



ライフル射撃

【一瞬の静寂、一発の集中】

競技会場：弘前市運動公園

運動広場特設ライフル射撃場

弘前克雪トレーニングセンター



※詳しくはこちらから

ライフル射撃は、ライフル銃またはピストルを使用し、決められた姿勢、距離、時間の中で、決められた弾数を標的に撃ち得点を競います。選手たちの高い集中力と忍耐力、繊細な身体感覚をコントロールする力が見どころです。

弘前市開催種目では、火薬の力で弾丸を発射するライフル、空気ので弾丸を発射するエア・ライフル（AR）とエア・ピストル（AP）、光線で標的を撃つビーム・ライフル（BR）とビーム・ピストル（BP）を使用します。



種別で標的サイズに違いがありますが、標的のご真ん中とはなんと直径11.5〜0.5mmほど。

観戦時はモニターに撃ち抜いた箇所が表示され、正確な射撃と緊張感をリアルに体感できます。

種 別	9/10 (木)	9/11 (金)	9/12 (土)	9/13 (日)
50m（成年男子・成年女子）	○	○	○	○
10m（全種別）	○	○	○	○
BR・BP（少年男子・少年少女）	○	○	○	—

たか丸くんの豆知識

ピストルの選手は軽装だけど、ライフルの選手は、非常に硬くて分厚い服装を着用するよ。これは、服装で射撃時の姿勢を安定させるためだよ。ただし、基準以上の硬さ・厚さだと失格になってしまうまる。



弓道

【心を静め、矢に託す真の力】

競技会場：青森県武道館



※詳しくはこちらから

弓で矢を射て、的に当たった本数や得点を競います。国スポでは、1チーム3人で「近的」と「遠的」の2種目行われます。どちらの種目も同じ選手が出場し、予選は1チーム12射(1人4射)を2回、決勝は1チーム12射(1人4射)のトーナメント戦を行います。

■ 近的

28m先の直径36cmの的にあたる矢の本数で競います。

■ 遠的

60m先の直径100cmの得点的にあたる矢の位置の得点（中心から10・9・7・5・3点）の合計で競います。

弓道の弓には、ねらいを定める装置は付いておらず、自分の体感だけを頼りに的をねらいます。



張りつめた静寂と調和する射法八節の美しい動き。矢が放たれる瞬間の「弦音」と、的に命中した瞬間に響く「的中音」が魅力。矢が的に的中した時が、拍手のタイミング！

種 別	10/10(土)	10/11(日)	10/12(月)	10/13(火)
近的競技（成年男子・成年女子）	—	予選	—	決勝
遠的競技（成年男子・成年女子）	予選	—	決勝	—
近的競技（少年男子・少年女子）	予選	—	決勝	—
遠的競技（少年男子・少年女子）	—	予選・決勝	—	—

たか丸くんの豆知識

よく耳にする「かけがえのない」という言葉の語源は、実は弓道に必須の革製手袋「襪（かけ）」から来てるよ。弓道では「襪（かけ）」はとても重要で、唯一無二の存在として大切に扱われているんだ。ほかにも弓道が由来の言葉はたくさん存在しているまる。





ソフトボール



【速さと絆でつかむ、勝利の瞬間】

競技会場：はるか夢球場

(弘前市運動公園野球場)

岩木山総合公園野球場

野球に比べて大きなボールを使用し、投手は下手投げで投げます。また、出塁者は、投手の手からボールが離れるまで塁を離れることができません。

国スポでは、7イニングで行われ、7回終了時同点の場合は、8回からノーアウト、走者2塁を設定して試合を再開し、勝敗がつくまで行われます。

ピッチャーは磨き抜かれたコントロールと緩急自在のピッチングが見ものです。短い投球距離でのスピードボールと鋭い変化球を打ち返すには高度な技術を要します。打つ以外にもセーフティーバントや、独特の打法で歩きながら打つ「スラップ」などを駆使しての守備者との駆け引きは、ソフトボール独自のものです。使う道具や大まかなルールは野球に似ていますが、似て非なるスピード感とち密さが魅力です。



野球と比較すると、塁間・投捕間が短いため、スピード感あふれるプレーに注目！

ピッチャーが投げるボールの体感速度は、野球に換算すると1.4倍とも言われます。

競技会場	10/17(土)	10/18(日)	10/19(月)
はるか夢球場 (弘前市運動公園野球場)	1回戦	準々決勝 準決勝	決勝
岩木山総合公園野球場	1回戦	準々決勝 準決勝	—

たか丸くんの豆知識

1895年にアメリカの野球ファンが体育館で、雨の日に手袋を丸めたものをボールの代わりにして遊んでたよ。そこからインドアベースボールと呼ばれ、後に屋外でも行われるようになって、ソフトボールと名付けられたまる。



空手道



【技を磨き、心を鍛え、道を極める】

競技会場：青森県武道館

蹴り、突き、打ちなどの技術を競い合い、ポイントで勝敗を決します。安全具（メンホー、ボディプロテクター、拳サポーター、シンガード・インステップガード）を使用し、武道でありながらケガをすることが少ないという特徴があります。

組手

1対1で向かい合って試合を行い、蹴り、突き、打ちなどで攻撃し、「1本」「技あり」などのポイントで勝敗を争います。個人戦と団体戦があります。様々な技を駆使した攻撃のスピードと迫力、間合い、選手同士の駆け引きなどが見どころです。

形

沢山の敵に囲まれている場面を想定して、攻撃と守りを一つの流れにした「形」を、選手が1人ずつ演じ、極めの正確性・気迫・技の緩急・表現力などを競います。



組手は、1対1の緊張感、一瞬の駆け引きが勝敗を分けるため、目が離せません。

形は、流派で継承されている形を演武するため、流派ごとの違いも、注目ポイント！

種別	10/17(土)	10/18(日)	10/19(月)
成年男子・成年女子	組手(個人)	組手(個人・団体) 形	組手(団体)
少年男子・少年女子	形	組手(個人・団体)	組手(団体)

※6月1日現在

たか丸くんの豆知識

空手道の帯は、試合では赤・青の帯が使われるけど、階級の証として白・黄・緑・紫・茶・黒といったたくさん色が存在しているよ。稽古を積み重ねて昇級審査に合格することで変わっていき、最終の黒帯は有段者の証まる。ぼくの黒帯姿カッコイイでしょ？

