



飯山市  
プレスリリース

飯山市役所 総務部 事業戦略課 情報政策係  
住所：飯山市大字飯山1110-1  
Tel：0269-67-0724（課代表） Fax：0269-62-5990  
E-mail：[senryaku@city.iiyama.nagano.jp](mailto:senryaku@city.iiyama.nagano.jp)

令和8年（2026年）10月7日発信

報道関係者 各位

## 第53回飯山市駅伝大会を開催します

飯山市駅伝大会を10月11日（日）に開催します。

今年で53回目を迎える本大会は、22チーム（うちオープンチーム6チーム）が出場し、市内東側のコースで開催されます。

詳細は大会要項、コース図をご覧ください。



日 時：10月11日（日） 午前8時スタート

場 所：勤労者体育館～旧戸狩小学校（資料2）

駐車場：資料3をご覧ください

その他：中継所前後100mへの駐車はご遠慮ください

### 大会スケジュール

午前 8時00分 スタート（勤労者体育館）

午前 9時20分 先頭チームゴール予定（旧戸狩小学校）

午前10時00分 競技終了予定

※競技終了後、準備が整い次第閉会式及び表彰式を行います。

#### <担当課>

飯山市教育委員会事務局 スポーツ推進課  
（課長）丸山 真央 （担当者）村松 諒  
住 所：飯山市大字飯山1110-1  
電 話：0269-67-0746（課代表）  
ファクシミリ：0269-62-5990  
電子メール：[sports@city.iiyama.nagano.jp](mailto:sports@city.iiyama.nagano.jp)

## 第 53 回 飯 山 市 駅 伝 大 会    開 催 要 項

- 1 目 的      この大会を通して市民のスポーツに対する関心と意欲を高めるとともに、地域の連帯と体力づくりの輪をさらに大きく発展させることを目的とする。
- 2 主      催      飯山市駅伝大会実行委員会  
飯山市   飯山市教育委員会   特定非営利活動法人飯山市スポーツ協会   飯山市公民館
- 3 主      管      飯山市陸上競技協会
- 4 協      力      飯水岳北交通安全協会   飯山市スポーツ推進委員会
- 5 後      援      飯山市子ども会育成連絡協議会   信濃毎日新聞社   北信濃新聞社   北信ローカル・りふれ  
(株)テレビ飯山
- 6 期      日      令和8年 10月11日（日）      雨天決行  
市長挨拶      午前 7時40分      ス タ ー ト 地 点  
スタート      午前 8時00分  
競技終了      午前10時00分（予定）  
閉 会 式      競技終了後、準備が整い次第
- 7 コ ー ス      12区間 24.3km      各区間については別紙のとおりとする。
- 8 競技規則      日本陸上競技連盟駅伝競走規準、及び本大会競技細部取り決め事項による。
- 9 チーム編成      (1)各地区単位とし、参加チーム数は正規・オープン不問5チームまでとする。（地区単位で編成が困難な場合は、隣接する地区が合意した場合に限り、合同でのチーム編成を認める。）  
なお、チーム編成は次のとおりとする。また、監督は兼務できるものとする。

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 小学生低学年（男女不問）      | 1 名 |
| 小学生高学年（男女不問）      | 1 名 |
| 小   学   生   女   子 | 1 名 |
| 中 学 生 （ 男 女 不 問 ） | 1 名 |
| 女 子 （ 年 齢 不 問 ）   | 1 名 |
| 1 5 歳 ～ 3 0 歳 未 満 | 2 名 |
| 3 0 歳 ～ 4 0 歳 未 満 | 2 名 |
| 4 0 歳 ～ 5 0 歳 未 満 | 1 名 |
| 5 0   歳   以   上   | 1 名 |
| 年 齢 性 別 不 問       | 1 名 |

計 12 名 （年齢起算日は令和8年4月1日とする）

- (2)地区世帯数が400世帯以下の地区は、2名まで同一の者が2回走行できる枠を与える。
- (3)「15才 ～30才未満」「30才 ～ 40才未満」「40才 ～ 50才未満」の選手編成は、その年齢以上年代から補うことができ、地区世帯数400以下の地区においては、中学生（男女不問）から補うことができる。また、中学生（男女不問）の区間については小学生（男女不問）から補うことができる。

(4)小学生、中学生男子、女子(年齢不問)及び 50 歳以上は区間を限定しそれ以外はフリーとする。

- ・小学生高学年(男女不問) 2区 1.7km
- ・小学生女子 3区 1.0km
- ・中学生(男女不問) 4区 2.5km
- ・50歳以上 7区 1.0km
- ・女子(年齢不問) 10区 2.4km
- ・小学生低学年(男女不問) 12区 1.3km

10 参加資格

- (1)市内各地区に居住している者とし、飯山市に住民登録があり、生活の本拠が飯山市にある者。  
ただし、市外居住の学生については、出身地区より出場することができる。また、生活の本拠が市内にある者で、出身地区(実家)と居住地区が違う場合(アパート等の一時的居住者についても同様)は、その地区間の協議でどちらでも選択できることとする。
- (2)前年度の順位が、2～6位のチームは1名、前年度7位以下のチームは2名まで「ふるさと選手」枠を与える。ただし、前年度出場のないチームについては「ふるさと選手」の枠は与えない。ふるさと選手は、実家は飯山市内にあるが現在は飯山市内に住んでいない者を指し、実家のある地区から出場することとする。ただし、現在実家が市内になく、市外に住んでいる者でも、市内中学校を卒業している場合は、中学校卒業時に居住していた地区から出場することができる。

11 参加申込

9月30日(水)までに別記様式により、飯山市教育委員会事務局スポーツ推進課スポーツ推進係(〒389-2292 飯山市大字飯山1110-1 電話 67-0746 FAX 62-5990)に提出する。

12 表彰

- (1)総合6位までのチームを入賞とし、表彰する。  
参加者表彰について、10回、20回、30回、40回及び50回参加者を表彰する。  
なお、女子については5回参加者も表彰する。
- (2)各区分優勝者に区分賞を授与する。

13 その他

- (1)競技中に生じた傷害について、応急処置はするが、以後の責任は負わない。
- (2)オープンチームは、チーム編成等における制限の対象とならない。ただし、1つの区間を複数名走することは出来ないこととする。
- (3)上記に定めるものの他、特別な理由があるものは監督会議等において協議し、承認を受けるものとする。

# 競技細部取り決め事項

- 1 大会コースは別紙コース図のとおりとする。
- 2 大会当日の監督会議は午前7時10分から、勤労者体育館で行う。
- 3 競技上の取り決め
  - (1)引き継ぎ方法は、中継線と白線（進行方向20m）の間でのタスキの受け渡しによる。
  - (2)走路は、必ず道路の左側とし、右カーブの内回りは絶対にしないこと。  
明らかに故意での内回りと認められた選手は、失格処分とする場合もある。
  - (3)競技者が競技中に故障、疾病等によって走行困難となり歩行、立ち止まり、横臥等の行動に移った場合、大会関係者または観戦者が介助してもよい。なお、介助されたチームについては失格として取り扱わないこととする。
  - (4)途中某区間における棄権、反則等のため失格となったチームは、次走者より競技を続行して差し支えない。但し失格となった区間以降の走者は個人記録が計測できないため区間賞の対象外とする。また、スタートの際は最終走者が通過後にスタートする。
  - (5)選手変更については次のとおり認めることとする。
    - ①控え選手からの変更。 ②チーム間（A、Bチーム間等）の一方通行の変更。  
ただし、同一チーム内の走者の区間変更は認めないこととする。  
また、控え選手名簿に登録がない選手からの変更も認めるが、その場合は控え選手名簿に追加登録し、選手変更と併せて提出すること。
  - (6)選手変更のあるチームは選手変更届用紙に記載し、大会当日の午前6時50分までに大会本部（勤労者体育館内）に40部作成して提出すること。（時間厳守）また、それ以降の変更は一切認めない。
  - (7)2回走行については、チーム編成の区分に則って使用し、交通ルールを守り安全性を確保したうえで行うこと。  
2区間連続しての走行も認めるが、繰り上げ区間はまたがないこと。
  - (8)伴走車（監督車）は一切認めない。また、チーム車両はレース帯への進入を一切禁ずる。
  - (9)安全指導車（バイク）は主催者で配置する。
- 4 繰り上げスタート  
第3中継所、第7中継所、第10中継所、の3箇所にて、先頭通過後10分で繰り上げスタートを行う。
- 5 ナンバーカード  
ナンバーカードは、胸、背に着用することとし、様式は次のとおりとする。

|      |               |
|------|---------------|
| 25cm |               |
| 20cm | 地区名（チーム名） 2/3 |
|      | 区 間 数 1/3     |

- 2区間連続走行をする走者については、運営が用意したステッカーを区間数の部分に貼付けること。
- 6 選手点呼について  
スタート地点（中継所）において、通過予定時刻の15分前に本人点呼を行う。  
本人点呼では、ナンバーカードの確認（第1区選手のみタスキも含む）を行う。
  - 7 中継点への選手輸送について
    - (1)選手の輸送車両は必要最小限とし、事務局で用意したステッカーを車の前後、見える位置に掲示すること。
    - (2)選手輸送車は走者の中へ割り込まないこと。また、選手の追い越しを原則禁止とし、後走車の後を走ること
    - (3)中継所前後100m以内の道路上への駐停車はすべての車について禁止とする。また、中継所等道路上以外

の場所への駐車についても、競技役員が運営上支障ありと判断し、車の移動等を指示した場合は従うこと。

(4)必ずシートベルトを着用すること。追越・応援制限区間の規則を守ること。

## 8 交通ルールについて

(1)大会中、大会車両以外の車は、選手の追い越しを原則禁止する。ただし、一般車両は除く。

(2)上記(1)を徹底するため、迂回路の利用を促す。

(3)路上駐車での応援を控えるよう、地区ごとに徹底して周知する。

## 9 給水について

給水地点は大会側では設けないが、各地区で走路上で給水することは可能とする。

なお、給水を行う場合は、各地区で人員を配置し、周りのランナーの邪魔にならないようにすること。

また、給水の際に出たゴミは必ず持ち帰ること。

# 第53回飯山市駅伝大会

## 交通規制のお知らせ及びご協力をお願い

令和8年10月11日（日）

スタート 8:00（勤労者体育館）

飯山市駅伝大会開催に伴い、交通規制を実施します。  
コース上ではランナーが走行していますので、車で走行の際はご注意ください。また、コースの一部では車両通行止の区間もございます。

| 区 間                    | 距離     | トップ通過<br>予定時刻 | 備考               |
|------------------------|--------|---------------|------------------|
| 1区 勤労者体育館 ～ 木島農免道路     | 2.7km  | 8:00          |                  |
| 2区 木島農免道路 ～ 菜の花公園      | 1.7km  | 8:06          | 小学生高学年<br>(男女不問) |
| 3区 菜の花公園 ～ 瑞穂地区活性化センター | 1.0km  | 8:12          | 小学生女子            |
| 4区 瑞穂地区活性化センター ～ 上野公民館 | 2.5km  | 8:16          | 中学生<br>(男女不問)    |
| 5区 上野公民館 ～ 大深交差点北      | 2.6km  | 8:24          |                  |
| 6区 大深交差点北 ～ 上境駅        | 3.2km  | 8:35          |                  |
| 7区 上境駅 ～ 上境公会堂         | 1.0km  | 8:44          | 50歳以上            |
| 8区 上境公会堂 ～ 中外集荷場       | 1.1km  | 8:47          |                  |
| 9区 中外集荷場 ～ 温井入口        | 2.4km  | 8:51          |                  |
| 10区 温井入口 ～ 三郷公会堂       | 2.4km  | 9:00          | 女子(年齢不問)         |
| 11区 三郷公会堂 ～ 五荷駐車場      | 2.4km  | 9:08          |                  |
| 12区 五荷駐車場 ～ 旧戸狩小学校     | 1.3km  | 9:16          | 小学生低学年<br>(男女不問) |
| ゴール 旧戸狩小学校             | 24.3km | 9:22          |                  |

コース  
車両通行止

### 応援の皆様へ

安全確保にご協力をお願いいたします。

- ・コース内の交通整理を行います。
- ・車からの応援、伴走は行わないでください。
- ・コース内への駐車はご遠慮ください。



# スタート（勤労者体育館） 駐車場

トイレは体育館内にございます。



# ゴール（旧戸狩小学校） 駐車場

トイレはグラウンド及び校舎内にございます。

