



# 小出義雄記念

## 陸上競技場の利用について

### ■ 館内のご利用について

- ◇ ご利用いただける有料施設は以下のとおりです
  - ・競技場 ・会議室 ・更衣室 ・シャワー室 ・トイレ

※ロビーの奥まで入場される場合は施設利用料金が掛かります  
※会議室の利用には別途料金が掛かります(予約制)
- ◇ 団体・個人利用の**指導者は1名のみ無料とし、2人目からは有料**です
- ◇ 場外練習・再入場の際は受付窓口の名前、団体名をお伝えください
- ◇ トラック・投てき・走幅跳・三段跳の備品は正門側の器具庫(器具庫A)、走・棒高跳の備品は100mゴール側の器具庫(器具庫B)にあります
- ◇ 貸出可能な備品については器具庫内の案内をご確認ください
- ◇ 場内のベンチは休憩用のため、荷物はロッカーをご使用ください
- ◇ **スパイクを履いたまま、館内を歩くのはおやめください** ※床が破損します
- ◇ 館内トイレは利用者専用です ※利用者以外は屋外トイレをご利用ください
- ◇ 2階スタンドは雨天時のみご利用いただけます
- ◇ ケガや体調不良等が発生した場合、氷を提供しますので受付窓口までお声掛けください ※クールダウン等の身体ケアでの使用では提供しません
- ◇ ペットを連れての入館・入場はできません ※盲導犬・聴導犬・介助犬は除く

### ■ 各種目の注意事項について

- ◇ 各種目の注意事項は別途掲示してあります  
注意事項遵守の上、モラルのある利用をお願いします
- ◇ 混雑状況や天候等によりご利用いただけない種目もございます  
予め、受付窓口までご確認ください

### ■ その他

- ◇ 周囲の利用者の安全に配慮してご利用ください
- ◇ 貴重品の管理は各自でお願いします  
貴重品等の紛失その他盗難事故には一切の責任を負いかねます
- ◇ 貸出備品は使用后、必ず元の場所へ戻してください  
備品等を紛失・破損した場合は、利用者にて原状回復となります
- ◇ 混雑時、入場を制限する場合があります
- ◇ その他、管理事務所の指示に従ってください
- ◇ ルールを厳守できない方、団体は利用を中止することがあります



# 小出義雄記念陸上競技場 利用時間及び夜間利用について

## 4月～9月

昼間利用 8:30～18:30  
夜間利用 18:30～21:00

### 夜間利用可能日

4月～9月 → 火曜日・水曜日・木曜日・金曜日

## 10月～3月

昼間利用 8:30～16:30  
夜間利用 16:30～21:00

### 夜間利用可能日

10月のみ → 火曜日・水曜日・木曜日・金曜日  
11月～3月 → 水曜日・金曜日

## 夜間利用のご案内

### 夜間利用可能日・時間帯

上記のとおり ※最終入場 20:30 完全退場 21:00  
利用者がいない場合は20:30に閉場



### 利用料（個人利用のみ）

- 市内在住・在学・在勤：施設利用料150円+夜間利用料150円 = 300円
- 市外：施設利用料300円+夜間利用料150円 = 450円

### 利用可能種目

- トラック種目
- 走幅跳
- 三段跳

### 使用可能備品

- スターティングブロック
- ハードル
- 走幅跳・三段跳び器具一式

### 注意事項

- 小・中学生の夜間利用については保護者または成人の責任者の付き添いが必要で（保護者または成人の責任者の送迎がある場合は利用可能）
- フィールド（芝生）内は立入禁止となります  
半円はアップやクールダウン等の軽い運動のみ
- 冬季（低温時）のスパイク使用は、トラック舗装の損傷につながりますので計画的にご使用ください
- その他、管理者の指示に従ってください

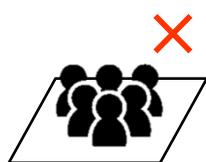
休場日や専用利用等により、ご利用いただけない場合がございます  
ご利用の際は事前に陸上競技場総合窓口までご確認ください



# 陸上競技場利用における 注意事項



場内を利用する時は、必ず衣服を着用してください



器具庫内を独占的・排他的に利用することはおやめください



場内の施設や陸上備品・用具を損傷、汚損した場合は、速やかに係員に報告し、その指示に従ってください



場内での食事及び喫煙は、堅くお断りします  
スタンドでの食事は可能とします



気温上昇時は、日かげをつくる対策や  
こまめに水分補給を摂るなど、熱中症等に  
気を付けてください



貴重品は自己管理してください  
盗難及び利用中の事故については  
一切の責任を負いかねます



# トラック・砂場の利用について

- 陸上ウレタン舗装の磨耗低減に努め、利用を制限いたします
  - ◇ 1・2レーンのスパイク使用はご遠慮ください ※タイム測定時は可能
  - ◇ スパイクは陸上競技専用をご使用ください
    - ※ピンの先端が鋭利になっている土専用ピンやニードルピンの使用は禁止
  - ◇ スパイクを使用する場合は、練習計画を立て必要以上の使用をお控えください
  - ◇ スパイクでウレタン舗装を引っ掻く行為はおやめください
  - ◇ スタート位置の保護のため、スターティングブロックの使用及びホームストレートを使用した練習の際には施設管理者が指定したスタート位置をご利用ください ※ハードル種目に関しては本番スタート位置の利用可能
  - ◇ 事故防止のため、各走種目のレーン規制にご協力ください
    - 1、2、3レーン：中・長距離 ■ 4、5、6レーン：短距離
    - 7、8レーン：ハードル ※混雑時等レーン規制を変更する場合があります
  - ◇ バックストレート側トラックも有効にご活用ください
  - ◇ レーンや縁石に目印等でテープを使用した後は必ず剥がしてください
  - ◇ その他、ウレタン舗装の磨耗低減にご協力をお願いします
- トラックを横断する際は、左右の安全確認を必ず行ってください  
ゴール後は、必ず後ろを確認してからレーンを変更してください  
(接触事故防止に努めてください)
- 混雑時は3000m障害ハードルのご使用はご遠慮ください  
使用時は、事前に受付窓口までご相談ください
- 表示タイルを踏まないでください ※1・8レーン脇等に設置されています
- 縁石フレーム(1レーン脇)に乗らないでください
- 砂場を使用時は砂場専用カバーを全部外してください  
また砂場専用カバーの上をスパイクで歩かないでください
- 砂場を利用した後は、周囲を必ずほうきで掃いてください  
砂場専用カバーはおもりで風に飛ばされないようにかぶせてください
- 使用したスコップ、トンボ等の用具は必ず水洗いしてください
- 雨天時は砂場はご利用できません



表示タイル



# フィールド(芝生)利用について

■ フィールド・投てきのご利用は必ず受付までご確認ください

◇ 作業、芝生養生期間等はフィールドは利用できません

◇ 雨天時、雨天後等のご利用はご遠慮ください

◇ 芝生コンディションにより、利用できない場合があります

◇ 投てき種目の利用時は、フィールド内立入禁止です

■ 著しく芝生に損傷を与える練習等のご遠慮ください

◇ フィールド内では芝生を傷つけるスパイクや集中的に踏圧するハードル、ラダー等の使用はご遠慮ください

◇ ジョグ、ストレッチ等の軽い練習のみご利用ください



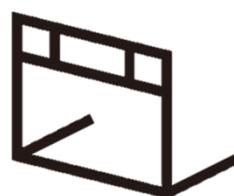
NG

ラダー



NG

ミニハードル



NG

ハードル



NG

スパイク



NG

ミニコーン



OK

ジョギング



OK

ストレッチ

■ フィールドの横断は十分注意してください ※投擲利用注意

■ フィールド内には、必要以上に物を置かないでください

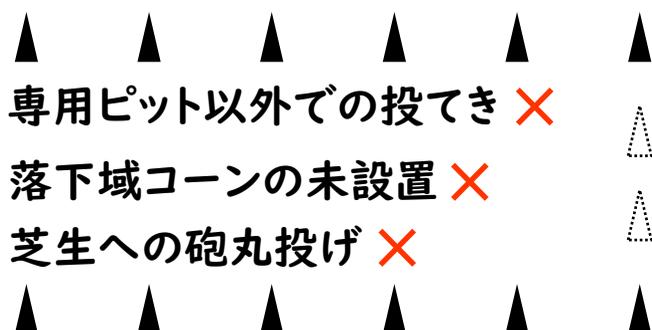
■ フィールド内での飲料は水のみになります

■ 芝生の管理作業等により、フィールドが利用できない場合がございますのでご利用前に受付窓口までご確認ください



# 投てき利用について

- 投てき練習を行う場合は、事前に受付窓口までご確認ください
- ◇ 投てき種目ごとにルールがあります（詳細は利用前必ず確認）
- ◇ 雨天時・雨天後・混雑時等は利用できません
- **投てき利用は安全を第一に、利用団体又は個人の責任のもと競技を行ってください**
- ◇ 投てき種目をご利用する際は安全管理を徹底して**必ず2人以上**で利用してください
- ◇ **投てき時の声かけ等をお願いします**
- ◇ 周囲の利用者の安全に配慮してご利用ください
- やり投げ・円盤投げについて
- ◇ 投てきサークル、槍助走路以外の投擲は禁止です※**投げ返し禁止**
- ◇ やり、円盤の**落下域（フィールド）にコーンを必ず設置**してください
- ◇ 円盤投げ利用時は**投てき用囲いネットの使用が必須**です  
ご使用の際は設営手順の確認、複数人での設営してください  
なお、利用終了時間の30分前には片づけを始めてください
- ◇ 競技終了後、ディポット補修（砂入れ）等をお願いします
- 砲丸投げについて
- ◇ 砲丸投げは砲丸ピットをご使用ください ※**芝生内への投擲禁止**
- ◇ 砲丸を転がして移動させることはおやめください ※**ピット縁石の破損注意**
- ◇ 足留材を使用する場合は**必ず工具が必要です**  
設営する際は必ず受付窓口までお声掛けください
- ◇ 使用後は砲丸ピットを必ず整備し、砲丸は乾いた布で拭いてください  
また使用したトンボやレーキ等の用具は必ず水洗いしてください
- ◇ 砲丸ピットカバーはおもりで風に飛ばされないようにしてください



投てき囲い  
不使用 ×

投てき物  
投げ返し ×



# 走・棒高跳の利用について

- 走高跳用マット等一式、棒高跳用マット等一式は100mゴール側の器具庫(器具庫B)内にあります
- 高跳用マットの設営には複数人での対応が必要です
- 器具庫からマットの台車を移動する際は、利用者や縁石フレームに注意を払い、利用者自身で運搬してください  
また、フィールド(芝生)内に台車を乗り入れないでください
- 芝生養生のため、マットはフィールド内には置かないでください
- 利用終了時間の30分前には片づけを始めてください
- マットの磨耗低減のため、以下のとおりご協力ください
- ◇ 雨天時及び雨天後のご使用いただけません  
利用中に雨が降ってきた場合は速やかに器具庫へ戻してください  
※設置場所が乾いてから、ご使用いただけます
- ◇ 各種マット、上面マットの上は、スパイクで歩かないでください  
マットを降りる際はマットの端まで転がってから降りてください



スパイクで歩いた場合、左写真のとおり、上面マットが裂けてしまいます  
破損等を発見した際には競技に影響が出るため、使用を制限することがあります

- マットを台車に積む際は器具庫内に表示してある順番のとおり  
に積んでください
- 棒高跳びのご利用について
- ◇ 支柱の設営、ボックス枠の設営には必ず工具が必要です  
設営する際は必ず受付窓口までお声掛けください
- ◇ 固定具を使用せず支柱を組み立てて、使用することは  
大変危険のため、おやめください(重大な事故につながります)
- ◇ 棒高跳のポールを用いた砂場での変則的な練習は危険なので  
行わないでください