



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

年齢別ソフトテニス競技

会 期 7.5 ⑧

会 場 新青森県総合運動公園テニスコート

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 青森県ソフトテニス連盟

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（※）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^{きら}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。

スローガン

翔ける未来^{きら}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。

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）

ダンス「青の煌めきダンス」^{きら}



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



Download on the
App Store

GET IT ON
Google Play

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、年齢別ソフトテニス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、今年は昭和元年（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 にし ひで き 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
年齢別ソフトテニス競技会が、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。

年齢別ソフトテニスは、基本的なルールはそのままに、年齢ごとに部門を分けて競い合
います。硬式テニスに比べボールが軽く、初心者でもラリーが続きやすいため生涯スポー
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、本市では年齢別ソフトテニスをはじめ 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



デモスポ競技主管競技団体会長

青森県ソフトテニス連盟

会長 今井 正 樹

「翔けろ未来へ縄文の風に乗って」のスローガンのもと10月に開催される第80回国民スポーツ大会「青の煌めきあおもり国スポ」ソフトテニス競技会のデモンスポーツスポーツとして、「年齢別ソフトテニス」競技が、ここ青森市の新青森県総合運動公園テニスコートにおいて開催されますことは、このうえない喜びであり、青森県ソフトテニス連盟を代表して心よりお喜び申し上げます。

本大会は、国スポ実施競技の一つであり、健康づくりや体力向上、世代間・地域間の交流の輪を広げることを目的として行われております。

本県では18年前(平成20年度)から「グッドマナーとフェアプレーを推進しましょう！」のキャッチフレーズのもとに、大会全体のマナーアップに取り組んでおります。

本大会に参加された選手の皆様が他の選手の模範となり、素晴らしいスポーツマンシップを発揮されますとともに、大会に関係する全ての皆様のご協力により、大会全体のマナーアップが図られることを心から念願いたします。

さて、10月16日から19日にかけて、本会場におきまして第80回国民スポーツ大会が開催されます。昭和53年以来49年ぶり2巡目となり、名称も国民体育大会から国民スポーツ大会に改称された国内トップレベルの大会であり、それぞれの目標に向かってチームワークの良さと闘志あふれる素晴らしいプレーを間近で観戦できることは、本県のソフトテニス普及にも多大なる効果があるのではと期待しております。

終わりに、本大会の開催にあたり、多大のご支援、ご協力を賜りました関係者の皆様に心より感謝申し上げますとともに、選手の皆様のご健闘を心より祈念いたしまして大会開催に向けてのことばといたします。

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
今 井 正 樹
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
新 保 俊 彦
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 濟
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

2026年6月2日現在
(順不同・敬称略)

競技委員長	新 保 俊 彦	
競技副委員長	佐々木 正美	工 藤 聡 子
競 技 委 員	石 橋 千 暁	鹿 内 守

〔16〕 年齢別ソフトテニス

1 期 日 2026 年 7 月 5 日（日）
受 付 8 時30分
開会式 9 時15分
競技開始 9 時30分
表彰式 14時00分

2 会 場 青森市 新青森県総合運動公園テニスコート

3 種別及び参加人員

種 別		合 計(人)
男女混合ダブルス	30 歳代	20 ペア (40 人)
	40 歳代	
	50 歳代	
	60 歳代	

4 競技上の規程及び方法

(1) 競技規則

公益財団法人日本ソフトテニス連盟ルールブックによる。

(2) 競技方法

ア 原則としてリーグ戦方式とする。

イ 7 回ゲームとし、組合せは青森県ソフトテニス連盟が作成する。

ウ 参加ペア数によっては、試合形式の変更を行う可能性がある。

5 選考方法

(1) 原則申込者全員参加とする。

(2) 申込多数の場合は、青森県ソフトテニス連盟において調整を行う場合がある。

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) 市町村別を原則とするが、参加者が少ない場合は、青森県ソフトテニス連盟一任のこと。

7 表 彰

各種別とも、1 位から 3 位に賞状を授与する。

8 参加申込方法

- (1) 2026 年 5 月 26 日（火）から 2026 年 6 月 2 日（火）までとする。
- (2) 「参加申込書」を下記宛てに FAX 又は、電子メールで申込みすること。当日参加は、認めない。

申込先	宛 先	提出部数
青森県ソフトテニス連盟	〒030-0841 青森県青森市奥野二丁目 27 番 1 号 TEL 090-2609-7971 FAX 017-735-4090 E-mail t.shimpo0310@gmail.com	1 部

9 参加負担金

- (1) 1 人 500 円とする。(1 ペア 1,000 円)
- (2) 大会当日、受付に持参すること。

10 参加上の注意

- (1) 参加者は、スポーツ傷害保険に加入すること。
- (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) 用具、ウェア、シューズ等は、公益財団法人日本ソフトテニス連盟公認のものを使用すること。

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、青森県ソフトテニス連盟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。

式典次第

開会式

1. 役員・選手整列
2. 開会宣言
3. 大会会長あいさつ
4. 競技上の注意
5. 選手宣誓
6. 閉式通告
7. 役員・選手退場

閉会式

1. 役員・選手整列
2. 閉式通告
3. 成績発表
4. 表彰
5. 大会会長あいさつ
6. 閉式宣言
7. 役員・選手退場
8. 入賞者写真撮影

競技日程

期日	時間	会場
7月5日(日)	受付 午前8時30分 開会式 午前9時15分 競技開始 午前9時30分	新青森県総合運動公園テニスコート (S6～10コート)

☐練習時間 8時30分～9時10分

☐表彰式 14時(競技終了後 20分以内)

第80回国スポデモンstrレーションスポーツ 一年齡別ソフトテニス競技ー

令和8年7月5日（日）新青森県総合運動公園テニスコート

混合30～40歳代

		1	2	3	4	勝点	得失	順位
1	成田和男 ・ 宮原貴子 （ 弘前 ）							
2	越田貴博 ・ 佐々木瑞希 （ 八戸 ）							
3	山谷秀和 ・ 山口 梓 （ 青森・板柳 ）							
4	一戸辰也 ・ 永田こづえ （ 黒石 ）							

混合50歳代

		5	6	7		勝点	得失	順位
5	吉浦 一 ・ 吉浦美幸 （ むつ ）							
6	石岡正樹 ・ 大川美代子 （ 弘前・青森 ）							
7	高橋裕雅 ・ 三浦恵子 （ 五戸 ）							

		8	9	10	11	勝点	得失	順位
8	石岡重政 ・ 石岡幸子 （ 弘前 ）							
9	溜 佳士 ・ 溜 恭子 （ 八戸 ）							
10	手塚正弘 ・ 手塚優子 （ 黒石 ）							
11	小田桐肇 ・ 豊巻百合子 （ 弘前・青森 ）							

第80回国民スポーツ大会デモンstrレーションスポーツ「年齢別ソフトテニス」競技・進行予定表

・日時 令和8年7月5日（日） ・会場 新青森県総合運動公園テニスコート
 ・総試合数 16 ・競技開始 9:30 ・競技終了予定13:30

種別	混合30～40		混合50～60		混合50～60		混合50～60		混合50～60		混合50～60	
コートNo.	S6コート	審判	S7コート	審判	S8コート	審判	S9コート	審判	S10コート	審判	コート	審判
1	—		1 — 2	4	8 — 9	11	5 — 6	7	—		—	
2	—		3 — 4	1	10 — 11	8	—		—		—	
3	—		1 — 3	2	8 — 10	9	6 — 7	5	—		—	
4	—		2 — 4	3	9 — 11	10	—		—		—	
5	—		2 — 3	4	9 — 10	11	5 — 7	6	—		—	
6	—		1 — 4	2	8 — 11	9	—		—		—	
7	～		～		5 ～ 11	P	～		—		—	
8	—		～		—		～		—		—	



ソフトテニス

競技内容

ソフトテニス

英国から渡ってきた「ローンテニス」を基に、日本で考案された競技で、ラケットを使ってボールを打ち合い、ポイントを競うスポーツです。自分のコートに飛んできたボールをノーバウンドかワンバウンドで返球します。

国スポ（国体）では、2組のダブルスと1人のシングルスで1チームとする団体戦を行います。試合は4ポイント先取で1ゲームを獲得し、7ゲームのうち4ゲームを先取したチームが勝ちとなります。



ダブルス

ダブルスの魅力は、2人のプレーヤーのコンビネーションの妙技にあります。相手の陣形を崩す配球やポジションを変化させ味方のプレーヤーがポイントしやすいようにプレーしたり相手のミスを誘ったりすることもあります。2人が中間ポジションを取り、素早くボレーで返球するダブルフォワードは高度な技術を要するより攻撃的な戦略です。

シングルス

シングルスは、一人でオールコートのカバーする運動能力とオールラウンドな技術が必要とされます。ショートボールやカットストロークを使った多彩な攻撃、スマッシュやボレーといった華麗なネットプレー、迫力ある打ち合いが見どころです。

青の煌めきあおもり国スポ・デモンストラーションスポーツ「年齢別ソフトテニス」

参加者名簿

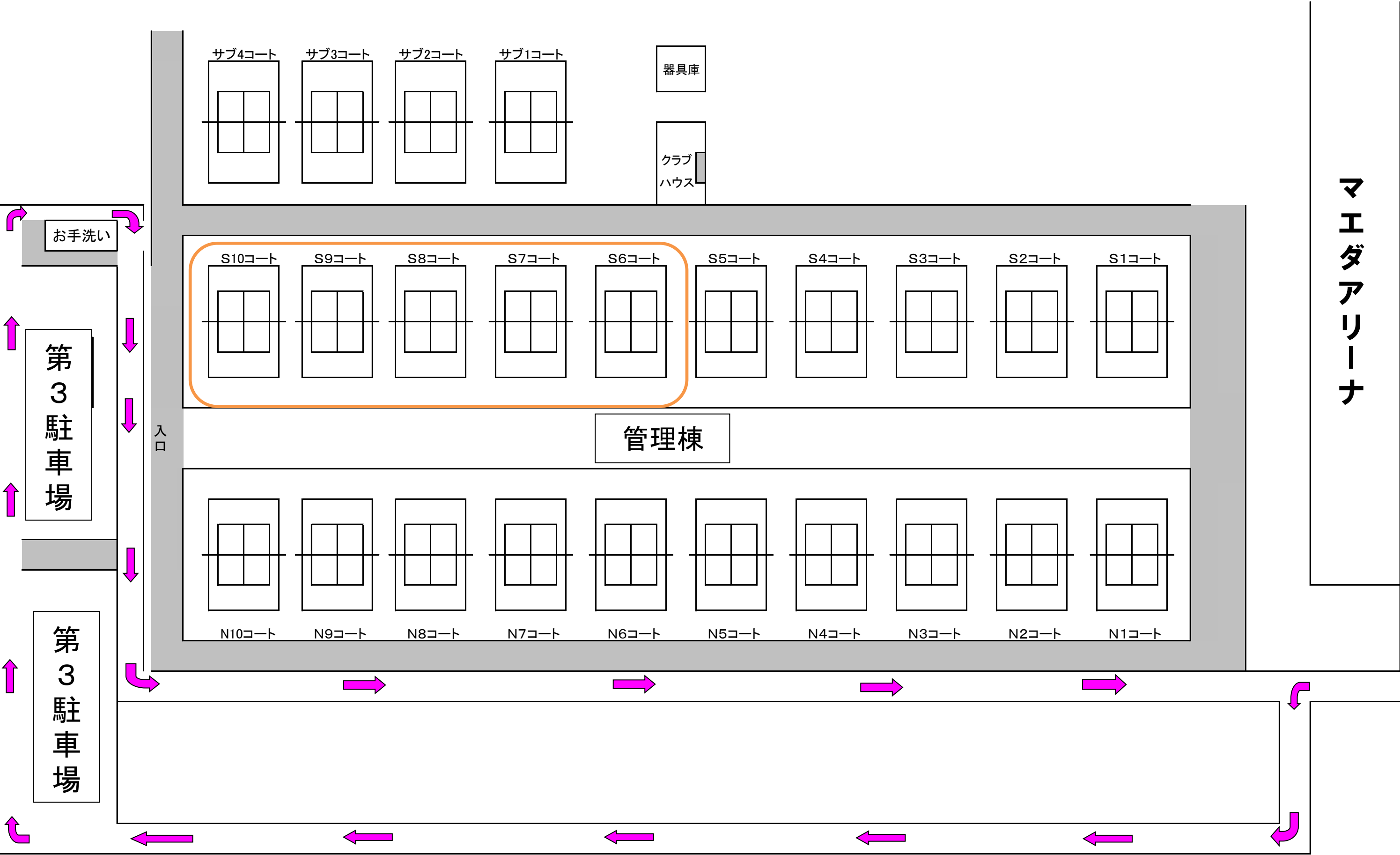
30歳～40歳代

男子氏名	女子氏名	男子所属	女子所属
越田貴博	佐々木瑞希	八戸	八戸
成田和男	宮原貴子	弘前	弘前
山谷秀和	山口 梓	青森	板柳
一戸辰也	永田こづえ	黒石	黒石

50歳代

男子氏名	女子氏名	男子所属	女子所属
石岡重政	石岡幸子	弘前	弘前
小田桐 肇	豊巻百合子	弘前	青森
石岡正樹	大川美代子	弘前	青森
高橋裕雅	三浦恵子	五戸	五戸
手塚正弘	手塚優子	黒石	黒石
溜 佳士	溜 恭子	八戸	八戸
吉浦 一	吉浦美幸	むつ	むつ

新青森県総合運動公園テニスコート会場図



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、スポハラは起こります。



Japanese
Olympic
Committee



『スポハラ』根絶に向けた取組み



JSPPO

Japan Sport Association



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>>



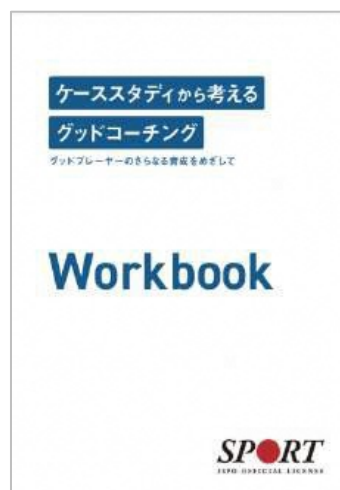
『スポハラ』根絶に向けた取り組み



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

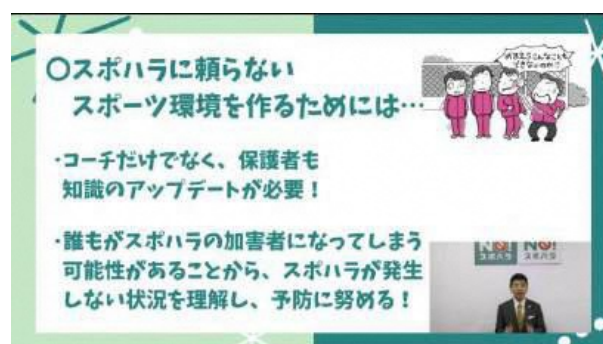


スポーツ現場におけるハラスメント防止動画・情報発信動画の公開

<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会場で実施）>



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めます。

- ▶ 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

国スポ	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)
障スポ	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

平内町

- ゴルフ
- 綱引

蓬田村

- モルック

今別町

- 年齢別バドミントン

外ヶ浜町

- ペタンク

- 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
- ランジボール卓球
- 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
- バスケットボール
- セーリング
- フェンシング
- フライングディスク
- バスケットボール(知)

大間町

- ウォーキング

風間浦村

- ノルディックウォーキング

東通村

- ソフトバレーボール

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
- バスケットボール
- 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
- バスケットボール
- 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)
- 車いすバスケットボール(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)

鰺ヶ沢町

- 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)

- クレー射撃(トラップ・スキート)
- 高等学校野球(硬式・軟式)
- マスターズ陸上競技
- ビリヤード
- フライングディスク(身・知)
- ボッチャ(身)

平川市

- ウエイトリフティング
- 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
- バスケットボール
- 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

田子町

- マラソン
- 自転車(ロードレース)
- フロアボール

階上町

- エンジョイ! グラウンド・ゴルフ

五戸町

- サッカー

南部町

- サッカー

新郷村

- エンジョイ! グラウンド・ゴルフ

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 8 0 回国民スポーツ大会
デモンストレーションスポーツ
〔 年齢別ソフトテニス 〕 競技会

青の煌めきあおもり国スポ・障スポ青森市実行委員会