

第71回昭島市民体育大会
令和6年度 第二ブロック防災運動会プログラム

〔日 時〕 令和6年11月10日(日) 午前9時から午後1時30分まで

〔会 場〕 昭島市立 玉川小学校 校庭 (雨天の場合 同体育館)

〔集 合〕 午前8時50分

〔開会式〕 午前9時 準備体操

〔競技開始〕 午前9時15分

各自治会色 (タスキ・バトン等)		
第一(赤) / 第二(黄) / 第三(緑) / 第五(青)		
競技者年齢	幼児	未就学児
	小学生	低学年 1.2.3年生
		高学年 4.5.6年生
	大人	中学生以上~64才
シニア	65才以上	

順番	種 目	出 場 者	コース(人数)	レース	備 考
1	初期消火訓練	全員参加	/	/	代表者以外周りで見学
2	AED・心肺蘇生訓練	全員参加	/	/	代表者以外周りで見学
3	防災クイズ (A・B・C 3択)	全員参加	/	/	競技トラック中央に集合
4	50m 徒競走	低学年 男女	5人	6レース	混合レース
5	宝さがし	幼児	10人	3レース	
6	風せん割り競走	高学年 男女	5人	6レース	
7	親子二人三脚	低・高学年 男女 + 保護者	5組	4レース	低学年 10m折り返し 高学年 20m折り返し
8	スプーンリレー	低学年 シニア	集合人数÷5 集合人数÷5	1レース	男女・世代混合
9	輪投げ	小学生 大人 シニア	小学5×5 大人5×5 シニア5×5	各1レース	世代別順位
10	フルタイム	小学生 大人 シニア	小学5×5 大人5×5 シニア5×5	一斉スタート 1レース	世代別順位
11	玉入れ	小学生・シニア	集合人数÷2	3回戦	混合
⑫	玉入れ (対抗)	大人 男女混合	男性 5 女性 5	各3回戦	トーナメント方式
	昼食				
	マスゲーム	老若男女	/	/	
⑬	ムカデ競走 (対抗)	大人 男女	男性 5 女性 5	各1レース	20m折り返し
⑭	ビン倒しリレー (対抗)	大人 男女	男性 5 女性 5	各1レース	
⑮	スクランブルリレー (対抗)	小学生男女 大人 男女	各2 = 4 各2 = 4	1レース	第1・2走者セパレート 8人全員トラック半周

※ 閉会式

閉会式終了後片付け・ゴミの確認・遊具の確認・学校トイレ清掃・借用物返却等

* 対抗競技⑫⑬⑭⑮については、各自治会より人数を選出してください。

* 駐車場はありません。自転車については駐輪場に整列してください。