

天皇陛下御即位記念 第74回国民体育大会



いきいき茨城ゆめ国体2019

翔べ 羽ばたけ そして未来へ

2019年9月28日(土) ▶ 10月8日(火)

土浦市開催競技

観戦ガイドブック

2019

みんなで
国体を
盛り上げよう!!



大会概要



いきいき茨城ゆめ国体2019

第74回国民体育大会

翔べ 羽ばたけ そして未来へ

国体の正式名称は「国民体育大会」です。

都道府県の持ち回りで、毎年開催される国内最大のスポーツの祭典で、1946年(昭和21年)から始まりました。国体は、本大会と冬季大会に分かれており、都道府県対抗で実施されます。男女総合成績第1位の都道府県には「天皇杯」が、女子総合成績第1位の都道府県には「皇后杯」が、それぞれ授与されます。

茨城県では、1974年(昭和49年)の第29回国民体育大会(愛称:水と緑のまごころ国体)以来、45年ぶりの開催となり、今回の国体(愛称:いきいき茨城ゆめ国体)は、2019年(令和元年)9月28日(土)から10月8日(火)までの11日間の会期で開催され、県内各地で様々な競技が開催されます。

● 土浦市開催競技一覧 ●

【正式競技】

競技名	種別	会場	日程
水球	少年男子 女子	茨城県立土浦第二高等学校プール	9月13日(金) ～ 9月16日(月・祝)
相撲	成年男子 少年男子	霞ヶ浦文化体育会館	9月29日(日) ～ 10月1日(火)
軟式野球	成年男子	J:COMスタジアム土浦	10月4日(金) ～ 10月5日(土)

【特別競技】

競技名	種別	会場	日程
高等学校野球(軟式)	—	J:COMスタジアム土浦	9月29日(日) ～ 10月2日(水)

全競技 入場無料!!



水 球

会 場 茨城県立土浦第二高等学校プール
競技日 9月13日(金)～9月16日(月・祝)



競技の紹介

1チーム7人（うち1人はゴールキーパー）ずつの2チームが、水深2m以上のプールの中につくられたコート（縦30m×横20m）の中で、相手ゴールにボールを入れ合い得点を競います。ゴールキーパー以外のプレーヤーは両手でボールを扱うことができず、攻撃開始から30秒以内にシュートまで持ち込むことができなければ、攻撃は相手チームに移ります。試合時間は、1ピリオド8分で4ピリオドまで行います。

今回の茨城国体から女子が正式種目として開催されます。

見どころ

迫力満点の激しい肉体のぶつかりあいに注目!!

選手たちは、プール内を縦横無尽に行きかい、選手同士激しくぶつかりあい、審判から見えない水中では、選手をつかみ、蹴るなどのプレーが少なくありません。当然、ボールを持っていない選手に乱暴なプレーを行うと反則になりますが、ボールを持っている選手に対しては、激しい接触が許されています。

また、スピーディーなゲーム性を兼ね備えたスポーツであり、ゴール前のディフェンスやカウンターアタックなどの戦術も魅力の一つです。

競技日程

9月13日(金)	9月14日(土)	9月15日(日)	9月16日(月)
【少年男子】 トーナメント1回戦 ・第1試合 8:30～ ・第2試合 9:45～ ・第3試合 11:00～ ・第4試合 12:15～ ・第5試合 13:30～ ・第6試合 14:45～ ・第7試合 16:00～ ・第8試合 17:15～	【女子】 予選リーグ ・第1試合 8:30～ ・第2試合 9:20～ ・第3試合 10:10～ ・第4試合 11:00～ ・第5試合 11:50～ ・第6試合 12:40～ ・第7試合 13:30～ ・第8試合 14:20～ ・第9試合 15:10～ ・第10試合 16:00～ ・第11試合 16:50～ ・第12試合 17:40～	【少年男子】 準々決勝 ・第1試合 8:30～ ・第2試合 9:45～ ・第3試合 11:00～ ・第4試合 12:15～ 【女子】 準決勝 ・第1試合 13:45～ ・第2試合 15:00～ 【少年男子】 準決勝 ・第1試合 16:30～ ・第2試合 17:45～	【少年男子】 ・3位決定戦 8:30～ 【女子】 ・3位決定戦 10:00～ ・決勝戦 11:25～ 【少年男子】 ・決勝戦 12:55～

ルール紹介

水球は選手同士の接触から反則を取られることが多く、得点や試合を左右するポイントにもなります。ファウルには、オーディナリーファウルとパーソナルファウルの2種類があり、オーディナリーファウルは軽微な反則、パーソナルファウルはより重い反則です。

- **オーディナリーファウル**（相手側にフリースローが与えられます）
（主なファウル）
 - 攻撃しているチームが30秒以内にシュートできなかったとき
 - 両手でボールを扱ったとき
 - ボールを水の中に沈めたとき
 - 相手選手の上を泳いだとき
 - 相手選手を押したとき
 - ボールを持っていない相手選手の手足の自由を奪うような行為をしたとき など
- **パーソナルファウル**（一定時間試合を退場（退水）します）
パーソナルファウルには、**エクスクルージョンファウル**と**ペナルティーファウル**があります
 - **エクスクルージョンファウル**（20秒間もしくは攻撃権を得るまで退水ゾーンでじっとします）
 - ボールを持っていない相手選手を沈めるなどの行為をしたとき ● ゴールラインを触ったとき
 - フリースロー、コーナースロー、ゴールスローを妨害したとき など
 - **ペナルティーファウル**（ファウルされた側のチームにペナルティスロー（サッカーで言うPK）が与えられます）
 - ペナルティーライン内で相手のシュートを反則しながら妨害したとき
 - ゴールを沈めてシュートを妨害したとき など

おふるまい
1日限定 **300食**
11:00～13:00

9月13日(金)

ツェッペリンカレー
天使のらすくリッチプレーン

9月14日(土)

ご当地時雨煮風丼

9月15日(日)

カレーコロケ

9月16日(月・祝)

赤飯
レンコンきんぴら



相撲

会場 霞ヶ浦文化体育会館

競技日 9月29日(日)～10月1日(火)



競技の紹介

2人の選手が土俵上で組み合い、相手を倒すか、土俵（円）の外に出すことで勝敗が決まります。

国体では、団体戦が、1チーム、少年男子5人・成年男子3人で編成され、予選3回戦の勝敗得点で決定した優秀団体16チームによるトーナメント方式で優勝を争います。

また、個人戦は、団体戦予選において全勝した選手に出場資格が与えられ、トーナメント方式で優勝を競います。

見どころ

将来、大相撲で活躍する金の卵(選手)たちの取り組みに注目!!

国民体育大会（国体）の相撲競技会は、都道府県対抗で競う大会で、代表選手が一堂に会し、日ごろ鍛えた力と技をぶつけ合う、気合の入った熱戦が繰り広げられます。

過去の国体における上位入賞者には、現在、大相撲で活躍している力士もあり、これから大相撲で活躍する選手の取り組みを見ることが出来る絶好の機会です。

競技日程

9月29日(日)	9月30日(月)	10月1日(火)
【開会行事】 9:00～ 【少年男子】 団体予選1回戦 9:45～ 団体予選2回戦 12:25～ 団体予選3回戦 15:05～ 団体予選同点決勝戦 17:45～	【少年男子】 団体決勝トーナメント戦 9:00～ 個人決勝トーナメント戦 11:35～ 表彰式 13:00～ 【成年男子】 団体予選1回戦 13:30～ 団体予選2回戦 15:20～ 団体予選3回戦 17:10～ 団体予選同点決勝戦 19:00～	【成年男子】 団体決勝トーナメント戦 9:00～ 個人決勝トーナメント戦 10:35～ 表彰式 11:35～ 【総合表彰式】 12:00～

※競技進行により開始時間が変わる場合があります。

決まり手の紹介

相撲の決まり手は、昔は投げ手・掛け手・反り手・捻り手のいわゆる四十八手でありましたが、現在では、82手（+非技（勝負結果）5手）の決まり手があります。



基本技⑦		突き出し (つきだし)	相手の体を手のひらで強く突っ張って土俵の外へ出す技です		突き倒し (つきたおし)	相手の体を手のひらで強く突っ張って倒す技です		押し出し (おしだし)	相手の体を押して土俵の外に出す技です
		押し倒し (おしたおし)	土俵内外に関係なく相手の体を押して倒す技です		寄り切り (よりきり)	相手に体を密着させて前か横に進んで土俵の外に出す技です		寄り倒し (よりたおし)	相手に体を密着させて前に寄り、そのまま相手に体を預けて倒す技です
		浴びせ倒し (あびせたおし)	自分の全体重を相手にのしかかるように預け、つぶすように倒す技です						

おふるまい
1日限定 300食
11:00～13:00

9月29日(日)	塩ちゃんこ
9月30日(月)	カレーちゃんこ

10月1日(火)	キムチちゃんこ
----------	---------



軟式野球

会場 J:COMスタジアム土浦
競技日 10月4日(金)～10月5日(土)



高等学校野球(軟式)

会場 J:COMスタジアム土浦
競技日 9月29日(日)～10月2日(水)

競技の紹介



明治時代にアメリカから紹介された野球は、その普及につれて安全な柔らかいボールが考案され、軟式野球が始まりました。(軟式野球は、日本発祥のスポーツです。)

ゴム製のボールを使うことを除けば、硬式野球と同じルールで行われます。成年男子は、32チームのトーナメント戦で実施され、試合は9イニングまで行いますが、決勝戦以外の順位決定戦は7イニングです。

高校は、国体開催年度に行われる全国高等学校軟式野球選手権大会の出場校の中から選出された10校が出場します。

見どころ

投手の高いコントロール力に注目!!

打者(バッター)を内野ゴロに打ち取るため、スライダーやシンカーなどの変化球を投げる投手が多く、トップクラスになるとストライクゾーンへ投げ分ける高いコントロール力(制球力)を備えています。

1点を争う試合展開に注目!!

高校球児たちの最後まであきらめない「ひたむきな」プレーと、1点を争う白熱したスリリングな試合展開は必見です。



競技日程

軟式野球

10月4日(金)	10月5日(土)
1回戦	2回戦
・第1試合 8:30～	・第1試合 8:30～
・第2試合 10:50～	
・第3試合 13:10～	



高等学校野球(軟式)

9月29日(日)	9月30日(月)	10月1日(火)	10月2日(水)
1回戦	2回戦	準決勝	決勝戦
・第1試合 9:00～	・第1試合 9:00～	・第1試合 10:00～	10:00～
・第2試合 11:30～	・第2試合 11:30～	[3位表彰式]	[表彰式]
2回戦	・第3試合 14:00～	・第2試合 13:00～	
・第3試合 14:00～		[3位表彰式]	

おふるまい
1日限定 300食
11:00～13:00

9月29日(日)	土浦名産!れんこん団子の こんこん中華スープ
9月30日(月)	れんこん黒糖パウムクーヘン れんこん抹茶パウムクーヘン

10月 1日(火)	骨々カレー
10月 2日(水)	豚汁(れんこん入)
10月 4日(金)	れんこん弁当



各競技会場へのアクセス方法

● 茨城県立土浦第二高等学校プール

開催競技 水球 9月13日(金)～16日(月・祝)

〈住所〉〒300-0041 茨城県土浦市立田町 9-6

〈アクセス方法〉

- 徒歩
土浦駅西口から競技会場まで 約20分 (1.6km)
- 路線バス
土浦駅西口 → 「亀城公園前」下車 → 徒歩 5分
(3, 4, 5, 6 番線) ※運賃片道 170 円
- 一般駐車場
茨城県立土浦第二高等学校内駐車場 (120 台)
一般第二駐車場 (300 台) ※競技会場まで徒歩 10 分
※近隣への迷惑駐車は、絶対にしないでください。



● J:COM スタジアム土浦

開催競技

高等学校野球(軟式) 9月29日(日)～10月2日(水)

軟式野球 10月 4日(金)～5日(土)

〈住所〉〒300-0033 茨城県土浦市川口 2-12-75

〈アクセス方法〉

- 徒歩
土浦駅東口から競技会場まで 約 7 分 (0.5km)
- 一般駐車場
川口運動公園サブグラウンド (200 台)
※近隣への迷惑駐車は、絶対にしないでください。



● 霞ヶ浦文化体育会館

開催競技 相撲 9月29日(日)～10月1日(火)

〈住所〉〒300-0835 茨城県土浦市大岩田 1051

〈アクセス方法〉

- 路線バス
土浦駅西口 → 「霞ヶ浦総合公園」下車
→ 徒歩 3 分
(1 番のりば) ※運賃片道 250 円
- 中心市街地循環 (キララちゃんバス)
(2 番のりば)
※運賃片道 大人 150 円 こども 80 円
- 一般駐車場
霞ヶ浦文化体育会館臨時駐車場 (350 台)
※近隣への迷惑駐車は、絶対にしないでください。



無料のシャトルバスが土浦駅東口から競技会場まで運行します。

午前 7 時 30 分から午後 6 時 (10 月 1 日は午後 0 時 45 分) まで、45 分に 1 本程度運行。

時刻表は実行委員会 HP をご覧ください →



茨城県内市町村の開催競技日程一覧 ※正式競技・特別競技のみ



正式競技（会期前実施競技）

競技名	種別	会場	競技会場	9/7 土	9/8 日	9/9 月	9/10 火	9/11 水	9/12 木	9/13 金	9/14 土	9/15 日	9/16 月
水泳	競泳	全種別	ひたちなか市 山新スイミングアリーナ										
	飛込	全種別											
	アーティスティックスイミング	少年女子	土浦市 県立土浦第二高等学校プール										
	水球	少年男子											
バレーボール	ビーチバレーボール	全種別	潮来市 潮来市特設オープンウォータースイミング会場										
	ビーチバレーボール	全種別	大洗町 大洗サンビーチ特設会場										
体操	競技	全種別	日立市 日立市池の川さくらアリーナ										
	新体操	少年女子											
	トランポリン	全種別	稲敷市 江戸崎総合運動公園体育館										

正式競技 2019年9月28日(土)～10月8日(火)

競技名	種別	会場	競技会場	9/28 土	9/29 日	9/30 月	10/1 火	10/2 水	10/3 木	10/4 金	10/5 土	10/6 日	10/7 月	10/8 火
総合開会式		ひたちなか市	笠松運動公園陸上競技場											
総合閉会式		ひたちなか市	笠松運動公園陸上競技場											
陸上競技	全種別	ひたちなか市	笠松運動公園陸上競技場											
サッカー	成年男子	鹿嶋市	県立カシマサッカースタジアム											
	少年男子		ト佐の郷運動公園多目的球技場											
	成年男子		北海浜多目的球技場											
	成年男子		新浜緑地公園多目的球技場											
	成年男子		高松緑地公園多目的球技場											
	少年男子		ひたちなか市総合運動公園陸上競技場											
	女子	ひたちなか市	ひたちなか市総合運動公園スポーツ広場											
テニス	全種別	神栖市	神栖市浜庭球場											
	全種別	潮来市	潮来ポートコース											
ホッケー	成年男子	東海村	阿漕ヶ浦公園ホッケー場											
	成年女子													
	少年男子													
	少年女子		県立東海高等学校多目的グラウンド											
ボクシング	全種別	城里町	県立水戸桜ノ牧高等学校常北校体育館											
バレーボール(6人制)	成年男子	ひたちなか市	ひたちなか市総合運動公園総合体育館											
	成年女子		松戸体育館											
	少年男子		県立勝田工業高等学校体育館											
	少年女子		かなくぼ総合体育館											
バスケットボール	成年男子	日立市	日立市池の川さくらアリーナ											
	少年男子		久慈サンピア日立スポーツセンター											
	成年女子		リリーアリーナMITO											
	少年女子	水戸市	総合運動公園体育館											
	成年女子		アグストリアみとアリーナ											
	全種別	阿見町	阿見町霞ヶ浦セーリング特設会場											
レスリング	全種別	高萩市	高萩市文化会館											
ハンドボール	成年男子	坂東市	坂東市総合体育館											
	成年男子		県立岩井高等学校体育館											
	成年女子		常総運動公園体育館											
	少年男子	守谷市	水海道総合体育館											
	少年女子		常総市											
	少年男子		県立水海道第二高等学校体育館											
	少年女子	常総市												
	少年男子													
自転車(トラック)	全種別	取手市	取手競輪場											
自転車(ロード)	全種別	つくば市	つくば市特設ロードレースコース											
ソフトテニス	全種別	北茨城市	磯原地区公園テニスコート											
卓球	全種別	日立市	日立市池の川さくらアリーナ											
軟式野球	成年男子	常陸太田市	ノーブルホームスタジアム水戸											
	成年男子		笠間市総合公園市民球場											
	成年男子		日立市市民運動公園野球場											
	成年男子		高萩市市民球場											
	成年男子		土浦市 J:COMスタジアム土浦											
	成年男子		牛久運動公園野球場											
	成年男子		鹿ヶ浦文化体育会館											
	成年男子		県立水戸農業高等学校特設馬術競技場											
相撲	全種別	那珂市	アグストリアみとアリーナ											
馬術	全種別	水戸市	アグストリアみとアリーナ											
フェンシング	全種別	龍ヶ崎市	龍ヶ崎市総合体育館たつのこアリーナ											
柔道	全種別	龍ヶ崎市	山吹運動公園運動広場											
ソフトボール	成年男子	常陸太田市	山吹運動公園野球場											
	成年女子		白羽スポーツ広場多目的スポーツ広場											
	少年男子		砂沼広域公園野球場											
	少年女子		柳原球場											
バドミントン	全種別	石岡市	石岡運動公園体育館											
弓道	全種別	水戸市	堀原運動公園武道館弓道場											
ライフル射撃	CP	桜川市	茨城県警察学校射撃場											
	50m													
	10m・AP													
	BR-BP													
剣道	全種別	筑西市	下館総合体育館											
ラグビーフットボール	成年男子	水戸市	ケーズデンキスタジアム水戸											
	少年男子		水戸市立サッカー・ラグビー場											
スポーツライミング	リード	鉾田市	鉾田総合公園特設リード競技場											
	ボルダリング		鉾田総合公園体育館ボルダリング特設競技場											
カヌー	スプリント	神栖市	神之池特設カヌー競技場											
	スラローム													
アーチェリー	スラローム	大子町	久慈川特設カヌー競技場											
	ワイルドウォーター													
空手道	全種別	つくば市	葛崎運動公園多目的広場											
クレー射撃	全種別	牛久市	牛久運動公園体育館											
なぎなた	全種別	笠間市	茨城県警察学校研修センター射撃場											
ボウリング	全種別	常陸大宮市	西部総合公園体育館											
ゴルフ	全種別	取手市	フジ選手ボウル											
	成年男子	大洗町	大洗ゴルフ倶楽部											
	少年男子	笠間市	穴戸ヒルズカントリークラブ											
	女子													
トライアスロン	全種別	潮来市	潮来市特設トライアスロン会場											

特別競技

競技名	種目	会場	競技会場	9/27 金	9/28 土	9/29 日	9/30 月	10/1 火	10/2 水
高等学校野球	硬式	水戸市	ノーブルホームスタジアム水戸						
	軟式	土浦市	J:COMスタジアム土浦						



スタンプラリー

土浦市内で開催する各競技や観光・文化施設を見て、スタンプを集めて、素敵な景品をゲットしよう！

各競技会場及び観光・文化施設の受付案内所等に、「つちまるスタンプ」が置いてあります。

絵が異なるスタンプを2個集めましてご応募いただくと、抽選で豪華景品が当たります。

※スタンプラリーの参加はお一人様1回です。

※同じスタンプを押して応募しても無効となりますのでご注意ください。

※個人情報については、景品の発送以外の目的には使用いたしません。

当選発表

賞品の発送をもってかえさせていただきます。

●スタンプ図柄

【競 技】

スタンプ	競 技 名	設置場所	設置期間
	水 球	県立土浦第二高等学校	9月13日(金) 9月16日(月・祝)
	相 撲	霞ヶ浦文化体育会館	9月29日(日) 10月 1日(火)
	高等学校野球(軟式)	J:COMスタジアム土浦	9月29日(日) 10月 2日(水)
	軟式野球	J:COMスタジアム土浦	10月 4日(金) 10月 5日(土)

【観光・文化施設】

スタンプ	設置場所		連 絡 先	設置期間
	まちかど「蔵」大徳	土浦市中央1-3-16	824-2810	9月 3日(火) 10月10日(木) ※各施設開館日 のみ
	観光情報物産センターきらら館	土浦市大和町9-1	824-6110	
	小町の館	土浦市小野491	862-1002	
	市立博物館※	土浦市中央1-15-18	824-2928	
	上高津貝塚ふるさと歴史の広場※	土浦市上高津1843	826-7111	
	市立図書館	土浦市大和町1-1	823-4646	
	りんりんポート土浦	土浦市川口2-13-25	846-3320	
	ネイチャーセンター	土浦市大岩田145	826-4829	

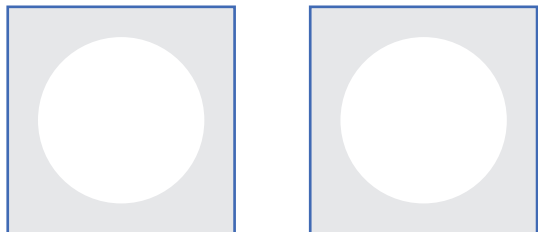
注) ※がある施設は、入館料がかかります。
観光・文化施設は、各施設開館日のみです。開館時間、休館日は各施設にお問い合わせください。

スタンプラリー 応募用紙

たくさんのご応募お待ちしております！



異なるスタンプを2つ集めてください！



ふりがな		年 齢	性 別
お 名 前		歳	1. 男 2. 女
ご 住 所	〒□□□-□□□□		
日中連絡のとれる 電話番号			

※個人情報については、賞品の発送のみ使用いたします。
応募者の同意なしに第三者に開示することはありません。
(法令などにより開示を求められた場合は除く。)

キ
リ
ト
リ
ノ

賞 品



- ◆極選豚(詰合せ)2.5kg…………… 3名様
- ◆レンコン2kg …………… 3名様
- ◆ツェッペリンカレーレトルト6パック入 …… 5名様
- ◆れんこん黒糖バウムクーヘン10個入 …… 30名様
- ◆土浦小町そば(乾麺)5袋入 …………… 10名様

●お問い合わせ

2019 茨城国体土浦市実行委員会事務局
(土浦市教育委員会国体推進課内)

〒300-0036
土浦市大和町 9-2 ウララ 2 ビル 7 階
TEL : 029-893-5510



観戦についてのお願い

みんなでルールを守って応援し、大会を成功させましょう。

1. 観戦中は、試合進行の妨げとなるような行為は絶対に行わないでください。
2. 観覧席には限りがあります。お席の確保は最小限に留め、譲り合ってご利用ください。
3. ゴミは指定のゴミ箱へ入れてください。会場の美化にご協力をお願いします。
4. 競技会場内でのフラッシュやライト等の使用は禁止します。
5. 競技会場内は禁煙となっております。喫煙は所定の場所をお願いします。
6. 競技会場内での携帯電話の通話はご遠慮ください。また、マナーモードに設定し、着信音をお切りください。
7. 競技関係者エリアには、絶対に立ち入らないでください。
8. 競技会場内での事故及び盗難につきましては、一切その責任を負いませんのでご注意ください。
9. 駐車場には限りがあるため、駐車できない場合があります。公共交通機関や無料シャトルバス（相撲会場のみ）などをどうぞご利用ください。
10. 遠隔操作又は自動操縦により飛行させることのできる無人航空機（ドローン等）の持ち込み及び使用をしないでください。
11. 上記のほか、係員の指示がある時は、その指示に従ってください。

応募方法



1 異なるスタンプを2つ集めよう！

スタンプは、各競技会場案内所、市内の観光・文化施設等に置いてあります。

2 必要事項を記入し応募しよう！

応募は、おひとりさま1回限りです。

専用台紙（はがき）を切り取り、2019 茨城国体土浦市実行委員会事務局（土浦市教育委員会事務局国体推進課）へ直接持参していただくか、62 円切手を貼ってご応募ください。（※消費税増税に伴い、10 月 1 日以降に投函する際には 63 円切手を貼ってご応募ください。）

応募締切：令和元年 **10 月 31 日(木)**

当日消印有効

- ・同じスタンプを押して応募しても無効となりますのでご注意ください。
- ・個人情報については、賞品の発送のみ使用いたします。
- ・当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

2019 茨城国体土浦市実行委員会
事務局 HP



Twitter
@2019tsuchiura



Facebook



郵便はがき

3000036

恐れ入りますが
62 円切手を
貼ってください
※10 月 1 日以降
に投函する際
には 63 円切手
を貼ってください

茨城県土浦市大和町 9-2 ウララ 2 ビル 7 階

2019 茨城国体
土浦市実行委員会事務局 行
(土浦市教育委員会事務局国体推進課内)