



第21回 栃木県障害者スポーツ大会

大会プログラムⅦ

令和7年9月28日 **日**

【バスケットボール・車いすバスケットボール】

ブレックスアリーナ宇都宮(宇都宮市体育館)

主催

栃木県、栃木県教育委員会、宇都宮市、(福)栃木県社会福祉協議会、栃木県身体障害者団体連絡協議会、
栃木県特別支援学校長会、(特非)栃木県障害施設・事業協会、(一社)栃木県手をつなぐ育成会、
栃木県中学校教育研究会特別支援教育部会、(一財)栃木県精神衛生協会、(特非)栃木県障害者スポーツ協会

目 次

大会概要編

1	大会実施要綱	3
2	大会競技実施要項	9
3	大会日程	11
4	大会役員名簿	13
5	参加選手数一覧	14
6	栃木県総合運動公園施設配置図	15

競技編

7	バスケットボール	17
8	車いすバスケットボール	27

大会概要編

第21回栃木県障害者スポーツ大会実施要綱

1 目的

この大会は、県民総スポーツを推進し、障害者が競技等を通じて健康の保持・増進を図るとともに、県民の障害に対する理解を深め、障害者の自立と社会参加を促進することを目的とする。

2 主 催

栃木県、栃木県教育委員会、宇都宮市、(福)栃木県社会福祉協議会、栃木県身体障害者団体連絡協議会、栃木県特別支援学校長会、(特非)栃木県障害施設・事業協会、(一社)栃木県手をつなぐ育成会、栃木県中学校教育研究会特別支援教育部会、(一財)栃木県精神衛生協会、(特非)栃木県障害者スポーツ協会

3 主 管

(一財)栃木陸上競技協会、(一社)栃木県水泳連盟、栃木県パラアーチェリー協会、(一社)栃木県卓球連盟、栃木県障害者フライングディスク協会、栃木県ボッチャ協会、栃木県ボウリング連盟、(一社)栃木県バスケットボール協会、栃木県ソフトボール協会、栃木県バーボール協会、(公社)栃木県サッカー協会、栃木県パラスポーツ指導者協議会

4 後 援

各市町、栃木県市町村教育委員会連合会、日本赤十字社栃木県支部、(福)とちぎ健康福祉協会、(公財)栃木県スポーツ協会、栃木県民生委員児童委員協議会、栃木県肢体不自由児者父母の会連合会、栃木県青少年団体連絡協議会、栃木県地域婦人連絡協議会、栃木県ボランティア連絡協議会、栃木県手話通訳問題研究会、朝日新聞宇都宮総局、読売新聞宇都宮支局、毎日新聞宇都宮支局、産経新聞社宇都宮支局、東京新聞宇都宮支局、下野新聞社、共同通信社宇都宮支局、時事通信社宇都宮支局、NHK宇都宮放送局、栃木放送、エフエム栃木、とちぎテレビ

5 協 賛

宇都宮西ライオンズクラブ、全日本電機・電子・情報関連産業労働組合連合会栃木地方協議会、(株)大和義肢製作所、(株)伊藤園、コカ・コーラボトラーズジャパン(株)、(一社)栃木県理学療法士会、本田技研工業株式会社

6 実施競技・期日・会場

競技名等	期 日	会 場
開会式・閉会式	5/25 (日)	栃木県総合運動公園 カンセキスタジアムとちぎ
陸上競技		栃木県総合運動公園 カンセキスタジアムとちぎ
水泳		日環アリーナ栃木 屋内水泳場
アーチェリー		みずほの中央公園 アーチェリー場
卓球		日環アリーナ栃木 メインアリーナ
サウンドテーブルテニス		日環アリーナ栃木 多目的スタジオA
フライングディスク		栃木県総合運動公園 多目的広場(投げき場)
ボッチャ		日環アリーナ栃木 サブアリーナ
ボウリング		宇都宮第二トーヨーボウル
フットソフトボール	9/27 (土)	栃木県総合運動公園 野球場A
ソフトボール		栃木県総合運動公園 野球場B
バスケットボール	9/28 (日)	ブレックスアリーナ宇都宮(宇都宮市体育館)
車いすバスケットボール		日環アリーナ栃木 メインアリーナ
バーボール		栃木SC宇都宮フィールド(宇都宮市サッカー場)
サッカー		※調整中
グランドソフトボール	※調整中	※調整中

※ 荒天又は感染症の流行などのその他の都合により、主催者と競技主管団体等と協議の上、実施出来ないと判断した場合は中止とする。

7 競技種目及び障害区分

(1) 各競技における実施種目及び個人競技の障害区分は、次のとおりとする。

<（別表）栃木県障害者スポーツ大会競技・種目>参照

(2) 各個人競技はフライングディスク及びアーチェリーを除き年齢（令和7（2025）年4月1日現在）を次の区分に分けて競技するものとする。

① 身体障害者 1部（39歳以下）、2部（40歳以上）

② 知的障害者 少年の部（19歳以下）、青年の部（20歳～35歳）、壮年の部（36歳以上）

※ 精神障害者については、年齢区分はありません。

8 大会参加選手資格

次の全てに該当する者とする。

① 令和7（2025）年4月1日現在で13歳以上の者。

② 栃木県内に現住所（住民票のある地）を有する者。または、栃木県外に住所を有する者で、栃木県に所在する学校や施設等に通学並びに入所及び通所している者。

③ 資格要件は次のとおりとする。

ア) 身体障害者は、身体障害者福祉法（昭和24（1949）年法律第283号）第15条の規定により身体障害者手帳の交付を受けた者。

イ) 知的障害者は、厚生事務次官通知（昭和48（1973）年9月27日厚生省発児第156号）による療育手帳の交付を受けた者。あるいは、その取得の対象に準ずる障害のある者。

ウ) 精神障害者は、精神保健及び精神障害者福祉に関する法律（昭和25年法律第123号）第45条により、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けた者。あるいは、自立支援医療（精神通院）受給者証の交付を受けた者。

9 参加制限

(1) 参加は、原則として一人1競技とし、同一競技内では2種目までとする。ただし、陸上競技及びアーチェリーにおいては1種目のみとする。（陸上競技の4×100mリレーは除く）

(2) 4×100mリレーは、団体ごとに男女混合2チーム（1チーム6名以内。）までとする。

10 参加費

無料（但し、ボウリングは参加費がかかります。）

11 参加選手の決定

参加選手の決定は、各参加団体からの参加申込書に基づき、主催者において、障害別、程度別、性別、年齢等を考慮の上決定するものとする。

12 競技規則

「全国障害者スポーツ大会競技規則」及び別に定める「栃木県障害者スポーツ大会競技規則」によるものとする。

13 表彰

(1) 個人競技の各競技種目の組ごとに1位から3位の者にメダルを授与する。

(2) 団体競技の優勝チーム、準優勝チームに賞状、メダルを授与する。

14 オープン競技・期日・会場

競技名	期日	会場
卓球バレー	8/30（土）	とちぎ福祉プラザ障害者スポーツセンター

15 健康・安全管理

(1) 参加選手の健康・安全面については、各参加団体において十分配慮するものとする。主催者においては、大会当日の応急処置を除き、一切責任を負わないものとする。

(2) 各参加者の傷害保険については主催者において加入するが、各参加団体においても必要な保険に加入するなど配慮すること。

16 その他

第24回全国障害者スポーツ大会「わた SHIGA 輝く障ス」への参加者は、原則として、本大会の記録を勘案するものとする。

(別表) 栃木県障害者スポーツ大会競技・種目

1 陸上競技

◎男女別・年齢区分別

△男女混合・年齢区分なし

▲男女別・年齢区分なし

区分番号	障害区分	競走								跳躍			投げ			
		※2 3 0 m	※2 5 0 m	1 0 0 m	2 0 0 m	4 0 0 m	8 0 0 m	1 5 0 0 m	スラローム	※1 4 × 1 0 mリレー	走高跳	立幅跳	走幅跳	砲丸投	ソフトボール投	ビーチバッジ投
肢体不自由	上肢	1 手部切断、片前腕切断、片上肢不完全 片上腕切断、片上肢完全	◎ ◎									◎ ◎ ◎ ◎				
		2 兩前腕切断、片前腕・片上腕切断 兩上肢不完全	◎ ◎							※4 ◎		▲ ◎ ◎				
		3 兩上腕切断、兩上肢完全	◎ ◎									▲ ◎ ◎				
	下肢	4 片下腿切断、片下肢不完全	◎ ◎									◎ ◎ ◎ ◎				
		5 片大腿切断、片下肢完全	◎ ◎									◎ ◎ ◎ ◎				
		6 兩下腿切断	◎ ◎									◎ ◎ ◎				
		7 片下腿・片大腿切断、兩下肢不完全	◎ ◎									◎ ◎ ◎				
		8 兩大腿切断、兩下肢完全	◎										◎ ◎			
		9 体幹 ※3	◎ ◎									◎ ◎ ◎ ◎				
	車いす性常用痺、以对外用で	10 第6頸髄まで残存	◎ ◎								◎					◎
		11 第7頸髄まで残存		※4 ◎	※4 ◎			※4 ◎	※4 ◎	◎						◎
		12 第8頸髄まで残存								◎			◎ ◎			
		13 下肢麻痺で座位バランスなし	◎ ◎				◎		※4 ◎				◎ ◎			
		14 下肢麻痺で座位バランスあり		※4 ◎	※4 ◎			※4 ◎	※4 ◎				◎ ◎			
		15 その他車いす											◎ ◎			
	(脳性麻痺、脳原性麻痺、脳血管外傷患等)	16 四肢麻痺で車いす使用	◎ ◎							◎						◎
		17 けって移動	◎							◎						◎
		18 片上下肢または片上肢で車いす使用	◎							◎						◎
		19 上肢で車いす使用	◎ ◎ ◎ ◎				◎	◎ ◎					◎ ◎			
		20 その他走不能	◎										◎ ◎			
		21 上肢に不随意運動を伴う走可能	◎ ◎ ◎ ◎				◎					◎ ◎ ◎ ◎				
		22 その他走可能	◎ ◎ ◎ ◎				◎					◎ ◎ ◎ ◎				
	4	23 電動車いす常用	◎						◎							◎
視覚障害 ※5		24 視力0から0.01まで ※6	◎ ◎ ◎ ◎		◎ ◎			◎ ◎				◎ ◎ ◎ ◎				
		25 その他の視覚障害	◎ ◎ ◎ ◎		◎ ◎			◎ ◎			▲	◎ ◎ ◎ ◎				
聴覚・平衡機能障害、音声・言語・そしゃく機能障害	26 聴覚障害		◎ ◎ ◎ ◎		◎ ◎			◎ ◎			▲	◎ ◎ ◎ ◎				
知的障害	27 知的障害		◎ ◎ ◎ ◎ ◎ ◎		◎ ◎ ◎ ◎ ◎ ◎			◎ ◎		△ ▲	◎ ◎ ◎ ◎					
内部障害	28 ぼうこう又は直腸機能障害		◎					◎			◎ ◎ ◎ ◎					

※1 4 × 100mリレーは男女混合とする。

※2 30m及び50m競走で使用する車いすは日常生活用とする。

※3 体幹とは頸部・胸部・腹部および腰部(脊柱)のみに変形がある者(脊椎カリエス等による体幹の障害が該当する)。

ただし、四肢の機能障害を伴う場合は体幹の機能障害があつてもこの区分には該当しない。

※4 複数の障害区分にわたり1つの◎がついている場合は、一つの区分として競技をおこない、順位を決定する。

※5 視力は「矯正後の良い方の視力」で判定する。

※6 障害区分24は光を通さないアイマスクまたはアイシェードを装着する。

2 水泳

◎男女別・年齢区分別

○男女別・1部

●男女別・2部

		区分番号	障害区分	自由形		背泳ぎ		平泳ぎ		バタフライ		
				2 5 m	5 0 m	2 5 m	5 0 m	2 5 m	5 0 m	2 5 m	5 0 m	
肢 体 不 自 由	1	上肢	1 手部切断	◎	◎	●	○	●	○	●	○	
			2 片前腕切断、片上肢不完全	◎	◎	●	○	●	○	●	○	
			3 片上腕切断、片上肢完全	◎	◎	●	○	●	○	●	○	
			4 両前腕切断、両上肢不完全	◎	◎	●	○	●	○	●	○	
			5 両上腕切断、両上肢完全、片前腕・片上腕切断	◎	◎	●	○	●	○	●	○	
	2	下肢	6 片下腿切断、片下肢不完全	◎	◎	●	○	●	○	●	○	
			7 片大腿切断、片下肢完全	◎	◎	●	○	●	○	●	○	
			8 両下腿切断、両下肢不完全	◎	◎	●	○	●	○	●	○	
			9 両大腿切断、両下肢完全、片下腿・片大腿切断	◎	◎	●	○	●	○	◎		
	3	上下肢	10 片上肢切断・片下肢切断 片上肢不完全・片下肢不完全	◎	◎	●	○	●	○	◎		
			11 多肢切断、片上肢完全・片下肢完全 両上肢不完全・両下肢不完全	◎	◎	●	○	●	○	◎		
	4	体幹	12 体幹	◎	◎	●	○	●	○	●	○	
2	2	脳原性麻痺以外の車いす常用	13 第7頸髄まで残存	◎	◎	◎		◎				
			14 第8頸髄まで残存	◎	◎	●	○	●	○	●	○	
			15 下肢麻痺で座位バランスなし	◎	◎	●	○	●	○	●	○	
			16 下肢麻痺で座位バランスあり	◎	◎	●	○	●	○	●	○	
3	3	(脳性麻痺、脳原性麻痺、脳血栓、脳管外疾患等)	17 四肢麻痺(車いす常用) 上肢に著しい不随意運動を伴う走不能	◎	◎	◎		◎				
			18 両下肢麻痺 上肢に軽度の不随意運動を伴う走不能	◎	◎	●	○	●	○	●	○	
			19 片側障害で片上肢機能全廃	◎	◎	●	○	●	○	◎		
			20 その他の片側障害で走不能	◎	◎	●	○	●	○	●	○	
			21 その他走可能	◎	◎	●	○	●	○	●	○	
その他		22 浮具使用	◎	◎	◎		◎					
視覚障害 ※1		23 視力0から0.01まで ※2	◎	◎	●	○	●	○	●	○		
		24 その他の視覚障害	◎	◎	●	○	●	○	●	○		
聴覚・平衡機能障害、音声・言語・そしゃく機能障害		25 聴覚障害	◎	◎	●	○	●	○	●	○		
知的障害		26 知的障害	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎		

※1 視力は「矯正後の良い方の視力」で判定する。

※2 障害区分23は光を通さないゴーグルを装着する。

3 アーチェリー

●男女別

	区分番号	障害区分	リカーブ		コンパウンド	
			50m・30m	30m・30m	50m・30m	30m・30m
肢体不自由	脳原性麻痺以外で車いす常用	1 第8頸髄まで残存	●	●	●	●
		2 その他の車いす	●	●		
	切断・機能障害	3 上肢障害	●	●		
		4 下肢障害(椅子・車いす使用を含む)	●	●		
		5 体幹	●	●		
		6 脳原性麻痺(椅子・車いす使用を含む)	●	●		
	7 聴覚障害		●	●		
	8 ぼうこう又は直腸機能障害		●	●		
					●	●

※ 「第8頸髄まで残存」には、「第6頸髄まで残存」および「第7頸髄まで残存」は出場できるものとする。

4 卓球・サウンドテーブルテニス

◎男女別、年齢区分別 ●男女別

		区分番号	障害区分	卓球	STT
肢体不自由	1 上肢障害	1	片上肢障害	◎	
		2	両上肢障害	◎	
		3	片下腿切断、片下肢不完全	◎	
		4	片大腿切断、両下腿切断 片下肢完全、両下肢不完全	◎	
		5	片下腿・片大腿切断 両大腿切断、両下肢完全	◎	
	2 体幹	6	体幹	◎	
	2 脳原性麻痺以外で車いす常用、使用	7	第8頸髄まで残存 ※1	◎	
		8	座位バランスなし	◎	
		9	その他の車いす	◎	
	3 脳原性麻痺(脳性麻痺、脳血管疾患、脳外傷等)	10	車いす使用	◎	
		11	杖・松葉杖使用	◎	
		12	上肢に不随意運動あり	◎	
		13	上肢に不随意運動なし	◎	
		14	片側障害	◎	
	視覚障害 ※2	15	アイマスク・アイシェード有り ※3		◎
		16	アイマスク・アイシェード無し	◎	
	聴覚・平衡機能障害、音声・言語機能障害、そしゃく機能障害	17	聴覚障害	◎	
	知的障害	18	知的障害	◎	
	精神障害	19	精神障害	●	

※1 「第8頸髄まで残存」には、「第6頸髄まで残存」および「第7頸髄まで残存」は出場できるものとする。

※2 視力・視野の程度に関わらず、アイマスクまたは、アイシェードの有無で出場競技を分ける。

※3 障害区分15は、各自で用意した光を通さないアイマスクまたはアイシェードを装着する。

5 フライングディスク

◇区分なし ●男女別

	アキュラシー		ディスタンス	
	ディスリート5	ディスリート7	座位	立位
肢体不自由				
視覚障害				
聴覚障害	◇	◇	●	●
知的障害				
内部障害(ぼうこう又は直腸機能障害)				

6 ポッチャ

△男女混合・年齢区分なし

			区分番号	障害区分・解説	競技スタイル	
					立位	座位
肢体不自由	1	切断・機能障害	1	多肢切断・両下肢完全・ 両上肢不完全および両下肢不完全	△	
	2 脳原性麻痺以外で車いす常用、使用		2	第6頸髄まで残存		△
			3	第7頸髄まで残存		△
			4	第8頸髄まで残存		△
			5	多肢切断		△
	3 脳原性麻痺(脳性麻痺、脳血管疾患、脳外傷等)		6	四肢麻痺で車いす常用		△
			7	けって移動		△
			8	片上下肢で車いす常用、または使用		△
			9	その他走不能	△	
	4		10	電動車いす常用		△

※ 座位とは、車いす及び椅子に座った競技スタイルを言う。

※ 移動したり、方向を変えたりすることが機能的に困難な者にスポーツアシスタントを1名つけることができる。

ランプ使用者にはランプオペレーターを1名つけることができる。

両方が必要な場合は選手1名につきそれぞれ1名を認める。

※ 立位で競技する選手については、安全上の配慮から、投球時以外はボックス内に椅子を準備し、座位にて待機してもよい。

※ 脳原性麻痺で四肢に可動域制限や協調運動障害がある者で上肢による車いす使用者はすべて四肢麻痺(区分6)として区分判定する。

※ 区分10は、四肢もしくは三肢体幹機能障害により電動車いすを常用している者を対象とする。

7 ポウリング

知的障害者で男女別、年齢区分別に実施する。

8 バスケットボール

知的障害者で男女別に実施する。

9 車いすバスケットボール

肢体不自由者の車いす使用者のみの競技とする。

10 ソフトボール

知的障害者のみの競技とする。

11 グランドソフトボール

視覚障害者のみの競技とする。

12 バレーボール

聴覚障害者と知的障害者で、男女別に実施する。

精神障害者は、男女混合とする。

13 サッカー

知的障害者のみの競技とする。

14 フットソフトボール

知的障害者のみの競技とする。

第 21 回栃木県障害者スポーツ大会競技実施要項

1 競技運営

(1) 個人競技

ア 同一競技内で出場できる場合は、次のとおりとする。

出場種目

2 種目まで出場できる。ただし、陸上競技及びアーチェリー競技においては 1 種目とする。(陸上競技の 4×100m リレーは除く)

イ 男女別に実施する。

ただし、フライングディスクのアキュラシー種目は除く。

ウ 予選は行わず、年齢区分、障害区分等による組み合わせを行い、各組を単位として一回の決勝競技とする。

エ 出場者の少ない種目は、別の年齢区分の者又は別の組み合わせの者と一緒に競技させることがある。この場合、順位の決定、記録の認定及び表彰は各年齢区分別又は組み合わせごとに行う。

オ フライングディスクについては、障害区分、年齢区分はないが、競技実施（組み合わせ編成）については、年齢順で行う。

カ ポッチャについては、「立位の部」、「座位の部」それぞれの個人戦を行う。

(2) 団体競技

チーム編成は、バスケットボール及びバレーボール（聴覚障害の部、知的障害の部）は男女別、バレーボール（精神障害の部）は男女混合とし、他の競技は男女混合を可とする。

2 表彰

(1) 個人競技の各競技種目の組ごとに1位から3位の者にメダルを授与する。

(2) 団体競技の優勝チーム、準優勝チームに賞状、メダルを授与する。

3 参加申込み

(1) 申込みの流れ

住所地の市町で申込みを行い、市町ごとに栃木県障害者スポーツ協会（以下、「スポーツ協会」という）へ申し込むこと。

ただし、施設、学校、福祉作業所に所属する者は、所属ごとにスポーツ協会へ申し込むこと。

(2) 出場申込書及び様式について

各選手団は、栃木県障害者スポーツ協会ホームページの「栃木県障害者スポーツ大会・出場申込書ダウンロード」専用ページ (<https://syospo-tochigi.org/private/4348/>) から該当ファイル（Excel）をダウンロードすること。

【申込書の様式】

- ① 選手団基本表（様式 1－1 号）
- ② 大会出場人員調（様式 1－2 号）
- ③ 陸上競技申込書（様式 2－1 号）
- ④ 卓球・サウンドテーブルテニス申込書（様式 2－2 号）
- ⑤ アーチェリー申込書（様式 2－3 号）
- ⑥ フライングディスク申込書（様式 2－4 号）
- ⑦ 水泳申込書（様式 2－5 号）
- ⑧ ポッチャ申込書（様式 2－6 号）
- ⑨ ボウリング申込書（様式 2－7 号）
- ⑩ 陸上競技 4×100m リレー申込書（様式 3 号）

(3) 申込期限

ア 個人競技

令和 7 (2025) 年 3 月 12 日（水）必着

【個人競技特例 2 次申込】

令和 7 (2025) 年 4 月 10 日（木）必着

※学校（特別支援学校・学級等）や障害者施設の新入生・新規利用者を対象とする。

イ 団体競技

令和7（2025）年6月13日（金）必着

（4）申込書の提出方法

入力上の注意事項を参考に、直接ファイルに入力のうえ、電子メールで回答すること。

電子メールメッセージ作成の際は“件名”に選手団番号のみを入れること。

メールアドレス kenspo@syospo-tochigi.org

（5）留意事項

ア 知的障害者の陸上競技800m及び1500mに参加する者は、次の記録を満たしていること。

800m 男子 4分30秒 女子 5分30秒

1500m 男子 8分00秒 女子 10分00秒

イ アーチェリーは、リカーブ部門又はコンパウンドボウ部門のいずれかの1種目に申込むことができる。

ウ フライングディスクは、アクユラシー1種目とディスタンス計2種目に申込むことができる。

4 ゼッケン（アスリートビブス）

（1）個人競技（水泳を除く）に出場する選手は、競技用の服装に必ずゼッケンを付けること。

ゼッケンの色は、障害部門ごとに次のように色分けし、数字は黒字とする。

- ・肢体不自由者 [白]
- ・視覚障害者 [薄緑]
- ・聴覚障害者 [黄]
- ・知的障害者 [桃]
- ・内部障害者 [水色]
- ・精神障害者 [薄茶]

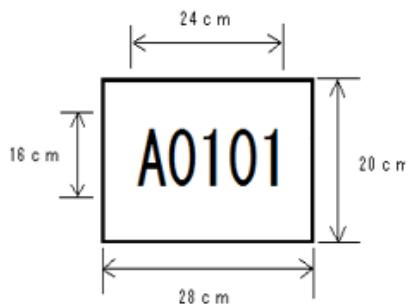
（2）ゼッケンの作成

① ゼッケン用の布は、各選手団で準備し使用すること。また、ゼッケン用の布を補充する場合は、下記に倣って黒字で太く作成すること。なお、補充用のゼッケン布については各選手団で準備すること。

② 卓球（サウンドテーブルテニス含む）に出場する選手のゼッケンは、下記に倣って黒字で太く作成すること。

（3）ゼッケンは、原則として競技用服装に縫い付けること。（安全ピン可）

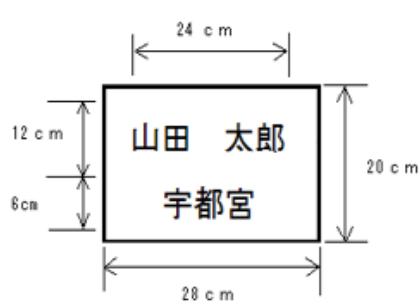
①ゼッケン（卓球以外）の記入例



選手団番号
(AO1)

個人番号
(01)

②ゼッケン（卓球・サウンドテーブルテニス）の記入例



5 その他

（1）この要項に定めるもののほか、競技運営上必要な事項は、競技ごとに競技運営主管団体と協議の上、競技実施要領に定める。

（2）大会当日は、競技会場にテレビ局、新聞社等報道機関が来場し、選手の氏名・写真・映像が報道されることがある。また、大会プログラムやホームページ等に選手の氏名、障害区分（重複障害を含む。）、年齢区分、選手団名、競技中の写真や競技記録等を掲載する場合がある。

大会日程(団体競技)

時間		栃木県総合運動公園	
		野球場A	野球場B
		フットソフトボール	ソフトボール
期日		9/27(土)	
8:00			
9:00		9:00 受付	9:00 受付
10:00		9:30 W-Up開始	9:30 W-Up開始
11:00		10:30競技開始	10:30競技開始
12:00			
13:00			
14:00			
15:00		15:10競技終了	15:10競技終了
16:00			

大会日程(団体競技)

時間	ブレックスアリーナ宇都宮(宇都宮市体育館)		栃木県総合運動公園						サッカー
			日環アリーナ栃木(メインアリーナ)						
	バスケットボール		車いす バスケットボール	バレーボール				サッカー	
男子	女子	聴覚・男子		聴覚・女子	知的・男子	知的・女子	精神		
期日	9/28(日)								
8:00									
9:00		9:00 受付開始	9:00 受付開始	9:00 受付開始	8:40 受付開始	8:40 受付開始		8:40 受付開始	9:00 受付
		9:30 W-Up開始	9:30 W-Up開始	9:30 W-Up開始					9:20 W-Up開始
10:00		10:00 競技開始	10:00 競技開始	10:00 競技開始	9:50競技開始	9:50競技開始		9:50競技開始	
11:00					11:30 受付開始			11:30 受付開始	
12:00							12:20競技終了		
13:00			12:30競技終了					13:20競技開始	13:10競技終了
14:00					14:00競技開始				
15:00					14:40競技終了			15:00競技終了	
16:00			15:40競技終了		15:40競技終了				15:40競技終了

大会役員名簿

No.	役名	職名	氏名	備考
1	会長	栃木県知事	福田 富一	
2		栃木県教育委員会教育長	中村 千浩	
3		宇都宮市長	佐藤 栄一	
4		社会福祉法人栃木県社会福祉協議会会长	石崎 金市	
5		栃木県身体障害者団体連絡協議会会长	麦倉 仁巳	
6	副会長	栃木県特別支援学校長会会长	栗原 寿理	
7		特定非営利活動法人栃木県障害施設・事業協会会长	菊地 月香	
8		一般社団法人栃木県手をつなぐ育成会会长	小島 幸子	
9		栃木県中学校教育研究会特別支援教育部会会长	吉川 真弓	
10		一般財団法人栃木県精神衛生協会会长	朝日 公彦	
11		特定非営利活動法人栃木県障害者スポーツ協会会长	駒崎 茂	
12	顧問	一般財団法人栃木陸上競技協会会长	板橋 一好	
13		一般社団法人栃木県水泳連盟会長	螺良 昭人	
14		栃木県パラアーチェリー協会会长	田名網 崇	
15		一般社団法人栃木県卓球連盟会長	相良 健治	
16		栃木県障害者フライングディスク協会会长	櫻井 康生	
17		栃木県ボッチャ協会会长	君島 紀子	
18		栃木県ボウリング連盟会長	佐藤 勉	
19		一般社団法人栃木県バスケットボール協会会长	小曾戸 和彥	
20		栃木県ソフトボール協会会长	大島 英世	
21		栃木県バレーボール協会会长	織田 祐蔵	
22		栃木県サッカー協会会长	橋本 健一	
23		栃木県パラスポーツ指導者協議会会长	郡司 原之	
24	委員長	栃木県保健福祉部長	岩佐 景一郎	
25	副委員長	栃木県教育委員会事務局健康体育課長	熊木 則裕	
26		栃木県教育委員会事務局特別支援教育課長	玉田 敦子	
27		宇都宮市保健福祉部長	木村 晴信	
28		社会福祉法人栃木県社会福祉協議会事務局長	法師人 昇	
29		栃木県身体障害者団体連絡協議会理事(視覚)	渡辺 博之	
30		栃木県身体障害者団体連絡協議会理事(聴覚)	稻川 和彦	
31		特定非営利活動法人栃木県障害施設・事業協会副会長	井上 憲一	
32		一般社団法人栃木県手をつなぐ育成会常務理事	石川 一夫	
33		特定非営利活動法人栃木県障害者スポーツ協会事務局長	阿久津 好彰	
34		公益財団法人栃木県スポーツ協会理事長	北條 俊明	
35	委員	一般財団法人栃木陸上競技協会専務理事	渡邊 方夫	
36		一般社団法人栃木県水泳連盟理事長	長谷川 嘉明	
37		栃木県パラアーチェリー協会事務局長	田名網 恵子	
38		一般社団法人栃木県卓球連盟理事長	久保井 圭子	
39		栃木県障害者フライングディスク協会事務局長	兼弘 真由実	
40		栃木県ボッチャ協会事務局長	君島 雅男	
41		栃木県ボウリング連盟副会長	福地 恒雄	
42		一般社団法人栃木県バスケットボール協会専務理事	鈴木 克美	
43		栃木県ソフトボール協会理事長	阿久津 静	
44		栃木県バレーボール協会理事長	山口 幸雄	
45		栃木県サッカー協会専務理事	鈴木 勇	
46		栃木県パラスポーツ指導者協議会事務局長	郡司 原之	
47		栃木県市町村教育委員会連合会会长	後藤 正人	
48		社会福祉法人とちぎ健康福祉協会理事長	小川 俊彦	
49		日本赤十字社栃木県支部事務局長	柏瀬 仁	
50		栃木県民生委員児童委員協議会会长	島田 次秀	
51		栃木県肢体不自由児者父母の会連合会会长	小林 厚子	
52		栃木県青少年団体連絡協議会会长	矢野 優	
53		栃木県地域婦人連絡協議会会长	寺山 厚子	
54		栃木県ボランティア連絡協議会会长	小西 久美子	
55		栃木県手話通訳問題研究会会长	井腰 香織	
56		栃木県保健福祉部障害福祉課長	小川 元子	

参加選手数一覧

選手団名	団体競技									選手合計		
	バスケットボール		車いすバスケットボール	ソフトボール	バレー・ボーラー聴覚		バレー・ボーラー知的		バレーボール精神	サッカー	フットソフトボール	
	男子	女子			男子	女子	男子	女子				
1 栃木県	12	10	12	15	4	9	12	11	9	16	12	122
2 群馬県			7									7
3 茨城県	11					7				16	7	41
4 埼玉県	12	12		15		7	9		19	16	13	103
5 さいたま市				13								13
6 千葉県					3							3
7 東京都			10									10
8 新潟県												0
合計	35	22	29	43	7	23	21	11	28	48	32	299

招待チーム一覧

- 白鷗大学男子バレー部
- 白鷗大学バレー部サークル「アミスタ」
- 宇都宮短期大学附属高等学校

栃木県総合運動公園 全体図



15

競技編

バスケットボール

会場：ブレックスアリーナ宇都宮（宇都宮市体育館）

バスケットボール競技実施要領

1 競技規則

令和7年（2025）年度に適用の全国障害者スポーツ大会競技規則（公益財団法人日本パラスポーツ協会制定）によるものほか、この要領の定めるところによる。

2 チーム

- (1) チームの構成は、コーチ1名、アシスタントコーチ1名、マネージャー1名、選手12名以内とする。ここでいうコーチとは、ゲーム中、実際にチームを指揮する者を指す。
- (2) コーチ、アシスタントコーチ、マネージャーが選手を兼ねる場合は、選手名簿に登録されていなければ選手として出場できない。この場合、選手の数は選手を兼ねるコーチ、アシスタントコーチ、マネージャーを含めて12名以内とする。
- (3) 男女別にチームを構成する。

3 競技方法

- (1) 試合は、男子は総当たりのリーグ戦方式で行い、女子はトーナメント方式で行う。また、女子はトーナメント戦以外に、交流戦を実施する。
- (2) トーナメント戦は、10分のクオーターを4回行うものとし、第1クオーターと第2クオーターの間及び第3クオーターと第4クオーターの間にそれぞれ2分のインターバルをおく。
第2クオーターと第3クオーターの間に10分のハーフタイムをおく。
- (3) 交流戦は、10分のクオーターを2回行うものとし、第1クオーターと第2クオーターの間に2分のインターバルをおく。第2クオーターは、公益財団法人日本バスケットボール協会競技規則の第4クオーターのルールを適用する。ただし、第2クオーター終了時に同点の場合は勝敗は決しない。

4 服装等

- (1) 出場選手は、濃色と淡色（白色が望ましい。）の2種類のユニフォームを用意し、原則として組合せ番号の若いチームが淡色（白色が望ましい。）のユニフォームを着用すること。ただし、2試合目以降については、両チームの協議により、ユニフォームの色の濃淡を変更することができる。
- (2) 番号は0、00及び1から99までの番号を使用し、審判とスコアラーにはっきりと分かるように付けること。

5 試合球

試合球は、公益財団法人日本バスケットボール協会検定球、男子は7号球、女子は6号球とし、主催者が用意する。

6 チーム・ベンチ

チーム・ベンチは、組合せ表の番号が若いチームをオフィシャル・テーブルに向かって右側とする。

7 表彰式

表彰式は、競技終了後に競技会場で行う。

8 その他

決められた席に、トレーナー1名を待機させることができる。なお、トレーナーは参加申込時に登録したものに限る。このトレーナーは、実際に施術ができる者とし、障がい者スポーツトレーナーの有資格者であることが望ましい。

バスケットボール競技役員等名簿

【(一社) 栃木県バスケットボール協会】

審判員	石井 千菜美	江田 知道	槐 義美	佐藤 昭
	鈴木 尚美	仲井 順	長谷川 亮介	山中 元
	山中 雄司	菊地 宜秀		
総務	菊地 宜秀	佐藤 昭	山中 雄司	

【補助員】

宇都宮市立瑞穂野中学校 男子バスケットボール部

宇都宮市立旭中学校 女子バスケットボール部

【補助員引率】

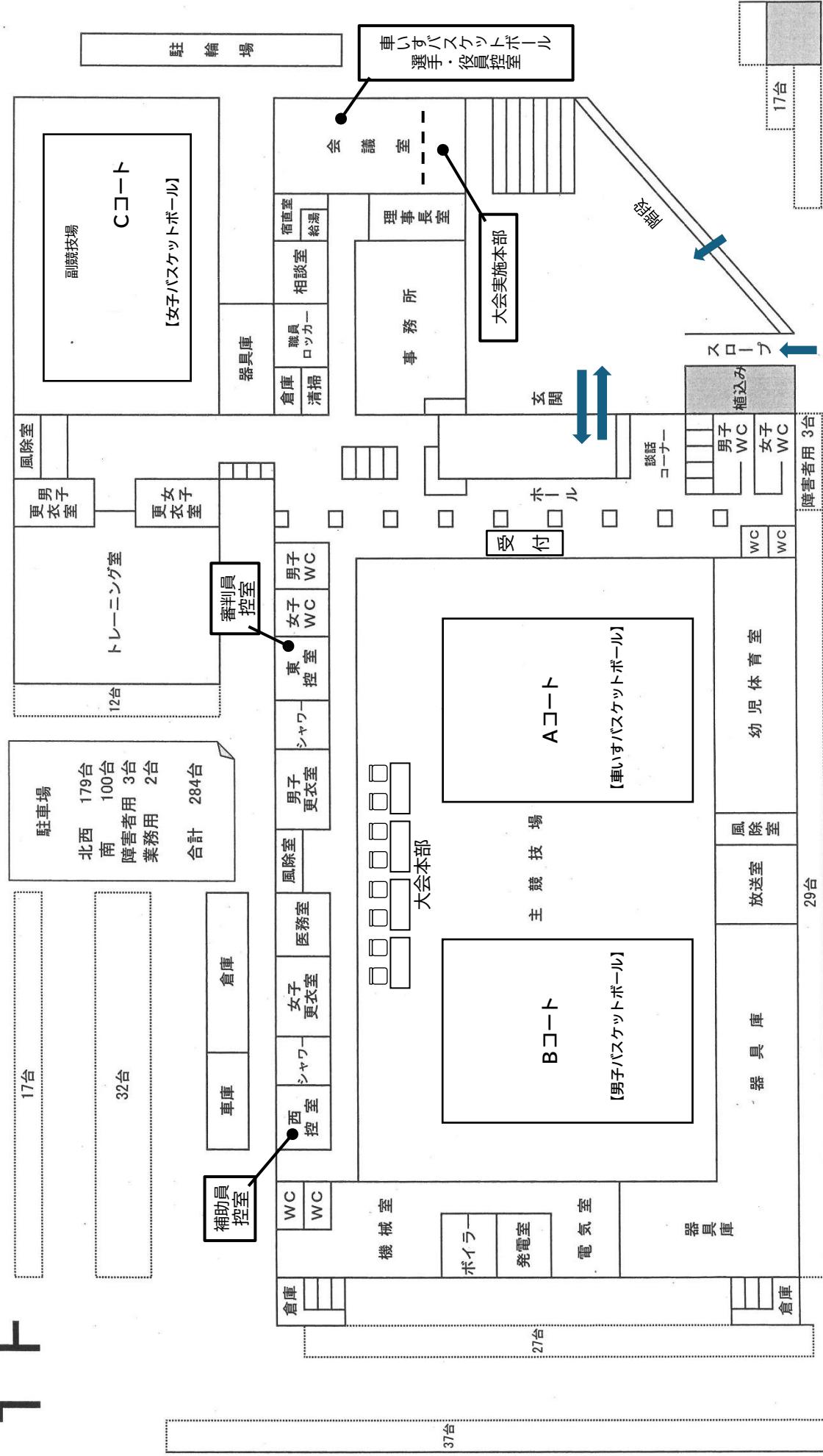
佐藤 昭 (宇都宮市立瑞穂野中学校)

山中 雄司 (宇都宮市立旭中学校)

バスケットボール競技会場図(ブレックスアリーナ宇都宮)

54台

1F

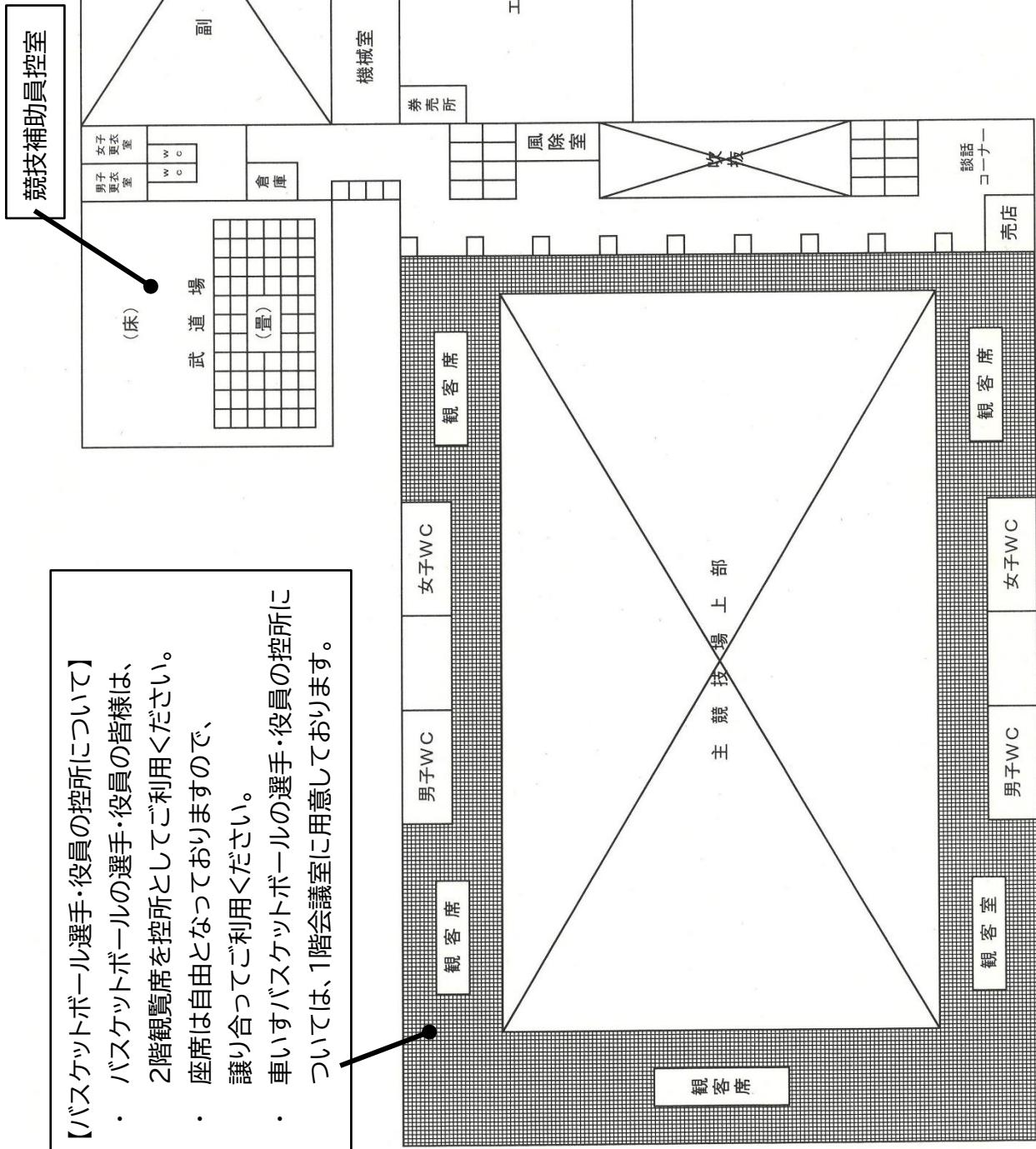


バスケットボール競技会場図(ブレックスアリーナ宇都宮)

2 F

【バスケットボール選手・役員の控所について】

- ・バスケットボールの選手・役員の皆様は、2階観覧席を控所としてご利用ください。
- ・座席は自由となっておりますので、譲り合ってご利用ください。
- ・車いすバスケットボールの選手・役員の控所については、1階会議室に用意しております。



バスケットボール競技（男子）　日程・組合せ

◆ 競技日程

時刻	Bコート			
9:00～9:30	チーム受付			
9:30～	W-Up開始			
10:00	第1試合	栃木県	VS	茨城県
12:00	第2試合	茨城県	VS	埼玉県
14:00	第3試合	埼玉県	VS	栃木県
16:00	表彰式			

◆ 組合せ

	栃木県	茨城県	埼玉県	勝	分	負	勝点	得点	失点	得失点差	順位
栃木県		-	-								
茨城県	-		-								
埼玉県	-	-									

チーム編成表 バスケットボール 知的 男子

チーム名			栃木県			
	背番号	主将	氏 名	フリガナ	性別	備考
コーチ			塩田 創	シオタ ハジメ	男	
アシスタントコーチ			関 誠	セキマコト	男	
マネージャー			金子 聰	カネコサトシ	男	
1	選手	4	中村 俊介	ナカムラシュンスケ	男	
2	選手	5	吉沢 拓也	ヨシザワタクヤ	男	
3	選手	6	○ 市村 俊太	イチムラシュンタ	男	
4	選手	7	染宮 光瑠	ソメミヤ ヒカル	男	
5	選手	8	坂巻 剛士	サカマキタケシ	男	
6	選手	9	関 瞬平	セキシュンペイ	男	
7	選手	10	武田 幸基	タケダコウキ	男	
8	選手	11	高山 陸	タカラマリク	男	
9	選手	12	大和田 雄斗	オオワダユウト	男	
10	選手	13	矢野 莉緒	ヤノリオ	男	
11	選手	14	荻原 志月	オギワラシヅキ	男	
12	選手	15	渡邊 晴矢	ワタナベハルヤ	男	

ユニフォームの色	【濃色】緑	【淡色】白
----------	-------	-------

トレーナー等でベンチ入りする者（メンバー表記載者以外で2名まで）

落合 祐斗	
-------	--

チーム編成表 バスケットボール 知的 男子

チーム名			埼玉県			
	背番号	主将	氏 名	フリガナ	性別	備考
コーチ			荒木 慎也	アラキ シンヤ	男	
アシスタントコーチ			宮岡 正和	ミヤオカ マサカズ	男	
マネージャー			塩川 優太	シオカワ ユウタ	男	
1	選手	9	○ 加藤 銀蔵	カトウ ギンジ	男	
2	選手	13	守野 歩	モリノ アユム	男	
3	選手	12	阿比留 香聖	アビル コウセイ	男	
4	選手	16	高村 勇磨	タカムラ ユウマ	男	
5	選手	10	花田 旭洋	ハナダ アキヒロ	男	
6	選手	5	原 侑正	ハラ ユウセイ	男	
7	選手	6	遠藤 秀真	エンドウ シュウマ	男	
8	選手	7	相澤 龍希	アイザワ リュウキ	男	
9	選手	11	田ノ上 桔平	タノウエ キッペイ	男	
10	選手	4	野澤 風毅	ノザワ フウキ	男	
11	選手	8	藤野 海斗	フジノ カイト	男	
12	選手	14	小林 仁	コバヤシ ジン	男	

ユニフォームの色	【濃色】青	【淡色】白
----------	-------	-------

トレーナー等でベンチ入りする者（メンバー表記載者以外で2名まで）

--	--

チーム編成表 バスケットボール 知的 男子

チーム名			茨城県			
	背番号	主将	氏 名	フリガナ	性別	備考
コーチ			安達 準一	アダチ ジュンイチ	男	
アシスタントコーチ			畠山 圭	ハタケヤマ ケイ	男	
マネージャー			浅川 瑞季	アサカワ ミズキ	女	
1 選手	4		松本 健翔	マツモト ケント	男	
2 選手	5		青木 拓真	アオキ タクマ	男	
3 選手	6		伊藤 勇大	イトウ ユウダイ	男	
4 選手	7		小野瀬 翔英	オノセ ショウエイ	男	
5 選手	8		福原 龍星	フクハラ リュウセイ	男	
6 選手	9		山崎 悅孝	ヤマザキ ヨシタカ	男	
7 選手	10	○	會澤 心	アイザワ シン	男	
8 選手	11		高倉 悠杜	タカクラ ハルト	男	
9 選手	12		酒寄 晃平	サカヨリ コウヘイ	男	
10 選手	13		秋葉 太智	アキバ タイチ	男	
11 選手	15		サンタナ 亮	サンタナ アキラ	男	

ユニフォームの色	【濃色】青	【淡色】白
----------	-------	-------

トレーナー等でベンチ入りする者（メンバー表記載者以外で2名まで）

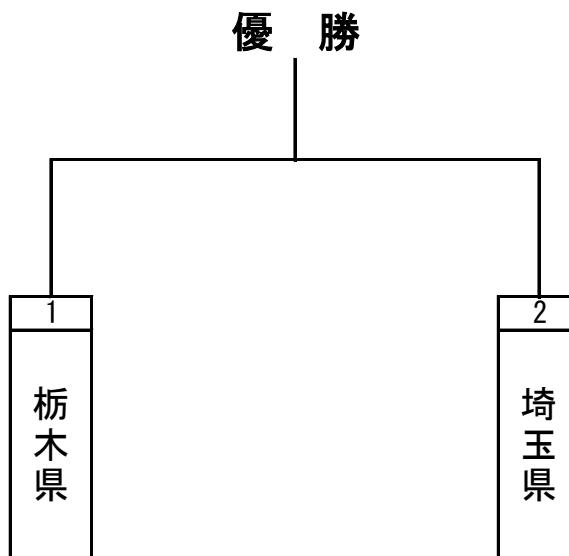
矢口 �瑛斐	石川 花
--------	------

バスケットボール競技（女子） 競技日程・組合せ

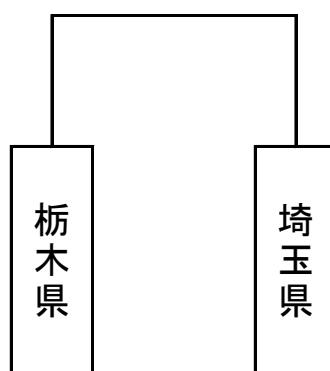
◆ 競技日程

時刻	Cコート			
9:00～9:30	チーム受付			
9:30	W-Up開始			
10:00	第1試合	栃木県	VS	埼玉県
12:00	第2試合 (交流戦)	栃木県	VS	埼玉県

◆ 組合せ



【交流戦】



チーム編成表 バスケットボール 知的 女子

チーム名			栃木県			
	背番号	主将	氏 名	フリガナ	性別	備考
コーチ			落合 みさき	オチアイ ミサキ	女	
アシスタントコーチ			小林 利依子	コバヤシ リエコ	女	
マネージャー			北村 貴弘	キタムラ タカヒロ	男	
1	選手	4	○ 松島 史代	マツシマ フミヨ	女	
2	選手	5	石田 雪乃	イシダ ユキノ	女	
3	選手	6	黒尾 夏希	クロオ ナツキ	女	
4	選手	7	柴田 美優	シバタ ミユウ	女	
5	選手	8	藤沢 舞柚弥	フジサワ マユミ	女	
6	選手	10	大平 史奈	オオヒラ シナ	女	
7	選手	11	番匠 美菜	バンショウ ミナ	女	
8	選手	13	瀧澤 味加	タキザワ ミカ	女	
9	選手	14	荒井 彩心	アライ イロハ	女	
10	選手	15	柴田 菜々花	シバタ ナナカ	女	
11	選手					
12	選手					

ユニフォームの色	【濃色】緑	【淡色】白
----------	-------	-------

トレーナー等でベンチ入りする者（メンバー表記載者以外で2名まで）

落合 裕斗	
-------	--

チーム編成表 バスケットボール 知的 女子

チーム名			埼玉県			
	背番号	主将	氏 名	フリガナ	性別	備考
コーチ			春山 雅紀	ハルヤマ マサノリ	男	
アシスタントコーチ			福島 友里佳	フクシマ ユリカ	女	
マネージャー			中村 亮太	ナカムラ リョウタ	男	
1	選手	5	森 奏心	モリ カナミ	女	
2	選手	6	桂田 香奈	カツラダ カナ	女	
3	選手	7	高橋 咲桜	タカハシ サクラ	女	
4	選手	8	ナイム さえら	ナイム サエラ	女	
5	選手	9	○ 仁科 春香	ニシナ ハルカ	女	
6	選手	10	佐々木 希	ササキ ノゾミ	女	
7	選手	11	鎌形 桜香	カマガタ ハルカ	女	
8	選手	12	小池 清夏	コイケ サヤカ	女	
9	選手	13	森原 友愛	モリハラ ユナ	女	
10	選手	14	佐藤 心美	サトウ ココミ	女	
11	選手	15	作間 柚月	サクマ ユヅキ	女	
12	選手	16	井口 紗	イグチ キズナ	女	

ユニフォームの色	【濃色】青	【淡色】白
----------	-------	-------

トレーナー等でベンチ入りする者（メンバー表記載者以外で2名まで）

渡邊 美咲	柳澤 真美
-------	-------

競技編

車いすバスケットボール

会場：ブレックスアリーナ宇都宮（宇都宮市体育館）

車いすバスケットボール競技実施要領

1 競技規則

令和7（2025）年度に適用の全国障害者スポーツ大会競技規則（公益財団法人日本パラスポーツ協会制定）によるもののほか、同年度の一般財団法人日本車いすバスケットボール連盟競技規則及びこの要領の定めるところによる。

2 チーム

- (1) チームの構成は、コーチ1名、アシスタントコーチ1名、マネージャー1名、選手12名以内とする。ここでいうコーチとは、ゲーム中、実際にチームを指揮する者を指す。
- (2) コーチ、アシスタントコーチ、マネージャーが選手を兼ねる場合は、選手名簿に登録されなければ選手として出場できない。この場合、選手の数は選手を兼ねるコーチ、アシスタントコーチ、マネージャーを含めて12名以内とする。
- (3) 男女混合のチーム構成も可とする。

3 競技方法

- (1) 試合は、総当たりのリーグ戦方式で行う。
- (2) トーナメント戦は、10分のクオーターを4回行うものとし、第1クオーターと第2クオーターの間及び第3クオーターと第4クオーターの間にそれぞれ2分のインターバルをおく。
第2クオーターと第3クオーターの間に10分のハーフタイムをおく。
- (3) 交流戦は、10分のクオーターを2回行うものとし、第1クオーターと第2クオーターの間に2分のインターバルをおく。第2クオーターは、公益財団法人日本バスケットボール協会競技規則の第4クオーターのルールを適用する。ただし、第2クオーター終了時に同点の場合は勝敗は決しない。

4 服装等

- (1) 出場選手は、濃色と淡色（白色が望ましい。）の2種類のユニフォームを用意し、原則として組合せ番号の若いチームが淡色（白色が望ましい。）のユニフォームを着用すること。
ただし、2試合目以降については、両チームの協議により、ユニフォームの色の濃淡を変更することができる。
- (2) 番号は0、00及び1から99までの番号を使用し、審判とスコアラーにはっきりと分かるよう付けること。

5 試合球

試合球は、公益財団法人日本バスケットボール協会検定球、男子は7号球とし、主催者が用意する。

6 チーム・ベンチ

チーム・ベンチは、組合せ表の番号が若いチームをオフィシャル・テーブルに向かって右側とする。

7 表彰式

表彰式は、競技終了後に競技会場で行う。

車いすバスケットボール競技役員等名簿

【(一社) 栃木県バスケットボール協会】

審判員 大坪 祐二 近藤 敏昭 清水 浩 嶋田 晋

【補助員】

宇都宮市立瑞穂野中学校 男子バスケットボール部

宇都宮市立旭中学校 女子バスケットボール部

【補助員引率】

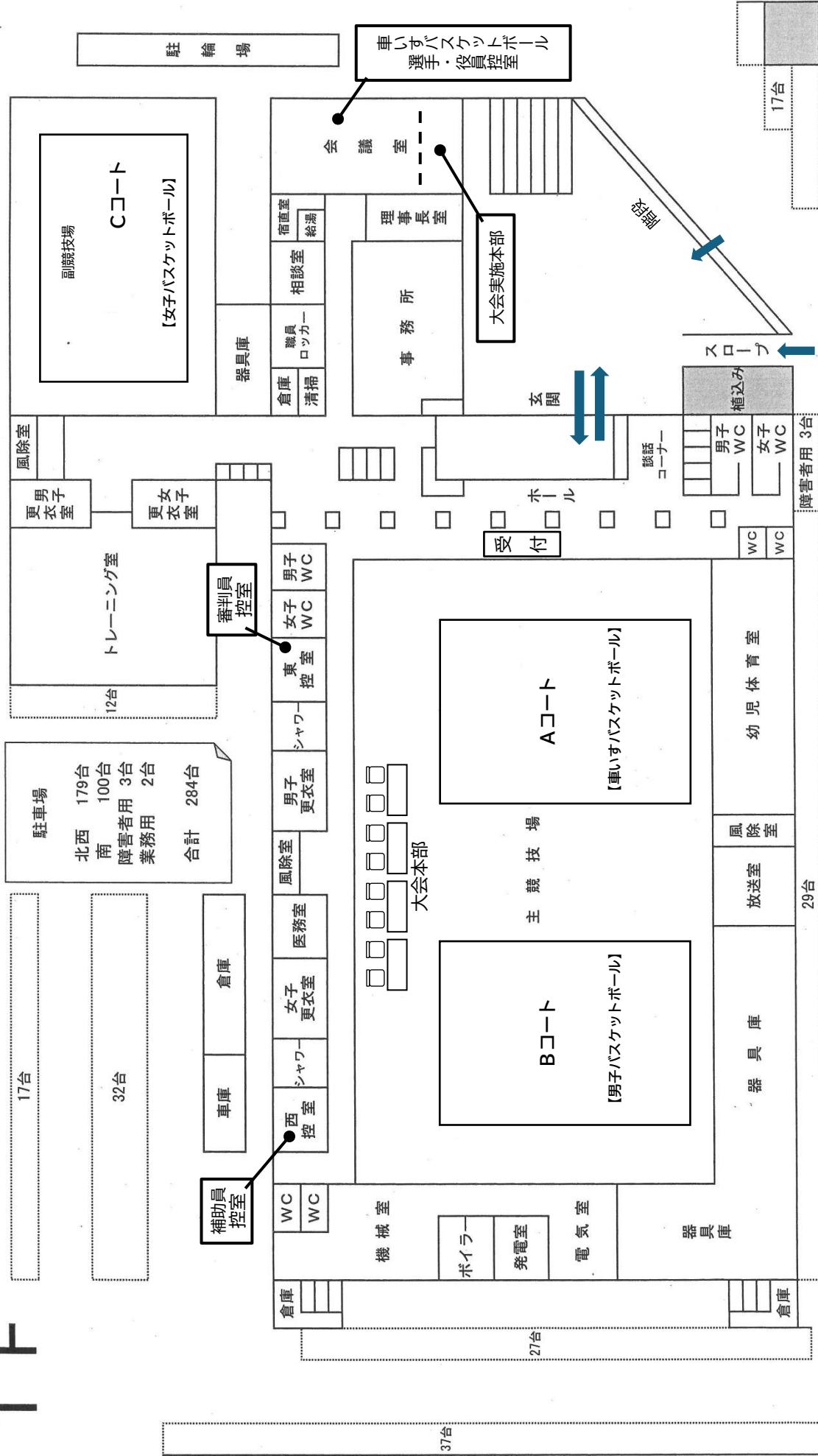
佐藤 昭 (宇都宮市立瑞穂野中学校)

山中 雄司 (宇都宮市立旭中学校)

バスケットボール競技会場図(ブレックスアリーナ宇都宮)

54台

1F



車いすバスケットボール競技日程・組合せ

◆ 競技日程

時刻	Aコート			
9:00～9:30	チーム受付			
9:30～	W-Up開始			
10:00	第1試合	栃木県	VS	群馬県
12:00	第2試合	群馬県	VS	東京都
14:00	第3試合	東京都	VS	栃木県
16:00	表彰式			

◆ 組合せ

	栃木県	群馬県	東京都	勝	分	負	勝点	得点	失点	得失点差	順位
栃木県		-	-								
群馬県	-		-								
東京都	-	-									

チーム編成表 車いすバスケットボール

チーム名			栃木レイカーズ（栃木県）				
	背番号	主将	氏 名	フリガナ	性別	持ち点	備 考
コーチ			大塚 弘之	オオツカ ヒロユキ	男		
アシスタントコーチ			半澤 利江	ハンザワ トシエ	女		
マネージャー			生駒 広美	イコマ ヒロミ	女		
トレーナー			阿久津 瑞希	アグツ ミズキ	女		
1	選手	6	大森 亜紀子	オオモリ アキコ	女	2.0	
2	選手	7	間下 裕基	マシモ ユウキ	男	1.0	
3	選手	10	大森 愛莉	オオモリ アイリ	女	4.5	
4	選手	14	○ 有田 一也	アリタ カズヤ	男	1.0	
5	選手	15	大関 秀樹	オオゼキ ヒデキ	男	1.0	
6	選手	16	大貫 章裕	オオヌキ アキヒロ	男	1.0	
7	選手	18	薄井 遥伽	ウスイ ハルカ	女	3.0	
8	選手	22	羽鳥 康弘	ハトリ ヤスヒロ	男	4.5	
9	選手	25	二階堂 敬	ニカイドウ ケイ	男	4.0	
10	選手	38	永島 幸介	ナガシマ コウスケ	男	3.5	
11	選手	55	田所 純一	タドコロ ジュンイチ	男	4.0	
12	選手	99	金子 瞬	カネコ シュン	男	4.5	

ユニフォームの色	【濃色】紺	【淡色】白
----------	-------	-------

チーム編成表 車いすバスケットボール

チーム名			BLAST (東京都)				
	背番号	主将	氏 名	フリガナ	性別	持ち点	備 考
コーチ			和田 実梨	ワダ ミノリ	女		
アシスタントコーチ			千葉 昇	チバ ノボル	男		
マネージャー			長田 沙祐里	オサダ サユリ	女		
トレーナー							
1	選手	2	増田 知絵	マスダ トモヒロ	男	4.5	
2	選手	7	和田 実梨	ワダ ミノリ	女	4.5	
3	選手	8	天羽 勝彦	アマハ カツヒコ	男	2.5	
4	選手	10	木村 学	キムラ マナブ	男	2.5	
5	選手	12	三杉 香織	ミスギ カオル	男	3.0	
6	選手	16	西村 朝未	ニシムラ アサミ	女	4.5	
7	選手	21	○ 千葉 昇	チバ ノボル	男	2.0	
8	選手	22	伊藤 雄二	イトウ ユウジ	男	2.5	
9	選手	27	高清水 剛	タカシミズ チカラ	男	1.0	
10	選手	91	西原 徹	ニシハラ トオル	男	1.0	
11	選手						
12	選手						

ユニフォームの色	【濃色】 ダークグレー	【淡色】 白
----------	-------------	--------

チーム編成表 車いすバスケットボール

チーム名			群馬マジック（群馬県）				
	背番号	主将	氏 名	フリガナ	性別	持ち点	備 考
コーチ			笛田 ひろみ	フエダ ヒロミ	女		
アシスタントコーチ			小貫 重吉	オヌキ ジュウキチ	男		
マネージャー			清水 空	シミズ ソラ			
トレーナー			吉田 鮎香	ヨシダ アユカ	女		
1	選手	4	○ 高木 伸久	タカギ ノブヒサ	男	2.0	
2	選手	10	小貫 重吉	オヌキ ジュウキチ	男	3.5	
3	選手	11	佐々木 潤耶	ササキ ジュンヤ	男	1.0	
4	選手	12	安田 一翔	ヤスダ カズト	男	3.5	
5	選手	13	高橋 俊一郎	タカハシ シュンイチロウ	男	2.0	
6	選手	17	谷口 誠	タニグ チマコト	男	4.0	
7	選手	18	皆川 文秀	ミナガワ フミヒデ	男	4.5	
8	選手						
9	選手						
10	選手						
11	選手						
12	選手						

ユニフォームの色	【濃色】 青	【淡色】 白
----------	--------	--------