

三重とこわか国体

第76回国民体育大会

2021年 9月25日(土)~10月5日(火)

ときめいて人 かがやいて未来 2021

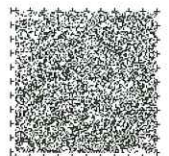
三重とこわか大会

第21回全国障害者スポーツ大会

2021年 10月23日(土)~10月25日(月)



右の様子は音声コードと呼ばれる
バーコードで、専用の読取機で
音声を聞くことができます。



三重とこわか国体 会期前実施競技 (水泳・体操・レスリング・柔道)

2021年 9月4日(土)~9月20日(月)

2021年4月1日現在

三重県内全市町で競技を開催！

会場マップ

三重とわか国体

正式競技 19市町 37競技
 特別競技 3市 1競技
 公開競技 5市町 5競技
 デモンstrーションスポーツ 20市町 32競技

(注) 競技名の後に(種別)の記載がない競技は、全種別を実施

三重とわか大会

正式競技 9市町 14競技
 オープン競技 1市 2競技

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

鈴鹿市
 水泳/競泳、水泳/飛込、水泳/水球、水泳/フリースタイル/シンクロ、サッカー(成年男子)
 ハンドボール(成年男子)、ソフトテニス、軟式野球、馬術、ラグビーフットボール(女子・少年男子)
 ゴルフ(少年男子)、エアロビクス、水泳、サッカー

伊賀市
 サッカー(女子)、ハンドボール(少年女子)、軟式野球、剣道、クレ射撃
 新体操(少年男子)、キッズホッケー

名張市
 ホッケー、軟式野球
 弓道、綱引
 ショートゲートゴルフ

御浜町
 ウォークラリー

紀宝町
 ラジオ体操

熊野市
 ソフトボール(成年女子)、ラグビーフットボール(成年男子)

尾鷲市
 水泳/オープン/ウォーターサイミング、ウォーキング
 クラップ、ユニカール

紀北町
 ソフトボール(少年女子)、グラウンドゴルフ、ソフトボール

尾鷲市
 水泳/オープン/ウォーターサイミング、ウォーキング
 クラップ、ユニカール

志摩市
 ボクシング、ソフトボール(少年男子)
 トライアスロン、シーカヤック
 スタンドアップパドルボード、フットベースボール

伊勢市
 陸上競技、サッカー(女子)、卓球
 相撲、バドミントン、高等学校野球(硬式)
 陸上競技、卓球、ポッチャ

松阪市
 アーチェリー、高等学校野球(軟式)、ゲートボール、健康体操
 日本拳法、ベタング、アーチェリー

鳥羽市
 フェンシング

大台町
 ボート

大紀町
 カラーリング

南伊勢町
 ビーチボール/バレー

度会町
 ウォークラリー

玉城町
 スポーツ健康救急士、チベットヨガ

明和町
 ソフトボール(成年男子)、かるた競技、グラウンドソフトボール

川越町
 ソフトボール

木曾岬町
 スポーツチャンバラ

朝日町
 パワーリフティング

桑名市
 ゴルフ(女子)、武術太極拳

東員町
 パークゴルフ、フライングディスク

いなべ市
 ハンドボール(少年男子)、自転車ロードレース

菟野町
 スポーツライミング、ディスクゴルフ

亀山市
 ウェイトリフティング、軟式野球
 カラーリング、スポーツ鬼ごっこ
 ビリヤード、ユニカール

東員町
 パークゴルフ、フライングディスク

桑名市
 ゴルフ(女子)、武術太極拳

朝日町
 パワーリフティング

木曾岬町
 スポーツチャンバラ

川越町
 ソフトボール

津市
 バレーボール個人制、バレーボール/ビーチバレーボール、バスケットボール
 レスリング、セーリング、柔道
 ライフル射撃(CP以外)、ライフル射撃(CP)、なぎなた
 ボウリング、高等学校野球(硬式)、ウォークラリー
 3日体操、スポーツエンズ救急士、ボウリング
 バスケットボール、柔道、バレーボール
 陸上競技、スポーツエンズ救急士、ラグビーフットボール

四日市市
 サッカー(少年男子)、テニス、体操/競技、体操/新体操
 体操/トランポリン、自転車トラックレース、軟式野球、カヌー/スプリント
 空手道、ゴルフ(成年男子)、SSピンポン、カッターレース
 タスポニー、バドミントン、ファミリーバミントン、バレーボール

★ 開・閉会式会場
 みえけんそうこうふんか
三重県総合文化センター 大ホール

せいしきぎょうぎ
正式競技

こじんぎょうぎ だんたいぎょうぎ ぜんこく やく にん
個人競技と団体競技をあわせて全国から約 3,600 人の
選手が参加します。

み え たい かい
三重とこわか大会

競技	障害区分	市町	会場	10月		
				23 土	24 日	25 月
開・閉会式		津市	三重県総合文化センター 大ホール	●	●	●
個人競技	陸上競技	伊勢市	三重交通G スポーツの杜 伊勢 陸上競技場	●	●	●
	水泳	鈴鹿市	三重交通G スポーツの杜 鈴鹿 水泳場	●	●	●
	アーチェリー	松阪市	松阪市総合運動公園 芝生広場	●	●	
	卓球 (サウンドテーブルテニス (身) を含む。)	伊勢市	三重県営サンアリーナ (メインアリーナ)	●	●	
	フライングディスク	東員町	朝日ガスエナジー東員スタジアム	●	●	●
	ボウリング	津市	津グランドボウル	●	●	
	ポッチャ	伊勢市	三重県営サンアリーナ (サブアリーナ)	●	●	
団体競技	バスケットボール	津市	津市産業・スポーツセンター (サオアリーナ)	●	●	
	車いすバスケットボール					
	ソフトボール	紀北町	赤羽公園野球場、赤羽公園多目的グラウンド	●	●	
	グランドソフトボール	明和町	明和中学校第2グラウンド	●	●	
	バレーボール	身・知	四日市市	四日市市総合体育館	●	●
	サッカー	精	津市	津市安濃中央総合公園内体育館	●	●
	フットベースボール	知	鈴鹿市	三重交通G スポーツの杜 鈴鹿 サッカー・ラグビー場	●	●
	知	志摩市	長沢野球場、長沢多目的広場	●	●	

きょうぎ しょう しゃ いっそう ふきゅう しんこう はか かんてん じっし きょうぎ
オープン競技 障がい者スポーツの一層の普及・振興を図る観点から実施される競技です。

競技	障害区分	市町	会場	競技日程
スポーツウエルネス吹矢	身・知・精	津市	津市久居体育館	10月24日(日)
ハンザクラスセーリング	身・知・精	津市	津ヨットハーバー	10月16日(土)~10月17日(日)

(注) 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

うん どう
とこわか運動

けん じん の 皆 さん の ちから りょうたいかい も
県民の皆さんの力で両大会を盛りあげる
「とこわか運動」への参加を募集しています!
皆さんも一緒に「とこわか運動」の輪を広げていきましょう!

もうしこみ
申込は
こちら→



み え ちから けっしゅう
ときめく三重の力を結集



とりくみ
こころをこめた取組



みりよく つた
わになろう! 魅力を伝えるおもてなし



みらい げんき みえ
がやく未来 元気な三重



みんなで参加
するとこっ!

すで とく かつどう いち ぶ しょうかい
既に取り組んでいただいている活動の一部を紹介します



うんどうかい
運動会で「とこわかダンス」を踊る



イベントにとこまるを活用



でんぽ
店舗に広告物を掲示



クリーンアップ活動に参加

うた おど
歌って! 踊って! 盛り上げよう!

イメージソング「未来に響け」とさまざまなバージョンの「とこわかダンス」
で両大会に向けてみんなで盛り上げていきましょう!

イメージソング「未来に響け」

この曲は、両大会に参加する選手だけでなく、それを支える皆さんが明るく元気になれる曲になっています。野田愛実さんが歌っているノーマルバージョン、ダンスバージョンのほか、吹奏楽や合唱、BGM、手話バージョンがあります。

みんなで踊ろう! 「とこわかダンス」

- ♪ イージー
小学校低学年やダンス未経験者でも気軽に取り組めるバージョン
- ♪ スタンダード
小学校高学年やダンス経験者も楽しめるバージョン
- ♪ 座位
障がいのある方やご年配の方など幅広く取り組めるバージョン





かしょうしゃ
歌唱者
のだ えみ
野田 愛実さん

まつさかしゅうせん
松阪市出身
シンガーソングライター

イメージソング「未来に響け」と「とこわかダンス」は、
YouTube の公式チャンネル
「三重とこわか国体・三重とこわか大会 2021」からチェック!



三重とこわか国体・三重とこわか大会の概要

たい かい めい 大会名	だい かいこくみんたいいくたいかい 第76回国民体育大会	だい かいぜんこくしょうがいしゃ 第21次全国障害者スポーツ大会
もく じき 目的	ひろく こくみん あいだにスポーツを普及し、スポーツ精神を高揚して国民の健康増進と体力の向上を図り、併せて地方スポーツの推進と地方文化の発展に寄与するとともに、国民生活を明るく豊かにすることを目的としています。	しょうがい者が競技を通してスポーツの楽しさを体験するとともに、国民の障がいに対する理解を深め、障がいの社会参加の推進に寄与することを目的としています。
あい しょう 愛称	<p style="text-align: center;">三重とこわか国体 三重とこわか大会</p> <p>両大会は、「活力に満ちた元気な三重」につながる大会をめざしており、三重の人、地域、そして来訪者の全てが活力に満ち元気になることを願い、そのようなきっかけにつながる大会となるようにとの思いを込めて、活力に満ちた元気な姿を「いつまでも若いさま」という意味の「とこわか」に託しています。</p>	
かいさい きかん 開催期間	2021年 9月25日(土)～10月5日(火)	2021年 10月23日(土)～10月25日(月)
じっし きょうぎ 実施競技	正式競技：37競技 公開競技：5競技 特別競技：1競技 デモンストラーションスポーツ：32競技	個人競技：7競技 オープン競技：2競技 団体競技：7競技
スローガン	ときめいて人 かがやいて未来 両大会がきっかけとなって全ての人が夢と感動、喜びと充実感を味わい、大会後も元気であり続けていくような未来を願っています。	
マスコット	 とこまる  三重とこわか国体・三重とこわか大会マスコットの「とこまる」です。伊勢えびをモチーフにしています。	

三重とこわか国体・三重とこわか大会 NEWS

三重とこわか国体・三重とこわか大会実行委員会では SNS でさまざまな情報発信を行っています。

Twitter @tokomaru2021

選手の紹介や PR イベントの様子など、さまざまな情報をとこまるが発信！



Facebook

三重とこわか国体・三重とこわか大会 2021

三重とこわか国体・三重とこわか大会の PR イベントなどの情報などを随時配信！



YouTube @mietokowaka2021

両大会 PR 動画、イメージソング「未来に響け」、「とこわかダンス」、三重とこわか大会の競技紹介などを公開中！



フォローよろしくとこっ！

みんなにたくさん見てほしいとこ！！



お問い合わせ先

三重とこわか国体・三重とこわか大会実行委員会

(事務局：三重県地域連携部国体・全国障害者スポーツ大会局 総務企画課)

〒514-8570 三重県津市広明町13

Tel: 059-224-2998 Fax: 059-224-3022 Mail: kokutai@pref.mie.lg.jp

詳しくはホームページへ

