

# しらかわ スポーツ祭



©しらかわん

## 2026

ゴルフ 5/27(水) 	グラウンド ゴルフ 6/2(火) 	ポッチャ 6/6(土) 
綱引き 6/6(土) 	パークゴルフ 6/12(金) 	スポーツ ウェルネス 吹矢 6/20(土) 
バレーボール 6/28(日) 	硬式テニス 7/5(日) 	バスケット ボール 7/11(土) 
ソフトボール 7/12(日) 	弓道 9/23(祝) 	軟式野球 9/26・27 (土・日) 
剣道 9/27(日) 	登山 9/27(日) 	アーチェリー 11/1(日) 
家庭 バレーボール 11/8(日) 	男女混合 バレーボール 11/29(日) 	Web申込は こちらから 

### チャレンジ! スポーツday 10/12(スポーツの日)

マラソン

自転車

卓球

サッカー

バドミントン

国体記念  
体育館  
**D**

中央  
体育館  
**B**

陸上競技場  
**A**

アナビー  
スポーツ  
プラザ  
**C**

**A** ・健康マラソン ・ちびっこかけこ  
・自転車最高速度 ・自転車大会

**B** ・スポーツギネスにチャレンジ  
・体力測定 ・キッズコーナー  
・各種目体験コーナー

**C** ・キックターゲット ・サッカー大会  
・ハイハイレース

**D** ・バドミントンフェスティバル

### 参加資格

- ①市内に住所登録をしている方
- ②市内に通勤・通学している方
- ③団体競技は町内会単位、校区単位、サークル、クラブ、職場のグループなどの参加も可

### 申込方法: WEBからの申込もOK!

【窓口での申込】大会事務局(中央体育館)、市役所(スポーツ振興課)、各庁舎地域振興課、各市民体育館に直接お申し込みください。

※申込書は上記の申込場所で受け取るか、白河市スポーツ協会HPから印刷してご記入ください。

【WEBから申込】左記QRコードを読み取り、申込フォームより手続きしてください。

当日について

- ◎集合場所：各会場に直接お集まりください。
- ◎受付：各開催時間の30分前から受付開始
- ◎開催時間：種目別要項参照

※各種目共に状況によって内容や終了時間の変更、または中止する場合があります。

白河市公式LINEにてお知らせします。QRコードはこちら→



参加費無料!  
(保険加入あり)

※ゴルフ・登山・  
男女混合バレーボールは  
参加費(実費)あり

所属町内会に  
参加ポイント(1P)と  
入賞ポイントが  
加算される  
町内会対抗と  
なっています!

当日急に  
参加できない場合  
その他の  
お問い合わせは  
当日連絡先へ  
お問い合わせ  
ください

2025/自転車競技



種目別要項一覧

【大会競技タイプ】・・・勝敗を競いながら種目を楽しむ

種目	開催日	場所	部門	競技方法	持ち物・その他	申込締切日	当日連絡先
ゴルフ	5/27 (水) 8:00~ プレー 終了次第	白河ゴルフ倶楽部	○団体 ○個人 ※詳細は回覧でお知らせ済	○18ホールストロークプレー ○Wペリア方式	○参加費 5,000円 ○プレー費(食事付き) 6,900円 ※ごんたくら会員は 5,100円	5/1 (金) ~ 5/15 (金)	白河市 ゴルフ協会 須永 敏行 090 -2277 -6005
グラウンドゴルフ	6/2 (火) 雨天時 6/3 (水) 9:30~ 12:00	陸上競技場	部門 ○個人 ・一般男子の部 ・一般女子の部	○16ホール(8ホール×2)の ストロークプレー ○男女別 ○スコアは各組のリーダーが記録 (日本GG協会普及指導員有資格者)	○帽子着用・運動シューズ・スカート不可 ○クラブ、ボール マーカーを持参 ○各部門1~3位賞状 1~10位賞品あり BB賞・ホールインワン賞 参加賞(全員)	5/20 (水)	白河市 グラウンド ゴルフ協会 齋藤 真人 080 -1808 -0471
ポッチャ	6/6 (土) 9:00~ 13:00 ※チーム数 により終了 時間の変更有	中央体育館	種目 ○団体(1チーム3人制) ※1チーム3~6人で編成 ※個人での申込み可とし、 個人参加者同士でチーム編成 ※先着32チーム ※未就学児の場合は保護者と 合わせて1人とする。 ○自由に体験ができるポッチャ コーナーを設置する。	○ミニコート(8面) ○1試合2エンドマッチで予選リーグ後、グループ1位で決勝トーナメントを行う。 ○基本的なルールは『一般社団法人日本ポッチャ協会競技規則フレンドリーマッチ版』に準ずる。 ○1試合における出場選手は3人とし、各試合前に決定する。 ○出場選手の交代については、エンドとエンドの間のみ認められる。	○運動しやすい服装 ○体育館用シューズ ○ポッチャの用具は 運営側で準備 ※マイボール使用可 (規定内のボールに限る) ○詳細は回覧予定	5/22 (金)	白河市 スポーツ 振興課 薄井 利和 090 -8591 -6010
綱引き	6/6 (土) 14:00~ 16:30 ※ポッチャ 試合終了 後開始により 時間変更有	中央体育館	部門 ○団体(1チーム4~6人制) ・小学生の部 ・中学生の部 ・一般男子の部 ・一般混合の部(女性2人以上)	○開会式後綱引講習会を開催します。 【スポーツ祭ルール】 最初に2m引いたチームか、30秒でより多く引いた方の勝利 ○予選はリーグ戦(1本引き) 決勝はトーナメント戦(3本引き) ※参加チーム数による	○体育館用シューズで行う。 	5/22 (金)	白河市 綱引協会 関戸 忠義 090 -4631 -7574
パークゴルフ	6/12 (金) 雨天時 6/19 (金) 9:00~ 12:00	パークゴルフ場	部門 ○個人(4人1組:組み合わせは パークゴルフ協会で行う) ・一般男子の部 ・一般女子の部 ※小雨決行 	○18ホールのストロークプレー ○日本パークゴルフ協会ルールによる	○帽子着用 運動シューズ ○クラブ、 ボールを持参 ○各部門入賞以外に 参加賞(全員)、 ホールインワン賞	5/29 (金)	白河市 パークゴルフ 協会 有賀 初子 080 -2820 -0825
スポーツウエルネス吹矢	6/20 (土) 9:00~ 11:30	中央体育館	チーム編成 ○個人(先着60名程度) ・小学生の部(3年生以上) 4m ・中学生以上一般男子の部 8m/10m ・中学生以上一般女子の部 8m/10m 【競技終了後~】 ○吹矢でビンゴゲーム大会 ・・・1人5本の矢を吹いて ビンゴ達成を目指す。	○一人5本×4ラウンド行い、合計得点を競う。 ○全員の中で最高得点者に景品あり ※同点の方が複数いる場合は、 1本勝負でピンポイントに近いほうを上位とする。	○スタンド的紙のみ貸出し有。 筒、矢、的は各自で準備する。 ○体育館用シューズ	6/5 (金)	白河市 スポーツ ウエルネス 吹矢協会 鈴木 元子 090 -5180 -3046
バレーボール	6/28 (日) 女子 9:00~ 12:00 男子 13:00~ 16:30 ※チーム数 により時間 変更有	国体記念体育館	チーム編成 ○団体 各先着6チーム (1チーム12名以内) ・一般男子9人制 (フリーポジション) ・一般女子6人制 (ローテーション) ※コート内に入られるのは 中学生は2名まで 高校生は1名のみ 中学生は同時に入れない	○トーナメント方式 ○2025年ルールに準ずる ○ネットの高さ 男子2m35cm 女子2m20cm ○使用球 男子5号球・女子4号球 ○コートの高さ 18m×9m	○背番号を1から順につける。 ピブス可(貸出有) ○体育館用シューズ 上履きの着用	6/12 (金)	白河市 バレー ボール 協会 和知 弘 080 -1800 -0234

バスケットボール	7/11 (土) 9:00~17:00	国体記念体育館	チーム編成	<ul style="list-style-type: none"> <li>○団体 (1チーム15名以内で編成) <ul style="list-style-type: none"> <li>・一般男子の部</li> <li>・一般女子の部 (高校・大学の現役選手は除く)</li> <li>・中学生男子の部</li> <li>・中学生女子の部</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○日本バスケットボール協会 2026年競技規則 ※中学生は「マンツーマンディフェンスの基準規則」に則る</li> <li>○試合球は公認6・7号球</li> <li>○リーグ戦かトーナメント戦</li> <li>○8分クォーター (チーム数によって変更有)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○胸/背番号を「4」より順に「18」までをつける。ピブス可(貸出有)</li> <li>○体育館用シューズかバスケット用のシューズを必ず着用すること。</li> </ul>	6/26 (金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>白河バスケットボール協会</li> <li>芳賀 英雄 090-1495-4404</li> </ul>
ソフトボール	7/12 (日) 雨天時7/19 (日) 9:00~15:00	大信多目的グラウンド	チーム編成	<ul style="list-style-type: none"> <li>○団体・・・チームは町内会で編成し、別町内会からの助っ人と30代は各2人まで可とする。その場合ピッチャーはできない。 1チーム20名以内で一般男子(30歳以上)及び学生・生徒を除く女子(常時出場できるのは3名以内)で編成する。ただし、野球連盟に登録している者(監督・コーチを含む)で4月1日現在46歳未満の者を除く。 ※組み合わせは当日抽選</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○トーナメント5回戦45分とし新しいイニングには入らない。同点の場合は抽選とする。4回7点差コールドゲーム適用</li> <li>○投球距離は14.02m (女子とシニア59歳以上は13.11m、ハイシニア68歳以上は12.18m)</li> <li>○2026年オフィシャルソフトボールルールに準ずる。</li> <li>○公認3号球(各チーム2個提出) ※2026年より新球に変更</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○金具付きスパイクシューズの禁止</li> <li>○胸には、チーム名背には1~25番までの背番号をつける。(監督30・主将10とする)</li> <li>○バッター・ランナーはヘルメット着用(貸出有)</li> </ul>	6/26 (金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>白河ソフトボール協会</li> <li>鈴木 二三男 090-7796-0473</li> </ul>
弓道	9/23 (祝) 9:00~13:00	白河武道館	部門	<ul style="list-style-type: none"> <li>○個人 【近的の部(射距離28m)】 <ul style="list-style-type: none"> <li>・中学生男子・女子の部</li> <li>・高校生男子・女子の部</li> <li>・一般男子・女子の部</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○1人8射とし上位の中順に入賞を決める。同中の場合、1位のみ射詰とし他は遠近法による。全日本弓道連盟競技規則に準ずる。</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>○服装は弓道衣、袴 白足袋着用</li> </ul>	9/9 (水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>白河弓道会</li> <li>西田 郁子 090-3984-8004</li> </ul>
軟式野球	9/26,27 (土・日) 雨天時10/3 (土) 9:00~17:00	白河グリーンスタジアム・フルスタジアム	チーム編成	<ul style="list-style-type: none"> <li>○団体・・・1チーム一般男女10名以上25名以内で編成する。 ※年齢要件を撤廃する。 ※高校生以下は参加不可</li> <li>【参加チーム資格】 <ol style="list-style-type: none"> <li>①白河野球連盟登録チームまたは当該チームを母体とした特設チーム</li> <li>②町内会や職場等を母体とした特設チーム</li> <li>③その他任意の仲間等による特設チーム</li> </ol> </li> <li>※2重登録不可</li> <li>※②、③は市民の割合が50%以上とする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○試合球はM号球を使用</li> <li>○トーナメント7回戦、5回7点差コールドゲーム適用</li> <li>○試合時間は90分</li> <li>※事務局で抽選を行い、事前に代表者に通知</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>○試合球を各チーム2個用意</li> <li>○各チーム塁審を1名出すこと。</li> <li>○野球のできる服装</li> <li>○ヘルメット・キャッチャー防具着用</li> </ul>	9/11 (金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>白河野球連盟</li> <li>遠藤 修一 090-7320-6356</li> </ul>
剣道	9/27 (日) 8:30~12:30	国体記念体育館	部門	<ul style="list-style-type: none"> <li>○個人 <ul style="list-style-type: none"> <li>・小学生低学年の部</li> <li>・小学生高学年の部</li> <li>・中学生男子の部</li> <li>・中学生女子の部</li> </ul> </li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>○リーグ戦またはトーナメント戦(参加人数により決定)</li> <li>○3分間3本勝負</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○剣道用具一式</li> <li>○下記連絡先に直接の申込みも可</li> <li>剣道連盟 白河支部事務局 090-3756-1218</li> </ul>	9/11 (金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>福島県剣道連盟 白河支部</li> <li>円谷 弥明 090-3756-1218</li> </ul>
健康マラソン	10/12 (祝) 雨天中止 8:00~10:00	運動公園内・サイクリングロード	部門・種目	<ul style="list-style-type: none"> <li>○個人 【競走の部】 <ul style="list-style-type: none"> <li>・小学生低学年男子の部 1km</li> <li>・小学生低学年女子の部 1km</li> <li>・小学生高学年男子の部 1km</li> <li>・小学生高学年女子の部 1km</li> <li>・中学生～一般男子の部 5km</li> <li>・中学生～一般女子の部 3km</li> </ul> </li> <li>【エンジョイの部】1km <ul style="list-style-type: none"> <li>・親子の部</li> <li>・60歳以上の部</li> <li>・のんびりの部</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○みんなで走ろう！ 『白河市総合運動公園☆健康マラソン』は誰でも参加できます。個人で、親子で、仲間と楽しく走りましょう。</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>○マラソンに適した服装・ランニングシューズ等</li> <li>○詳細は9月上旬に回覧予定</li> </ul>	9/25 (金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>西白河郡市陸上競技協会</li> <li>菅原 幸夫 090-5847-4479</li> </ul>
サッカー	10/12 (祝) 一般の部 13:00~16:30	アナビーフットサル	チーム編成	<ul style="list-style-type: none"> <li>○団体 <ul style="list-style-type: none"> <li>・一般(高校生以上) 先着4チーム (1チーム5人制でゴールキーパー含む)</li> <li>※登録人数は12人までで自由交代</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○試合時間は8分ハーフ ※チーム状況により変動有</li> <li>○リーグ戦方式</li> <li>○日本サッカー協会 フットサル競技規則を参考に 『しらかわスポーツ祭ルール』で実施</li> <li>※12時40分～代表者会議にて説明</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ユニフォーム(ピブス可) ストッキング及びすねあて</li> <li>○靴底はあめ色の室内シューズか、フットサルシューズを使用する。</li> </ul>	9/25 (金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>白河サッカー協会</li> <li>真壁 貴 090-3362-1207</li> </ul>

自転車	10/12 (祝) 雨天中止 13:30~ 15:30	陸上競技場	種目	○個人 【子供用自転車400mタイムトライアル】 ・小学生低学年男子・女子の部 ・小学生中学年男子・女子の部 ・小学生高学年男子・女子の部	○400mタイムトライアルは陸上競技場1周を単独で走りタイムを競う。 ※一般自転車・ロードバイクは本人が乗りなれた自転車を持ち込む。 (子供用一般自転車は貸出有) (電動アシスト付きのものは不可) ※ママチャリ400mは自転車連盟が用意した自転車を使用	○1人2種目参加可 ○転倒時のけが防止のため競技中は、長そで長ズボン	9/25 (金)	白河市 自転車 競技連盟  緑川 一男 090 -4045 -7532
			部門	【ママチャリ400mタイムトライアル】 ・中学生男子・女子の部 ・高校生~40歳の男子・女子の部 ・41歳以上男子・女子の部	○日本自転車競技連盟登録者は参加できない。			
				【ロードバイク400mタイムトライアル】 ・高校生~40歳の男子・女子の部 ・41歳以上男子・女子の部				
アーチェリー	11/1 (日) 9:00~ 12:00	アーチェリー協会練習場	部門	○個人・・・10/3~のアーチェリー教室受講者・経験者 【リカーブ】 ・小学生男子・女子の部 ・中学生男子・女子の部 ・高校生~一般男子・女子の部 【コンパウンド】 ・男子・女子の部(年齢不問)	【リカーブ】 標的80cm標的紙 距離10m 360点満点 (36射×1ラウンド) 【コンパウンド】 標的40cm標的紙 (縦三目的紙) 距離10m 360点満点 (36射×1ラウンド) ○全日本アーチェリー連盟競技規則に準ずる。 ○協会登録者は10%のハンディキャップをつける。	○だぶつきのない服装 上履き持参(サンダル・スリッパ不可) ○体験コーナーは弓と矢の貸出し可 競技部門は弓具を持参すること。 ○車は近藤種苗店の駐車場へ	10/16 (金)	白河市 アーチェリー 協会  南澤 昭 090 -2024 -7261
				【競技開始前9:00~】 ○体験コーナー・・・アーチェリーをやってみよう。 ・小学生からシニアの初心者の方なら誰でも参加できます。				
家庭バレーボール	11/8 (日) 9:00~ 15:00	国体記念体育館	チーム編成	○団体(19歳以上の女子) 1チーム8名で編成するが、満たない場合は6名以上であれば出場可。 登録は12名以内とする。 日本バレーボール協会登録者は参加不可 ママさんバレーボール連盟のみの登録者は可とする。 町内会、サークル、職場での参加も可。	○トーナメント方式(参加チーム数により変更有) ○15点(デュースの場合最高17点)×3セットマッチ ○ネットの高さは2m30cm ○コート幅は14m×9m ○使用球は日本レク協会ゴムボール	○統一した服装で胸と背に1~12番の番号をつける(ピブス貸出有)。 ○キャプテンは1番 ○体育館シューズ ○申込チームオーダー用紙とポジション用紙を大会当日に大会本部に提出 ※全員に参加費有	10/23 (金)	白河市 家庭バレーボール 協会  福川 奈美 090 -8782 -0625
男女混合バレーボール	11/29 (日) 9:00~ 14:00  ※チーム数により時間変更有	大信総合運動公園トレーニングセンター	チーム編成	○団体 一般男女8人制(ローテーション) ※試合は8名(女5名・男3名)で編成するが、満たない場合は6~7名で出場可能とする。 ※登録は14名までとする。 ※監督は選手を兼ねることができる。 ※学生不可 ※11/16(月)19:00~ 大信公民館にて主将会を行う。 その際に参加料のお支払い。	○トーナメント方式 ○ネットの高さ 2m30cm ○使用球4号皮球 ○コート幅 18m×9m ○男子のアタックはアタックラインを越えてはならない。 ○決勝戦のみデュースあり。 他は15点先取で勝利 ○福島県教育委員会制定家庭バレーボール規則をベースに、しらかわスポーツ祭独自ルールを採用。	○背番号を主将が1番、他の選手は2~14番をつける。ピブス可(貸出あり) ○指示された試合の審判・線判・得点係を出す。 ○体育館用シューズ着用 ※参加料1チーム ¥1,000	11/13 (金)	大信地区体育協会  小野 吉之 090 -7665 -8555

## 【エンジョイ参加タイプ】・・・順位を決めずに種目を楽しむ

開催日	場所	参加基準	内容	持ち物・その他	申込締切日	当日連絡先	
7/5 (日) 雨天時 7/12 (日) 9:00~ 15:00	しらかかの森テニスコート	部門	○楽しいテニスコーナー ○練習会コーナー ○交流試合コーナー  ※小学生から70代くらいまで	【午前の部】9:00~12:00 ○楽しいテニスコーナーは初心者・ファミリー向けに協会員が優しく対応します。 ○練習会コーナーは経験者が練習を通して交流します。 ※競技レベル不問 【午後の部】13:00~15:30 ○交流試合コーナー 経験者同士が自由に試合を楽しむ。	○運動できる服装 ラケット・テニスシューズ ※初心者の方にはラケットの貸出有	6/19 (金)	白河 テニス協会  矢吹 護 090 -2952 -3931
9/27 (日) 雨天時 10/4 (日) 6:00~ 17:30	郡馬県鍋割山	登山	○個人(定員20名程度) ※中央体育館窓口申込のみ (先着順)	○出発 6:00 (10分前までに白河市総合運動公園集合) 白河着 17:30頃  ☆中級向け	○参加費 2,500円 1,500円(小学生以下) ※飲み物・入浴代等含む ※詳細は回覧予定	9/1 (火) ~ 9/17 (木)	白河山岳会  小貫 隆夫 090 -3124 -8661 鈴木 慶正 090 -7567 -1130
10/12 (祝) 10:15~ 14:50	国体記念体育館	部門	○楽しいバドミントンコーナー ○交流試合コーナー ○実業団チームによる講習会 & 実業団チームにチャレンジ!!! コーナー	○楽しいバドミントンコーナーは、初心者とファミリー向けにバドミントン協会員が優しく対応します。 ○交流試合コーナーは経験者向けで自由に試合ができるコーナーです。 自分の実力はいかに!? ○講習会&チャレンジコーナーは 小中高生・一般/経験者向け	○運動できる服装 ○体育館シューズ ○用具はできれば各自準備	9/25 (金)	白河 バドミントン 協会  石井 正男 090 -5846 -1294
10/12 (祝) 10:30~ 14:00	中央体育館	部門	○楽しい卓球コーナー ○交流試合コーナー	○楽しい卓球コーナーは、初心者とファミリー向けに卓球協会員が優しく対応します。 ○交流試合コーナーは経験者向けで自由に試合ができるコーナーです。 自分の実力はいかに!? ○使用球はニック硬球(40mm)	○運動できる服装 ○体育館用シューズ ○ラケットの貸出あり	9/25 (金)	白河卓球協会  水野谷 敏彦 070 -2018 -7753