

3 各競技実施要項

◇ 正 式 競 技 ◇

〔1〕スケート競技

1 期 日 2026年1月31日（土）から2月8日（日）まで（9日間）

実 施 競 技	競 技 期 間
ス ピ ー ド	2026年2月5日（木）～2月8日（日）まで（4日間）
ショートトラック	2026年1月31日（土）～2月1日（日）まで（2日間）
フ ィ ギ ュ ア	2026年1月31日（土）～2月3日（火）まで（4日間）

2 会 場

会 場 地	実 施 競 技	競 技 会 場
八戸市	ス ピ ー ド	YSアリーナ八戸
三沢市	ショートトラック	三沢アイスアリーナ
八戸市	フ ィ ギ ュ ア	FLAT HACHINOHE

3 種別、種目及び参加人員

（1）種別及び種目

ア スピード

種 別	種 目
成 年 男 子	500m・1000m・1500m・5000m・2000mR
成 年 女 子	500m・1000m・1500m・3000m・2000mR
少 年 男 子	500m・1000m・1500m・5000m・10000m・2000mR
少 年 女 子	500m・1000m・1500m・3000m・2000mR

イ ショートトラック

種 別	種 目
成 年 男 子	500m・1000m・5000mR
成 年 女 子	500m・1000m・3000mR
少 年 男 子	500m・1000m
少 年 女 子	500m・1000m

ウ フィギュア

種 別	種 目
成 年 男 子	シ ョ ー ト プ ロ グ ラ ム フ リ ー ス ケ ー テ ィ ン グ
成 年 女 子	
少 年 男 子	
少 年 女 子	

(2) 参加人員

種別	監督	選手	都道府県数	小計	合計
成年男子	12 名以内	30 名以内	47	1 都道府県 66 名以内	858 名以内
成年女子					
少年男子		24 名以内			
少年女子					

各都道府県は、監督 12 名、選手 54 名、計 66 名以内で編成し、各種別、各種目の参加者数は上記のとおりとする。ただし、総計 858 名を超える場合は、公益財団法人日本スケート連盟が調整する。成年選手が監督を兼任する場合、種別・種目を跨ぐ兼任は認めない。また、専任監督の種別の兼任は認めるが、種目を跨ぐ兼任は認めない。

ア スピード

(ア) 各都道府県のエントリーは、前年度の国民スポーツ大会で各種別の総合順位が 1 位から 16 位までの都道府県は各種別最大 8 名まで、17 位以下の都道府県は各種別最大 5 名までとする。ただし、国民スポーツ大会開催県が 17 位以下の場合は 16 位に繰り上げる。

各都道府県の種別順位が 16 位までの中に得点が得られなかった場合、順位が決定している都道府県以下の順位の決定は、各種目予選から決勝までのレースごとにパフォーマンスポイントを 1 位 8 点、2 位 7 点、3 位 6 点、4 位 5 点、5 位 4 点、6 位 3 点、7 位 2 点、8 位 1 点を与えて都道府県ごとの合計得点により以降の順位を決定する。この場合、長距離(3000m・5000m・10000m)に限り、1 位 12 点、2 位 11 点、3 位 10 点、4 位 9 点、5 位 8 点、6 位 7 点、7 位 6 点、8 位 5 点、9 位 4 点、10 位 3 点、11 位 2 点、12 位 1 点とする。

(イ) 1 種目 2 名以内、1 名 2 種目（リレーは除く。）以内とする。また、最大枠の中で各種目 1 名の補欠をエントリーできる。リレーのエントリーは 1 チーム 6 名以内とし、競技は 4 名で行う。

(ウ) エントリー後における選手の交代は、公益財団法人日本スケート連盟スピードスケート競技規則運用マニュアル 3-6 国スポの組合せに関する取扱いについて（2）に定める事由に準ずる。

(エ) スピードとショートトラックに重複してエントリーすることはできない。

(オ) 監督はスピード、ショートトラック、フィギュアを合わせて 12 名以内とする。

イ ショートトラック

(ア) 前年度の国民スポーツ大会で各種別の総合順位が 1 位から 8 位までの都道府県と、前年の全日本都道府県対抗競技会で、各種別の総合順位が上記 8 位までを除いた都道府県で、各種別それぞれ 8 位まで、計 16 の都道府県は、成年男女種別各 5 名以内、少年男女種別各 2 名以内とし、17 位以下の都道府県は各種別 1 名とし、国民スポーツ大会開催県が 17 位以下の場合は 16 位に繰り上げ、以下の順位を繰り下げる。前年度の国民スポーツ大会の各都道府県の種別順位が 8 位までの中に得点が得られなかった場合は、全日本都道府県対抗競技会の成績による。

(イ) 1 種目 2 名以内、1 名 2 種目（リレーは除く。）以内とする。また、最大枠の中で各種目 1 名の補欠をエントリーできる。リレーのエントリーは 1 チーム 5 名以内とし、競技は 4 名で行う。

16 位までの都道府県少年男女種別と 17 位以下の都道府県各種別については、エントリー後に病気、けが等で出場できない場合は、抽選会以前でレフェリーが認めた時に限り変更することができる。

(ウ) 上記以外のエントリー後における選手の交代は、公益財団法人日本スケート連盟スピードスケート競技規則運用マニュアル 4-7 国スポショートトラック競技の組合せに関する取扱いについて(2)に定める事由に準ずる。

(エ) ショートトラックとスピードに重複してエントリーすることはできない。

(オ) 監督はスピード、ショートトラック、フィギュアを合わせて12名以内とする。

ウ フィギュア

(ア) 参加人数は、各種別とも1都道府県1チーム2名とする。

参加都道府県は、aからcに該当する最大16チームである。

a 前年度国民スポーツ大会で、各種別の総合順位が上位8チームで今年度の予選参加申込締切日までに大会出場の意向を提出したチーム

b 第80回国民スポーツ大会冬季大会フィギュア競技予選会において出場権を得たチーム

c 開催都道府県で今年度の予選参加申込締切日までに大会出場の意向を提出したチーム

(イ) 監督はスピード、ショートトラック、フィギュアを合わせて12名以内とする。

4 競技上の規定及び競技方法

(1) スピード

ア 公益財団法人日本スケート連盟シングルトラックスピードスケート競技特別規則による。トラックは、「387.36m標準シングルトラック (Cタイプ)」を使用する。

イ 競技は個人及び都道府県対抗とし、種目ごとに予選及び決勝を行う。なお、予選及び決勝は、次の方法により行う。

(ア) 予選は、各都道府県からの出場申込記載順によりシードして組み合わせる。

(イ) 決勝出場者

a 8名以内 (男女500m、男女1000m、男女1500m)

b 12名以内 (男子5000m、男子10000m、女子3000m)

(ウ) 男女500m、1000m、1500mについては、出場者数により準決勝を行うことができる。

(エ) 500mとリレー競技では、決勝A(1位～4位)及び決勝B(5位～8位)を行い、順位を決定する。

ただし、参加者(チーム)が6名(チーム)以内の場合は決勝のみとする。

(オ) 組合せに当たっては、公益財団法人日本スポーツ協会、公益財団法人日本スケート連盟イベントコーディネーター、レフェリー及びスピード委員が立会い、責任をもって調整する。

ウ リレーの編成は、エントリー選手であれば予選と決勝で同一選手でなくてもよい。ただし、メンバー及び出走順の提出は主催者発表の時間前までとし、スケートの破損、選手の負傷等の特別な理由による変更の申し出は、主催者発表の時間前までとする。届出の時間は主催者が発表する。

エ 責任先頭制の競技方法を採用する。

(ア) 責任先頭を課す距離及び回数は、次のとおりとする。

1000m(1回)、1500m(1回)、3000m(2回)、5000m(4回)、10000m(8回)

(イ) 責任先頭判定ラインは、両ストレートの中央に、走路に直角に引いた線とし、シングルトラック競技のフィニッシュの判定基準により行う。ただし、責任先頭の回数は、1000mを除きスタート後最初の判定ラインを除外する。

(ウ) 責任先頭の負荷種目の順位は、責任先頭を完了した者を優先して、到着順で順位を決定する。

また、責任先頭を完了しなかった者は、取得した回数の多少にかかわらず到着順とする。ただし、男子 10000mにおいては、責任先頭を完了した者を優先して到着順に順位を決定し、次に回数未完了者の中で、取得回数の多い順に順位を付け、同回数の場合は到着順で決定する。さらに、未取得の者が到着順にこれに続く。

オ 抗議は、監督を通じてのみ行うことができる。

カ 出場選手の安全装具の装着について、下記の通り定める。

(ア) レーシングスーツはカットレジスタンス素材（部分的含む）が望ましい

(イ) ASTM 基準のヘルメットの着用

(ウ) 革製又はカットレジスタンス素材の手袋の着用

(エ) シンガード（脛あて）の着用

(オ) ネックプロテクションの着用

(カ) アンクルプロテクションの着用

(キ) ブレードの両端は最小半径 10mm で丸くされていること

キ 補欠選手 との変更または棄権する場合は、当該種目の開始 1 時間前までに、所定の様式に必要事項を記入の上、文書で届け出を行うものとする。

(2) ショートトラック

ア 公益財団法人日本スケート連盟ショートトラックスピードスケート競技特別規則による。トラックは、標準ショートトラックを使用する。

イ 競技は個人及び都道府県対抗とする。

ウ 出場者をもって予選、準決勝、決勝、順位決定レースを行い、順位を決定する。なお、予選及び決勝は、次の方法により行う。

(ア) 各種目ともエリミネーション方式とし、ラウンド及び組数は、出場者数に基づいて設定する。

(イ) レフェリー救済者を除き、500m、1000mの準決勝及び決勝は 4 名までの編成とする。

(ウ) レフェリー救済者を除き、各レースの 1 位、2 位の者は次のラウンドに進出できる。

(エ) 同種別のレース間に最低 15 分間の休憩時間をおく。

(オ) 成年男子リレーの予選、準決勝は 3000mで行う。

エ 各種目とも、最初のラウンドの組合せは、各都道府県からの出場申込記載のブロック別とし、そのブロックにおけるラウンドの編成は、今年度全日本距離別ランキングに基づいて、次にバジテスト級により同一級の中で抽選して各組に配置する。

また、補欠を起用する場合は予選にのみ適用し、交代者の組に置き換えることとし、全体の組合せの変更は行わない。組合せにあたっては、公益財団法人日本スポーツ協会、公益財団法人日本スケート連盟イベントコーディネーター、レフェリー、コンペチターズスチュワード及び公益財団法人日本スケート連盟スピード委員が立会い、責任をもって調整する。

オ 補欠選手との変更または棄権する場合は、当該種目の開始 1 時間前までに、所定の様式に必要事項を記入の上、文書で届け出を行うものとする。

カ 順位は、決勝レース及び順位決定レースにより、1 位から 8 位を決定する。

(3) フィギュア

ア 2025 年国際スケート連盟特別規程、技術規程に準ずる。採点は ISU ジャッジングシステムによる。

イ 各種別参加選手 32 名以内によってショートプログラムを行い、上位 24 名によるフリースケーティングを行い、2 名の総合成績合計で各チームの順位を決定する団体競技とする。

数値が同じ場合は、個人成績の良い選手を含むチームが上位となる。

[注]① 1 名では参加できない。

② 2 名申込みの場合でも 1 名が棄権した場合は、そのチームは失格とする。

ウ 本大会においてショートプログラム終了以前に 1 名でも選手が棄権した場合は、そのチームは失格となる。ただし、フリースケーティングにおける棄権は、棄権した選手に対しフリースケーティングの最下位の順位が与えられる。

エ 予選チームと本大会出場チームは、有資格者であればメンバーが異なっても構わない。

オ 本選において選手の変更のある場合は、監督会議前に文書で届け出た場合のみ 1 名の変更を認めることができる。抽選後の変更は認められない。

カ 競技課題

ショートプログラムは、2025 年国際スケート連盟技術規程第 611 条に基づき、少年は I S U ジュニア課題、成年は I S U シニア課題とする。

フリースケーティングは、2025 年国際スケート連盟技術規程第 612 条に基づき、少年はジュニア、成年はシニアの I S U 規則に準ずる。

キ 滑走時間

(ア) ショートプログラム滑走時間は、2 分 40 秒±10 秒とする。

(イ) フリースケーティング滑走時間は、成年男子・成年女子 4 分±10 秒、少年男子・少年女子 3 分 30 秒±10 秒とする。

ク 音楽は、CD を使用することとし、最初から再生できるものとする。また、必ず予備の音源も持参すること。

ケ 演技予定要素リストは、参加選手個人において 2026 年 1 月 6 日(火)までに公益財団法人日本スケート連盟ホームページ「マイページ」より登録すること。

登録手続き URL <https://www.skatingjapan.jp/mypage/> なお、登録できない場合は、都道府県単位でまとめて次の送付先へ提出すること。

【送付先】

〒160-0013 東京都新宿区霞ヶ丘町 4 番 2 号 JAPAN SPORT OLYMPIC SQUARE 内

公益財団法人 日本スケート連盟 E-mail : jsf@skatingjapan.or.jp

コ 滑走順抽選は監督会議において行う。

5 参加資格、所属都道府県及び選手の年齢基準

「2 実施要項総則」5 に定めるもののほか、次のとおりとする。

(1) 監督

公益財団法人日本スポーツ協会公認スポーツ指導者資格制度に基づく公認スケートコーチ 1、公認スケートコーチ 2、公認スケートコーチ 3、公認スケートコーチ 4、又は公認スケート教師の資格を有すること。

(2) スピード

公益財団法人日本スケート連盟バッジテストB級以上（スピード・ショート）の資格を有する者（バッジテスト認定証は、必ず持参すること。）

(3) ショートトラック

公益財団法人日本スケート連盟バッジテストB級以上（スピード・ショート）の資格を有する者（バッジテスト認定証は、必ず持参すること。）

(4) フィギュア

各種別とも、公益財団法人日本スケート連盟フィギュアバッジテスト総合5級以上の資格を有する者。ただし、中学3年生が参加する場合は、バッジテスト総合6級以上とする。

6 総合成績決定方法

男女総合成績（天皇杯得点）及び女子総合成績（皇后杯得点）は、競技得点と参加得点を合計し、その得点の多い都道府県順に1位から8位までを決定する。ただし、同得点の場合はその順位を共有し、次の順位を欠位とする。

(1) 競技得点の種類

ア 各種目に与える得点競技：スピード、ショートトラック

イ 種別に与える得点競技：フィギュア

(2) 競技得点

天皇杯対象種別	皇后杯対象種別	競 技 得 点
成年男子 成年女子 少年男子 少年女子	成年女子 少年女子	スピード、ショートトラック：各種目（リレーを含む。）とも、1位8点、2位7点、3位6点、4位5点、5位4点、6位3点、7位2点、8位1点の競技得点を与える。
		フィギュア：各種別とも、1位24点、2位21点、3位18点、4位15点、5位12点、6位9点、7位6点、8位3点の競技得点を与える。

※同得点の場合は、その順位を共有し、次の順位を欠位とする。

得点は、次の順位の得点を加え、当該都道府県で等分する。

(3) 参加得点

大会（ブロック大会等を含む。）に参加した都道府県に、参加得点10点を与える。ただし、第80回国民スポーツ大会冬季大会フィギュア競技予選会で本大会の出場権を獲得しながら、本大会に参加しなかった場合は与えない。

7 表 彰

(1) 男女総合成績及び女子総合成績の1位から8位までの都道府県に、それぞれ表彰状を授与する。

(2) 男女総合成績1位の都道府県に、国民スポーツ大会会長トロフィーを授与する。

(3) 競技の各種別及び種目の1位から8位までに賞状を授与する。ただし、団体競技の場合は、その都道府県名とチーム全員（監督含む。）の氏名を記載したものを都道府県用に1枚、さらに、その都道府県名と当該個人名を記載したもの又は都道府県と各チーム全員（監督を含む。）の氏名を記載したものをチーム全員に授与する。

(4) 各種別及び各種目の第1位から第3位までの選手にメダルを授与する。

8 諸会議

(1) 組合せ抽選会

ア スピード

日 時 2026年1月11日(日) 15:00～
場 所 YSアリーナ八戸 大会議室
電 話 0178-43-9544

イ ショートトラック

日 時 2026年1月11日(日) 13:00～
場 所 YSアリーナ八戸 大会議室
電 話 0178-43-9544

(2) 監督会議

ア スピード

日 時 2026年2月4日(水) 15:00～
場 所 八戸市スポーツ研修センター 第1会議室
電 話 0178-22-7181

イ ショートトラック

日 時 2026年1月30日(金) 14:00～
場 所 三沢市国際交流教育センター 2階 研修室1・2
電 話 0176-51-1255

ウ フィギュア

日 時 2026年1月30日(金) 14:00～
場 所 ユートリー 1階 多目的大ホールB
電 話 0178-27-2227

(3) 競技役員会議

ア スピード

日 時 2026年2月4日(水) 17:00～
場 所 YSアリーナ八戸 大会議室
電 話 0178-43-9544

イ ショートトラック

日 時 2026年1月30日(金) 16:00～
場 所 三沢市国際交流教育センター 2階 研修室1・2
電 話 0176-51-1255

ウ フィギュア(レフェリー、テクニカル・コントローラー会議)

日 時 2026年1月30日(金) 13:00～
場 所 ユートリー 5階 会議室
電 話 0178-27-2227

9 その他

その他の事項については、総則の定めによる。