

Oyama Women's Sumo 1 Grand Prix 2026

第3回

＼ 小山 を盛り上げる /
年に1度の大会が今年もやってくる！！

オヤワンG P

～16歳以上の女子相撲大会～

簡易ルールブック

10.12 月 スポーツの日

11:00 集合 11:30 開会

場所 間々田八幡宮 相撲場

参加費 1,000円(保険料等)

所要時間 1時間程度

- ✓ 相撲未経験の方大歓迎！
- ✓ 16歳以上なら誰でも◎
- ✓ 優勝者には豪華な賞品も…？

協賛

ハオ ハオ
広東名菜 好好

協賛していただける個人・企業様大募集中！
(メールにてお問い合わせください。)



詳細は
こちらから



申込 8.1 ± ～

主催・お問い合わせ

小山市相撲連盟

 www.tvoyama.ne.jp/oyama-sumo/index.html

 @oyamashi.sumo.renmei  oyama-sumo@tvoyama.ne.jp



小山市相撲連盟

蛇の目とは

土俵の外側の砂の敷いてある図の白線で囲んだ部分です。足が出たかを確認するための勝敗に関わる場所ですので跨いで土俵に入ってください。

相撲の試合の流れ

選手は西東に分れて出番を待ちます。

- ① 名前を呼ばれたら大きな声で返事をして土俵に上がります。
- ② 土俵周りの蛇の目を踏まない様に気を付けて土俵に入ります。
- ③ 相手を見て、主審の“礼”の掛け声で礼をします。
- ④ 仕切り線のところまで行って、そんきよします。
- ⑤ 主審の“構えて”の掛け声で両手を仕切り線より後ろにしっかりついて
- ⑥ “はっけよい”の掛け声で試合を開始してください。
- ⑦ 主審は試合中に“のこった、のこった”や“はっけよい”と掛け声をかけますが気にせず試合してください。
- ⑧ 主審が“勝負あった”といった場合は勝敗がつきました。“待った”と言ったときは何か注意事項が発生したことを意味します。試合を止めてください。
- ⑨ 勝ち負けがついた場合は、主審が東か西の手を挙げています。両者は最初に立礼をした土俵際に戻り、“礼”の掛け声で礼をして、負けた人は蛇の目を踏まない様に土俵を降りてください。勝った人は礼をした後その場にそんきよして、主審が“西・東の勝ち”と勝ち名乗りをあげたら、右手で手刀をきって、蛇の目を踏まない様に土俵を降ります。

<p>① 土俵へ進む</p> <p>「東、～君」「西、～君」と名前を呼ばれた選手は立ち上がり、「ハイッ!」と大きな声で返事をして土俵へ進む。</p>	<p>② 土俵へ上がる</p> <p>中央の上がり段に片足を掛け、徳俵の内側(三文字口)に入る。このとき、俵や蛇の目の砂を踏まないよう気を付ける。</p>	<p>③ 立礼 (一回戦～)</p> <p>徳俵の内側でお互いに立礼する。</p>	<p>④ 仕切り線へ進む</p> <p>仕切り線の一步手前まで進む。</p>
<p>⑤ 蹲踞</p> <p>頭を引き、背筋を伸ばして両手を膝にのせて腰を下ろす。両膝は十分に左右に開き全身の力を抜く。</p>	<p>⑥ 仕切り</p> <p>蹲踞から立ち上がり、右足、左足と足を開き、腰を締めて腰を深く下ろす。拳を地面に付け、前へ体重を掛ける。</p>	<p>⑦ 試合</p> <p>主審の「ハッケヨイ!」の掛け声により立ち上がり、取組む。</p>	<p>⑧ 勝負の決定</p> <p>勝負が決まると、主審が東西の勝者側に腕を挙げる。両者は徳俵内側へ戻る。</p>
<p>⑨ 立礼</p> <p>主審の「礼」の合図でお互いに立礼する。</p>	<p>⑩ 勝者は蹲踞</p> <p>勝者はその場所に蹲踞する。敗者は土俵を下りる。</p>	<p>⑪ 勝名乗り</p> <p>主審から「東(もしくは西)」と勝名乗りを受けたら勝者は目礼する。目礼後、土俵を下り、誘導係員の指示に従う。</p>	<p>JCI わんぱく相撲冊子 より抜粋</p>

禁じ手について

- ・ 髪の毛を掴んではいけません。
- ・ 顔への攻撃（パンチ、びんた、目つぶし、耳を持つ、鼻をつまむ等）
- ・ 首への攻撃（首をつかむ、首を絞める、握りつぶす）ただし、手を合掌に組んではいけません（相手と手を合わせたときに指を握り合う、相手と抱き合う状態になった時に自分の指を組む）
- ・ 上着やズボンを持ってはいけません。
- ・ キックはいけません

<p>握り拳で突き、殴ること</p>  <p>(相手の) 歯が折れる。 目が損傷(失明)する。</p>	<p>張り手</p>  <p>(相手の) 鼓膜が破れる。 目が切れる。</p>	<p>頭髪を掴むこと</p>  <p>(相手の) 首を絞める。</p>	<p>目、または水月などの 急所を突くこと</p>  <p>(相手の) 目が損傷(失明)する。 呼吸が出来なくなる。 内臓が破裂する。</p>
<p>喉を掴むこと</p>  <p>(相手の) 呼吸が出来なくなる。 首を絞める。</p>	<p>胸、腹を蹴ること</p>  <p>(相手の) 肋骨が骨折する。 内臓が破裂する。</p>	<p>合掌</p>  <p>(自分の) 手が外せなくなる。 手の指を骨折する。 (相手の) 腕を絞める。</p>	
<p>後頭部を相手の腹部につける</p>  <p>(相手の) 首を絞める。 自分の首も痛めてしまいます。</p>	<p>鴨の入れ首</p>  <p>(相手の) 首を絞める。</p>	<p>JCI わんぱく相撲冊子 より抜粋</p>	

【注意事項】

- ・ 上半身汚れても良いシャツズボン（肘膝のけが防止のためサポータなどをつけると良い）
- ・ 髪の毛はゴムのみ。（プラスチックの飾りがついているもの×ヘアピン×）
- ・ 高価な指輪等の貴金属や時計は家で外してくる。
- ・ 手首・足首にあるミサンガや髪ゴムを外す。
当日取り外すか、どうしても外せない場合はテーピングにて固定
- ・ 手足の爪は切っておきましょう。