



インターハイ。

なぎなた競技大会

—— 開け未来の扉 ——
中国総体 2025

—— とき ——

令和7年

7.31 ▶ 8.3

木曜日

日曜日

—— ところ ——

出雲だんだん
とまとアリーナ



図案 / 出雲北陵高等学校 勝田 愛弓

輝け君の青春
刻め努力の軌跡

INTER HIGH SCHOOL ATHLETIC MEETING

NAGINATA
TOURNAMENT



図案 / 島根県立大社高等学校 中尾 柑菜

出雲市実行委員会

出雲市今市町70番地 TEL:0853-21-6808

中国総体2025



@INTER_HIGH2025_NAGINATA

なぎなた 競技の特徴

ひらがな表記の「なぎなた」は
スポーツなぎなたのことを指します。
櫛の木の先に竹で出来た切先（きっさき：刃部）
を付けた全長210cm～225cm
のなぎなたを使用します。

競技は大きく二つに分かれます。

試合競技という、空手で言う組手のようなもの。

演技競技という、空手で言う型のようなもの。



演技競技

2人1組「仕かけ・応じ」というそれぞれの役割に
分かれて決められた技を繰り出し、二人
の呼吸と技の美しさを競います。

大会では、2組のペアが同時に演技をし、優れ
ていたペアを5人の審判が選定する方式で勝敗
を決めます。

1本目～8本目まであり、なぎなたの正しい使
い方体の使い方が凝縮されています。

精神修養だけでなく、姿勢や気の充実にも良
いため高齢の選手も多く、大会も開催され
ています。

試合競技

防具を付けた状態で、相手の部位（下図参照）

頭・すね・手・胴・のどを狙って技を競い合います。

なぎなたの特性上、胴を打たれることは
減多にないため、面・すね・小手の取合いが主な試
合内容になっています。

試合時間内に相手から一本・二本と取った方が勝
ちとなり、時間内に決まらない場合は判定。

試合の判定は、攻めの姿勢や試合運び、正しいな
ぎなたの使い方などを総合判断して下されます。



※タナカスポーツHP <https://www.tanakasports-aizu.org>より

なぎなたが題材！
おすすめの作品「あさひなぐ」

人気アイドルグループ「乃木坂46」のメンバー主演で、なぎな
たに青春をかける少女たちを描いた、こざき亜衣による漫画
「あさひなぐ」が実写映画化されました。



「映画『あさひなぐ』」DVD好評発売中 4,180円（税抜価格3,800円）
発売元：ソニー・ミュージックレーベルズ 販売元：東宝
©2017映画「あさひなぐ」製作委員会 ©2011こざき亜衣／小学館