



第18回 空知高等学校新人陸上競技大会

兼 第41回 北海道高等学校新人陸上競技大会空知支部予選会

期 日 令和7年8月23日・24日
場 所 岩見沢市東山公園陸上競技場

主 催	空 知 陸 上 競 技 協 会
共 催	北海道高等学校体育連盟空知支部
後 援	岩 見 沢 市 教 育 委 員 会
	岩 見 沢 市 ス ポ ー ツ 協 会
主 管	岩 見 沢 市 陸 上 競 技 協 会
	北海道高体連空知支部陸上競技専門部

競 技 日 程

8月23日(土) <1日目>

	トラック						フィールド					
順	種目		組	数	競技開始時間	招集時間	種目		組	数	競技開始時間	招集時間
1	中男	四種110mH		3	10:00	9:45 ~ 9:50	高男	棒高跳	決	4	10:00	9:00 ~ 9:10
2	中女	四種100mH		1	10:10	9:55 ~ 10:00	高女	棒高跳	決	3		
3	中1男	100m	予3-2+2	21	10:20	10:05 ~ 10:10	高男	砲丸投	決	6	10:00	9:30 ~ 9:40
4	中2男	100m	予3-2+2	24	10:30	10:15 ~ 10:20	高女	砲丸投	決	3		
5	高男	400m	予2-3+2	9	10:50	10:35 ~ 10:40	高女	三段跳	決	5		
6	中女	1500m	決	6	11:00	10:45 ~ 10:50						
7	高女	1500m	決	5	11:10	10:55 ~ 11:00						
8	中男	1500m	決	3	11:20	11:05 ~ 11:10						
9	高男	1500m	決	8	11:30	11:15 ~ 11:20						
10	高男	110mH	決	5	11:45	11:30 ~ 11:35						
11	高女	100mH	決	3	11:55	11:40 ~ 11:45						
12	中1女	100m	決	9	12:05	11:50 ~ 11:55	高男	三段跳	決	4	12:00	11:30 ~ 11:40
13	中2女	100m	決	9	12:10	11:55 ~ 12:00	中男	走高跳	決	3		
14	中1男	100m	決	8	12:15	12:00 ~ 12:05						
15	中2男	100m	決	8	12:20	12:05 ~ 12:10						
16	高女	100m	決	8	12:25	12:10 ~ 12:15						
17	高男	100m	決	8	12:30	12:15 ~ 12:20	高男	円盤投	決	6	12:30	12:00 ~ 12:10
18	中男	400m	決	6	12:40	12:25 ~ 12:30	高女	円盤投	決	5		
19	高女	400m	決	4	12:45	12:30 ~ 12:35						
20	高男	400m	決	8	12:50	12:35 ~ 12:40						
21	高男	3000mSC	決	3	13:05	12:50 ~ 12:55	中女	四種走高跳		1	13:00	現地 ~ 12:40
22	高男	5000mW	決	5	13:25	13:10 ~ 13:15	中男	四種砲丸投		3	13:30	現地 ~ 13:10
23	高女	4×100mR	決	4	14:10	13:55 ~ 14:00	中女	走高跳	決	1	14:00	13:30 ~ 13:40
24	高男	4×100mR	決	4	14:20	14:05 ~ 14:10						

8月24日(日) <2日目>

	トラック						フィールド					
順	種目		組	数	競技開始時間	招集時間	種目		組	数	競技開始時間	招集時間
1	中男	200m	予2-3+2	15	10:00	9:45 ～ 9:50	高女	走幅跳	決	6	10:00	9:30 ～ 9:40
2	中女	100mH	決	5	10:20	10:05 ～ 10:10	中女	走幅跳	決	11		
3	中1男	100mH	決	7	10:30	10:15 ～ 10:20	中男	四種走高跳		3		
4	中男	110mH	決	2	10:40	10:25 ～ 10:30	中女	四種砲丸投		1		
5	高女	3000m	決	4	10:50	10:35 ～ 10:40	高男	やり投	決	5	10:30	10:00 ～ 10:10
6	中男	3000m	決	1	11:10	10:55 ～ 11:00	高女	やり投	決	4		
7	中女	200m	決	2	11:25	11:10 ～ 11:15						
8	中男	200m	決	8	11:30	11:15 ～ 11:20	中男	走幅跳	決	11	11:30	11:00 ～ 11:10
9	高女	200m	決	6	11:35	11:20 ～ 11:25	高男	走高跳	決	5		
10	高男	200m	決	8	11:40	11:25 ～ 11:30						
11	中女	四種200m		1	11:45	11:30 ～ 11:35						
12	中男	四種400m		3	11:55	11:40 ～ 11:45	中男	砲丸投	決	6	12:00	11:30 ～ 11:40
13	中女	800m	決	8	12:05	11:50 ～ 11:55	中女	砲丸投	決	2		
14	中男	800m	決	10	12:10	11:55 ～ 12:00						
15	高女	800m	決	4	12:15	12:00 ～ 12:05						
16	高男	800m	決	7	12:20	12:05 ～ 12:10	高女	走高跳	決	5	13:00	12:30 ～ 12:40
17	高女	400mH	決	4	12:40	12:25 ～ 12:30						
18	高男	400mH	決	7	12:50	12:35 ～ 12:40						
19	高男	5000m	決	6	13:05	12:50 ～ 12:55						
20	中女	4×100mR	決	4	13:50	13:35 ～ 13:40	高男	走幅跳	決	9	13:30	13:00 ～ 13:10
21	中男	4×100mR	決	5	14:00	13:45 ～ 13:50	高男	ハンマー投	決	5		
22	高女	4×400mR	決	4	14:10	13:55 ～ 14:00	高女	ハンマー投	決	1		
23	高男	4×400mR	決	4	14:20	14:05 ～ 14:10						

大 会 役 員

大 会 長	空知陸上競技協会会長 西 村 昇 一
副 大 会 長	安 樂 良 幸 河 原 政 志 小 林 正 柴 山 真 純
参 与	空知陸上競技協会加盟協会会長 空知管内高等学校長 空知管内中学校長
大 会 委 員 長	空知陸上競技協会理事長 米 澤 勝
大 会 副 委 員 長	半 田 拓 也 玉 井 康 夫 柴 田 諒
大 会 委 員	空知陸上競技協会各理事 岩見沢市陸上競技協会各理事
競 技 委 員 長	北海道高等学校体育連盟空知支部陸上競技専門委員長 玉 井 康 夫
競 技 委 員	北海道高等学校体育連盟空知支部陸上競技専門部 北海道中学校体育連盟空知支部陸上競技専門部

競 技 役 員

総 務	玉 井 康 夫 (深西高)
副 総 務	柴 田 諒 (岩掘中)
技 術 総 務	倉 島 敏 (陸 協)
トラック審判長	米 澤 勝 (陸 協)
スタート審判長	桂 聡 (砂川高)
フィールド審判長	西 村 昇 一 (陸 協)
混成競技審判長	西村昇一 (兼) (陸 協)
記録・情報処理	(主) 桑 原 正 英 (岩東高) 高 橋 淳 (陸 協) 高 橋 宜 大 (陸 協) 原 田 樹 里 (滝明中)
番組編成	(主) 和 田 幸 栄 (陸 協)
表彰係	(主) 柴 田 諒 (兼) (岩掘中) 大 西 千 尋 (岩農高)
アナウンサー	(主) 野 々 村 毅 (美唄中) 篠 原 孝 法 (陸 協)
用 器 具 係	(主) 渋 谷 慎 治 (岩掘中) 川 口 善 範 (陸 協) 長 嶋 浩 伸 (岩農高)
報 道 係	(主) 玉 井 康 夫 (兼) (深西高)

監 察 員	(主)	小 林 正 (陸 協)			
		牧 野 幸 雄 (陸 協)	山 下 茉 耶 (美聖高)	平 松 翔 太 (陸 協)	
		小 林 健 一 (岩掘中)			
風 力 計 測 員	(主)	阿 部 誠 (陸 協)			
		藤 宮 隆 明 (滝川高)	大 峠 春 翔 (陸 協)		
競 技 者 係	(主)	石 崎 昌 和 (美聖高)			
		大 澤 柚 花 (砂川中)			
周 回 記 録 員	(主)	小 都 哲 也 (陸 協)			
写 真 判 定 員	(主)	河 原 政 志 (陸 協)			
		洪 谷 良 子 (岩掘中)	宮 野 美 紀 (岩陸ク)		
ス タ ー タ ー	(主)	水 島 亮 太 (岩農高)			
(リコーラー)		宮 地 啓 介 (美尚高)	角 谷 良 孝 (栗山中)	大 佐 賀 祥 (滝明中)	
		松 木 潤 (陸 協)	萩 原 知 咲 (陸 協)		
出 発 係	(主)	半 田 拓 也 (陸 協)			
		山 本 克 俊 (FAC)	渡 谷 和 男 (陸 協)	山 本 元 太 (美尚高)	
		川 上 将 和 (陸 協)			
跳 躍 審 判 員	(主)	岩 田 学 (岩東高)	堀 川 善 史 (深西高)		
		小 林 裕 信 (砂川高)	米 澤 行 夫 (陸 協)	引 地 良 夫 (陸 協)	
		高 野 賢 一 (岩緑高)	松 野 友 迪 (滝江中)	坂 本 征 人 (陸 協)	
		浦 城 大 弥 (C級)			
投 擲 審 判 員	(主)	上 見 篤 司 (岩東高)	赤 松 広 隆 (夕張高)		
		御 家 瀬 豪 (陸 協)	菅 井 広 幸 (陸 協)	栗 田 凌 平 (滝明中)	
		大 島 類 (岩緑高)	河 野 永 遠 (滝西高)	島 加 奈 (夕張高)	
		山 口 き ら ら (C級)			
混 成 競 技 係	(主)	石 田 勝 (滝川高)			
競 歩 審 判 員	(主)	高 野 賢 一 (兼) (岩緑高)			
		上 見 篤 司 (兼) (岩東高)	岩 田 学 (兼) (岩東高)	水 島 亮 太 (兼) (岩農高)	
		石 田 勝 (兼) (滝川高)	堀 川 善 史 (兼) (深西高)	藤 宮 隆 明 (兼) (滝川高)	
		赤 松 広 隆 (兼) (夕張高)			
全 道 大 会 受 付	(主)	藤 宮 隆 明 (兼) (滝川高)			
		石 田 勝 (兼) (滝川高)			

競 技 注 意 事 項

- 1 本大会は 2025 年度日本陸上競技連盟競技規則及び本大会の申し合わせ事項により実施する。
- 2 練習は、指定された場所、指定された時間に行う。その他審判員・競技役員に従うこと。
- 3 競技者の招集について

- (1) 競技者係を管理棟東側ゲートのテントに設ける。
- (2) 招集開始時刻及び招集完了時刻は、すべてその競技の開始時刻を基準とし下記のとおりとする。

種 目	開始時刻	完了時刻	種 目	開始時刻	完了時刻
トラック	1 5 分前	1 0 分前	棒高跳	5 0 分前	4 0 分前
フィールド	3 0 分前	2 0 分前			

- (3) 招集方法

- ア 出場しない競技者又は代理人は、競技者係に掲示した出場競技者一覧に取り消し線を施すこと。
- イ 競技者は出場種目の招集開始時刻に競技場所に集合する。プログラム記載の招集開始時刻より点呼を始める。
- ウ 招集（競技）場所での点呼に不在だった競技者は、当該競技を棄権したものとみなし処理する。
- エ 他の競技と兼ねて出場する競技者は、その旨競技者係に申し出て出場を確認する。

- 4 競技場への入退場について

- (1) 競技場への入退場については、全て係員の指示、誘導に従い行う。競技者以外はトラック及びフィールド内に立ち入ることは出来ない。また、役員、補助員以外は本部前を通らない。
- (2) フィールド内への出入りは、各コーナーの頂点からトラックを横断することとする。
- (3) 競技場内には映像機器、ミュージックプレイヤー、またはスマートフォン等を持ち込むことは出来ない。また、練習器具も持ち込むことは出来ない。

- 5 アスリートビブスについて

- (1) アスリートビブスは、交付された大きさのまま使用し、必ず胸背に確実に付けること。（原則 1 枚につき 4 ヶ所止める）ただし跳躍競技の競技者は、胸・背のいずれかでよい。
- (2) トラック競技出場は、腰ナンバー標識を競技者係で受け取り、パンツ右側後方に付けること。なお、男女 4 × 400mR は、2・3 走はパンツ左側、4 走はパンツ右側後方につけること。

- 6 走路順・試技順について

- (1) 予選におけるトラック競技の走路順、フィールド競技の試技順はプログラム記載のとおりとする。
- (2) 決勝のトラック競技の走路順は番組編成員により決定する。

- 7 同タイムでのプラス進出者確定について

タイムによる次のラウンドに進む競技者の決定について、最終枠に同記録があるときの処置は、写真判定主任が 0.001 秒単位の時間を判定して競技者を判定する【TR21.5】ただし、同成績（0.001 秒まで同じ）となった場合は以下の通りとする。

- ア) 空きレーンがある場合は対象者全員が次のラウンドへ進出する。
- イ) 空きレーンがない場合は同成績者または代理人によって抽選する。アナウンス後 15 分を経過しても当該競技者あるいは代理人が来なかった場合は、主催者が代行する。
- ウ) 800m については空きレーンがない場合でも、1 つのレーンに 2 名を入れて実施する。

- 8 競技について

- (1) 事故防止のため、短距離走ではフィニッシュ後も自分のレーン（曲走路）を走り安全に減速すること。また、4 × 100mR の全てのバトンパス後、4 × 400mR の 1 走と 2 走のバトンパス後も自分のレーンで減速、停止して安全を確認すること。
- (2) トラック競技の予選で、出場者が棄権により 8 名に満たない場合は、決勝の時刻に実施する。

- (3) リレーのオーダー用紙はラウンドごとにあらかじめ競技者係に取りにいくこと。リレーのオーダー用紙の提出は招集完了時刻1時間前までに競技者係に提出すること。提出時間に遅れたチームは当該種目を棄権したものとみなし処理する。また、マーカーは各チームで準備すること。
- *申告したオーダーの変更は、招集完了時刻までに主催者任命の医務員の判断がない限り認めない。
- *招集完了時刻であっても、一度申告した編成の変更（オーダーの差し替え）は認められない。
- *医務員の判断による変更は出場者のみ認められ、編成（走る順番）の変更は認められない。
- (4) TR5.2 に違反するシューズでの出場は認めない。ただし、フィールド競技の靴底の厚さについてはこれを適用しない。
- (5) 競技場内での助力は一切禁止する。コーチングエリアから助言を与える場合は該当種目の競技役員の指示に従い、競技運営や他の競技者の妨げにならないように注意すること。
- (6) コーチングエリアでの映像機器の取り扱いについては TR6.4.5 を遵守すること。
- (7) 走高跳のマーカーは各自で用意すること。
- (8) 警告及び失格については TR7 を適用する。

9 抗議について

競技中におきた競技者の結果または行為に対する抗議は、当該競技者の監督により、その種目の結果が発表されてから 30 分以内（当日に次のラウンドが行われる種目では 15 分以内）に、抗議者が総務または副総務に申し出た後、口頭で審判長に抗議を行うものとする。（アナウンスによる結果発表終了時刻を基準とする。）

10 バーの上げ方について

- (1) 走高跳・棒高跳のバーの上げ方は、下記のとおりとする。ただし、天候その他の条件により変更することもある。

種 目	練習	1	2	3	4	5	備 考
男子走高跳	1m35	1m40	1m43	1m46	1m49	1m52	以後 3cm 刻み
女子走高跳	1m15	1m20	1m25	1m30	1m35	1m38	以後 3cm 刻み

- (2) 棒高跳びの練習の高さ、1 回目の高さについては、参加選手の状況により協議し決定する。
- (3) 最後の一人になるまで男子棒高跳は 10cm 刻みとする。
- (4) 走高跳・棒高跳で第 1 位を決める場合、及び全道大会出場決定の場合のバーの上げ下げは、走高跳では 2cm、棒高跳では 5cm 単位とする。

11 競技用具について

- (1) 競技に使用する用器具は棒高跳用ポール以外、すべて主催者が用意したものを使用する。ただし、やりは検査を受けて合格したものを使用できる。検査は用器具庫で実施する。検査に合格したやりは「預かり証」を発行のうえ一括借り上げし、参加競技者で共有できるものとする。借り上げたやりは、各競技終了後、競技役員が競技場所で返却する。
- (2) フィールド競技の際に、助走で使用するマーカーは主催者が用意する。使用後は、競技者自身で取り外し、所定の位置に返却する。

- 12 各種目で全道大会出場権の最終枠に複数の競技者がおり、既定のルールで着差や順位の確定ができない場合には対象競技者全員に全道大会出場権を与える。ただし、走高跳と棒高跳については、対象競技者により順位決定戦（ジャンプオフ）を行い、最終枠の順位を獲得した競技者にのみ全道大会出場権を与える。

- 13 スパイクピンは、全天候型の専用ピン 11 本以内、長さ 9 mm を超えてはならない。走高跳・やり投の場合、12mm を超えてはならない。

- 14 表彰は行わないが、3 位までに入賞した競技者には賞状を正面玄関入口に置いておくので、各自で取りに来ること。

- 13 全道大会出場権を得た競技者の監督は、全道大会申込を完了すること。申込場所は管理棟内に設ける。

男子100m

北海道高校記録 (HHR)	10. 38	小池 祐貴 (北海道・立命館慶祥)	2013	
北海道高校記録 (HHR)	10. 38	川本 健太 (北海道・北海道栄)	2024	
空知高校記録 (SHR)	10. 74	赤沼 志龍 (北海道・岩見沢緑陵)	2018	
大会記録 (GR)	11. 02	赤沼 志龍 (北海道・岩見沢緑陵)	2017	8月23日 12:30 決 勝

決 勝

				風 (+/-)	
レーン	ナンバー	氏名	所属	順位	記録
1					
		ツツイ リュウア	空知		
2	499	筒井 琉仁 (10)	滝川西高		
		ニシガキ コウタロウ	北海道		
3	7	西口 幸汰朗 (08)	岩見沢東高		
		モリ イッサ	空知		
4	30	森 逸心 (08)	岩見沢緑陵高		
		クマガイ カクト	北海道		
5	3	熊谷 岳斗 (08)	岩見沢東高		
		ウタハラ リオ	空知		
6	494	歌原 琉桜 (08)	滝川西高		
		ウチタ レイ	北海道		
7	13	土田 玲矢 (08)	深川西高		
		オカモト アユム	空知		
8	151	岡本 渉夢 (09)	岩見沢緑陵高		
		サイトウ ケント			
9	0	斎藤 健人 (08)	クラーク国際高		

男子200m

北海道高校記録 (HHR)	20. 89	小池 祐貴 (北海道・立命館慶祥)	2013	
空知高校記録 (SHR)	21. 82	東海林侑久 (北海道・滝川西)	2023	
大会記録 (GR)	21. 97	赤沼 志龍 (北海道・岩見沢緑陵)	2017	8月24日 11:40 決 勝

決 勝

				風 (+/-)	
レーン	ナンバー	氏名	所属	順位	記録
		アベ ケンスケ	北海道		
1	5	阿部 賢介 (09)	岩見沢東高		
		オオイ サキト	北海道		
2	509	大井 咲刀 (09)	滝川高		
		タケチ ソラ	空知		
3	523	田口 空 (09)	岩見沢緑陵高		
		ウタハラ リオ	空知		
4	494	歌原 琉桜 (08)	滝川西高		
		クマガイ カクト	北海道		
5	3	熊谷 岳斗 (08)	岩見沢東高		
		キヨウ リツキ	北海道		
6	19	清川 立樹 (08)	岩見沢農業高校		
		ヨコヤマ ユウタロイ	空知		
7	25	横山 結大 (09)	岩見沢緑陵高		
		アマノ ケント	空知		
8	495	天野 群斗 (08)	滝川西高		

男子400m

北海道高校記録 (HHR)	46.81	高平	慎士(北海道・旭川大学高)	2002		
空知高校記録 (SHR)	47.99	泉	遙斗(北海道・滝川西)	2018	8月23日 10:50	予 選
大会記録 (GR)	48.51	泉	遙斗(北海道・滝川西)	2017	8月23日 12:50	決 勝

予 選 2組3着+2

1組

レーン	ナンバー	氏名	所属	資格記録	順位	記録
1						
2						
3						
4	5	アヘ ケンスケ 阿部 賢介 (09)	北海道 岩見沢東高			
5	25	ヨコヤマ ユウタ ^イ 横山 結大 (09)	空知 岩見沢緑陵高			
6	490	タケムラ ハヤテ 竹村 隼颯 (08)	空知 滝川西高			
7	260	タニモト リツ 谷本 凌都 (08)	北海道 滝川高			
8						

2組

レーン	ナンバー	氏名	所属	資格記録	順位	記録
1						
2						
3						
4	424	イワツキ ヤマト 岩槻 大翔 (09)	北海道 滝川高			
5	30	モリ イッサ 森 逸心 (08)	空知 岩見沢緑陵高			
6	10	アベキ ユウキ 青木 勇輝 (09)	北海道 夕張高			
7	2	タナヘ ^カ カイ 田名邊 快 (08)	北海道 岩見沢東高			
8	522	イシタ ^ロ ショウタ 石黒 翔太 (09)	空知 滝川西高			

決 勝

レーン	ナンバー	氏名	所属	前記録	順位	記録
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						

男子800m

北海道高校記録 (HHR)	1:50.85	岡 昇平 (北海道・札幌国際情報)	2008	
空知高校記録 (SHR)	1:51.89	畠山 政和 (北海道・砂川)	2006	
大会記録 (GR)	2:00.21	大西 耕平 (北海道・滝川)	2022	8月24日 12:20 決 勝

決 勝

レーン	ナンバー	氏名	所属	順位	記録
		タカ ルイ	北海道		
2	454	田中 塁 (09)	岩見沢東高		
		ヨシタ カイト	北海道		
3	423	吉田 海音 (09)	滝川高		
		フジヤマ ユアン	空知		
4	487	藤山 遊行 (08)	滝川西高		
		タケタ ケンタ	空知		
5	28	武田 健汰 (08)	岩見沢緑陵高		
		タニモト リツ	北海道		
6	260	谷本 凌都 (08)	滝川高		
		タケムラ ハヤテ	空知		
7	490	竹村 隼颯 (08)	滝川西高		
		カサマツ ケイト	北海道		
8	8	笠松 蛭人 (08)	岩見沢東高		

男子1500m

北海道高校記録 (HHR)	3:42.27	吉田 星 (北海道・東海大附札幌)	2025	
空知高校記録 (SHR)	3:56.96	黒田 太洋 (北海道・滝川西)	2021	
大会記録 (GR)	4:07.49	黒田 太洋 (北海道・滝川西)	2020	8月23日 11:30 決 勝

決 勝

ORD	ナンバー	氏名	所属	順位	記録
		フジヤマ ユアン	空知		
1	487	藤山 遊行 (08)	滝川西高		
		コバヤシ ユウセイ	空知		
2	27	小林 夕晟 (08)	岩見沢緑陵高		
		タカ ルイ	北海道		
3	454	田中 塁 (09)	岩見沢東高		
		ヨシメキ ユウサカ	北海道		
4	425	吉目木 悠作 (09)	滝川高		
		カサマツ ケイト	北海道		
5	8	笠松 蛭人 (08)	岩見沢東高		
		タケタ ケンタ	空知		
6	28	武田 健汰 (08)	岩見沢緑陵高		
		キムラ イタル	北海道		
7	407	木村 格 (10)	美唄尚栄高		
		ヤシロ ソウスケ	空知		
8	488	八代 奏佑 (08)	滝川西高		

男子5000m

北海道高校記録 (HHR)	13:35.14	吉田 星 (北海道・東海大附札幌)	2025	
空知高校記録 (SHR)	14:28.90	黒田 太洋 (北海道・滝川西)	2021	
大会記録 (GR)	15:13.01	菅 優太 (北海道・滝川西)	2020	8月24日 13:05 決 勝

決 勝

ORD	ナンバー	氏名	所属	順位	記録
		キムラ イタル	北海道		
1	407	木村 格 (10)	美唄尚栄高		
		オオツカ リュウキ	空知		
2	29	大塚 琉暉 (09)	岩見沢緑陵高		
		アライ ユウヤ	空知		
3	498	荒井 宥哉 (09)	滝川西高		
		コバヤシ ユウセイ	空知		
4	27	小林 夕晟 (08)	岩見沢緑陵高		
		イマルカ ハヤト	北海道		
5	453	伊丸岡 隼人 (09)	岩見沢東高		
		ヤシロ ソウスケ	空知		
6	488	八代 奏佑 (08)	滝川西高		

男子110mH(1.067m)

北海道高校記録 (HHR)	13.99	岩船 陽一(北海道・東海大四)	2003	
空知高校記録 (SHR)	15.29	大佐賀 祥(北海道・岩見沢西)	2012	
大会記録 (GR)	15.95	山崎 煌丞(北海道・岩見沢農業)	2023	8月23日 11:45 決 勝

決 勝

		風(+/-)	
レーン	ナンバー	氏名	所属
1			
2			
3	495	アマノ グラント 天野 群斗(08)	空知 滝川西高
4	19	キヨカワ リツキ 清川 立樹(08)	北海道 岩見沢農業高校
5	491	ツカモト エイタロウ 塚本 英太郎(09)	空知 滝川西高
6	252	スズキ フユタ 鈴木 冬汰(09)	北海道 岩見沢農業高校
7	152	タカ ヒロト 田中 大翔(09)	空知 岩見沢緑陵高
8			
9			

男子400mH(0.914m)

北海道高校記録 (HHR)	50.97	安原 晃司(北海道・東海大四)	2004	
空知高校記録 (SHR)	52.99	西本 夏樹(北海道・月形)	2008	
大会記録 (GR)	56.14	山田 真白(北海道・滝川西)	2023	8月24日 12:50 決 勝

決 勝

レーン	ナンバー	氏名	所属
1			
2	339	オオツカ ハルマ 大塚 遥真(09)	北海道 岩見沢東高
3	151	オカモト アユム 岡本 渉夢(09)	空知 岩見沢緑陵高
4	2	タナベ カイ 田名邊 快(08)	北海道 岩見沢東高
5	491	ツカモト エイタロウ 塚本 英太郎(09)	空知 滝川西高
6	252	スズキ フユタ 鈴木 冬汰(09)	北海道 岩見沢農業高校
7	499	ツツイ リュウア 筒井 琉仁(10)	空知 滝川西高
8	152	タカ ヒロト 田中 大翔(09)	空知 岩見沢緑陵高

男子3000mSC (0. 914m)

北海道高校記録 (HHR)	8:57. 09	大場 靖之 (北海道・旭川大学)	1991	
空知高校記録 (SHR)	9:19. 56	清水 数生 (北海道・岩見沢東)	2019	
大会記録 (GR)	9:51. 22	山田 光希 (北海道・岩見沢東)	2014	8月23日 13:05 決 勝

決 勝

ORD	ナンバー	氏名	所属	順位	記録
		シゲタカ アユム	空知		
1	1094	重高 歩夢 (09)	滝川西高		
		オオツカ リュウキ	空知		
2	29	大塚 琉暉 (09)	岩見沢緑陵高		
		トビ ユウト	空知		
3	497	土肥 優人 (09)	滝川西高		

男子5000mW

北海道高校記録 (HHR)	20:46. 73	北川 晃太郎 (北海道・北広島)	2024	
空知高校記録 (SHR)	23:01. 86	馬川 圭祐 (北海道・滝川西)	2014	
大会記録 (GR)	25:58. 90	前田 悠佑 (北海道・深川東)	2011	8月23日 13:25 決 勝

決 勝

ORD	ナンバー	氏名	所属	順位	記録
		イマルカ ハヤト	北海道		
1	453	伊丸岡 隼人 (09)	岩見沢東高		
		トビ ユウト	空知		
2	497	土肥 優人 (09)	滝川西高		
		ヨシタ カイト	北海道		
3	423	吉田 海音 (09)	滝川高		
		ウバキハラ ユウシン	空知		
4	496	椿原 佑進 (08)	滝川西高		
		ヨシタ ユウタ	北海道		
5	425	吉目木 悠作 (09)	滝川高		

男子4X100mR

北海道高校記録(HHR)	39.73	西川・城石・川本・小沢(北海道・北海道栄)2024	
空知高校記録(SHR)	42.54	瀬戸・平松・泉・瀧(北海道・滝川西) 2017	
大会記録(GR)	43.41	桔梗・平松・瀬戸・泉(北海道・滝川西) 2017	8月23日 14:20 決 勝

決勝

1レーン			2レーン			3レーン		
()			()			()		
()			()			()		
()			()			()		
()			()			()		
()			()			()		
()			()			()		
()			()			()		
()			()			()		
4レーン 滝川高			5レーン 岩見沢緑陵高			6レーン 岩見沢東高		
()	258	片岡 葉汰 (08) カカカ カンタ	()	25	横山 結大 (09) コヤマ ユウダイ	()	2	田名邊 快 (08) タナヘ カイ
()	259	後藤 叶羽 (08) コトウ トリ	()	27	小林 夕晟 (08) コハヤシ ユウセイ	()	3	熊谷 岳斗 (08) クマガイ ガククト
()	260	谷本 凌都 (08) タニモト リツ	()	30	森 逸心 (08) モリ イッサ	()	5	阿部 賢介 (09) アベ ケンスケ
()	261	川村 侑巳 (08) カワムラ ユウシ	()	151	岡本 渉夢 (09) オカモト アユム	()	6	井川 陸 (08) イカワ リク
()	424	岩槻 大翔 (09) イワツキ ヤマト	()	313	山田 滉大 (09) ヤマタ コウタ	()	7	西口 幸汰朗 (08) ニシグチ コウタロウ
()	509	大井 咲刀 (09) オオイ サキト	()	523	田口 空 (09) タグチ ソラ	()	180	中西 航晴 (08) ナカニシ コウセイ
7レーン 滝川西高			8レーン					
()	490	竹村 隼颯 (08) タケムラ ハヤテ	()					
()	491	塚本 英太郎 (09) ツカモト エイタロウ	()					
()	494	歌原 琉桜 (08) ウタハラ リオ	()					
()	495	天野 群斗 (08) アミノ グント	()					
()	499	筒井 琉仁 (10) ツツイ リュウア	()					
()	501	遠藤 響弥 (10) エントウ オトヤ	()					
順位 チーム名		記録	順位 チーム名		記録			
1			4					
2								
3								

男子4X400mR

北海道高校記録(HHR)	3:10.58	増川・福村・山内・水野(北海道・立命館慶祥)2023	
空知高校記録(SHR)	3:20.14	平松・瀬戸・居林・泉(北海道・滝川西) 2017	
大会記録(GR)	3:30.20	佐藤・上田・奥田・野々川(北海道・岩見沢東)2015	8月24日 14:20 決 勝

決勝

1レーン					
()					
()					
()					
()					
()					
()					
()					
()					
4レーン 岩見沢東高					
()	2	田名邊 快(08)	タナヘ カイ		
()	3	熊谷 岳斗(08)	クマガイ ガクト		
()	5	阿部 賢介(09)	Aベ ケンスケ		
()	6	井川 陸(08)	イガワ リク		
()	7	西口 幸汰朗(08)	ニシグチ コウタロウ		
()	180	中西 航晴(08)	ナカニシ コウセイ		
7レーン 滝川高					
()	259	後藤 叶羽(08)	ゴトウ トリ		
()	260	谷本 凌都(08)	タニモト リツ		
()	423	吉田 海音(09)	ヨシダ カイト		
()	261	川村 侑巳(08)	カムラ ユウジ		
()	424	岩槻 大翔(09)	イワツキ ヤマト		
()	425	吉目木 悠作(09)	ヨシメギ ユウサク		
順位	チーム名		記録		
1	_____				
2	_____				
3	_____				

2レーン					
()					
()					
()					
()					
()					
()					
()					
()					
5レーン 滝川西高					
()	490	竹村 隼颯(08)	タケムラ ハヤテ		
()	491	塚本 英太郎(09)	ツカモト エイタロウ		
()	494	歌原 琉桜(08)	ウタハラ リオ		
()	495	天野 群斗(08)	アマノ グント		
()	499	筒井 琉仁(10)	ツツイ リュウア		
()	501	遠藤 響弥(10)	エントウ オトキミ		
8レーン					
()					
()					
()					
()					
()					
()					
()					
順位	チーム名		記録		
4	_____				

3レーン					
()					
()					
()					
()					
()					
()					
()					
()					
6レーン 岩見沢緑陵高					
()	25	横山 結大(09)	ヨコヤマ ユウタカイ		
()	27	小林 夕晟(08)	コバヤシ ユウセイ		
()	28	武田 健汰(08)	タケタ ケンタ		
()	29	大塚 琉暉(09)	オオツカ リュウキョウ		
()	30	森 逸心(08)	モリ イッサ		
()	152	田中 大翔(09)	タナカ ヒロト		

男子走高跳

北海道高校記録(HHR)	2m22	境田 裕之(北海道・旭川北都商業)	1989	
空知高校記録(SHR)	1m98	鹿野 真吾(北海道・駒大岩見沢)	1995	
空知高校記録(SHR)	1m98	伊藤 允(北海道・砂川南)	2000	
空知高校記録(SHR)	1m98	伊藤 正仁(北海道・赤平西)	1975	
大会記録(GR)	1m91	宮野 涼(北海道・滝川)	2008	8月24日 11:30 決 勝

決 勝

試順	ナンバー	氏名	所属		m	m	m	m	m	m	m	m	記録	順位	コメント
1	313	ヤマダ コウタ 山田 滉大(09)	空知 岩見沢緑陵高												
2	4	ムカエ ハルト 迎 晴登(08)	北海道 岩見沢東高												
3	503	ヨシダ タイチ 吉田 大馳(09)	空知 滝川西高												
4	501	エンドウ オトキ 遠藤 響弥(10)	空知 滝川西高												
5	338	ハタナカ トシキ 畠中 峻己(10)	北海道 岩見沢東高												

男子棒高跳

北海道高校記録(HHR)	5m00	能登谷 雄太(北海道・札幌第一)	2007	
空知高校記録(SHR)	4m80	越後 翔馬(北海道・滝川西)	2008	
大会記録(GR)	4m21	横山 陽生(北海道・滝川)	2023	8月23日 10:00 決 勝

決 勝

試順	ナンバー	氏名	所属		m	m	m	m	m	m	m	m	記録	順位	コメント
1	338	ハタナカ トシキ 畠中 峻己(10)	北海道 岩見沢東高												
2	496	ツバキハラ ユウシン 椿原 佑進(08)	空知 滝川西高												
3	4	ムカエ ハルト 迎 晴登(08)	北海道 岩見沢東高												
4	261	カワムラ ユウジ 川村 侑巳(08)	北海道 滝川高												

男子走幅跳

北海道高校記録(HHR)	7m87	品田 直宏(北海道・札幌国際情報)	2003	
空知高校記録(SHR)	7m46	内久保 貴人(北海道・砂川)	2014	
大会記録(GR)	6m90	齋藤 裕也(北海道・深川西)	2008	8月24日 13:30 決 勝

決 勝

試順	ナンバー	氏名	所属		1回目	2回目	3回目	3回 ベスト	トップ8 試順	4回目	5回目	6回目	記録	順位	コメント
1	522	イシカワ ショウタ 石黒 翔太(09)	空知 滝川西高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		
2	6	イシワ リク 井川 陸(08)	北海道 岩見沢東高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		
3	503	ヨシダ タイチ 吉田 大馳(09)	空知 滝川西高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		
4	509	オオイ サネト 大井 咲刀(09)	北海道 滝川高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		
5	0	サイトウ ケント 斎藤 健人(08)	クラーク国際高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		
6	313	ヤマカミ コウタ 山田 滉大(09)	空知 岩見沢緑陵高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		
7	259	ゴトウ トリ 後藤 叶羽(08)	北海道 滝川高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		
8	180	サカニシ コウセイ 中西 航晴(08)	北海道 岩見沢東高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		
9	13	ツチダ レイヤ 土田 玲矢(08)	北海道 深川西高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		

男子三段跳

北海道高校記録(HHR)	15m75	水谷 司(北海道・帯広農業)	2015	
空知高校記録(SHR)	15m50	小林 裕信(北海道・砂川)	1972	
大会記録(GR)	13m53	内久保 貴人(北海道・砂川)	2013	8月23日 12:00 決 勝

決 勝

試順	ナンバー	氏名	所属		1回目	2回目	3回目	3回 ベスト	トップ8 試順	4回目	5回目	6回目	記録	順位	コメント
1	498	アライ ユウヤ 荒井 宥哉(09)	空知 滝川西高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		
2	339	オオツカ ハルマ 大塚 遥真(09)	北海道 岩見沢東高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		
3	501	エンドウ オヤ 遠藤 響弥(10)	空知 滝川西高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		
4	259	ゴトウ トリ 後藤 叶羽(08)	北海道 滝川高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		

男子砲丸投(6.000kg)

北海道高校記録(HHR)	18m08	大垣 尊良(北海道・厚真)	2025	
空知高校記録(SHR)	14m68	加地 優太(北海道・岩見沢緑陵)	2017	
大会記録(GR)	13m30	加地 優太(北海道・岩見沢緑陵)	2016	8月23日 10:00 決 勝

決 勝

試順	ナンバー	氏名	所属		1回目	2回目	3回目	3回 ベスト	トップ8 試順	4回目	5回目	6回目	記録	順位	コメント
1	523	タグチ ツラ 田口 空(09)	空知 岩見沢緑陵高		m	m	m	m		m	m	m	m		
2	408	コダマ ヒョウガ 兒玉 彪翔(09)	北海道 美唄尚栄高		m	m	m	m		m	m	m	m		
3	502	タケダ マトイ 竹田 纏(09)	空知 滝川西高		m	m	m	m		m	m	m	m		
4	258	カタカ カンタ 片岡 葉汰(08)	北海道 滝川高		m	m	m	m		m	m	m	m		
5	153	シカチ トオヤ 鹿内 透弥(09)	空知 岩見沢緑陵高		m	m	m	m		m	m	m	m		
6	500	マント コロ ケンシ 政所 絢地(09)	空知 滝川西高		m	m	m	m		m	m	m	m		

男子円盤投(1.750kg)

北海道高校記録(HHR)	52m84	堤 雄司(北海道・札幌拓北)	2008	
空知高校記録(SHR)	44m70	佐藤 学(北海道・由仁商)	2009	
大会記録(GR)	38m64	安村 啓汰(北海道・深川西)	2008	8月23日 12:30 決 勝

決 勝

試順	ナンバー	氏名	所属		1回目	2回目	3回目	3回 ベスト	トップ8 試順	4回目	5回目	6回目	記録	順位	コメント
1	493	ミヤモト キョウスケ 宮本 京佑(08)	空知 滝川西高		m	m	m	m		m	m	m	m		
2	408	コダマ ヒョウガ 兒玉 彪翔(09)	北海道 美唄尚栄高		m	m	m	m		m	m	m	m		
3	6	イカワ リク 井川 陸(08)	北海道 岩見沢東高		m	m	m	m		m	m	m	m		
4	1085	ハママト タイト 濱本 大虎(09)	北海道 岩見沢農業高校		m	m	m	m		m	m	m	m		
5	180	ナカニシ コウセイ 中西 航晴(08)	北海道 岩見沢東高		m	m	m	m		m	m	m	m		
6	424	イワツキ ヤマト 岩槻 大翔(09)	北海道 滝川高		m	m	m	m		m	m	m	m		

男子ハンマー投(6.000kg)

北海道高校記録(HHR)	63m37	方川 寛翔(北海道・幕別清陵)	2024	
空知高校記録(SHR)	52m65	青山 隼也(北海道・夕張)	2025	
大会記録(GR)	44m66	松木 廣太(北海道・滝川西)	2010	8月24日 13:30 決 勝

決 勝

試順	ナンバー	氏名	所属		1回目	2回目	3回目	3回 ベスト	トップ8 試順	4回目	5回目	6回目	記録	順位	コメント
1	10	アキ ユキ 青木 勇輝(09)	北海道 夕張高		m	m	m	m		m	m	m	m		
2	1085	ハマト タイト 濱本 大虎(09)	北海道 岩見沢農業高校		m	m	m	m		m	m	m	m		
3	502	タケダ マトイ 竹田 纏(09)	空知 滝川西高		m	m	m	m		m	m	m	m		
4	258	カタカ カンタ 片岡 葉汰(08)	北海道 滝川高		m	m	m	m		m	m	m	m		
5	500	マントコロ ケンジ 政所 絢地(09)	空知 滝川西高		m	m	m	m		m	m	m	m		

男子やり投(800g)

北海道高校記録(HHR)	70m42	小南 拓人(北海道・札幌第一)	2013	
空知高校記録(SHR)	60m76	渡辺 竜之介(北海道・美唄尚栄)	2013	
大会記録(GR)	53m89	篠原 僚(北海道・岩見沢農業)	2012	8月24日 10:30 決 勝

決 勝

試順	ナンバー	氏名	所属		1回目	2回目	3回目	3回 ベスト	トップ8 試順	4回目	5回目	6回目	記録	順位	コメント
1	153	シウチ トヤ 鹿内 透弥(09)	空知 岩見沢緑陵高		m	m	m	m		m	m	m	m		
2	1094	シゲタカ アユム 重高 歩夢(09)	空知 滝川西高		m	m	m	m		m	m	m	m		
3	261	カリムラ ユウジ 川村 侑巳(08)	北海道 滝川高		m	m	m	m		m	m	m	m		
4	7	ニシグチ コウタロウ 西口 幸汰朗(08)	北海道 岩見沢東高		m	m	m	m		m	m	m	m		
5	493	ミヤモト キョウスケ 宮本 京佑(08)	空知 滝川西高		m	m	m	m		m	m	m	m		

女子100m

北海道高校記録 (HHR)	11. 46	御家瀬 緑(北海道・恵庭北)	2019	
空知高校記録 (SHR)	12. 43	後藤 めぐみ(北海道・滝川西)	2013	
大会記録 (GR)	12. 58	伊藤 千華(北海道・滝川西)	2017	8月23日 12:25 決 勝

決 勝

				風(+/-)	
レーン	ナンバー	氏名	所属	順位	記録
1					
		カツタ ユイ	空知		
2	272	勝田 優衣(09)	滝川西高		
		マツモト サクラ	北海道		
3	5	松本 咲来(08)	岩見沢東高		
		ニシタニ ユウミ	空知		
4	83	西谷 優実(09)	岩見沢緑陵高		
		イガラシ アサナ	北海道		
5	2	五十嵐 朝菜(09)	岩見沢東高		
		オオタ メグミ	空知		
6	82	大田 めぐる(10)	岩見沢緑陵高		
		ウエムラ アヤノ	北海道		
7	141	上村 文乃(09)	滝川高		
		カリノ シュリア	空知		
8	269	川野 珠莉杏(09)	滝川西高		
		ヤマタ リノ	北海道		
9	255	山田 梨乃(09)	美唄聖華高		

女子200m

北海道高校記録 (HHR)	23. 67	石堂 陽奈(北海道・立命館慶祥)	2019	
空知高校記録 (SHR)	25. 37	茅野 涼子(北海道・岩見沢東高)	1990	
大会記録 (GR)	26. 10	本庄 ななみ(北海道・滝川西)	2010	8月24日 11:35 決 勝

決 勝

				風(+/-)	
レーン	ナンバ	氏名	所属	順位	記録
1					
2					
		サエキ セナ	北海道		
3	187	佐伯 聖奈(09)	岩見沢東高		
		スエタ コハル	空知		
4	257	沼田 心陽(08)	滝川西高		
		オオタ メグミ	空知		
5	82	大田 めぐる(10)	岩見沢緑陵高		
		マツモト サクラ	北海道		
6	5	松本 咲来(08)	岩見沢東高		
		ニシタニ ユウミ	空知		
7	83	西谷 優実(09)	岩見沢緑陵高		
		ヤマモト エマ	空知		
8	273	山本 瑛麻(09)	滝川西高		

女子400m

北海道高校記録 (HHR)	54.84	木田 真有 (北海道・帯広南商業)	1999	
空知高校記録 (SHR)	57.43	本庄 ななみ (北海道・滝川西)	2010	
大会記録 (GR)	59.73	前川 紗希奈 (北海道・滝川)	2018	8月23日 12:45 決 勝

決 勝

レーン	ナンバー	氏名	所属	順位	記録
	1				
	2				
	3				
		フジヤマ アイカ	空知		
4	266	藤山 愛空 (10)	滝川西高		
		コシ ユウカ	北海道		
5	6	古志 優果 (08)	岩見沢東高		
		ヌマタ コハル	空知		
6	257	沼田 心陽 (08)	滝川西高		
		エントウ ミラン	北海道		
7	283	遠藤 みらん (10)	岩見沢東高		
	8				

女子800m

北海道高校記録 (HHR)	2:05.99	木田 美緒莉 (北海道・旭川龍谷)	2025	
空知高校記録 (SHR)	2:19.28	前川 紗希奈 (北海道・滝川)	2018	
大会記録 (GR)	2:22.61	有本 彩乃 (北海道・滝川)	2021	8月24日 12:15 決 勝

決 勝

レーン	ナンバー	氏名	所属	順位	記録
		ニシカタ クウ	空知		
4	270	西永 空羽 (08)	滝川西高		
		フジヤマ アイカ	空知		
5	266	藤山 愛空 (10)	滝川西高		
		タカハ ムス	空知		
6	81	田中 羽柚 (09)	岩見沢緑陵高		
		サカミ ヒロ	北海道		
7	254	坂上 陽彩 (08)	美唄聖華高		

女子1500m

北海道高校記録 (HHR)	4:19.00	木田 美緒莉(北海道・旭川龍谷)	2025	
空知高校記録 (SHR)	4:45.65	小都 もえこ(北海道・滝川西)	2014	
大会記録 (GR)	4:58.02	小都 もえこ(北海道・滝川西)	2013	8月23日 11:10 決 勝

決 勝

ORD	ナンバー	氏名	所属	順位	記録
		タカ アヤネ	空知		
1	16	田中 彩音(09)	岩見沢緑陵高		
		サカミ ヒロ	北海道		
2	254	坂上 陽彩(08)	美唄聖華高		
		ニシガキ ケイ	空知		
3	270	西永 空羽(08)	滝川西高		
		オノデラ ナナ	北海道		
4	140	小野寺 七愛(08)	滝川高		
		ヤマモト エマ	空知		
5	273	山本 瑛麻(09)	滝川西高		

女子3000m

北海道高校記録 (HHR)	9:10.73	吉田 彩心(北海道・札幌創成)	2025	
空知高校記録 (SHR)	9:46.06	小都 もえこ(北海道・滝川西)	2013	
大会記録 (GR)	10:23.07	小都 もえこ(北海道・滝川西)	2013	8月24日 10:50 決 勝

決 勝

ORD	ナンバー	氏名	所属	順位	記録
		オノデラ ナナ	北海道		
1	140	小野寺 七愛(08)	滝川高		
		ワタナベ ハルヒ	空知		
2	271	和田 春陽(09)	滝川西高		
		タカ アヤネ	空知		
3	16	田中 彩音(09)	岩見沢緑陵高		
		カツタ ユイ	空知		
4	272	勝田 優衣(09)	滝川西高		

女子100mH(0.838m)

北海道高校記録(HHR)	13.39	寺田 明日香(北海道・恵庭北)	2007	
空知高校記録(SHR)	15.45	本間 亜紀(北海道・長沼)	1995	
大会記録(GR)	16.22	今田 萌花(北海道・深川西)	2021	8月23日 11:55 決 勝

決 勝

			風(+/-)	
レーン	ナンバー	氏名	所属	順位 記録
1				
2				
3				
4	2	イガラシ アサナ 五十嵐 朝菜(09)	北海道 岩見沢東高	
5	139	カゲヤマ アユミ 陰山 歩実(08)	北海道 滝川高	
6	187	サエキ セナ 佐伯 聖奈(09)	北海道 岩見沢東高	
7				
8				
9				

女子400mH(0.762m)

北海道高校記録(HHR)	58.23	畠山 このみ(北海道・立命館慶祥)	2024	
空知高校記録(SHR)	1:04.10	小野 千笑(北海道・栗山)	2008	
大会記録(GR)	1:06.87	工藤 友紀(北海道・岩見沢東)	2009	8月24日 12:40 決 勝

決 勝

レーン	ナンバー	氏名	所属	順位	記録
1					
2					
3					
4	271	ワタナベ ハルヒ 和田 春陽(09)	空知 滝川西高		
5	274	トウトウ モモカ 東藤 百伽(09)	北海道 滝川高		
6	269	カワノ シュリア 川野 珠莉杏(09)	空知 滝川西高		
7	276	アベ コノミ 阿部 このみ(09)	北海道 滝川高		

女子走高跳

北海道高校記録(HHR)	1m76	高	美奈恵(北海道・旭川北)	1991	
空知高校記録(SHR)	1m67	稲垣	千潤(北海道・砂川)	2015	
大会記録(GR)	1m60	松原	琴音(北海道・砂川)	2019	8月24日 13:00 決 勝

決 勝

試順	ナンバー	氏名	所属		m	m	m	m	m	m	m	m	記録	順位	コメント
1	256	クボリ アミ 久堀 杏美利(10)	北海道 美唄聖華高												
2	275	ミツタ レイ 道下 玲依(09)	北海道 滝川高												
3	4	トミサワ ナツキ 富澤 菜月(08)	北海道 岩見沢東高												
4	255	ヤマダ リノ 山田 梨乃(09)	北海道 美唄聖華高												
5	139	カゲヤマ アユミ 陰山 歩実(08)	北海道 滝川高												

女子棒高跳

北海道高校記録(HHR)	4m10	南野	弥生(北海道・札幌手稲)	2003	
空知高校記録(SHR)	3m20	引地	良奈(北海道・岩見沢東)	2018	
大会記録(GR)	3m00	引地	良奈(北海道・岩見沢東)	2017	8月23日 10:00 決 勝

決 勝

試順	ナンバー	氏名	所属		m	m	m	m	m	m	m	m	記録	順位	コメント
1	274	トウトウ モモカ 東藤 百伽(09)	北海道 滝川高												
2	283	エントウ ミラン 遠藤 みらん(10)	北海道 岩見沢東高												
3	237	スダ ココミ 須田 心海(09)	北海道 滝川高												

女子走幅跳

北海道高校記録(HHR)	6m11	松田 奈夏(北海道・立命館慶祥)	2020	
空知高校記録(SHR)	5m71	山崎 由紀(北海道・栗山)	1966	
大会記録(GR)	5m32	今田 玲菜(北海道・深川西)	2016	8月24日 10:00 決 勝

決 勝

試順	ナンバー	氏名	所属		1回目	2回目	3回目	3回 ベスト	トップ8 試順	4回目	5回目	6回目	記録	順位	コメント
1	256	クボリ アミ 久堀 杏美利(10)	北海道 美唄聖華高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		
2	81	タナカ ハユ 田中 羽柚(09)	空知 岩見沢緑陵高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		
3	281	マツカワ ユラ 松川 優空(09)	北海道 砂川高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		
4	237	スター ココミ 須田 心海(09)	北海道 滝川高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		
5	186	カトウ テン 加藤 天(09)	北海道 岩見沢東高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		
6	3	タケタネ ユヅキ 武田 佑月(09)	北海道 岩見沢東高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		

女子三段跳

北海道高校記録(HHR)	12m92	竹田 小百合(北海道・恵庭北)	2007	
空知高校記録(SHR)	11m22	武田 佑月(北海道・岩見沢東)	2024	
大会記録(GR)	10m38	古谷 雪菜(北海道・砂川)	2012	8月23日 10:00 決 勝

決 勝

試順	ナンバー	氏名	所属		1回目	2回目	3回目	3回 ベスト	トップ8 試順	4回目	5回目	6回目	記録	順位	コメント
1	276	アベ ココミ 阿部 このみ(09)	北海道 滝川高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		
2	275	ミチタ レイ 道下 玲依(09)	北海道 滝川高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		
3	281	マツカワ ユラ 松川 優空(09)	北海道 砂川高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		
4	186	カトウ テン 加藤 天(09)	北海道 岩見沢東高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		
5	3	タケタネ ユヅキ 武田 佑月(09)	北海道 岩見沢東高		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		m +/-	m +/-	m +/-	m +/-		

女子砲丸投(4.000kg)

北海道高校記録(HHR)	14m41	阿原 典子(北海道・帯広農業)	2009	
空知高校記録(SHR)	11m38	多田 悠理(北海道・深川西)	2023	
大会記録(GR)	10m69	多田 悠理(北海道・深川西)	2022	8月23日 10:00 決 勝

決 勝

試順	ナンバー	氏名	所属		1回目	2回目	3回目	3回 ベスト	トップ8 試順	4回目	5回目	6回目	記録	順位	コメント
1	280	石山 梨愛(08)	北海道 砂川高		m	m	m	m		m	m	m	m		
2	277	芳賀 音々(09)	北海道 滝川高		m	m	m	m		m	m	m	m		
3	282	早坂 葵衣(10)	北海道 砂川高		m	m	m	m		m	m	m	m		

女子円盤投(1.000kg)

北海道高校記録(HHR)	48m07	寺井 沙希(北海道・帯広農業)	2013	
空知高校記録(SHR)	38m76	金子 いずみ(北海道・滝川西)	2009	
大会記録(GR)	33m07	多田 悠理(北海道・深川西)	2022	8月23日 12:30 決 勝

決 勝

試順	ナンバー	氏名	所属		1回目	2回目	3回目	3回 ベスト	トップ8 試順	4回目	5回目	6回目	記録	順位	コメント
1	277	芳賀 音々(09)	北海道 滝川高		m	m	m	m		m	m	m	m		
2	526	小山 紗季(09)	北海道 滝川高		m	m	m	m		m	m	m	m		
3	4	富澤 菜月(08)	北海道 岩見沢東高		m	m	m	m		m	m	m	m		
4	6	古志 優果(08)	北海道 岩見沢東高		m	m	m	m		m	m	m	m		
5	258	大竹 佑実(09)	空知 滝川西高		m	m	m	m		m	m	m	m		

女子ハンマー投(4.000kg)

北海道高校記録(HHR)	56m82	澤向 美樹(北海道・幕別清陵)	2024	
空知高校記録(SHR)	36m18	三浦 寧音(北海道・夕張)	2024	
大会記録(GR)	30m60	三浦 寧音(北海道・夕張)	2023	8月24日 13:30 決 勝

決 勝

試順	ナンバー	氏名	所属		1回目	2回目	3回目	3回 ベスト	トップ8 試順	4回目	5回目	6回目	記録	順位	コメント
1	258	オカキ ユミ 大竹 佑実(09)	空知 滝川西高		m	m	m	m		m	m	m	m		

女子やり投(600g)

北海道高校記録(HHR)	58m90	北口 榛花(北海道・旭川東)	2015	
空知高校記録(SHR)	43m14	伊藤 文子(北海道・砂川南)	1988	
大会記録(GR)	38m12	山元 萌(北海道・岩見沢西)	2019	8月24日 10:30 決 勝

決 勝

試順	ナンバー	氏名	所属		1回目	2回目	3回目	3回 ベスト	トップ8 試順	4回目	5回目	6回目	記録	順位	コメント
1	280	イシヤマ リア 石山 梨愛(08)	北海道 砂川高		m	m	m	m		m	m	m	m		
2	526	コヤマ サキ 小山 紗季(09)	北海道 滝川高		m	m	m	m		m	m	m	m		
3	282	ハヤサカ アオイ 早坂 葵衣(10)	北海道 砂川高		m	m	m	m		m	m	m	m		
4	141	ウエムラ アヤノ 上村 文乃(09)	北海道 滝川高		m	m	m	m		m	m	m	m		

参加校及び種目別出場者一覧表

男子（校数－9校・実人員－55名）														女子（校数－6校・実人員－35名）													
学校名	1	2	3	4	5	6	8	9	9	10	11	出 場 人 数	全 道 出 場 枠	学校名	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	出 場 人 数	全 道 出 場 枠
顧問名	岩見沢農	滝川	滝川西	岩見沢東	岩見沢緑陵	美唄尚栄	砂川	深川西	美唄聖華	夕張	クラーク国際			顧問名	岩見沢農	滝川	滝川西	岩見沢東	岩見沢緑陵	美唄尚栄	砂川	深川西	美唄聖華	夕張	クラーク国際		
	水島・大西・長嶋	石田・藤宮	福田・河野	岩田・上見・桑原	高野・大島	宮地・山本	桂・小林	玉井・堀川	石崎・安達・山下	赤松・島	丸				水島・大西・長嶋	石田・藤宮	福田・河野	岩田・上見・桑原	高野・大島	宮地・山本	桂・小林	玉井・堀川	石崎・安達・山下	赤松・島	丸		
100m			2	2	2			1			1	8	3	100m		1	2	2	2				1			8	3
200m	1	1	2	2	2							8	3	200m			2	2	2							6	4
400m		2	2	2	2					1		9	3	400m			2	2								4	3
800m		2	2	2	1							7	3	800m			2		1				1			4	3
1500m		1	2	2	2	1						8	3	1500m		1	2		1				1			5	3
3000m														3000m		1	2		1							4	3
5000m			2	1	2	1						6	3	5000m													
100mH														100mH		1		2								3	4
110mH	2		2		1							5	5	110mH													
400mH	1		2	2	2							7	5	400mH		2	2									4	3
3000mSC			2		1							3	4	3000mSC													
5000mW		2	2	1								5	3	5000mW												0	2
4×100mR		6	6	6	6							24	3	4×100mR		6	6	6	4							22	4
4×400mR		6	6	6	6							24	3	4×400mR		6	6	6	4							22	4
走高跳			2	2	1							5	4	走高跳		2		1					2			5	5
棒高跳		1	1	2								4	2	棒高跳		2		1								3	3
走幅跳		2	2	2	1			1			1	9	4	走幅跳		1		2	1		1		1			6	4
三段跳		1	2	1								4	4	三段跳		2		2			1					5	2
砲丸投		1	2		2	1						6	3	砲丸投		1					2					3	5
円盤投	1	1	1	2		1						6	4	円盤投		2	1	2								5	5
ハンマー投	1	1	2							1		5	4	ハンマー投			1									1	3
やり投		1	2	1	1							5	3	やり投		2					2					4	5
延人数	6	28	46	36	32	4	0	2	0	2	2	158		延人数	0	30	28	28	16	0	6	0	6	0	0	114	
実人数	3	8	17	12	10	2	0	1	0	1	1	55		実人数	0	9	8	8	4	0	3	0	3	0	0	35	

2025 第41回北海道高等学校新人陸上競技大会 参加標準記録

高体連陸上競技専門部

各種目8位までの入賞者のうち、各支部での全道大会出場枠以外で、次の記録を突破した者には全道新人大会への出場権を与える。

	男 子	女 子
100m	11"31	13"25
200m	23"00	27"41
400m	51"87	1' 03"87
800m	2' 02"73	2' 35"92
1500m	4' 20"88	5' 26"50
3000m		12' 08"52
5000m	17' 13"31	
100mH		17"18
110mH	17"33	
400mH	1' 01"45	1' 12"92
3000mSC	10' 49"99	
5000mW	29' 22"96	34' 00"11
4 × 100mR	44"31	52"57
4 × 400mR	3' 35"08	4' 27"65
走高跳	1m67	1m38
棒高跳	3m30	2m30
走幅跳	6m14	4m85
三段跳	12m33	10m39
砲丸投	10m29	7m83
円盤投	29m34	23m80
ハンマー投	33m01	24m04
やり投	44m16	28m07

競技会で使用する略号例 (2025 年度改訂)

記録用紙やスクリーンには、次のような略号を用いて簡潔に表記する。その際、観客や競技者が意味を理解できるように、使用する略号を説明した一覧表等をプログラムに記載する。

1. スタートリスト・記録用紙・スクリーンなどに用いる略号 (CR25.4)

略 号	日 本 語 表 記	意 味
D N S	欠 場	Did Not Start
D N F	途中棄権 (トラック競技・道路競技)	Did Not Finish
N M	記録なし	No valid trial recorded
D Q	失 格	Disqualified
O	成功・有効試技 (走高跳・棒高跳)	Valid trial in High Jump and Pole Vault
X	失敗・無効試技	Failed trial
—	パ ス	Passed trial
r	試技放棄(離脱)(フィールド競技・混成競技)	Retired from competition
Q	順位による通過者	Qualified by place in Track Events
		Qualified by standard in Field Events
q	記録による通過者	Qualified by time in Track Events
		Qualified by performance in Field Events
q D	抽選による次ラウンド進出者	Advanced to next round by draw
q R	審判長の決定による通過者	Advanced to next round by Referee
q J	ジュリーの決定による通過者	Advanced to next round by Jury of Appeal
>	ベントニー (競歩)	Bent knee (Race Walking)
~	ロス・オブ・コンタクト(競歩)	Loss of contact (Race Walking)
Y C	警 告	Yellow card
Y R C	2回目の警告	Second Yellow card
R C	レッドカードによる失格	Red card
L	レーン侵害(TRI7.3.3、TRI7.3.4)の適用	Lane Infringement (TRI7.3.3、TRI7.3.4)
P	抗議中の競技	Competing under protest

※備考

① 競技者が規則違反で失格になった場合は、相当する規則番号を明記する。

例：「DQ TRI6.8」

「DQ FS」(以下の「3.失格の理由を示す略号の例」を使用) など

なお「反スポーツマンシップ行為及び不適切な行為」(TR7.1)で失格になった場合はその理由について公式記録に明記する。

② 「Q、q」について

・トラック競技の場合 (例：3組2着+2)

Q：各組2着以内の競技者 (Qualified by place)

q：3着以下で記録が上位の競技者2名 (qualified by time)

(JAAF-35①, 2025/4)

・フィールド競技の場合

Q: 予選通過標準記録突破者 (**Qualified by pre-set standard**)

q: TR25.15 による決勝進出者 (**qualified as per TR25.15**)

予選通過標準記録を突破した競技者が 12 名に満たない場合、決勝進出者を 12 名とすることから、予選通過標準記録突破者に「**Q**」を、TR25.15 による決勝進出者に「**q**」をつける。

③ 競歩競技のベント・ニー(>)、ロス・オブ・コンタクト(~)について

(>)、(~)の略号は競技運営上、競技者にパドルや掲示板で示す場合や、記録用紙に違反マークとして使用される。電光掲示板やリザルトに失格の理由が表示される場合は、「**DQ**」と「**K1~K5**」(以下の「3. 失格の理由を示す略号の例」を使用)の表記などが用いられる

2. 新記録などの略号例

略 号	日 本 語 表 記	意 味
P B	自己最高記録	Personal Best
S B	今季自己最高記録	Season Best
W R	世界記録	World Record
= W R	世界タイ記録	Equal World Record
W J R	U20世界記録	World U20 Record
= W J	U20世界タイ記録	Equal World U20 Record
N R	日本記録	National Record
= N R	日本タイ記録	Equal National Record
N J R	U20日本記録	National U20 Record
= N J	U20日本タイ記録	Equal National U20 Record
N Y R	U18日本記録	National U18 Record
= N Y	U18日本タイ記録	Equal National U18 Record
G R	大会記録 ◆	Game Record
= G R	大会タイ記録	Equal Game Record
◆ 記録に付随して用いる略号		
(W)	WRk競技会でマークされた日本記録	非WRk競技会でマークされた日本記録がWRk競技会でマークされた記録を上回る場合(W)(J)を付けて区別する
(J)	非WRk競技会でマークされた日本記録	
(Mx)	男女混合レースマークされた女性の記録	Mixed gender race
(Wo)	女性だけのレースでマークされた記録	Women only race
◆ 競技会規模や性格により異なる大会記録略号の例		
G R	国スポなど	Game Record
C R	選手権大会	Championship Record
M R	ゴールデングランプリなど	Meet Record

※備考④ 競技会が行われる年の 12 月 31 日現在で、「U20」は 18 歳あるいは 19 歳、「U18」は 16 歳あるいは 17 歳の競技者のこと。「U20」の記録は 19 歳以下、「U18」は 17 歳以下の競技者が出した時に認定される。

(JAAF-35②, 2025/4)

3. 失格の理由を示す略号の例

失格の理由を示す略号は、主催団体が決めてよい。

以下はあくまでも参考例であり規則ではなく、「DQ TR16.8」のように表記してもよい。
前述のとおり、略号を使用する場合は、観客や競技者が略号の意味を理解できるように、
略号を説明した一覧表等をプログラムなどに記載すること。

略号例	内 容	規則番号
FS	不正スタート	TR16.8
T1	他の競技者を妨害した	TR17.1
T2	TR17.3.3またはTR17.3.4を適用した後の2回目の違反	TR17.3
T4	ブレイクライン手前でレーンを離れ内側に入った	TR17.5
T5	競技者が自らの意思でトラックから離脱した	TR17.6
T6	ハードルをすべて越えなかった	TR22.6
T7	足または脚がハードルをはみ出してバーの高さより低い位置にあった	TR22.6.1
T8	手や体、振り上げ脚の前側でハードルを倒した/移動させた	TR22.6.2
T9	自分または他のレーンのハードルを倒したり移動させて妨害した	TR22.6.3
T10	水濠と障害物をすべて越えなかった	TR23.7
T11	水濠と障害物を越える際に規則違反があった	TR23.7.1または7.2
R1	テイク・オーバー・ゾーン内でバトンパスが完了しなかった	TR24.7
R2	バトンを落とした際に規則違反があった	TR24.6
R3	コーナートップで並んだ際に規則違反があった	TR24.2.1または22
K1	ロス・オブ・コンタクトで3名以上がレッドカードを出した	TR54.7.1
K2	ベント・ニーで3名以上がレッドカードを出した	TR54.7.1
K3	ロス・オブ・コンタクトとベント・ニーで3名以上がレッドカードを出した	TR54.7.1
K4	ロス・オブ・コンタクトで競歩主任が単独で失格にした	TR54.4.1
K5	ベントニーで競歩主任が単独で失格にした	TR54.4.1

医薬品使用時の注意

日本陸上競技連盟医事委員会

ドーピング検査があるため競技者は治療のために薬も使えないと思っている人も少なくないようですが、薬を使うだけではドーピングにはなりません。競技力向上効果があるとされている薬物を使用したり、薬物使用を隠蔽するような特殊な方法を用いたりする行為がドーピングとされ、不公正・健康への害・社会悪・スポーツの価値を損ねるとの理由により禁じられています。

アンチ・ドーピング規則は毎年少しずつ変更があり、禁止物質や禁止方法は1月1日に適応されるので、常に新しい情報を確認しておく必要があります。2017年の禁止表に大幅な変更はありませんが、常に禁止される「S3. ベータ2作用薬」に「ヒゲナミン」が例示されました。ヒゲナミンは以前から禁止されていたと解釈されますが、今回例示されたことで我が国でも少し混乱がありました。ヒゲナミンは複数の医薬品に含まれており、丁子、附子、呉茱萸、細辛、南天などの表示があるものに気をつける必要があります。なお、丁字（チヨウジ）は香辛料にも含まれていますが、食事に含まれる量であれば検査で陽性になることはありません。

他の医薬品の中に禁止物質を含むものがあります。処方箋なしに購入できる総合感冒薬（いわゆる「かぜぐすり」）に含まれているエフェドリン類は「興奮薬」に分類され、競技会検査である一定濃度以上に検出されることは禁止されています。その他にも、ホルモン製剤や特殊な鎮痛薬などに禁止物質を含むものがあります。

治療のために医師に処方された医薬品であっても、禁止物質を使用することは通常は認められていません。医薬品を使用する場合には以下の点に注意してください。

a. 医療機関を受診する時

担当の医師に「自分はドーピング検査を受ける可能性がある」ということを伝え、アンチ・ドーピング規則に違反しない医薬品を処方してもらおうようにしましょう。日本体育協会のホームページや日本陸連のホームページには使用可能医薬品リストが記載されています。

<http://www.japan-sports.or.jp/medicine/tabid/68/Default.aspx>

http://www.jaaf.or.jp/pdf/about/resist/medical/clean_athlete2017.pdf

b. 医薬品の確認

医薬品の使用可否の確認のためには日本アンチ・ドーピング機構（JADA）が認定している薬剤師（スポーツファーマシスト）に相談することをお勧めします。次のURLで検索することができます。<http://www3.playtruejapan.org/sports-pharmacist/search.php>

各都道府県の薬剤師会には電話相談やFAX相談を受け付けてくれる窓口があるので、そこを利用してもいいでしょう。

<http://www.playtruejapan.org/medicine/hotline/>

医療機関で処方された医薬品が禁止物質かどうかを自分で調べることもできます。JADA ホームページの薬物検察システム（global DRO-Japan）を活用してください。 <http://www.globaldro.com/JP/search>

c. 処方された医薬品に禁止薬物が含まれていたら・・・

万一、使用したい医薬品に禁止物質が含まれていた場合には、二つの方法があります。一つは使用する医薬品を禁止されていないものに変更してもらうこと、もう一つは例外的に使用を認めてもらう手続きをすることです。この手続きを“治療使用特例（TUE）”と呼んでいます。TUEは申請してから審査があるので、必ず受け容れられるとは限りません。

手続きについて知りたい人は、JADAのホームページの「TUE」のところをご覧ください。<http://www.realchampion.jp/download/6>

選手によっては大会の事後にその手続きを行えることもあります。事前に手続きをしなければならぬ大会もあります。JADAのホームページで確認してください。 <http://www.playtruejapan.org/disclosure/2017-tue/>

規則を熟知して、うっかりとドーピングをしないように注意するとともに、必要があれば適切な治療を受けるように心掛けましょう。

d. 未成年者はドーピング検査承諾書の特参が必要です。

20歳未満の選手は、ドーピング・コントロール（一連のドーピング検査に係ること）の対象となることについて親権者からの「同意書」を常に保持していただきます。JADA ホームページにて同意書を入手可能です。

<http://www.playtruejapan.org/disclosure/u20-agreement/>

競技場内における広告・展示物等の規則について

日本陸上競技連盟

1 規則が適用される競技会

- ① 日本陸連主催・共催競技会（インターハイ・全日中・国体・U20U18 日本選手権等が該当します。）
- ② ナンバーカード広告採用競技会
- ③ テレビ・インターネット等で不特定多数の公衆に放送される競技会
- ④ 大会要項や競技注意事項で規則を適用すると宣言している競技会

2 衣類等の規則（製造会社名・ロゴマーク類）

(上半身)		(下半身)
ベスト・レオタード	トップス・トレーニングウェア上衣・Tシャツ・トレーナー・レインジャケット	ショーツ、タイツ等
前面 1箇所のみ 文字の高さ 4cm 以内 ロゴ トータル高さ 5cm 以内 面積 30 cm ² 以内	前面 1箇所のみ 文字の高さ 4cm 以内 ロゴ トータルの高さ 5cm 以内 面積 40 cm ² 以内	1箇所のみ 文字の高さ 4cm 以内 面積 20 cm ² 以内

その他 バッグ：2 か所まで 面積：25cm² ソックス：1 か所 6cm² 帽子：1 か所 6cm²

サングラス：2 か所 面積 6cm² 手袋：1 か所 6cm²

3 NG（No Good =認められない）例



重ね着した場合、下側の衣類は無地でなければならない

- ① 製造会社の商品ラインのブランド名サイズオーバー
- ② 製造会社のロゴ、ブランド名 2個目（複数）表示
- ③ メーカーの帯状の装飾的デザインマークが認められていない場所に掲載
- ④ 装飾的デザインマークに文字が使用されている ※製造会社ロゴ（商品ラインのブランドロゴなど含む）

注意！ メーカーでは競技場内で使うことを想定しないで売られているものがほとんどです。招集所から先で着るものについて競技会の前に点検しておきましょう。またチームでウェアを作る場合も気を付けましょう。

過剰な鉄分は身体に害です！

日本陸連 「アスリートの貧血対処7か条」

貧血とは血液中で酸素を運ぶヘモグロビン濃度が低い状態をいい、パフォーマンスの低下に直結する病気です。貧血のなかで、アスリートにもっとも多いのは鉄欠乏性貧血で、これは食事、休養やトレーニング強度・量に気を配ることで予防することができます。

極度な食事制限やオーバーワークも鉄欠乏性貧血を招きますので、指導者はアスリートの状態を把握した上で指導する必要があります。

一方で、鉄分サプリメントの過量使用や鉄剤の静脈内注射が日常的に行われている事実があります。鉄分が体内に多く入りすぎると、肝臓、心臓などの重要な臓器に蓄積し、体に悪影響をもたらします。

日本陸上競技連盟はアスリートの健康確保のため、貧血の予防・早期発見・適切な治療をめざし、「アスリートの貧血対処7か条」を作成いたしました。アスリートのみならず、指導者、保護者の皆さんにも活用していただきたいと思います。

1

食事で適切に鉄分を摂取

質・量ともにしっかりとした食事で、1日あたり15～18mgの鉄分を摂れます。普段から鉄分の多い食品を積極的に食べましょう。

2

鉄分の摂りすぎに注意

鉄分を摂りすぎると、体に害になることがあります。1日あたりの鉄分の耐容上限量は男性50mg、女性40mgです。鉄分サプリメントを摂りすぎると、この量を超えますので、注意しましょう。

3

定期的な血液検査で状態を確認

年に3～4回は血液検査を受けて、自分のヘモグロビン、鉄、フェリチンの値を知っておきましょう。フェリチンは体に蓄えられた鉄分量を反映するたんぱく質で、鉄欠乏状態で最も早く低下する敏感な指標です。ヘモグロビン値は最後に低下しますので、貧血では体の鉄分量は極度に減っています。

4

疲れやすい、動けないなどの症状は医師に相談

疲れやすさやパフォーマンスが低下する時は、鉄欠乏状態や貧血かもしれません。早めに医師に相談しましょう。

5

貧血の治療は医師と共に

鉄欠乏性貧血の治療の基本は飲み薬です。医師に処方してもらいます。ヘモグロビン値が正常に回復してからも3ヶ月間は続けましょう。

6

治療とともに原因を検索

鉄欠乏性貧血には原因が必ずあります。治療を受けるだけではなく、消化器系、婦人科系、腎泌尿器系などの検査を受けましょう。

7

安易な鉄剤注射は体調悪化の元

鉄剤注射は投与量が多くなりがちで、鉄が肝臓、心臓、脾臓、甲状腺、内分泌臓器や中枢神経などに沈着し、機能障害を起こすことがあります。体調不良とかパフォーマンスが思い通りでない、といった理由で、鉄剤注射を受けることはもってのほかです。鉄剤投与が注射でなければならないのは、貧血が重症かつ緊急の場合や鉄剤の内服ができない場合です。

JAAF

公益財団法人日本陸上競技連盟