



# 2026

# AOMORI

青の煌めきあおもり国スポ



公式マスコット  
「アップリート君」

第80回国民スポーツ大会  
デモンストレーションスポーツ

## ターゲット・バードゴルフ競技

会期 7.5 日

会場 オカでんアリーナ多目的広場

主催 公益財団法人日本スポーツ協会・文部科学省・青森県・青森市

主管 青森県ターゲット・バードゴルフ協会

# 2026 AOMORI

## 第80回国民スポーツ大会

## The 80th JAPAN GAMES

国民スポーツ大会（国スポ）は、都道府県対抗で毎年開催される国内最大のスポーツの祭典です。本県での開催は、前回のあすなろ国体<sup>(※)</sup>以来49年ぶりであり、前回同様、冬季大会と本大会を同一県で開催する「完全国スポ」です。

※2024年から「国民体育大会」の名称が「国民スポーツ大会」に変わりました。

### デモンストレーションスポーツとは

国民スポーツ大会の実施競技の中には、子どもからご高齢の方まで県民の皆さんが気軽に参加できるデモンストレーションスポーツ、通称「デモスポ」と呼ばれる競技があります。健康づくりや体力の向上、世代間や地域間の交流の輪を広げることなどを目的として、皆さんもよく知っているスポーツから、青森県ならではのスポーツまで、さまざまな魅力ある39競技が29市町村で実施されます。

#### 大会愛称

### 青の煌めき<sup>きら</sup>あおもり国スポ

青い空、青い海や湖、青い山並みなど美しく豊かな自然に恵まれた青森県で、あおもり国スポに参加する全ての人々が、交流を深め、感動を創出し、いきいきと煌めくような大会を目指します。

#### イメージソング「翔ける未来へ」



作詞：井元 仁江  
作曲：T.Mikami  
編曲：多田 慎也、島田 尚  
歌唱：りんご娘  
(ピンクレディ、  
スターキングデリシャス、  
はつ恋ぐりん、金星)

#### スローガン

### 翔ける未来へ縄文の風に乗って

縄文時代の遺跡が数多く存在する青森から、新たな歴史と感動を全国に向けて発信し、未来につなげていきたいという願いを込めています。

#### ダンス「青の煌めき<sup>きら</sup>ダンス」



イメージソング「翔ける未来へ」にあわせ、振付けに青森県を表現するポーズやねぶたの跳人の動き、手話による表現などを盛り込んだ、青森らしいユニバーサルデザインダンスです。

#### 公式マスコット



### 「アップリート君」

特徴ある県の形と、ハチマキの中央にある「りんご」で青森県を表現しています。

LINEスタンプも販売!



#### 最新情報は公式アプリ・HP・SNSで!

##### 公式アプリ



あおもり国スポ

検索

今すぐ無料ダウンロード!

県実行委員会  
公式HP



X



Instagram



YouTube



## ごあいさつ



青の煌めきあおもり国スポ・障スポ  
実行委員会会長

青森県知事 みやした そういち ろう  
宮下 宗一郎

多くの県民の皆様にご参加をいただき、昭和100年記念青の煌めきあおもり国スポ「第80回国民スポーツ大会」のデモンストレーションスポーツとして、ターゲット・バードゴルフが青森市において開催されますことを、心からお喜び申し上げます。

「青の煌めきあおもり国スポ」は、冬季大会と本大会を同じ県で開催する史上初の完全国体であった「あすなろ国体」以来、49年ぶりに青森県で開催される大会であり、大会名称が国民スポーツ大会に変更されてから、初めての“完全国スポ”となります。また、今年が昭和元年（1926年）から起算して満100年となる年であることから、国スポ・障スポに「昭和100年記念」の冠称を付しております。

デモンストレーションスポーツは、国スポの実施競技の一つであり、健康づくりや体力の向上、世代間や地域間の交流の輪を広げることなどを目的として、こどもから高齢者まで県民の皆様誰もが気軽に参加でき、楽しむことができる競技となっております。本県では5月から10月まで、皆様もよく知っているスポーツから青森県ならではのスポーツまで、魅力あふれる39競技が29市町村で実施されます。

青森県がスポーツで一つになる。県民の心も一つになる。そんな「青森新時代」にふさわしい国スポに向けて、多くの県民の皆様にご参加いただき、青森県を「青の煌めき」一色に染め上げ、このスポーツの祭典を盛り上げましょう。

結びに、本大会の開催にご尽力されました関係者の皆様にご心から感謝申し上げますとともに、本大会の御成功と本競技のますますの発展並びに参加される皆様の御健闘を心からお祈りいたします。

## 歓迎のことば



青の煌めきあおもり国スポ・障スポ  
青森市実行委員会会長

青森市長 西 秀 記

第 80 回国民スポーツ大会「青の煌めきあおもり国スポ」デモンストレーションスポーツターゲット・バードゴルフ競技会が、県内各地から多くの参加者及び関係者の皆様をお迎えし、青森市にて開催できますことを大変嬉しく思います。

ターゲット・バードゴルフは、ゴルフをミニ化させた日本発祥のスポーツです。一般的なゴルフと比べ、クラブとボールが軽量であるため安全性が高く、生涯スポーツとして本市でも親しまれています。

第 80 回国民スポーツ大会「青の煌めきあおもり国スポ」デモンストレーションスポーツとして、本市ではターゲット・バードゴルフをはじめ 11 競技が開催されます。デモンストレーションスポーツは、年齢や性別を問わず県民が気軽に参加できるものであり、この大会が世代間の交流や健康づくりのきっかけとなることを期待しております。

さて、本市では今年、デモンストレーションスポーツに続き、9月3日から10月19日にかけて国スポ正式競技 14 競技を開催します。また10月23日から26日にかけては障スポ正式競技 4 競技が本市で繰り広げられます。

国内トップレベルの競技を間近で観戦する絶好の機会であり、皆様がスポーツの楽しさや素晴らしさを実感し、心に残るような大会となることを心から願っております。

結びに、本大会の開催に御尽力いただいた関係者の皆様に敬意を表し、深く感謝申し上げますとともに、参加される皆様の御活躍と大会の成功を祈念申し上げ、歓迎のことばといたします。

## 大会開催に寄せて



青森県ターゲット・バードゴルフ協会

会長 やま や きよ ふみ  
山 谷 清 文

第80回国民スポーツ大会「青の煌めきあおもり国スポ」デモンストレーションスポーツとして、ターゲット・バードゴルフ競技大会が県内各地から多くの愛好者の参加のもと、青森市において盛大に開催されますことに心から感謝申し上げます。

デモンストレーションスポーツは、国スポの実施競技として年齢や性別に関係なく、県民が気軽に参加し実施されるものですが、ターゲット・バードゴルフ競技においても世代間の交流や健康づくりや体力の向上などにつながるものとして大いに期待しております。

本大会に参加されます選手の皆様には、競技を楽しみ親睦を深めながら記憶に残る大会となりますことを心から願っております。

結びに、本大会の開催にご協力いただきました多くの関係者の皆様に深く感謝申し上げますとともに、参加される選手の皆様のご健闘を心からお祈りいたします。

# 競技会役員

2026年6月2日現在

(順不同・敬称略)

名誉会長  
会長  
副会長  
顧問  
参与

西 秀 記

山 谷 清 文

柿 崎 泰 明

奈 良 岡 隆

赤 平 勇 人

大 矢 保

軽 米 智 雅 子

工 藤 健

関 貴 光

中 田 靖 人

藤 田 誠

山 本 武 朝

齋 藤 美 鈴

横 山 英 大

金 谷 浩 光

白 戸 高 史

大 久 保 文 人

今 国 弘

太 田 直 樹

高 野 雅 子

一 戸 善 正

大 瀬 良 一

井 戸 端 隆 雄

高 橋 修 一

川 浪 泰 浩

今 卓 也

盛 健 一

工 藤 智 久

成 田 幾 末

相 馬 清 孝

田 澤 康 治

打 谷 桂 子

工 藤 拓 実

工 藤 裕 司

小 豆 畑 緑

小 熊 ひ と 美

木 戸 喜 美 男

工 藤 夕 介

相 馬 純 子

中 村 美 津 緒

万 徳 な お 子

渡 部 伸 広

松 浦 淳

横 内 修

千 葉 康 伸

大 久 保 綾 子

木 村 颯 希

佐 々 木 正 幸

遠 嶋 祥 剛

齊 藤 寿 一

山 本 知 也

諏 訪 正 徳

中 村 雅 彦

菅 原 文 子

相 馬 克 典

花 田 惇

中 村 紀 徳

大 西 透 信

佐 々 木 重 光

中 田 真 紀 子

天 内 慎 也

小 倉 尚 裕

木 下 靖

里 村 誠 悦

竹 山 美 虎

奈 良 祥 孝

村 川 み どり

土 岐 志 麻

川 村 仁

鈴 木 裕 司

齋 藤 賢 剛

佐 藤 秀 彦

土 岐 政 温

泉 宏 明

船 橋 正 明

佐 々 木 和 人

前 田 济

今 井 正 樹

服 部 一 雄

中 嶋 與 志 久

黒 丸 健 吾

高 橋 秀 親

白 鳥 晶 司

北 畠 滋 郎

森 隆

蛭 名 和 子

柿 崎 孝 治

木 村 淳 司

澁 谷 洋 子

舘 山 善 也

花 田 明 仁

山 田 千 里

天 内 博 康

赤 坂 寛

小 野 正 貴

中 村 敦

横 内 信 満

奈 良 英 文

角 田 毅

舘 山 公

倉 橋 純 造

津 島 淳

河 野 満

正 部 家 淳 司

長 尾 信

中 川 伸 吾

佐 藤 健 一

小 形 峰 雄

福 田 真 奈 美

委員長  
副委員長  
委員

## 競 技 役 員

大会委員長	山 谷 清 文			
大会副委員長	高 橋 喬 子	成 田 博 昭	石 郷 岡 修 一	
大会委員	相 馬 清 孝	葛 西 鉄 美	沼 宮 内 春 雄	村 上 勝 行
	濱 中 眞	板 垣 洋 子	三 上 浩 明	神 昭 子
	菊 池 美 枝 子	小 笠 原 和 明	小 笠 原 有 加	
大会競技委員長	石 郷 岡 修 一			
大会副競技委員長	相 馬 清 孝	葛 西 鉄 美		
大会総務委員長	菊 池 美 枝 子			
チームリーダー	泉 田 裕 明	木 村 文 昭	小 笠 原 和 明	葛 西 弘 光
	三 上 浩 明	成 田 博 昭	高 橋 喬 子	葛 西 鉄 美
	相 馬 清 孝	沼 宮 内 春 雄	山 内 徹	葛 西 浩 司
	外 崎 和 久	坂 本 千 秋		
総務運営委員	菊 池 美 枝 子	小 笠 原 和 明	小 笠 原 有 加	
総務補助員	佐 藤 弘 子	太 田 京 子	三 上 理 賀 子	
賞状筆耕	高 橋 喬 子			

# [13] ターゲット・バードゴルフ

- 1 期 日 2026年7月5日(日)  
受 付 8時30分～9時00分  
開会式 9時30分  
競技開始 10時00分  
表彰式 13時30分

- 2 会 場 青森市 オカでんアリーナ多目的広場

## 3 種別及び参加人員

種 別		年齢区分	合 計(人)
個 人 戦	男子	グランドシニア	100人
		シニア	
		一般	
	女子	シニア	
		一般	

※年齢区分は、参加状況により変更となる可能性あり。

## 4 競技上の規程及び方法

### (1) 競技規則

- ア 全日本ターゲット・バードゴルフ協会制定の競技規則を準用する。
- イ 一部ローカルルールを適用する。

### (2) 競技方法

- ア 18ホールのレストランプレーとする。
- イ スタートはショットガン方式
- ウ アウト・イン通してのラウンド

## 5 選考方法

先着順とし、定員になり次第締切る。

## 6 参加資格

- (1) 原則として、青森県内に居住している者とする。
- (2) 競技経験がある者とする。
- (3) 18歳未満の者が参加する場合は、保護者の同意を必要とする。

## 7 表 彰

- (1) 種別にある各部門の1位から3位までに賞状を授与する。
- (2) その他特別賞、ホールインワン賞を設ける。

## 8 参加申込方法

- (1) 2026年4月15日（水）から2026年6月1日（月）までとする。
- (2) 「参加申込書」及び「参加同意書」（18歳未満の者が参加する場合のみ）を下記宛てにFAX又は郵送にて提出すること。

申込先	宛先	提出部数
青森県ターゲット・バードゴルフ協会 事務局	〒030-0843 青森県青森市大字浜田字豊田123番地1 TEL 090-7796-0184 FAX 017-739-9618	1部

## 9 参加負担金

参加負担金は無料とする。

## 10 参加上の注意

- (1) 傷害保険については、県競技団体において加入する。
- (2) 参加者は、各自の責任において健康管理に十分配慮の上参加すること。
- (3) 使用するクラブは、全日本ターゲット・バードゴルフ協会公認のクラブ、又は一般ゴルフ用ピッチングウエッジクラブとし、改造したものを使用してはならない。
- (4) ボールは県競技団体で用意するが、ショットマットは各自持参すること。
- (5) 小雨決行とするので、雨具を持参すること。

## 11 個人情報の取扱いについて

参加申込書（同意書含む。）に記載された個人情報については、以下の青の煌めきあおもり国スポに関する業務に使用する。また、申込時点で本人の同意が得られたこととする。

- (1) 青の煌めきあおもり国スポへの参加意思及び参加人数の確認
- (2) 競技参加資格の確認（年齢、性別、所属、保護者の同意など）
- (3) 参加案内等の送付
- (4) 競技別プログラムの作成
- (5) 賞状等の筆耕
- (6) 競技の結果、映像、写真の記録業務への使用及び広報誌、インターネット等への掲載

## 12 その他

- (1) 荒天時及び不測の事態には、主催者が開催の有無を決定する。開催の有無については、青森市実行委員会ホームページで周知する。
- (2) この要項に定めない事項は、必要に応じて主催者が協議して定める。

# 大会日程

受付 8時30分～9時00分

開会式 9時30分

競技開始 10時00分

表彰式 13時30分

閉会式 表彰式終了後

## 《開会式次第》

役員・選手整列  
開式のことば  
大会委員長挨拶  
競技上の注意  
事務局からの連絡  
閉式のことば

## 《閉会式次第》

役員・選手整列  
閉式のことば  
成績発表及び表彰式  
大会委員長挨拶  
閉会のことば

# 組合わせ表

◆=チームリーダー

スタート ホール	OUTスタート				スタート ホール	INスタート			
	市町村名	参加区分	年齢	選手名		市町村名	参加区分	年齢	選手名
1	藤崎	S男子	74	◆ 泉田 裕明	10	藤崎	S男子	70	◆ 葛西 鉄美
	青森	一般男子	67	千葉 功己		五所川原	S男子	79	小野寺 謙作
	弘前	S女子	76	板垣 洋子		青森	一般女子	69	白戸 紀子
	青森	一般女子	67	棟方 なおみ		青森	S女子	71	菊池 美枝子
2				◆	11	青森	S男子	76	◆ 相馬 清孝
						青森	GS男子	90	倉田 忠男
						弘前	S男子	73	上田 健
						五所川原	S女子	73	臺丸谷 正子
3	青森	S男子	79	◆ 木村 文昭	12				◆
	青森	GS男子	85	秋元 一夫					
	五所川原	一般男子	68	葛西 清文					
	八戸	一般女子	69	小泉 典子					
4	青森	一般男子	59	◆ 小笠原 和明	13	青森	S男子	78	◆ 沼宮内 春雄
	青森	GS男子	89	三浦 芳治		野辺地	S女子	71	柴崎 茂子
	弘前	S女子	71	工藤 克子		藤崎	一般女子	65	三浦 和加子
5	青森	S男子	77	◆ 葛西 弘光	14	青森	一般男子	65	◆ 山内 徹
	藤崎	一般男子	32	永澤 彰教		青森	GS男子	85	木村 鐵雄
	青森	一般女子	59	小笠原 有加		五所川原	S女子	76	高橋 美江
						弘前	S女子	82	對馬 光和子
6				◆	15	藤崎	一般男子	44	◆ 葛西 浩司
						青森	一般男子	69	鹿内 清
						五所川原	一般女子	69	渋谷 房子
7	青森	S男子	72	◆ 三上 浩明	16	五所川原	S男子	76	◆ 外崎 和久
	五所川原	GS男子	82	斎藤 雄治		青森	GS男子	91	西村 昶
	藤崎	S男子	78	藤本 勝郎		青森	S女子	75	小泉 陽子
	藤崎	S女子	79	神 昭子					
8	五所川原	GS男子	84	◆ 成田 博昭	17				◆
	青森	S男子	71	太田 光政					
	弘前	S女子	76	櫻井 みどり					
9	弘前	S女子	80	◆ 高橋 喬子	18	青森	一般女子	69	◆ 坂本 千秋
	弘前	GS男子	89	工藤 良一		青森	GS男子	88	武田 康二
	五所川原	S男子	72	工藤 正孝		藤崎	一般男子	67	小笠原 昇

【参加区分】 年齢は令和8年4月1日現在とする

GS男子=グランドシニア男子(80歳以上) / S男子=シニア男子(71歳~79歳) / 一般男子=(69歳以下)

S女子=シニア女子(70歳以上)/一般女子=(69歳以下)

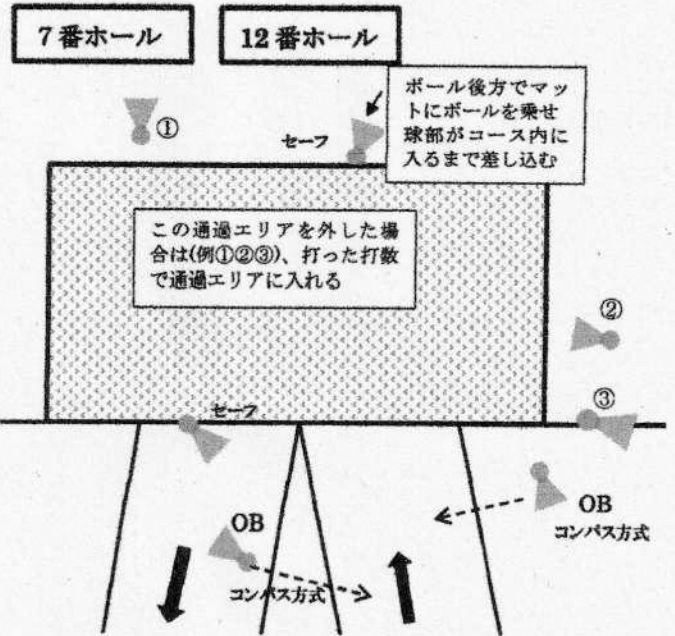
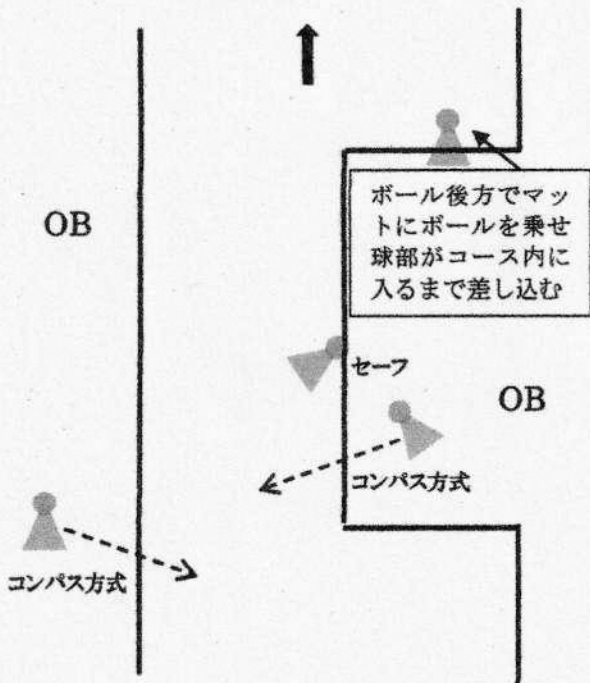
【スタートティ어의区分】

●レギュラーティ어(白)=S男子・一般男子

●フロントティ어(赤)=GS男子・女子全員

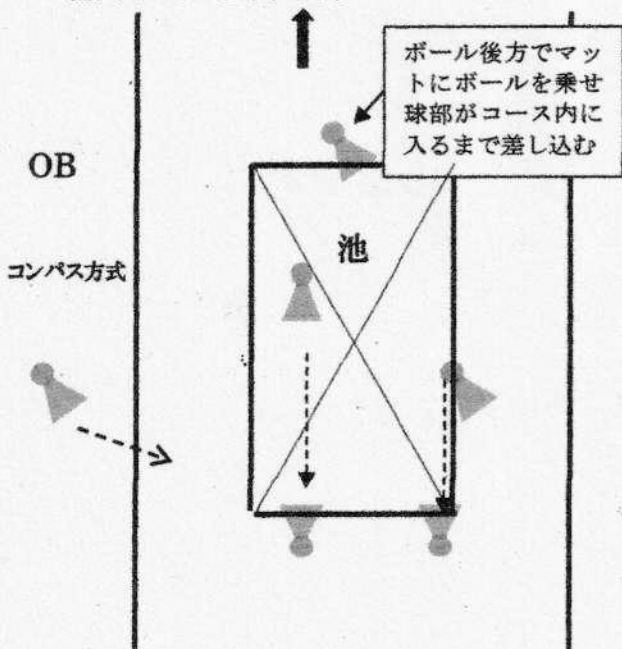
# コース・競技についての説明

## 3番ホール



## 18番ホール

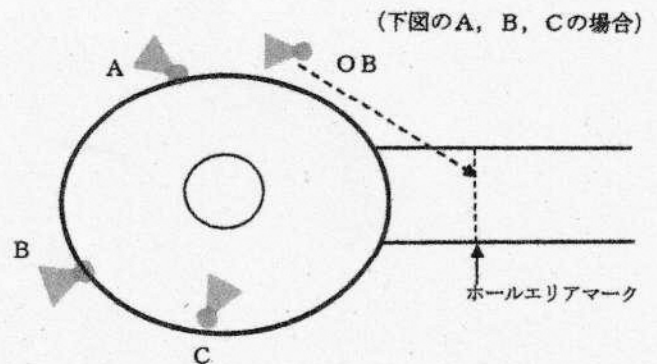
※ボールが池のロープに重なっている場合は池に入っているとみなす。



## 16番ホール

このホールには通過点が2か所所有。どちらも外した場合は、その場から打った打数(無罰)で通過点に入れてから次に進む。

※ ホールエリア内でボールがOBラインに重なっているなど、プレースによりボールの球部がOBラインの外になる時は、ボール後方でマットにボールを乗せ、球部がエリア内に入るまで差し込む。



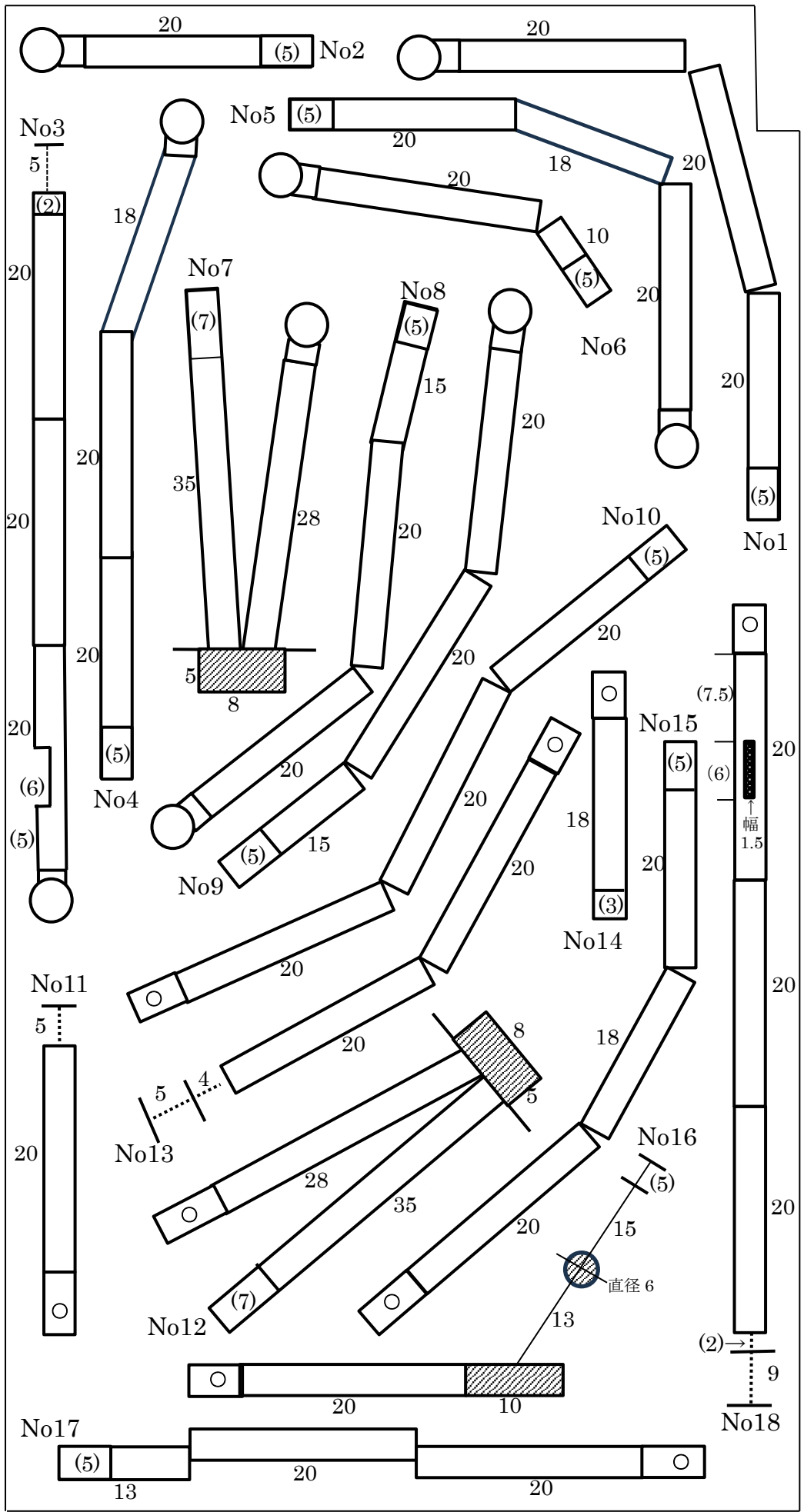
## 競 技 上 の 注 意

- ① ボールを打つ意思で空振りした場合は1ストロークとする。
- ② 特設ティがある時はローカルルールを適用する。
- ③ コースの境界線に球部が真上から見て重なっていればインとする。
- ④ セカンドホールは、球部の真上から見てフープと球部が重なっていればホールインとみなすが、ストローク数に1打加える。
- ⑤ OBの時は、一罰打してホールを中心とした円周上のコース内地点に戻す。(コンパス方式)
- ⑥ ホールエリア内、又はフェアウェイで、プレースによりボールがOBラインの外になる場合は、ショットマットをボールの下に差し込み、ボールを移動することなく打つ事ができる。
- ⑦ ショットマットにボールをセットした後、ストロークするまでにショットマットの向きは修正できるが、前後に移動させることはできない。
- ⑧ 同伴競技者のショットが終わるまで前には出てはならない。
- ⑨ プレー中にルール・処置等で疑義が生じた場合は、同伴者の同意を得るか、競技委員の判定を仰ぐこと。
- ⑩ その他のルール等は全日本ターゲット・バードゴルフ協会の競技規則を準用し、ローカルルールを遵守すること。

全日本ターゲット・バードゴルフ競技規則による罰打一覧表

項 目	プ レ ー 内 容
1 罰 打	1. ティショットでボールがフェアウェイに届かなかった時。(ボールがマット上に残った場合は罰打なしで第2打目から進む。) 2. ボールがOBになった時。 3. ボールが池及びハザードに入った時。(バンカーを除く) 4. 誤球した時。(ホールアウトしていない場合) 5. コース内の樹木、植込み等にボールがひっかかったり、植込み等に入ってショットが出来ない時。(この場合は、ホールに近づかない場所からコンパス方式によりプレーする。)
2 罰 打	1. ボールを押ししたり、かき寄せたり、掬 <sup>すくい</sup> い上げた時。 2. 誤球してホールアウトした時。 3. バンカーに入ったボールを、同伴競技者に宣言してバンカーの後ろに出してショットする時。
3 罰 打	1. ティショットの位置の誤りは、そのままプレーを進めホールアウト時に3罰打を加える。
失 格	1. 提出したスコアカードが間違っていた場合。(本人のみ)

※ 押ししたり、かき寄せとは、ボールとクラブが接したまま打つことをいう。



OUT	PAR	距離
1	4	65m
2	3	25m
3	5	70m
4	4	63m
5	4	63m
6	3	35m
7	5	78m
8	4	60m
9	4	60m
合計	36	519m

IN	PAR	距離
10	4	65m
11	3	30m
12	5	78m
13	4	54m
14	3	23m
15	4	63m
16	4	63m
17	4	58m
18	5	74m
合計	36	508m

# 会館建物側



単位：メートル

# NO! スポハラ

スポーツ・ハラスメント（暴力、暴言、ハラスメントなど）に、  
みんなが『NO！』と言う社会を目指して

## 『スポハラ（スポーツ・ハラスメント）』とは？

「スポハラ（スポーツ・ハラスメント）」とは、スポーツの現場において、「暴力」、「暴言」、「ハラスメント」、「差別」など“安全・安心にスポーツを楽しむことを害する行為”のことです。

指導者と指導を受ける者との関係のみならず、スポーツの現場における関係者の誰によっても、また誰に対してであっても、スポハラは起こりえます。





# NO! スポハラ

スポーツ・ハラスメント

(暴力・暴言・ハラスメントなど)に、

みんなが『NO!』と言う社会を目指して



ぼうりよくこういとうそうだんまどぐち  
スポーツにおける暴力行為等相談窓口

相談員



りようかのう  
どなたでもご利用可能!

きがる そうだん  
お気軽にご相談ください

スポーツにおける暴力行為等根絶宣言・  
スポーツ・インテグリティ確保に関する協力覚書>>



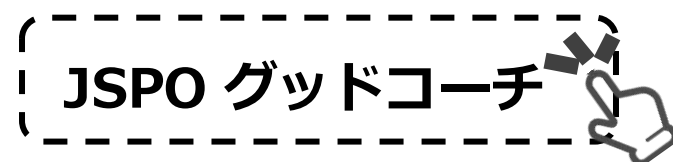
# 『スポハラ』根絶に向けた取組み



# JSPPO

Japan Sport Association

## グッドコーチとして適切に対応するための動画・ワークブックの公開

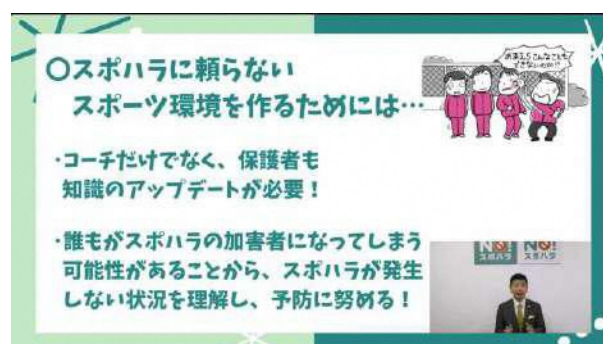


## スポーツ現場におけるハラスメント防止動画・情報発信動画の公開

### <スポーツ現場におけるハラスメント防止動画>

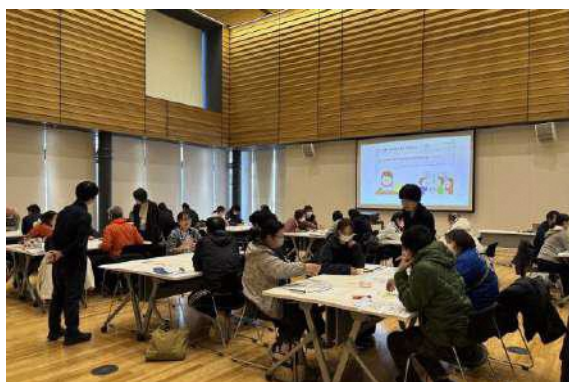


### <「スポハラ」に関する情報発信動画>



## スポーツ・ハラスメント防止・啓発セミナーの実施

### <令和6（2024）年度の様子（計4会場で開催）>



## 各種事業における「NO！スポハラ」活動の周知

### <国民スポーツ大会での活動紹介ブース>



### <「NO！スポハラ」活動横断幕の掲出>



# アスリートの盗撮、 写真・動画の悪用、 悪質なSNS投稿は 卑劣な行為です。

スポーツは、子供から大人まで誰もが楽しめるものです。そのためにも安心してスポーツに取り組める環境を守っていく必要があります。盗撮はもちろん、アスリートの写真・動画を使用した性的目的のSNS投稿やWEB掲載は、アスリート、更には多くのファン、家族、関係者を傷つける絶対に許されない卑劣な行為です。すべてのアスリートが競技に集中し、スポーツを心から楽しめる環境を守るため、スポーツ界全体でこの問題に取り組みます。

- ▶ 大会における盗撮防止事例を共有し、各大会での防止策の取り組みを後押しします。
- ▶ 研修等を通じ、アスリート自身がネットやSNSで身を守る必要性を啓発していきます。
- ▶ SNS投稿やWEB掲載の実態把握に努め、関係機関に共有していきます。

この問題を解決するには皆様のご理解が欠かせません。

これからも安心してスポーツができる環境を守るために、ご理解ご協力をお願いいたします。

## 安全な環境を、すべてのスポーツ愛好者のために。 SAVE ATHLETES, SAVE SPORT.

大会会場で盗撮等が疑われる行為を見かけましたら大会主催者にお知らせください。

アスリートを傷つける性的目的のSNS投稿やWEB掲載を見かけましたら下記サイトよりご連絡ください。今後の対応に活用するとともに、悪質な事例については当局への通報も検討します。

<https://www.joc.or.jp/about/savesport/>



- ▶ 盗撮は迷惑防止条例で犯罪として処罰される可能性があります。
- ▶ SNS等で本人の名誉を傷つける書き込みは犯罪(名誉毀損罪)として処罰される可能性があります。
- ▶ 匿名による投稿であっても、法的手続きにより、投稿者が特定され、損害賠償請求の対象になる可能性があります。

# 競技会場地マップ

## Venue map

<b>国スポ</b>	正式競技(37)	特別競技(1)	公開競技(7)	デモンストレーションスポーツ(39)	冬季正式競技(3)
<b>障スポ</b>	正式競技(14)	オープン競技(3)	(身)身体障がい者が出場できる競技 (知)知的障がい者が出場できる競技 (精)精神障がい者が出場できる競技		

### 東青地域

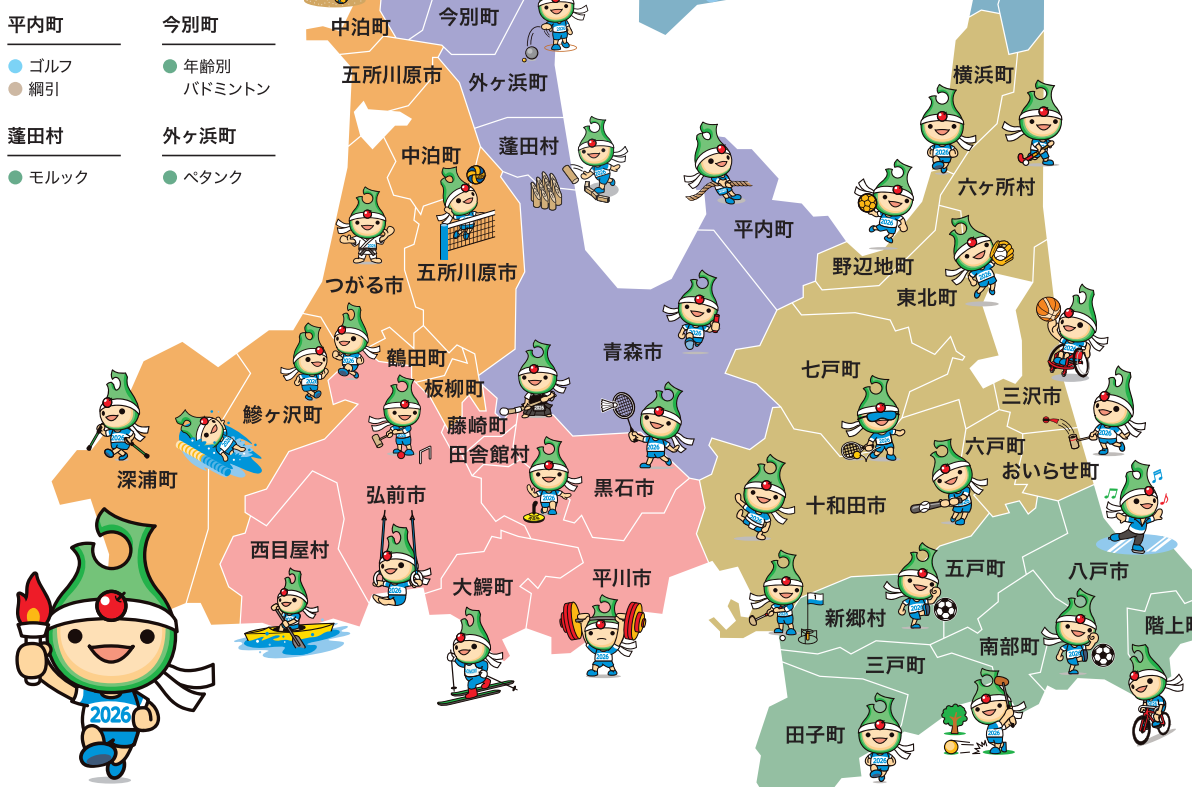
- 青森市**
- 国スポ総合開閉会式
  - 障スポ開閉会式
  - 陸上競技
  - 水泳(競泳)
  - 水泳(水球)
  - 水泳(アーティスティックスイミング)
  - 水泳(オープンウォータースイミング)
  - テニス
  - バレーボール(6人制)
  - バレーボール(ビーチバレーボール)
  - ハンドボール
  - ソフトテニス
  - 卓球
  - 軟式野球
  - ライフル射撃(25m)
  - ラグビーフットボール(15人制)
  - スポーツクライミング(リード・ボルダー)
  - アーチェリー
  - ゴルフ
  - トライアスロン
- ウォークビンゴ
- カーリング
- ソフトバレーボール
- ターゲット・バードゴルフ
- ドッジボール
- 年齢別ソフトテニス
- 年齢別テニス
- ふれあいボウリング
- ユニバーサルホッケー
- ラージボール卓球
- ダンススポーツ
- 陸上競技(身・知)
- 水泳(身・知)
- アーチェリー(身)
- 卓球(身・知・精)
- サウンドテーブルテニス(身)を含む。

### 下北地域

- むつ市**
- ローイング
  - バスケッボール
  - セーリング
  - フェンシング
  - フライングディスク
  - バスケッボール(知)
- 大間町**
- ウォーキング
- 東通村**
- ソフトバレーボール
- 風間浦村**
- ノルディックウォーキング
- 佐井村**
- ふれあいソフトボール

### 上北地域

- 十和田市**
- サッカー
  - バスケッボール
  - 相撲
  - ゲートボール
  - バウンドテニス
  - パークゴルフ
  - Let's Enjoy バウンドテニス
  - バレーボール(身)
- 三沢市**
- ホッケー
  - バスケッボール
  - 軟式野球
  - ソフトボール
  - 銃剣道
  - 武術太極拳
  - いきいき太極拳
  - スケート(ショートトラック)
  - アイスホッケー
  - ボウリング(知)
  - 車いすバスケッボール(身)
  - デフボウリング(身)
- 野辺地町**
- ハンドボール
- 七戸町**
- 剣道
  - ブラインドテニス(身)
- 六戸町**
- 軟式野球
- 横浜町**
- マラソン
- 東北町**
- ソフトボール
  - 女子ソフトボール
  - ソフトボール(知)
- 六ヶ所村**
- ホッケー
  - 軟式野球
- おいらせ町**
- 軟式野球
  - スポーツチャンバラ
  - ファイン・ボール
  - ブラインドベースボール(身)
  - ファイン・ボール(身)



### 西北地域

- 五所川原市**
- バレーボール(6人制)
  - バレーボール(精)
- つがる市**
- バレーボール(6人制)
  - 柔道
  - バレーボール(知)
- 鱈ヶ沢町**
- マスターズスイミング
- 深浦町**
- ノルディックウォーキング
- 板柳町**
- ふれあいゲートボール
  - ウォーキング
- 鶴田町**
- マラソン&ウォーキング
- 中泊町**
- ビーチサッカー

### 中南地域

- 弘前市**
- 体操(競技)
  - 体操(新体操)
  - 体操(トランポリン)
  - ソフトボール
  - 弓道(近的・遠的)
  - ライフル射撃(50m, 10m, BR・BP)
  - 空手道
- 黒石市**
- バドミントン
- 西目屋村**
- カヌー(スプリント)
  - カヌー(スラローム・ワイルドウォーター)
- 大鰐町**
- パラグライディング
  - オリエンテーリング
  - スキー(ジャイアントスラローム)
  - スキー(クロスカントリー)
- 平川市**
- ウェイトリフティング
  - グラウンド・ゴルフ
  - エアロビック
  - インディアカ
- 藤崎町**
- なぎなた
  - パワーリフティング
  - スポーツウエルネス吹矢
- 田舎館村**
- ユニカール

### 三八地域

- 八戸市**
- サッカー
  - バスケッボール
  - レスリング
  - 自転車(トラックレース)
  - ソフトボール
  - ラグビーフットボール(7人制)
  - ボウリング
  - 空道
  - スケート(スピード)
  - スケート(フィギュア)
  - アイスホッケー
  - サッカー(知)
  - フットソフトボール(知)
- 三戸町**
- パークゴルフ
- 五戸町**
- サッカー
- 田子町**
- マラソン
- 南部町**
- サッカー
- 階上町**
- 自転車(ロードレース)
  - フロアボール
- 新郷村**
- エンジョイ!グラウンド・ゴルフ
- 宮城県利府町**
- 水泳(飛込)
- 山梨県北杜市**
- 馬術
- 秋田県鹿角市**
- スキー(スペシャルジャンプ)
  - スキー(コンパインド)

### 県外

- 宮城県利府町
- 水泳(飛込)
- 山梨県北杜市
- 馬術
- 秋田県鹿角市
- スキー(スペシャルジャンプ)
  - スキー(コンパインド)

第80回国民スポーツ大会  
デモンストレーションスポーツ  
ターゲット・バードゴルフ競技

青の煌めきあおもり国スポ・障スポ青森市実行委員会