1-1〕

- 小雨決行・開催が危ぶまれる場合は、当日午前6時に競技委員長が決定
- 8:30～8:50 受付 ●9:00 開会式 ●9:30 競技開始

競技規則

公益財団法人 日本ゲートボール連合公式ゲートボール競技規則(2025年版)及び申し合わせ事項によります。

競技方法

- (1)予選を行った後決勝トーナメント戦を行います。
- (2)組み合わせは、すべて主管団体実行委員会により決定します。
- (3)先攻、後攻の決定については、予選は実行委員会で決定し、決勝トーナメント戦は、コイントスにより決定します。
- (4)予選は相互審判とし、決勝トーナメント戦は専任審判員により行います。

チーム構成

監督1人と競技者5人以上8人以内で構成します。監督は専任とし、競技者のうち1人を主将とします。但し、監督は必ずしも置かなくても良いです。試合は男女混成とし、うち女子は常時2人以上4人以内、また69歳以上(S32.4.1以前に生まれた方)が常時1人以上(男女問わず)出場し、競技するものとします。

服装

できるだけ統一したユニフォームを着用してください。

申告せ事項

- (1)コート大きさは、15m×20mとし、アウトサイドライン及び待機エリアは設けません。
- (2)スティック・練習ボール・打順の番号表示(ゼッケン)・監督表示マーク・主将表示マーク・審判腕章は、参加チームが持参してください。

注意事項

- (1)雷が鳴った場合は、スティック等を手放し、競技を終了して速やかに安全な場所に避難してください。
- (2)更衣室、更衣場所はあります。
- (3)荷物は自主管理で行ってください。

申込方法

5・6・29・30ページの申込み方法をご覧の上お申込みください。



# ソフトボール大会

日時

令和7年11月8日(土)・9日(日)・22日(土) 午前8時～午後5時  
予備日／令和7年11月23日(日・祝)

会場

武蔵村山市総合運動場 第一・第二運動場  
〔武蔵村山市岸5-31-7〕

- 小雨決行
- 8:00～受付 ●9:00 競技開始

競技規則

2025年度(公財)日本ソフトボール協会オフィシャルルール及び大会特別ルールによる。

競技方法

- (1)試合は、トーナメント方式7回戦とし、試合時間は70分以内とします。  
(65分経過後は次のイニングに入りません。)
- (2)投手の投球距離は、13.11mとします。

チーム構成

1チーム25人以内で、本大会は男子のみとします。(監督・選手で25人以内)  
※監督が選手を兼ねる場合は、選手登録をしなければいけません。

注意事項

- (1)応募チームが32チームを超えた場合は、抽選により出場チームを決定します。抽選は、代表者会議で行います。抽選に漏れたチームは参加費をチームの代表者(払込取扱票に記載の依頼人)へ振り込みにより返金します。
- (2)組合せは、主管団体により厳正な抽選を行い、9月中旬に発表する。
- (3)監督、選手は統一されたユニフォームを着用し、背中と胸下にユニフォームナンバーを付けなければなりません。(ナンバーは、監督30、主将10、選手1～99とし、コーチは認めません。)
- (4)駐車場が少ないので、乗り合わせて台数減にご協力ください。

申込方法

5・6・31・32ページの申込み方法をご覧ください。



# ペタンク大会

日時

令和7年11月6日(木) 午前9時10分～午後4時30分

予備日／令和7年11月13日(木)

会場

文京区六義公園運動場

[文京区本駒込6-16-10]

●前日の気象庁発表の天気予報で、午前6時～正午までの降水確率が50%以上の場合は、11月13日(木)に延期します。

●9:10～9:25 受付(会場の都合上、9:00前の上場はできません) ●9:30 開会式 ●10:00 競技開始

競技規則

国際ペタンク連盟競技規則を準用するが、運営上一部ローカル・ルールを適用します。

競技方法

1. 対戦方法は、トリプルスとします。
2. 予選リーグ戦は、11点先取したチームを勝者とし、決勝戦は、13点先取したチームを勝者とします。
3. 競技は時間制で35分プラス1メーヌとします。決勝戦も同様です。  
(1)時間終了の合図時、続行中のメーヌは最後まで行います。  
(2)その後に1メーヌを行い、ゲーム終了となります。  
※天候状況により、競技時間を短縮する場合があります。
4. 試合は相互審判を原則としますが、双方に疑義が生じた場合には、審判長が判定するものとします。
5. コートラインは、エンドライン及びサイドラインになります。ジャッジはラインとの接地点を基準とします。(危険防止のため)

チーム構成

監督 1人  
選手 3人(女性1人以上、69歳以上(S32.4.1以前に生まれた方)1人以上[男女問わず]、  
登録選手4人以内)  
合計 4人以内  
(監督は選手を兼任できる。ただし、監督、選手を合わせて4人を超えてはならない。)

その他

- ・マイボールをお持ちの方は、必ず持参してください。(お持ちでない方への貸出しボールは主管団体で用意します。)
- ・健康保険証をご持参ください。
- ・レジャーシートや昼食等のご用意は各自でお願いします。

注意事項

- ・更衣室…六義公園運動場に更衣室はありません。
- ・昼食の準備について…会場にレストランはありません(自販機あり)。徒歩5分圏内にスーパーがあります。
- ・ユニフォームについて…指定はありません。
- ・貴重品・荷物の管理について…各自で管理、当会では責任は負えません。
- ・大会本部、AEDや救護所について…当日開会式で説明します。

申込方法

5・6・33・34ページの申込み方法をご覧の上お申込みください。



# マラソン大会

日時

令和7年11月30日(日) 午前8時30分～午後2時30分

会場

駒沢オリンピック公園総合運動場 陸上競技場  
(世田谷区駒沢公園1-1)

- 雨天決行
  - 8:30～受付(正面入口)
  - 10:00 競技開始(各組のスタート時刻は別途連絡します)
- ※表彰式は各部門のレース終了後に行います。

実施種目

性別	年齢	生年月日	種目	
			3000m	5000m
男	59歳～69歳の部	昭和31年4月2日～昭和42年4月1日	○	○
	70歳～79歳の部	昭和21年4月2日～昭和31年4月1日	○	○
	80歳以上の部	昭和21年4月1日以前	○	○
女	59歳～69歳の部	昭和31年4月2日～昭和42年4月1日	○	○
	70歳以上の部	昭和31年4月1日以前	○	○

※健康上の理由により、1人いずれか1種目(3000m・5000m)のみの申込みとなります。  
※ねんりんピック2026大会10kmの選考を希望される方は、5000mにお申込みください。

競技規則

2025年度 日本陸上競技連盟競技規則並びに本大会要項及び競技注意事項によります。

注意事項

- ・コースは400mトラックの周回となります。
- ・5000mについてはスタート後40分、3000mについては25分で競技を打ち切ります。
- ・完走者には完走証を差し上げます。
- ・荷物は各自の責任で管理してください。
- ・更衣室は競技場に完備してあります。
- ・シャワー室はご利用できません。
- ・雨天に備えて、着替えた服を入れられるようにビニール袋を用意してください。
- ・昼食、飲み物は各自ご用意ください。
- ・ユニフォームの指定はありません。
- ・靴底の厚さに関して日本陸上競技規則のTR5.2は適用しません。
- ・雷が鳴った時には、競技を終了して速やかに安全な場所に避難してください。



申込方法

5・6・35・36ページの申込み方法をご覧ください。

# 弓道大会 参加申込書

※全ての項目に記入漏れのないようご記入ください。

ふりがな 氏名		性別 男・女	
住所〒 東京都			
生年月日 大・昭 年 月 日	年齢	電話(市外局番 ) —	
お支払い日		月 日	

※年齢は現在の年齢を記入してください。

※電話は、必ず連絡がとれる番号を記入してください。

裏面の申込規約をご確認の上、下記に署名してください。

署名

※必ず、選手ご本人が署名をしてください。

※選手は東京都内在住の方に限ります。

参加費のお支払いが済んでいない場合は

**参加できません**

裏面の誓約書とともに  
お申込みください。

第30回TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバル

# 弓道大会

## 参加誓約書

私は、申込規約に同意の上、  
第30回TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバルに参加することを希望します。

### 【申込規約】

1. 参加者は、あらかじめ健康診断を受けるなど、参加者自身の健康は各自で管理をしてください。
2. 主催者は傷病や紛失、その他の事故に際し応急措置を除いて一切の責任を負いません。
3. 申込み後の競技変更、キャンセルは出来ません。
4. 年齢・性別等の申込情報の虚偽申告、申込者本人以外の出場などの不正出場は認められません。
5. 地震、風水害などによる中止、または上記の3.4.や過剰入金等の場合であっても、参加費は原則として返金いたしません。
6. 申込者の個人情報は、本大会の運営及び記録のために使用させていただきます。申込者の個人情報を、申込者の同意なしに業務委託先及び主管団体以外の第三者に開示・提供することはありません。申込者の個人情報は、当協会にて管理させていただきます。
7. 競技中の写真を広報等（ポスター・チラシ・協会ホームページ・大会ニュース・広告等）に使わせていただきます。また、成績上位者については、お名前を広報紙等に掲載させていただきますのでご了承ください。

参加費のお支払いが済んでいない場合は

**参加できません**

# サッカー大会

# 参加申込書

※全ての項目に記入漏れのないようにご記入ください。 ※年齢は現在の年齢を記入してください。

ふりがな		ユニフォームの色	プレーヤー	キーパー	
チーム名			シャツ	正副	
ふりがな			パンツ	正副	
代表者名				ソックス	正副
代表者 〒 住所	電話 (市外局番 — )	合計人数	人		
Eメールアドレス					
お支払い日			月 日		

No.	ポジション	背番号	氏名	緊急連絡先(電話)	生年月日	年齢	住所
1					大・昭 年 月 日		東京都
2					大・昭 年 月 日		//
3					大・昭 年 月 日		//
4					大・昭 年 月 日		//
5					大・昭 年 月 日		//
6					大・昭 年 月 日		//
7					大・昭 年 月 日		//
8					大・昭 年 月 日		//
9					大・昭 年 月 日		//
10					大・昭 年 月 日		//
11					大・昭 年 月 日		//
12					大・昭 年 月 日		//
13					大・昭 年 月 日		//
14					大・昭 年 月 日		//
15					大・昭 年 月 日		//
16					大・昭 年 月 日		//
17					大・昭 年 月 日		//
18					大・昭 年 月 日		//
19					大・昭 年 月 日		//
20					大・昭 年 月 日		//
21					大・昭 年 月 日		//
22					大・昭 年 月 日		//
23					大・昭 年 月 日		//
24					大・昭 年 月 日		//
25					大・昭 年 月 日		//

※監督が選手を兼ねる場合は、背番号を◎で、キャプテンは○で囲ってください。

※監督及び選手は、東京都内在住の方に限ります。

参加費のお支払いが済んでいない場合は

## 参加できません

裏面の誓約書とともに  
お申込みください。

# 第30回TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバル

## サッカー大会 参加誓約書

私は、申込規約に同意の上、  
第30回TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバルに参加することを希望します。

### 【申込規約】

1. 参加者は、あらかじめ健康診断を受けるなど、参加者自身の健康は各自で管理をしてください。
2. 主催者は傷病や紛失、その他の事故に際し応急措置を除いて一切の責任を負いません。
3. 申込み後の競技変更、キャンセルは出来ません。
4. 年齢・性別等の申込情報の虚偽申告、申込者本人以外の出場などの不正出場は認められません。
5. 地震、風水害、雨天などによる中止、または上記の3.4.や過剰入金等の場合であっても、参加費は原則として返金いたしません。
6. 申込者の個人情報、本大会の運営及び記録のために使用させていただきます。申込者の個人情報を申込者の同意なしに業務委託先及び主管団体以外の第三者に開示・提供することはありません。申込者の個人情報は、当協会にて管理させていただきます。
7. 競技中の写真を広報等（ポスター・チラシ・協会ホームページ・大会ニュース・広告等）に使わせていただきます。また、成績上位者については、お名前を広報紙等に掲載させていただきますのでご了承ください。

署 名

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13

署 名

14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25

※必ず、選手全員、ご本人が署名をしてください。

参加費のお支払いが済んでいない場合は

参加できません

# ラージボール卓球大会

## 参加申込書

※全ての項目に記入漏れのないようご記入ください。

ふりがな 氏名		性別 男・女	
住所〒 東京都			
生年月日 大・昭 年 月 日	年齢	電話(市外局番 ) —	
お支払い日		月 日	

※年齢は現在の年齢を記入してください。

※電話は、必ず連絡がとれる番号を記入してください。

裏面の申込規約をご確認の上、下記に署名してください。

署名

※必ず、選手ご本人が署名をしてください。

※選手は東京都内在住の方に限ります。

参加費のお支払いが済んでいない場合は

**参加できません**

裏面の誓約書とともに  
お申込みください。

第30回TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバル

# ラージボール卓球大会

## 参加誓約書

私は、申込規約に同意の上、  
第30回TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバルに参加することを希望します。

### 【申込規約】

1. 参加者は、あらかじめ健康診断を受けるなど、参加者自身の健康は各自で管理をしてください。
2. 主催者は傷病や紛失、その他の事故に際し応急措置を除いて一切の責任を負いません。
3. 申込み後の競技変更、キャンセルは出来ません。
4. 年齢・性別等の申込情報の虚偽申告、申込者本人以外の出場などの不正出場は認められません。
5. 地震、風水害などによる中止、または上記の3.4や過剰入金等の場合であっても、参加費は原則として返金いたしません。
6. 申込者の個人情報、本大会の運営及び記録のために使用させていただきます。申込者の個人情報を申込者の同意なしに業務委託先及び主管団体以外の第三者に開示・提供することはありません。申込者の個人情報は、当協会にて管理させていただきます。
7. 競技中の写真を広報等（ポスター・チラシ・協会ホームページ・大会ニュース・広告等）に使わせていただきます。また、成績上位者については、お名前を広報紙等に掲載させていただきますのでご了承ください。

参加費のお支払いが済んでいない場合は

**参加できません**

# ソフトテニス大会

# 参加申込書

※全ての項目に記入漏れのないようご記入ください。

実施区分	
------	--

代表者	ふりがな	性別	生年月日	年齢
	氏名	男・女	大・昭 年 月 日	

住所 〒	電話(市外局番 )
東京都	—

パートナー	ふりがな	性別	生年月日	年齢
	氏名	男・女	大・昭 年 月 日	

住所 〒	電話(市外局番 )
東京都	—

お支払い日	月 日
-------	-----

- ※年齢は現在の年齢を記入してください。
- ※電話は、必ず連絡がとれる番号を記入してください。
- ※選手は東京都内在住の方に限ります。
- 裏面の申込規約をご確認の上、下記に署名してください。

署 名 \_\_\_\_\_

署 名 \_\_\_\_\_

※必ず、選手(お二人とも)ご本人が署名をしてください。

参加費のお支払いが済んでいない場合は

## 参加できません

裏面の誓約書とともに  
お申込みください。

第30回TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバル

# ソフトテニス大会

## 参加誓約書

私は、申込規約に同意の上、  
第30回TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバルに参加することを希望します。

### 【申込規約】

1. 参加者は、あらかじめ健康診断を受けるなど、参加者自身の健康は各自で管理をしてください。
2. 主催者は傷病や紛失、その他の事故に際し応急措置を除いて一切の責任を負いません。
3. 申込み後の競技変更、キャンセルは出来ません。
4. 年齢・性別等の申込情報の虚偽申告、申込者本人以外の出場などの不正出場は認められません。
5. 地震、風水害、雨天などによる中止、または上記の3.4.や過剰入金等の場合であっても、参加費は原則として返金いたしません。
6. 申込者の個人情報、本大会の運営及び記録のために使用させていただきます。申込者の個人情報を申込者の同意なしに業務委託先及び主管団体以外の第三者に開示・提供することはありません。申込者の個人情報は、当協会にて管理させていただきます。
7. 競技中の写真を広報等（ポスター・チラシ・協会ホームページ・大会ニュース・広告等）に使わせていただきます。また、成績上位者については、お名前を広報紙等に掲載させていただきますのでご了承ください。

参加費のお支払いが済んでいない場合は

**参加できません**

# テニス大会

## 参加申込書

※全ての項目に記入漏れのないようご記入ください。

代表者	ふりがな 氏名	性別 男・女	生年月日 大・昭 年 月 日	年齢
	住所 〒 東京都			電話(市外局番) — )
パートナー	ふりがな 氏名	性別 男・女	生年月日 大・昭 年 月 日	年齢
	住所 〒 東京都			電話(市外局番) — )
お支払い日			月	日

※年齢は現在の年齢を記入してください。  
 ※電話は、必ず連絡がとれる番号を記入してください。  
 ※年齢区分は生年月日で決定します(R7.4.1を基準)  
 ※選手は東京都内在住の方に限ります。  
 裏面の申込規約をご確認の上、下記に署名してください。

署名 \_\_\_\_\_

署名 \_\_\_\_\_

※必ず、選手(お二人とも)ご本人が署名をしてください。

男子ダブルス79歳以上 or 84歳以上のペアのみチェックしてください

ねんりんピック2026の選考を希望する(74歳以上の部に申込みとなります)

ねんりんピック2026の選考を希望しない(ペアの年齢に応じ、79歳以上の部もしくは84歳以上の部に申込みとなります)

女子ダブルス69歳以上のペアのみチェックしてください

ねんりんピック2026の選考を希望する(64歳以上の部に申込みとなります)

ねんりんピック2026の選考を希望しない(69歳以上の部に申込みとなります)

参加費のお支払いが済んでいない場合は **参加できません**

裏面の誓約書とともにお申込みください。

第30回TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバル

# テニス大会

## 参加誓約書

私は、申込規約に同意の上、  
第30回TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバルに参加することを希望します。

### 【申込規約】

1. 参加者は、あらかじめ健康診断を受けるなど、参加者自身の健康は各自で管理をしてください。
2. 主催者は傷病や紛失、その他の事故に際し応急措置を除いて一切の責任を負いません。
3. 申込み後の競技変更、キャンセルは出来ません。
4. 年齢・性別等の申込情報の虚偽申告、申込者本人以外の出場などの不正出場は認められません。
5. 地震、風水害、雨天などによる中止、または上記の3.4.や過剰入金等の場合であっても、参加費は原則として返金いたしません。
6. 申込者の個人情報、本大会の運営及び記録のために使用させていただきます。申込者の個人情報を申込者の同意なしに業務委託先及び主管団体以外の第三者に開示・提供することはありません。申込者の個人情報は、当協会にて管理させていただきます。
7. 競技中の写真を広報等（ポスター・チラシ・協会ホームページ・大会ニュース・広告等）に使わせていただきます。また、成績上位者については、お名前を広報紙等に掲載させていただきますのでご了承ください。

参加費のお支払いが済んでいない場合は

**参加できません**

# 剣道大会 参加申込書

※全ての項目に記入漏れのないようご記入ください。

ふりがな 氏名		性別 男・女
住所〒 東京都		
生年月日 大・昭 年 月 日	年齢	電話(市外局番 ) —
メールアドレス		
お支払い日		月 日

※年齢は現在の年齢を記入してください。

※電話は、必ず連絡がとれる番号を記入してください。

裏面の申込規約をご確認の上、下記に署名してください。

署名

※必ず、選手ご本人が署名をしてください。

※選手は東京都内在住の方に限ります。

参加費のお支払いが済んでいない場合は

**参加できません**

裏面の誓約書とともに  
お申込みください。

第30回TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバル

# 剣道大会

## 参加誓約書

私は、申込規約に同意の上、  
第30回TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバルに参加することを希望します。

### 【申込規約】

1. 参加者は、あらかじめ健康診断を受けるなど、参加者自身の健康は各自で管理をしてください。
2. 主催者は傷病や紛失、その他の事故に際し応急措置を除いて一切の責任を負いません。
3. 申込み後の競技変更、キャンセルは出来ません。
4. 年齢・性別等の申込情報の虚偽申告、申込者本人以外の出場などの不正出場は認められません。
5. 地震、風水害などによる中止、または上記の3.4.や過剰入金等の場合であっても、参加費は原則として返金いたしません。
6. 申込者の個人情報、本大会の運営及び記録のために使用させていただきます。申込者の個人情報を申込者の同意なしに業務委託先及び主管団体以外の第三者に開示・提供することはありません。申込者の個人情報は、当協会にて管理させていただきます。
7. 競技中の写真を広報等（ポスター・チラシ・協会ホームページ・大会ニュース・広告等）に使わせていただきます。また、成績上位者については、お名前を広報紙等に掲載させていただきますのでご了承ください。

参加費のお支払いが済んでいない場合は

**参加できません**

# ゲートボール大会

# 参加申込書

※全ての項目に記入漏れのないようご記入ください。

ふりがな		
チーム名		
ふりがな	年齢	電話(市外局番 )
代表者名		—
代表者 〒		人数
住所		
お支払い日		月 日

※年齢は現在の年齢を記入してください。  
 ※電話は、必ず連絡がとれる番号を記入してください。



No.	性別	区分	氏名	緊急連絡先 (電話)	生年月日	年齢	住所	公認指導者 に○を記入
監督	男・女		ふりがな		大・昭 年 月 日		東京都	
2	男・女	(主将)	ふりがな		大・昭 年 月 日		//	
3	男・女		ふりがな		大・昭 年 月 日		//	
4	男・女		ふりがな		大・昭 年 月 日		//	
5	男・女		ふりがな		大・昭 年 月 日		//	
6	男・女		ふりがな		大・昭 年 月 日		//	
7	男・女		ふりがな		大・昭 年 月 日		//	
8	男・女		ふりがな		大・昭 年 月 日		//	
9	男・女		ふりがな		大・昭 年 月 日		//	

※年齢は現在の年齢を記入してください。  
 注) 1 監督は専任とし、選手を兼ねることはできません。なお、監督は置かないこともできます。  
 2 競技者のうち1名を主将とします。  
 3 女子は常時2人以上4人以内出場、競技するものとします。  
 4 69歳以上(S.32.4.1以前に生まれた方)が常時1人以上(男女は問わず)出場、競技するものとします。  
 5 監督及び選手は東京都内在住の方に限ります。

参加費のお支払いが済んでいない場合は **参加できません**

裏面の誓約書とともに  
お申込みください。

# 第30回TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバル ゲートボール大会 **参加誓約書**

私は、申込規約に同意の上、  
第30回TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバルに参加することを希望します。

## 【申込規約】

1. 参加者は、あらかじめ健康診断を受けるなど、参加者自身の健康は各自で管理をしてください。
2. 主催者は傷病や紛失、その他の事故に際し応急措置を除いて一切の責任を負いません。
3. 申込み後の競技変更、キャンセルは出来ません。
4. 年齢・性別等の申込情報の虚偽申告、申込者本人以外の出場などの不正出場は認められません。
5. 地震、風水害、雨天などによる中止、または上記の3.4.や過剰入金等の場合であっても、参加費は原則として返金いたしません。
6. 申込者の個人情報は、本大会の運営及び記録のために使用させていただきます。申込者の個人情報を申込者の同意なしに業務委託先及び主管団体以外の第三者に開示・提供することはありません。申込者の個人情報は、当協会にて管理させていただきます。
7. 競技中の写真を広報等（ポスター・チラシ・協会ホームページ・大会ニュース・広告等）に使わせていただきます。また、成績上位者については、お名前を広報紙等に掲載させていただきますのでご了承ください。

署 名

1

2

3

4

5

6

7

8

9

**※必ず、選手全員、ご本人が署名をしてください。  
又、1チームにつき1枚提出してください。**

参加費のお支払いが済んで  
いない場合は

**参加できません**

# ソフトボール大会

# 参加申込書

※全ての項目に記入漏れのないようにご記入ください。

ふりがな チーム名	合計人数	人
ふりがな 代表者名	電 話 (市外局番 )	—
代表者 〒 住 所	チームが所属する区市町村名	
お支払い日		月 日

No.	位置	背番号	氏 名	緊急連絡先 (電話)	公認指導者 に○を記入	生 年 月 日	年齢	住 所
1	監督	30				大・昭 年 月 日		東京都
2	主将	10				大・昭 年 月 日		//
3						大・昭 年 月 日		//
4						大・昭 年 月 日		//
5						大・昭 年 月 日		//
6						大・昭 年 月 日		//
7						大・昭 年 月 日		//
8						大・昭 年 月 日		//
9						大・昭 年 月 日		//
10						大・昭 年 月 日		//
11						大・昭 年 月 日		//
12						大・昭 年 月 日		//
13						大・昭 年 月 日		//
14						大・昭 年 月 日		//
15						大・昭 年 月 日		//
16						大・昭 年 月 日		//
17						大・昭 年 月 日		//
18						大・昭 年 月 日		//
19						大・昭 年 月 日		//
20						大・昭 年 月 日		//
21						大・昭 年 月 日		//
22						大・昭 年 月 日		//
23						大・昭 年 月 日		//
24						大・昭 年 月 日		//
25						大・昭 年 月 日		//

※監督が選手を兼ねる場合は、位置欄の監督の文字に○をつけてください。  
 ※選手、監督ともに、東京都内に在住の59歳以上(昭和42年4月1日以前に生まれた方)とします。  
 ※年齢欄は、現在の年齢を記入してください。

参加費のお支払いが済んでいない場合は **参加できません**

裏面の誓約書に同意した上でお申込みください。

# 第30回TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバル ソフトボール大会 **参加誓約書**

私は、申込規約に同意の上、  
第30回TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバルに参加することを希望します。

## 【申込規約】

1. 参加者は、あらかじめ健康診断を受けるなど、参加者自身の健康は各自で管理をしてください。
2. 主催者は傷病や紛失、その他の事故に際し応急措置を除いて一切の責任を負いません。
3. 申込み後の競技変更、キャンセルは出来ません。
4. 年齢・性別等の申込情報の虚偽申告、申込者本人以外の出場などの不正出場は認められません。
5. 地震、風水害、雨天などによる中止、または上記の3.4.や過剰入金等の場合であっても、参加費は原則として返金いたしません。ただし、応募チームが32チームを超えた場合に実施する抽選に漏れた該当チームを除きます。
6. 申込者の個人情報は、本大会の運営及び記録のために使用させていただきます。申込者の個人情報を申込者の同意なしに業務委託先及び主管団体以外の第三者に開示・提供することはありません。申込者の個人情報は、当協会にて管理させていただきます。
7. 競技中の写真を広報等（ポスター・チラシ・協会ホームページ・大会ニュース・広告等）に使わせていただきます。また、成績上位者については、お名前を広報紙等に掲載させていただきますのでご了承ください。

署 名	署 名
1	14
2	15
3	16
4	17
5	18
6	19
7	20
8	21
9	22
10	23
11	24
12	25
13	

※必ず、選手全員、ご本人が署名をしてください。

参加費のお支払いが済んでいない場合は

**参加できません**

# ペタンク大会

# 参加申込書

※全ての項目に記入漏れのないようご記入ください。

ふりがな		
チーム名		
ふりがな	年齢	電話(市外局番 )
代表者名		—
代表者 〒 住 所		人 数  人
お支払い日		月 日

※年齢は現在の年齢を記入してください。

※電話は、必ず連絡がとれる番号を記入してください。



No.	性別	区分	氏 名	緊急連絡先 (電話)	生 年 月 日	年齢	住 所	備考
1	男・女	監督	ふりがな		大・昭 年 月 日			
2	男・女	選手	ふりがな		大・昭 年 月 日			
3	男・女	選手	ふりがな		大・昭 年 月 日			
4	男・女	選手	ふりがな		大・昭 年 月 日			

※年齢は、現在の年齢を記入してください。

注) 1. 監督が選手を兼任する場合は、備考欄に「兼任」と記入するとともに選手欄にも記入すること。

2. 女性は「常時1人以上出場」しなければならないため、1人以上登録すること。

3. 出場者3人のうち1人以上は69歳以上とするため、69歳以上の選手を1人以上登録すること。  
(S32.4.1以前に生まれた方)

4. 監督・選手を合わせて4人を超えてはならない。

※監督及び選手は東京都内在住の方に限ります。

参加費のお支払いが済んで  
いない場合は

## 参加できません

裏面の誓約書とともに  
お申込みください。

# 第30回TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバル ペタンク大会 **参加誓約書**

私は、申込規約に同意の上、  
第30回TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバルに参加することを希望します。

## 【申込規約】

1. 参加者は、あらかじめ健康診断を受けるなど、参加者自身の健康は各自で管理をしてください。
2. 主催者は傷病や紛失、その他の事故に際し応急措置を除いて一切の責任を負いません。
3. 申込み後の競技変更、キャンセルは出来ません。
4. 年齢・性別等の申込情報の虚偽申告、申込者本人以外の出場などの不正出場は認められません。
5. 地震、風水害、雨天などによる中止、または上記の3.4.や過剰入金等の場合であっても、参加費は原則として返金いたしません。
6. 申込者の個人情報、本大会の運営及び記録のために使用させていただきます。申込者の個人情報を申込者の同意なしに業務委託先及び主管団体以外の第三者に開示・提供することはありません。申込者の個人情報は、当協会にて管理させていただきます。
7. 競技中の写真を広報等（ポスター・チラシ・協会ホームページ・大会ニュース・広告等）に使わせていただきます。また、成績上位者については、お名前を広報紙等に掲載させていただきますのでご了承ください。

署 名

1

2

3

4

※必ず、選手全員、ご本人が署名をしてください。  
又、1チームにつき1枚提出してください。

参加費のお支払いが済んで  
いない場合は

**参加できません**

# マラソン大会 参加申込書兼健康調査票

※すべての項目に記入漏れのないようご記入ください。  
 ※年齢は、現在の年齢を記入してください。  
 ※ねんりんピック2026大会10kmの選考を希望される方は、5000mにお申込みください。

参加種目 (どちらかを○で囲み、5000m参加者はねんりんピックの希望にも✓してください。)		<input type="checkbox"/> ねんりんピック2026の10km選考希望 <input type="checkbox"/> ねんりんピック2026の 5km選考希望 <input type="checkbox"/> ねんりんピック2026の選考を希望しない
<b>3000m</b>	<b>5000m</b>	

申込は、3000m・5000mのいずれか1種目のみとなります。

ふりがな					
参加者氏名					
住所 〒			電話 (市外局番 )		※必ず連絡がとれる番号を記入してください。
生年月日 大・昭			年齢	性別	血液型
年 月 日				男・女	
					身長 体重
					cm kg
お支払い日			月 日		

この調査はあなたの現在の健康状態を把握するためのものです。ご自身でご記入ください。他に漏らしたり、他の目的に使用するものではありません。個人情報については、本大会における個人情報保護方針に従い保護いたします。  
 なお、現在健康な方も念のため事前に健康診断を受けるようにしてください。



※A・Bいずれかに、必ずご記入願います。

	項目 (該当するものに○印及び、記入をしてください。)
<p><b>A</b> 本大会参加にあたり健康上問題がない。</p> <p>(A欄に記入された方は、B欄への記入は不要です。)</p>	<p>ア. 現在治療中であるが、容態は安定している。(病名: ) 服用薬の内容 ( )</p> <p>イ. 今までに [ ] 内の病気にかかったことがある。(病名に○印) 【 歳頃】                  1 心臓病 2 脳血管障害 3 高血圧 4 糖尿病 5 高脂血症 6 腎臓病                  7 肝臓病 8 ガン 9 その他(病名: )</p> <p>ウ. 今までに心電図又は運動負荷心電図をとり、異常があった。【 歳頃】</p> <p>エ. 今までに大きな手術を受けたことがあるが、現在は異常がない。(病名: ) 【 歳頃】</p> <p>オ. 上記ア～エのいずれの項目にも該当しない。</p>
<p><b>B</b> 本大会参加にあたり健康上に問題がある。</p> <p>(Bに該当する方は、事前に医師の健康診断を受け、所見欄に「本大会に参加しても差し支えない」ことを明記した診断書を添えて提出してください。)</p>	<p>ア. 現在、体調がすぐれない。(症状: )</p> <p>イ. 運動時に次のような症状がある。(症状に○印)                  1 たちくらみ 2 めまい 3 だるさ 4 息切れ 5 胸が痛い 6 胸がしめつけられる                  7 意識がなくなる 8 その他( )</p> <p>ウ. 過去1年以内に心電図又は運動負荷心電図をとり、異常があった。</p> <p>エ. 身体の中で、しびれ、痛み、はれ等がある(部位: )</p> <p>オ. 下記の病気にかかった又はかかっている。(症状にも○印)</p> <p>a 過去にかかったことがある。                  1 心臓病 2 脳血管障害 3 高血圧 4 糖尿病 5 高脂血症 6 腎臓病                  7 肝臓病 8 ガン 9 その他(病名: )</p> <p>b 現在かかっている。                  1 心臓病 2 脳血管障害 3 高血圧 4 糖尿病 5 高脂血症 6 腎臓病                  7 肝臓病 8 ガン 9 その他(病名: )</p> <p>～○をつけた病気についてお答えください～                  ◆容態は (安定・不安定) ◆現在治療中 (はい・いいえ)                  ◆薬を服用 (している・していない) (薬の名前: )</p> <p>カ. 今までに大きな手術を受け、現在も健康上影響がある。(病名: ) 【 歳頃】</p> <p>キ. その他 ( )</p>

※選手は東京都内在住の方に限ります。

参加費のお支払いが済んでいない場合は **参加できません**

裏面の誓約書とともに  
お申込みください。

# 第30回TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバル マラソン大会 **参加誓約書**

## 【申込規約】

1. 参加者は、あらかじめ健康診断を受けるなど、参加者自身の健康は各自で管理をしてください。
2. 主催者は傷病や紛失、その他の事故に際し応急措置を除いて一切の責任を負いません。
3. 申込み後の種目変更、キャンセルは出来ません。
4. 年齢・性別等の申込情報の虚偽申告、申込者本人以外の出場などの不正出場は認められません。
5. 地震、風水害、雨天などによる中止、または上記の3.4.や過剰入金等の場合であっても、参加費は原則として返金いたしません。
6. 申込者の個人情報、本大会の運営及び記録のために使用させていただきます。申込者の個人情報を申込者の同意なしに業務委託先及び主管団体以外の第三者に開示・提供することはありません。申込者の個人情報は、当協会にて管理させていただきます。
7. 競技中の写真を広報等（ポスター・チラシ・協会ホームページ・大会ニュース・広告等）に使わせていただきます。また、成績上位者については、お名前を広報紙等に掲載させていただきますのでご了承ください。

私は、上記の申込規約に同意するとともに、自己の身体上の理由により、大会参加に生じた事故については、私の責任において処理し、主催団体、主管団体等に一切迷惑をかけないことを家族とともに誓約し、第30回TOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバルに参加することを希望します。

事故等が発生した場合も一切を自分の責任とし主催者に対し責任を問いません。また、大会当日はマイペースで走り、コンディションの悪い時は勇気を持って辞退します。

令和7年 月 日

(ふりがな)

本人自署

(ふりがな)

家族代表自署

【緊急連絡者名： 続柄（ ） 電話番号（ ） — ｝

### ※家族代表自署欄について

- ①近くにご家族がいらっしゃらない方の場合：家族代表自署欄には「なし」と記入してください。
- ②ご夫婦で参加される場合：お互いにご記入いただいても結構です。

### ※緊急連絡者名について

万が一の場合にご本人が連絡をとりたい方、または連絡のつく方をご記入ください。ただし、ご夫婦で参加される場合は、出場されるご夫婦以外の方をご記入ください。

参加費のお支払いが済んでいない場合は

# 参加できません

# TOKYO縁ジョイ！シニア健康スポーツフェスティバル大会運営基準

## 目 的

第1条 本大会運営基準は、TOKYO縁ジョイ！シニア健康スポーツフェスティバル基本要項に定める本大会の目的を実現するため、大会主催者、TOKYO縁ジョイ！シニア健康スポーツフェスティバル競技主管団体（以下「主管団体」という。）及び参加者の責務を明確にし、以て大会を円滑に実施することを目的として定める。

## 大会主催者の責務

第2条 大会主催者は、大会を運営するにあたり、下記の責務を有する。

- 2 大会主催者は、大会運営にあたり、参加者、大会関係者及び一般地域住民の安全を最優先に配慮する。
- 3 大会主催者は、天候不良等により十分な安全が確保できないと判断した場合、主管団体と協議のうえ競技が開始される前あるいは競技中に協議内容の変更又は中止を決定する。なお、屋外競技における雨天時の取扱いについては、原則として小雨決行とし、大会の実施が困難な場合に限り中止又は延期を決定する。
- 4 大会主催者は、競技技術の未熟、過度の疲労、競技中の事故等の理由で、競技続行に支障があると判断した参加者に対して、主管団体と協議のうえ競技続行の中止を命ずる。
- 5 大会主催者は、参加者の大会参加中にあった事故に対しては、速やかに応急処置を行う。但し、持病その他参加者の過失に伴う事故については参加者の責任として対応するものとする。

## 主管団体の責務

第3条 主管団体は、別に定める競技主管補助要領第4条別紙1の基準により大会主催者と協力して大会を運営しなければならない。

## 参加者の責務

第4条 参加者は、申込み規約に同意のうえ参加誓約書に署名し、規約に違反する行動をとってはならない。

- 2 参加者は良識あるスポーツマンとして、フェアプレイの精神をもって行動し、危険行為や大会運営に支障が生じるような言動は慎まなければならない。
- 3 参加者は参加資格要件を遵守し、大会主催者または主管団体から参加資格を確認するための身分証の提示を求められた場合は、これに従い提示しなければならない。
- 4 参加申込にあたっては、ペア競技及び団体競技の代表者は、メンバー全員の参加資格要件を確認したうえで申込手続きを行わなければならない。
- 5 参加者は、競技規則及び主催者が命ずる注意・警告・命令を遵守しなければならない。
- 6 参加者は、本大会が公共施設など都民が多く利用する施設を会場として実施するにあたり、主催者及び主管団体からの案内・警告・命令の有無に関わらず、安全を確保できるよう注意を払いながら競技を遂行しなければならない。

- 7 参加者は、自己の責任において体調を維持し、安全管理を怠らないよう配慮しながら競技を遂行しなければならない。

### 参加申込後の選手変更手続き等に係る取扱い

第5条 参加申込締め切り後の選手の変更は、原則として認めない。ただし、参加者の傷病など特別な事情により参加が困難となった場合に限り、変更を認める場合がある。

- 2 参加者は、変更手続きを行う必要がある場合、早急に選手等変更内容を大会主催者へ連絡し、代わりの参加者は大会主催者の指示に従って、手続きしなければならない。
- 3 選手変更、大会の中止、延期、過剰入金、参加者の事由による出場辞退等の場合であっても原則として参加費の返金を行わない。

### 違反者にかかる制裁措置

第6条 大会主催者及び主管団体は、申込み規約並びに競技規則に違反している参加者に対して、次のとおり制裁措置を科すことができる。

- 2 参加資格及び大会の主旨に違反している参加者の出場が判明した場合は、直ちに退場を命じる。また、大会終了後に違反が判明した場合においても、3及び4を適用される。なお、ペア競技及び団体競技で当該参加者以外の参加者に対する取扱いについては、各競技規則に基づき決定する。
- 3 上記2に該当する参加者（ペア競技または団体競技の場合は、ペアまたは団体に属する参加者を含む）は、次年度の全国健康福祉祭への出場を認めないこととする。
- 4 上記3に加え、次年度のTOKYO縁ジョイ!シニア健康スポーツフェスティバル大会への参加についても併せて認めないこととする。

# TOKYO縁ジョイ！シニア健康スポーツフェスティバル原稿大募集！

TOKYO縁ジョイ！シニア健康スポーツフェスティバルに参加された感想や、スポーツに対する思い、ご自分の健康の秘訣などについて、原稿をお寄せください。 ※写真があればなおありがたいです。

大会終了後に作成する「大会ニュース」への掲載、本協会のホームページでご紹介させていただく場合がございますので、予めご了承ください。

※提出期限：令和7年12月5日（金）

出場競技	
氏名（ふりがな）	（ ）
住所・連絡先	〒 (TEL) (メールアドレス)
写真返却の希望	有 ・ 無 ※写真がない場合はご相談ください。
原稿文	
※400～600字程度 ※任意様式可	

## <問い合わせ・送付先>

〒160-0013 新宿区霞ヶ丘町4-2  
Japan Sport Olympic Square 10階  
(公財) 東京都スポーツ協会 事業部 生涯スポーツ課  
「シニア健康スポーツフェスティバル」担当  
電話：03-6804-8122  
E-mail：k-yamaguchi@tokyo-sports.or.jp





# 地域でスポーツしませんか？

都内には163\*の総合型地域スポーツクラブがあります  
(\*2025年6月19日現在)

お近くのクラブを探したい！

どんなクラブか情報を知りたい！

クラブの情報やクラブ向け事業等の情報は**コチラ**



## サポートネット

東京都地域スポーツクラブ



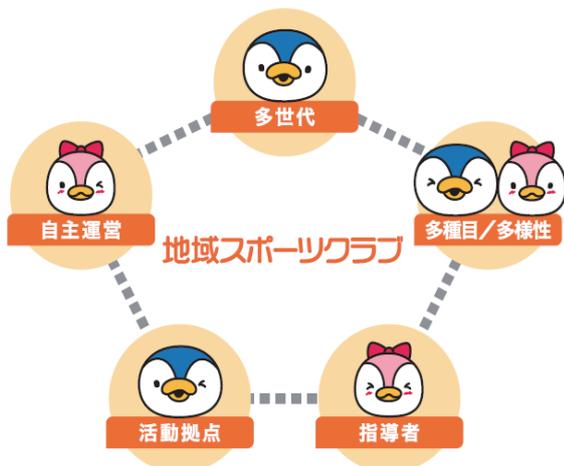
<https://club-tokyo-sports.jp/>



## 東京都地域スポーツクラブとは



- ① **だれでも、いつでも、どこでも、いつまでも**スポーツを楽しむことができ、
- ② 地域の日常的な**スポーツ活動の場**として、
- ③ 子供から大人まで、高齢の方や障害のある方を含め**すべての人が参加**でき、
- ④ **地域住民自らが主体**となって**運営**するスポーツクラブです。



### 多世代

幼児から高齢者まで、幅広い世代にわたって構成されています。

### 多様目・多様性

個人の体力や技術レベルに応じた多様な活動ができます。また、地域住民一人ひとりのスポーツニーズに応じられるよう複数種目から選択することができます。

### 指導者

個人の年齢や体力、目的、レベルに応じた指導を行うことのできる指導者がクラブにいます。

### 活動拠点

公共施設や学校施設等を地域コミュニティの拠点として活用し、定期的・計画的・継続的にスポーツ活動が実施できます。

### 自主運営

クラブ運営や事業企画を会員自らがいき、会員一人ひとりが活動に際して関わりを持ち役割を担って、自主性・自発性を活かして運営されます。

### 地域スポーツクラブ支援事業に関するお問い合わせ先

公益財団法人東京都スポーツ協会 事業部 地域スポーツ課  
TEL 03-6804-1472

〒160-0013 東京都新宿区霞ヶ丘町4-2 JAPAN SPORT OLYMPIC SQUARE 10F

E-mail [info@club-tokyo-sports.jp](mailto:info@club-tokyo-sports.jp)

URL <https://www.tokyo-sports.or.jp>

明日の私をつくる。

農薬・化学肥料  
不使用

香料・保存料・着色料  
無添加



毎日飲んでいる、コップ一杯の「私の青汁」。

目に見えないけれど、

＼たくさんのこだわりが詰まっている。／

自然豊かな国東半島とその周辺地域で、  
土から大切に育てられた大麦若葉。  
収穫されたその日のうちに搾った、フレッシュなおしさ。

おいしいから、毎日飲みたくなる。  
その習慣が、私のすこやかな体を支えてくれている。

「私の青汁」は、私をつくる大切な存在。  
これまでも、これからも。

