

弓道大会

日時

令和8年10月10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22年4月1日以前に生まれた方)
(2)75歳～79歳の部(昭和22年4月2日生～昭和27年4月1日生)
(3)70歳～74歳の部(昭和27年4月2日生～昭和32年4月1日生)
(4)65歳～69歳の部(昭和32年4月2日生～昭和37年4月1日生)
(5)59歳～64歳の部(昭和37年4月2日生～昭和43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
一般社団法人 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8年10月11日(日)・11月3日(火・祝)

清瀬内山運動公園サッカー場(A面)〔清瀬市下宿3-1375〕

令和8年10月12日(月・祝)

清瀬内山運動公園サッカー場(C面)〔清瀬市下宿3-1375〕

令和8年11月23日(月・祝)

駒沢オリンピック公園総合運動場(補助競技場)〔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2025/26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名以内とする。

※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名まで)。

(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着用を用意する(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才以上(1968年[昭和43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方式で勝利チームを決定する。決勝のみ10分の延長戦を行う。

注意事項

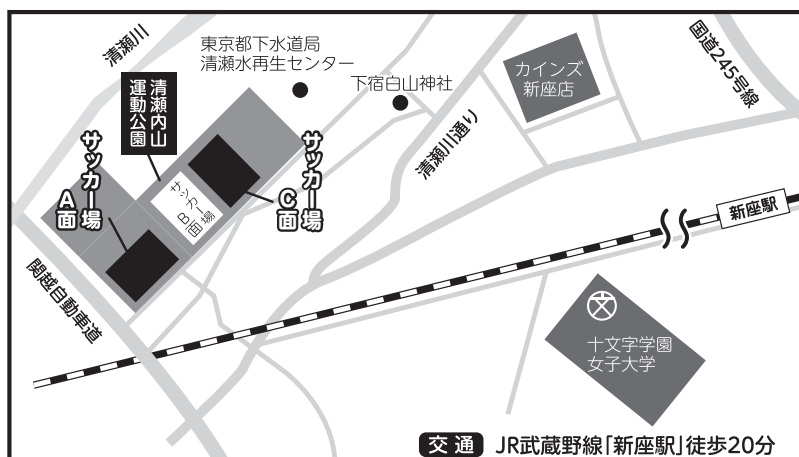
・代表者は到着後、本部に必ず来てください。

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8年10月13日(火) 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38年4月2日生～昭和43年4月1日生)
- (2)64歳～68歳の部 (昭和33年4月2日生～昭和38年4月1日生)
- (3)69歳～73歳の部 (昭和28年4月2日生～昭和33年4月1日生)
- (4)74歳～78歳の部 (昭和23年4月2日生～昭和28年4月1日生)
- (5)79歳～83歳の部 (昭和18年4月2日生～昭和23年4月1日生)
- (6)84歳～88歳の部 (昭和13年4月2日生～昭和18年4月1日生)
- (7)89歳以上の部 (昭和13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。

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) 又は 氏名(名字)
(～クラブ) (中野区)

(クラブ名又は市区町村名)

注意事項

申込方法

5・6・21・22ページの申込み方法をご覧ください。



日時

令和8年10月13日(火) 午前9時～午後5時

予備日／令和8年10月20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

●9:00 受付 ●9:30 競技開始

实施区分

- *男子ダブルス（昭和43年4月1日以前に生まれた方）
- *女子ダブルス（昭和43年4月1日以前に生まれた方）
- *混合ダブルス 男子⇒昭和33年4月1日以前に生まれた方
女子⇒昭和43年4月1日以前に生まれた方
- *男子ダブルス70（昭和33年4月1日以前に生まれた方）
- *女子ダブルス70（昭和33年4月1日以前に生まれた方）

*** 女子ダブルス（昭和43年4月1日以前に生まれた方）**

*混合ダブルス 男子⇒昭和33年4月1日以前に生まれた方

女子⇒昭和43年4月1日以前に生まれた方

*男子ダブルス70（昭和33年4月1日以前に生まれた方）

* 女子ダブルス70（昭和33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。

(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。

- ・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。



テニス大会

日時

令和8年10月21日(水)・22日(木) 午前8時50分～午後5時
予備日／令和8年10月29日(木)

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10時に競技委員長が決定
- 8:45～9:00 受付 ●9:00 開会式 ●9:15 競技開始

実施区分

- (1)男子ダブルス・59歳以上の部
(ペア2人とも昭和43年4月1日以前に生まれた方)
 - (2)男子ダブルス・64歳以上の部
(ペア2人とも昭和38年4月1日以前に生まれた方)
 - (3)男子ダブルス・69歳以上の部
(ペア2人とも昭和33年4月1日以前に生まれた方)
 - (4)男子ダブルス・74歳以上の部
(ペア2人とも昭和28年4月1日以前に生まれた方)
 - (5)男子ダブルス・79歳以上の部
(ペア2人とも昭和23年4月1日以前に生まれた方)
 - (6)男子ダブルス・84歳以上の部
(ペア2人とも昭和18年4月1日以前に生まれた方)
- ※申込数によっては、区分(4)(5)(6)をあわせて開催する場合があります。
- (7)女子ダブルス・59歳以上の部
(ペア2人とも昭和43年4月1日以前に生まれた方)
 - (8)女子ダブルス・64歳以上の部
(ペア2人とも昭和38年4月1日以前に生まれた方)
 - (9)女子ダブルス・69歳以上の部
(ペア2人とも昭和33年4月1日以前に生まれた方)
 - (10)女子ダブルス・74歳以上の部
(ペア2人とも昭和28年4月1日以前に生まれた方)
- ※申込数によっては、区分(9)(10)をあわせて開催する場合があります。

競技規則

JTA TENNIS RULE BOOK 2026を準用します。

競技方法

- (1)試合はすべて1セットマッチ、ノーアドバンテージ方式(6-6 7ポイントタイブレーク)とします。
- (2)実施区分ごとにトーナメント戦を行います。
- (3)審判は、決勝戦(ソロチェア)以外セルフジャッジとします。

使用球

ダンロップフォート・イエローです。

競技方法

- ・試合順により受付時間が分かれていますので、ご注意ください。
- ・雨天延期の場合は、午前10時に競技委員長が決定します。
- ・雷が鳴った時は、ラケット等を手放し、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。
- ・当日の連絡先 080-5677-2722
- ・テニスウェアについては競技規則に記載されているとおり(JTA TENNIS RULE BOOK 2026)。
- ・荷物は各自で管理してください。

使用球

5・6・25・26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8年10月24日(土)・25日(日)・11月28日(土) 午前8時～午後5時
予備日／令和8年11月29日(日)

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

2026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・27・28ページの申込み方法をご覧ください。



剣道大会

日時

令和8年10月29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〕

●10:00 開場 ●11:00 開会 ●11:15 競技開始



実施区分

女子の部

(1)59歳以上の部(昭和43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37年4月2日生～昭和43年4月1日生)

(2)65歳～69歳の部(昭和32年4月2日生～昭和37年4月1日生)

(3)70歳～74歳の部(昭和27年4月2日生～昭和32年4月1日生)

(4)75歳～79歳の部(昭和22年4月2日生～昭和27年4月1日生)

(5)80歳以上の部(昭和22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。

竹刀計量

(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
			ちくとう最小直径
	女性	440グラム以上	先端部最小直径
			ちくとう最小直径

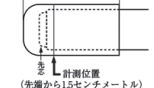
ただし、二刀の場合は、

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
			ちくとう最小直径
	女性	400グラム以上	先端部最小直径
			ちくとう最小直径
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
			ちくとう最小直径
	女性	250～280グラム	先端部最小直径
			ちくとう最小直径

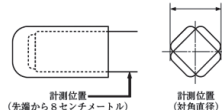
付 剣道試合・審判運営要領

<竹刀の先重長、先端部最小直径の計測方法>

先重の長さ5センチメートル以上



<ちくとうの最小直径の計測方法>



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・29・30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8年10月29日(木) 午前9時10分～午後4時30分
予備日／令和8年11月5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5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40分とします。決勝戦も同様です。
※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(S33.4.1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・31・32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8年11月1日(日) 午前9時～午後5時

予備日／令和8年11月2日(月)

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〕

予備日／千代田区外濠公園総合グラウンド〔千代田区五番町先他〕

●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(S33.4.1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) コートの大きさは、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

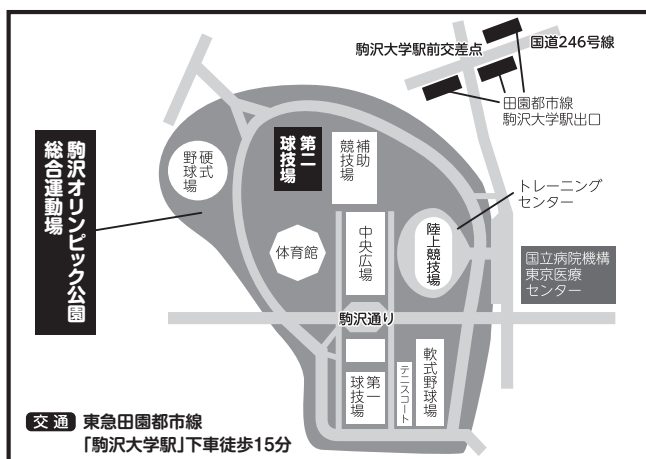
(1) 雷が鳴った場合は、スティック等を手放し、競技を終了して速やかに安全な場所に避難してください。

(2) 更衣室、更衣場所は有ります。

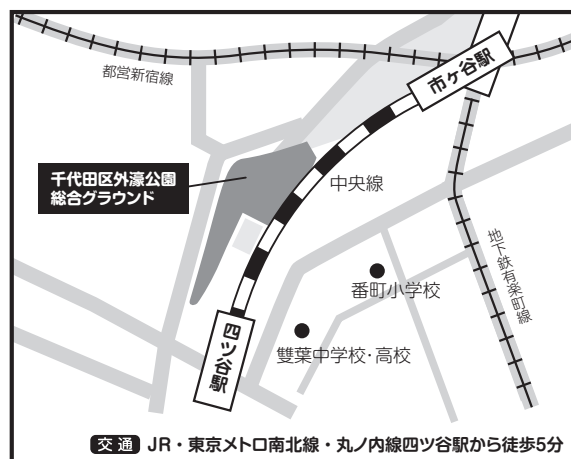
(3) 荷物は自主管理で行ってください。

申込方法

5・6・33・34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



千代田区外濠公園総合グラウンド

マラソン大会

日時

令和8年11月23日(月・祝) 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32年4月2日～昭和43年4月1日	○	○
	70歳～79歳の部	昭和22年4月2日～昭和32年4月1日	○	○
	80歳以上の部	昭和22年4月1日以前	○	○
女	59歳～69歳の部	昭和32年4月2日～昭和43年4月1日	○	○
	70歳以上の部	昭和32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。

競技規則

2026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。

