

令和7年11月9日（日） 「ゲートボール」規則



- 1 時 間 (受 付) 8時30分 ～ 9時00分
(開会式) 9時00分 ～ 9時10分
(競 技) 9時15分 ～ 全リーグ終了まで
- 2 会 場 しらさぎ運動公園多目的グラウンド
- 3 競技方法 団体戦（フリー）
・5角リーグ戦とする。（※参加チーム数により変更することがある。）
- 4 競技規則 2025年度（公財）日本ゲートボール連合制定「公式ゲートボール競技規則」並びに「審判実施要領」及び「大会申し合わせ事項」による。
審判は、各コートで相互審判とする。
- 5 表 彰 優勝・準優勝・3位・4位まで
- 6 服 装 ・運動のできる服装で、運動靴を着用すること。
・ゼッケンを着用すること。
・主審・副審・記録員は腕章をすること。
- 7 持 ち 物 スティック、ゼッケン（番号入り）、主審・副審・記録員の腕章等・飲料・昼食
- 8 申 込
【チーム編成】・参加資格のある、どなたとでもチームを編成し申込をすることができる。
・7人以内でチームを組むこと。
・チームは年齢を問わず、5名の競技者及び2名以内の交代競技者によって構成し、内1名を主将とする。
・チームには専任の監督を1名置くことができる。ただし、監督は競技者を兼ねることはできない。
・応援者も競技に参加することはできない。

【参加チーム数】最大40チーム（先着順）

【期 間】8月1日（金）～10月1日（水）17:00

【提 出 物】申込用紙

【申 込 方 法】FAX・メール・持参・郵送

【申 込 場 所】伊賀市民スポーツフェスティバル実行委員会事務局
住 所：518-8501 伊賀市四十九町 3184 番地
伊賀市役所地域力創造部スポーツ振興課内（本庁4F）
FAX：0595-22-9694 メール：sports@city.iga.lg.jp（TEL：0595-22-9635）
※所属チームについてはゲートボール連合会へ直接申込してもよい。
- 9 代表者会議及び抽選会
【期 日】令和7年10月14日（火）
【時 間】午後7時00分～8時00分
【場 所】ゆめぼりすセンター 2F 大会議室
※チーム代表者（1名）は必ず出席すること。欠席した場合は棄権とする。
- 10 その他 同会場で行う「スカットボール」も同チームで申込をすることができる。
(※申込用紙は別途提出が必要)

令和7年11月9日(日) 「スカットボール」規則

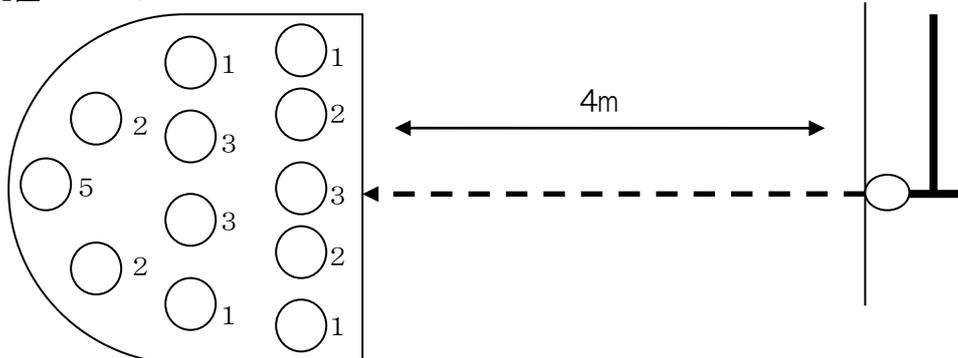


1 時 間 (受 付) 8時30分 ~ 9時00分
(開会式) 9時00分 ~ 9時10分
(競 技) 9時15分 ~ 全チーム終了まで

2 会 場 しらさぎ運動公園多目的グラウンド

3 競技方法 団体戦(フリー)

- ・ 1試合は5フレームとし、その合計得点を競う。
- ・ 1フレームは、10球のボールをチーム人数により分担打撃する。
例えば、・ 5人チームの場合は、1人2球ずつ
・ 4人チームの場合は、2人が2球、2人が3球ずつ
・ 3人チームの場合は、1人が4球、2人が3球ずつ
- ・ 機器の配置について



- ・ 穴の傍に得点がかかれているので、その穴に入って止まった球を有効(得点)とする。
※入っても止まらなければ零点となる。
- ・ 「5点」の穴が埋まった場合は、球を取り出すことができる。

4 表 彰 優勝・準優勝・3位・4位まで

5 服 装 運動のできる服装で、運動靴を着用すること

6 持 ち 物 スティック・飲料

7 組 合 せ 参加チーム数により考える(原則トーナメント方法は行わない)。

8 申 込

- 【申込について】・参加資格のある、どなたとでもチームを編成し申込をすることができる。
- ・ゲートボールに申込みをしたチームでも申込をすることができる。

【チーム編成】3~5人以内でチームを組むこと

【参加チーム数】最大30チーム(先着順)

【期 間】8月1日(金)~10月1日(水) 17:00

【提 出 物】申込用紙

【申 込 方 法】FAX・メール・持参・郵送

【申 込 場 所】伊賀市民スポーツフェスティバル実行委員会事務局

住 所: 518-8501 伊賀市四十九町3184番地

伊賀市役所地域力創造部スポーツ振興課内(本庁4F)

FAX: 0595-22-9694 メール: sports@city.igalg.jp (TEL: 0595-22-9635)

令和7年11月9日（日） 「ソフトボール」規則



- 1 時 間 (受 付) 8時15分 ～ 8時30分
(開 会 式) 8時30分 ～ 8時45分
(競 技) 9時00分 ～ 15時00分
※参加チーム数によって変更する場合があります。
- 2 会 場 いがまちスポーツセンターグラウンド
- 3 競技方法 団体戦（地区対抗戦・フリー）
- ・試合方法は、団体戦（地区対抗戦）と団体戦（フリー）を別々のトーナメントで行う。※チーム数によっては合同トーナメントで行う。
 - ・5回戦で3回以降10点差の場合は、コールドゲームとする。（決勝戦は除く。）
 - ・5回で勝敗を決しない場合は、9人の抽選により決定する。但し、決勝戦については、延長戦3回とし、それでもなおかつ決しない場合は、両チームを優勝とする。
 - ・投手は可能な限り男子とする。投手と捕手間は14.02mとする。また、ボールの高さは、1.5～3mの間を通過するものとする。
 - ・各塁間は18.29mとする。
 - ・使用ボールは公認3号球、バットは公認3号バットを使用する。
 - ・打者及び走者は、故意にヘルメットを脱ぎ捨てて走った場合、アウトとする。
 - ・盗塁、死球（デッドボール）・振り逃げはなし。タッチアップはありとする。
 - ・バッターが打つ時に、故意にキャッチャーよりにさがった場合、アウトとする。
 - ・タイムの要求又はアピール等については、監督又は主将のみとし、その時、監督等は審判員の許可なしにグラウンド内に立ち入らないこと。
 - ・ベンチは、組み合わせの若い番号を1塁側とする。
 - ・以下の場合、打者はアウトとする。
 - ツーストライク後、ファウルボールとなったとき。
 - バントしたとき。
 - ・以下の場合、走者はアウトとする。
 - 正しい投球が本塁に達する前に走者が塁を離れたとき。
 - ・敗者及び棄権したチームは、次の試合の主審（1名）、塁審（3名）、記録員（1名）の計5名を担当すること。但し、第1試合については、第2試合のチームで相談のうえ、審判員及び記録員を出すこと。
 - ・ダッグアウト（ベンチ）には、登録選手及び監督以外は、入ることを認めない。
 - ・選手のオーダーは、試合開始30分前、第2試合以後は（原則）前試合の3回終了時まで各会場本部へ提出のこと。
 - ・フィールドイング練習は、初対戦に限り5分間とし、以後は認めない。（準備投球は初回3球、以後1球）
- 4 競技規則 2025年度日本ソフトボール協会スローピッチ・ソフトボールルール（EH・再出場は除く）に準ずる。判定については審判に従うこと。
- 5 表 彰 優勝・準優勝・3位まで ※トーナメントごと
（準決勝敗者同士の3位決定戦は行わず同率表彰とする。）
- 6 服 装
- ・運動のできる服装で背面にゼッケンをつけること。
 - ※ゼッケンは各チームで用意すること。
 - ※監督は30番、主将は10番の背番号を必ず付けること。
 - ・金属スパイクの使用は禁止する。

令和7年11月9日（日） 「ソフトボール」規則

- 7 持ち物 試合用具・飲料・昼食
(試合用具)
バット（公認3号バット）・グローブ
捕手は、キャッチャーマスク [スロートガード付]・キャッチャーヘルメット
また、捕手はプロテクターを着用することが望ましい。
打者・走者は、ヘルメットを必ず着用すること。

- 8 申込
【チーム編成】 50歳以上：2名 40歳代：2名 30歳代：2名 29歳以下：2名 女子：2名
➢各年代とも、高年代の者をあてることができる。
※性別は男女どちらでも可。
➢女子は必ず2名以上入れること。
➢29歳以下と女子は年齢制限なし（高校生以下の在学者もエントリーできる）。
➢選手の変更は大会当日の受付時まで認める。
➢年齢起算日は、令和7年8月1日現在とする。

【参加チーム数】 上限なし

【期 間】 8月1日（金）～10月1日（水）17：00

【提出物】 申込用紙

【申込方法】 FAX・メール・持参・郵送

【申込場所】 伊賀市民スポーツフェスティバル実行委員会事務局
住 所：518-8501 伊賀市四十九町3184番地
伊賀市役所地域力創造部スポーツ振興課内（本庁4F）
FAX：0595-22-9694 メール：sports@city.iga.lg.jp（TEL：0595-22-9635）

9 代表者会議及び抽選会

【期 日】 令和7年10月14日（火）

【時 間】 午後8時15分～9時15分

【場 所】 ゆめぼりすセンター 2F 大会議室

※チーム代表者（1名）は必ず出席すること。欠席した場合は棄権とする。

10 その他

- ・大会準備は、前日（11月8日）の午後1時30分から行う。
準備はソフトボール協会と、参加チームの代表1名で行う。
（参加チームの代表は、代表者会議及び抽選会で決定する。）
- ・天候不良等による中止決定は、当日午前6時30分に行い、中止の情報は大会公式ブログにて通知します。

★大会公式ブログ<http://igasiminnsprofes.iga-log.com/> は、

で検索してください。

★2次元コード



令和7年11月9日（日）

「卓球」規則



1 時 間 (受 付) 9時00分 ~ 9時30分
(開 会 式) 9時30分 ~ 9時45分
(競 技) 10時00分 ~ 13時00分
※参加者数によって変更する場合があります

2 会 場 緑ヶ丘中学校体育館

3 競技方法

○団体戦（地区対抗戦・フリー）

〈チーム編成〉

男子2名・女子2名・男子または女子1名【合計：5名】

※高校在学以下の者は2名までOKとする。

○個人戦

〈種別〉

①60歳以上の男子・単

②40歳以上59歳以下の男子・単

③40歳以上の女子・単

④39歳以下の男子・単

⑤39歳以下の女子・単

⑥ミックスダブルス

※高校生以下在学者はエントリーできない。

※個人戦については年齢枠を固定すること。

※参加人数によっては年齢制限をなくす場合があります。

※年齢起算日は令和7年4月1日とする。

4 競技規則

（試合方法）

- ・ルールは、2025年度日本卓球協会ルールに準ずる。
- ・サービスは2本交替とする。
- ・1マッチは11本3ゲームとし、2ゲーム先取した者を勝ちとする。
- ・10対10からは、2点差がつくまで戦う。

（団体戦）

- ・試合は、団体戦（地区対抗戦）と団体戦（フリー）を別々で行う。
- ※チーム数によっては合同で行う。
- ・試合順序は次のとおりとし、勝敗に関係なく最後まで行う。

【①女子 ⇒ ②男子 ⇒ ③男子または女子 ⇒ ④女子 ⇒ ⑤男子】

（用具）

- ・ラケットのラバー制限なし。
- ・試合球はプラスチック製ラージボール（オレンジ色）とする。
- ・ネットの高さは17.25cmとする。

（選手）

- ・選手は、個人戦と団体戦を兼ねることができない。
- ・団体戦の欠員が生じた場合は、当日受付で選手変更届を本部に提出すれば認める。
- ・個人戦の登録変更は、種別⑥ミックスダブルスのみ当日受付で選手変更届を本部に提出すれば認める。

※個人戦の種別①～⑤シングルの選手変更はできない。

（審判）

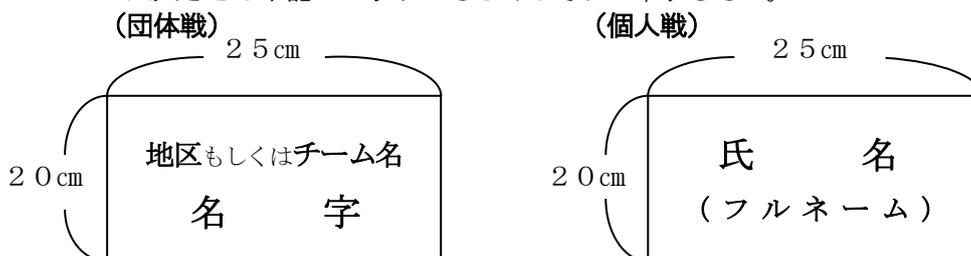
- 団体戦は、対戦チームより1名ずつ出て審判を行う。
- 個人戦は、1試合目は、本部より指名した者が審判を行う。
2試合目以降は、敗者が次の試合の審判を行う。

令和7年11月9日（日）

「卓球」規則

- 5 表彰 ○団体戦は、優勝・準優勝・3位まで ※団体戦（地区対抗戦）・団体戦（フリー）ごと
○個人戦は、優勝・準優勝まで

- 6 服装 ・体育館シューズを着用すること。
・ユニフォームの上衣は、オレンジ色はさけること。
※ユニフォームを所有していない場合は、運動のできる服装でOK
・ゼッケンは背面に必ず付けること。
※ゼッケンは下記の物を、自身で用意すること。
団体戦：上段に地区名もしくはチーム名、下段に選手の名字を記載
個人戦：選手の氏名（フルネーム）を記載
※大きさは下記のゼッケンもしくはそれに準ずるもの。



- 7 持ち物 卓球ラケット（ラケットのラバー制限なし）・ゼッケン・飲料

- 8 申込
【参加者数】 上限なし

【期 間】 8月1日（金）～10月1日（水）17：00

【提出物】 申込用紙

【申込場所・申込方法】

申込場所：伊賀市民スポーツフェスティバル実行委員会事務局
申込方法：F A X・メール・持参・郵送
住 所：〒518-8501 伊賀市四十九町 3184 番地
伊賀市役所地域力創造部スポーツ振興課内（本庁4F）
F A X：0595-22-9694 （T E L：0595-22-9635）
メ ー ル：sports@city.iga.lg.jp

- 9 代表者会議及び抽選会

○団体戦のみ行う。

【期 日】 令和7年10月14日（火）

【時 間】 午後7時00分～8時00分

【場 所】 ゆめぼりすセンター 2F 東会議室

※チーム代表者（1名）は必ず出席すること。欠席した場合は棄権とする。

※個人戦の組み合わせ抽選は事務局で行い、当日会場で発表する。

令和7年11月9日(日) 「カローリング」規則



- 1 時 間 (受 付) 8:00 ~ 8:30
(開 会 式) 8:30 ~ 8:45
(競技説明) 8:45 ~ 9:00
(競 技) 9:00 ~ 13:30
※参加チーム数によって変更する場合があります。
- 2 会 場 上野南中学校体育館
- 3 競技方法 団体戦(フリー)
・各チーム3試合の対戦を行い、カローリング協会の競技規則により得点をつけ、総得点で順位を決定する。
 >予選・決勝は行わない。
 >対戦相手については、抽選会で決定する。
 >同じ地区のチームがあたらないように抽選時に配慮する。
 >ジェットローラーの赤・黄・青で得点した得点を()に記入する。
 →これらが小数の得点として、順位に影響する。
 >各チームの順位は、3試合の総得点で競うため最終までわからない。
・対戦相手の欠席による不戦勝の場合は、15-0とする。
・審判については基本的にセルフジャッジ(双方の協議)とする。
 >各組にスポーツ推進委員等を配置し、進行を行うが、競技指導及び審判は行わない。
 原則として、もしも反則があっても、セルフジャッジがなければ判断は行わない。
・各チーム、自分のブロック内の各試合に審判補助員を一人出す。
 (小学年以下のメンバーチームも、必ず審判補助員を出すこと。)
- 4 競技規則
・日本カローリング協会制定メジャー競技規則を準用するが、ローカルルールを適用する
 >それぞれのチームの各プレーヤーが、1個のジェットローラーを交互に投球して得点を競う。
 >インニング終了時にポイントゾーンの中心に最も近い位置にジェットローラーを停止させたチームが得点を得る。相手チームは0点とする。6インニング行う。
 >投球フォームは床面に両膝もしくは片膝をつき、ハンドル上部に手のひらを軽く当て押し出すように投球する。立ったままや中腰、走りながらの投球は反則とする。
 >投球時間は規定しないが、ゲームのスムーズな進行上、ジェットローラーをにおいてから10秒以内程度のうちに投球する。
 >試合中の選手交代は認めない。
- 5 表 彰 優勝・準優勝・3位まで
- 6 服 装 運動のできる服装
 ※ゼッケンは必要ないが、当日会場で服に投球順を表示する(番号書いたテープを貼る)。
 体育館シューズを必ず着用すること。
- 7 持 ち 物 飲料
- 8 申 込
 【参加チーム数】最大32チーム
 ※最大チーム数が超えた場合
 >事務局で抽選を行い、出場不可となったチームのみ代表者に連絡を入れる。
 >地区から出場した場合、1チームは必ず出場できることとし、同地区から複数チームがある場合、調整を依頼することがあります。
- 【期 間】 8月1日(金)~10月1日(水) 17:00

令和7年11月9日（日） 「カローリング」規則

- 【提出物】 申込用紙
- 【申込方法】 F A X ・ メール ・ 持参 ・ 郵送
- 【申込場所】 伊賀市民スポーツフェスティバル実行委員会事務局
(伊賀市レクリエーション協会事務局)
住 所 : 518-8501 伊賀市四十九町 3184 番地
伊賀市役所地域力創造部スポーツ振興課内 (本庁 4 F)
F A X : 0595-22-9694 (T E L : 0595-22-9635)
メール : sports@city.iga.lg.jp

9 代表者会議及び抽選会

- 【期 日】 令和7年10月14日（火）
- 【時 間】 午後8時15分～9時15分
- 【場 所】 ゆめぼりすセンター 2F 東会議室
- ※チーム代表者（1名）は必ず出席すること。欠席した場合は棄権とする。

令和7年11月9日（日） 「健康体操体験」規則

1 内容・時間

1部【「親子」で柔軟度 up、体幹力 up、運脳ゲームを楽しみましょう】

（受付）9：15 ～ 9：30

（体操）9：30 ～ 10：30

（定員）20組 先着順

※年長児から小学生は、保護者
（パパ、ママ、祖父母）と一緒に参加すること。



2部【「3B体操」で柔軟度 up、筋力 up、美body を目指しましょう】

（受付）10：30 ～ 10：40

（体操）10：40 ～ 11：40

（定員）無し



3部【「3B体操のつどい」習って、踊って、汗かいて、みんなで楽しく動きましょう】

（受付）12：30 ～ 13：00

（体操）13：00 ～ 14：30

（定員）無し



2 会 場 伊賀市民体育館

3 服 装 運動のできる服装、体育館シューズを着用

4 持 ち 物 飲み物、タオル、ヨガマット（持っている方のみ）

5 申 込

【申込期間】 8月1日（金）～10月1日（水）17：00

【提出物】 申込用紙

【申込方法】 F A X ・ メール ・ 持参 ・ 郵送

【申込場所】 伊賀市民スポーツフェスティバル実行委員会事務局
住 所：518-8501 伊賀市四十九町 3184 番地
伊賀市役所地域力創造部スポーツ振興課内（本庁4F）
F A X：0595-22-9694 メール：sports@city.iga.lg.jp（TEL：0595-22-9635）

6 そ の 他 ヨガマットをお持ちでない方は当日貸し出します（無料）が、数に限りがありますので、ご自身でお持ちの方はご持参ください。

※申込用紙にヨガマット持参の有無を記載してください。

令和7年11月9日（日） 「パークゴルフ」規則



- 1 時 間 (受 付) 8時30分～
(開 会 式) 9時00分～
(競 技) 9時30分～
(閉 会 式) 12時30分～ 13時00分
- 2 会 場 青山ハーモニー・フォレスト内 伊賀パークゴルフ場
- 3 競技方法 個人戦（男女別）
・18ホールストロークプレー
・組み合わせは4名で1組（男女混成）
- 4 競技規則 (公社) 日本パークゴルフ協会パークゴルフ規則を準用する。
- 5 表 彰 男女別 優勝・準優勝・3位まで（同スコアの場合は年齢上が上位とする。）
- 6 服 装 運動のできる服装、靴を着用
- 7 持 ち 物 飲み物・競技道具（クラブ・ボール）
※競技道具を持っていない方は、当日無料で貸し出しをします。
- 8 申 込
【参加者数】 男女合わせて最大48名（先着順）
【期 間】 8月1日（金）～10月1日（水）17：00
【提 出 物】 申込用紙またはハガキ
（※ハガキの場合記入事項：氏名・性別・住所・生年月日・電話番号）
【申込方法】 F A X ・ 郵 送 ・ 持 参
【申込場所】 博要住民自治協議会内
住 所：〒518-0217 伊賀市種生 1329-1
F A X：0595-55-2040 （T E L：0595-55-2004）
- 9 その他 天候不良等による中止決定は、当日午前6時30分に行い中止の情報は大会公式ブログにて通知します。
★大会公式ブログ<http://igasiminnsprofes.iga-log.com/> は、

忍者ブログ 伊賀市民スポーツフェスティバル	で	検索
-----------------------	---	----

してください。
★2次元コード

