

新型コロナウイルス感染症の影響により開催内容を変更する場合がありますので、最新情報は当協会HPでご確認ください。

令和3年6月28日更新

第64回松本市市民体育大会『春季大会』開催要項

- 1 趣 旨 この大会はスポーツを日常生活に生かし健全なる心身を養い市民相互の親睦を深めることを目的とします。
- 2 主 催 松本市、一般財団法人松本市スポーツ協会
- 3 主 管 一般財団法人松本市スポーツ協会加盟の各団体
- 4 期 日 開催要項のとおり
- 5 会 場 同上
- 6 申込方法
 - (1) 一般財団法人松本市スポーツ協会へ申し込む
※ 要項の種目欄に記載の10種目は協会窓口・HPで申込可
 - (2) 上記以外の23種目は要項の備考欄に記載の申込先へ申し込む
- 7 参加料 開催要項に記載のとおり
- 8 競技規則 開催要項に記載の競技方法による
- 9 保険加入 大会参加中の事故等の保険は主催者が加入した保険の範囲で適用されます。その他の責任は負いません。
保険内容の詳細と事故発生時の保険金請求については当協会HP「市民総合賠償補償保険のあらまし」をご覧ください。

<保険金請求・お問い合わせ先>

松本市スポーツ推進課 (TEL: 45-9511)

〒390-0801 松本市美須々5-1 松本市総合体育館内

- 10 個人情報等の取扱いについて
主催者は、個人情報の保護に関する法律および松本市個人情報保護条例並びに一般財団法人松本市スポーツ協会個人情報管理規程を厳守し取り扱います。なお、取得・保有する個人情報は、大会運営のための利用を主催者に一任することとなります。

11 新型コロナウイルス感染症の予防対策

- (1) マスクを着用してください。
- (2) ソーシャルディスタンス（最低1m以上）を維持してください。
- (3) こまめに手洗いや手指消毒をしてください。
- (4) 以下の事項に該当する場合は、参加を見合わせてください。
 - ア 体調がよくない場合（風邪症状や味覚・嗅覚異常など）
 - イ 同居家族など身近に感染が疑われる人がいる場合
 - ウ 過去2週間以内に政府から入国制限や入国後の観察期間がある国・地域への渡航・当該在住者との濃厚接触がある場合
- (5) 大声は控え、指示などは十分な距離をとって行ってください。
- (6) 大会終了後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、主催者に速やかに報告してください。
- (7) そのほか、参加する各競技種目において求められる注意事項を確認し、遵守してください。遵守できない場合、他の参加者の安全のため、退場を求める場合があります。
- (8) 新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）のスマートフォン等へのインストールにご協力ください。

<お問い合わせ先>

一般財団法人松本市スポーツ協会事務局（平日8:30～17:15）

〒390-0801 松本市美須々5-1 松本市総合体育館内

TEL: 32-7056 FAX: 32-7452

E-mail: matsutaikyo@po.mcci.or.jp

HP: <http://www.mcci.or.jp/www/matsutaikyo/>

NO	種 目	開催日	曜日	受付・開始時刻	会場	参加資格	種目及びチーム編成	競技方法	使用球	備考	締切日			
1	陸上 中止	5月3日	月	午前7時30分受付 午前8時30分開始	松本平広域公園 陸上競技場(今井)	市内居住者 市内通勤通学者	中学生 男子 100m・400m・1500m・3000m・110mH 走高跳・走幅跳・砲丸投(5kg) 女子 100m・200m・800m・3000m・100mH 走高跳・走幅跳・砲丸投(2.72kg) 高校生・一般 男子 100m・400m・800m・5000m 走高跳・走幅跳・やり投 女子 100m・200m・800m・3000m 走高跳・走幅跳・やり投	● 小学生…………… ● 中学生…………… 1人1種目、1校1種目2名以内 ● 高校生・一般…………… 1人1種目、1校1種目2名以内 ● 参加料 中学生 1人1種目 150円 高校生・一般 1人1種目 400円 ● ナンバーカード 中学生……………中体連割当のナンバーカードを使用 高校生……………高体連割当のナンバーカードを使用 一 般……………主管協会が用意する(当日支給) ● ナンバーカードの止めピンは各自用意してください ● 中・高・大学生は学校単位でお申込ください。 ● 申込各校は審判員のお手伝いを2名以上ご協力お願いします。 ● 1～6位までの選手に賞状を授与する。表彰式は行いません。 ● 大会当日はプログラム記載の注意事項を守ってください。 ● 申込 長野県陸上競技協会ホームページエントリーセンター (http://negano-rk.com/) から申込 事情により上記の申込ができない団体個人は松本市スポーツ協会事務局へ直接申込 ※当日棄権の無いように申込んでください。エントリー後の種目変更は一切認めません。 ※オープン参加は認めません。 ● 参加料の支払 松本市スポーツ協会事務局または協会ホームページで支払手続をする	● 小学生…………… ● 中学生…………… 1人1種目150円 高校生・一般 1人1種目400円 ● 予備日 5月5日(水) ● 雨天連絡先 ソフトテニス協会 堀金 (090-4814-7599) ● 申込先 松本市スポーツ協会窓口またはHP	● 参加料 1チーム3,000円 ● 申込 松商学園高校 三澤(TEL33-1210) ※別途各学校へ大会要項を送ります	● 参加料 1チーム2,000円 ● 申込 波田中学校 赤羽徹郎(TEL92-2034) ※別途各学校へ大会要項を送ります	● 参加料 バレーボール 1チーム 2,000円 ソフトバレーボール 1チーム 500円 ● 申込先 松本小学生バレーボール連盟 山本 松本市笹賀5508-1 TEL26-6619	●ゼッケン着用のこと。 ●申込は実力順に記入のこと。 ●参加料 小・中学生 1人1種目150円 高校生・一般 1人1種目400円 ●申込先 松本市スポーツ協会窓口またはHP	大会 エントリー 4月12日 24時厳守 (エントリー センター)
2	ソフトテニス スポーツ協会HPから 申込可	4月18日	日	午前8時受付 午前9時開会式	浅間温泉庭球公園	市内居住者 市内通勤通学者	小学男女、中学男女、一般男女、シニア(45歳以上) ※一般男女は高校生も含む ※全種目ダブルスで実施	7ゲームマッチ ※中学は5ゲーム	公認球 (本部で指定)	●参加料 小・中学生 1人1種目150円 高校生・一般 1人1種目400円 ●予備日 5月5日(水) ●雨天連絡先 ソフトテニス協会 堀金 (090-4814-7599) ●申込先 松本市スポーツ協会窓口またはHP		4月8日		
3	バレーボール (高校の部)	7月25日 7月31日	日 土	午前8時開館 午前9時開会式	(男子) 蟻ヶ崎高校 (女子) 松本国際高校 美須ヶヶ丘高校	市内高校生	6人制 監督1・コーチ1・マネージャー1 選手14名以内(高体連方式)	トーナメント戦	公認5号球	●参加料 1チーム3,000円 ●申込 松商学園高校 三澤(TEL33-1210) ※別途各学校へ大会要項を送ります		7月16日		
	バレーボール (中学校の部) 中止	5月29日 5月30日	土 日	5月29日 午前8時30分開会式 5月30日 午前9時開始	(男子) 清水中学校 松島中学校 (女子) 旭町中学校 梓川中学校 鉢盛中学校	市内中学生	6人制 監督1・コーチ1・マネージャー1 選手12名+リベロ2名まで可能(市中方式) (各中学校単位、男女各1チーム)	29日 リーグ戦(参加チーム 数による) 30日 決勝トーナメント・敗 者戦	公認4号球	●参加料 1チーム2,000円 ●申込 波田中学校 赤羽徹郎(TEL92-2034) ※別途各学校へ大会要項を送ります		5月7日		
	バレーボール (小学校の部)	4月29日	木	午前8時30分受付 午前9時開会式	バレーボール 神林体育館 芝沢体育館 島立体育館 ソフトバレーボール 寿体育館 寿台体育館	市内居住の 小学生 市内に所在する 小学生チーム	バレーボール 監督・コーチ・マネージャー・選手12名以内 ソフトバレーボール 監督・マネージャー・選手8名以内	トーナメント リーグ戦	バレーボール ソフトバレーボール	●参加料 バレーボール 1チーム 2,000円 ソフトバレーボール 1チーム 500円 ●申込先 松本小学生バレーボール連盟 山本 松本市笹賀5508-1 TEL26-6619		4月16日		
バスケットボール (中学生の部) 中止	5月22日 5月23日 5月29日 5月30日	土 日 土 日	午前8時30分受付 午前9時開始	南部体育館 波田体育館 梓川体育館	中学生	中学校男子・女子、1校各1チームとする。 引率責任者1名・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18名以内	日本バスケットボール協会競技規則および本大会特別規則による	女子6号球 男子7号球	●参加料 1チーム3,000円 ●申込等の詳細は各校へ別途通知します。		4月21日			
5	卓球 中止	4月29日	木	午前8時15分開場 午前9時45分開会式 午前10時開始	松本市総合体育館 メインアリーナ	市内居住者 市内通勤通学者 ※一般の部は 中学3年生以上	一般男子シングルの部 一般女子シングルの部 中学男子シングルの部 中学女子シングルの部 一般男子ラージボールシングルの部 一般女子ラージボールシングルの部	トーナメント ※申込が少ない種 目はリーグ戦	ニッタク プラスチックボール	●ゼッケン着用のこと。 ●申込は実力順に記入のこと。 ●参加料 小・中学生 1人1種目150円 高校生・一般 1人1種目400円 ●申込先 松本市スポーツ協会窓口またはHP		4月7日		

NO	種 目	開催日	曜日	受付・開始時刻	会場	参加資格	種目及びチーム編成	競技方法	使用球	備考	締切日
6	テニス スポーツ協会HPから 申込可	4月24日 4月25日	土 日	午前8時受付 午前8時30分開始	浅間温泉庭球公園 ※4/25のみ、松本市総 合体育館の第一駐車場 にも駐車できます	市内居住者 通勤通学者 松本テニス協会員 高校生は松・塩・安地 区通学者 ※小中高生は一般の 種目には参加できない	●24日(土) ・高校男女ダブルス ・中学生男女シングルス ・小学生男女シングルス ●25日(日) ・一般男子ダブルス ・一般女子ダブルス Aクラス 中級者以上 Bクラス 初級中級者以上 Cクラス 初級者 ・一般ミックスダブルス Aクラス 中級者以上 Bクラス 初級者	トーナメント (負けトーナメントあり)	松本テニス 協会公認球 [一般/高校] 主催者で 用意します [小/中学生] 各チーム・各人持ち より	●参加料 高校・一般 1人1種目400円 小・中学校 1人1種目150円 ●申込先 ①松本市スポーツ協会窓口またはHP ②ストリンガーハウスm&m (33-6986) ③スポーツショップハマ (32-2677) ④エムスタイルテニスアカデミー (88-5008) ※高校生は協会HPで大会要項を確認し申込	4月16日
7	軟式野球	4月24日 4月25日	土 日	午前8時受付 午前8時30分開始	岡田運動広場 四賀球場	市内中学在籍生	1中学校1チーム及び連盟加盟の少年チーム 20名以内	トーナメント	M号	●参加料 中学生1チーム3,000円 ●申込先 県軟野連松本支部事務局 小松誠一 神林4096 TEL47-5153	4月16日
8	ソフトボール 中止	5月23日	日	午前8時40分受付 午前9時開始	島立運動広場	市内居住者	ファストピッチ試合 1) 行政地区単位(地区居住者による)に チーム編成:監督以下18名以内 2) 選手9名で男子のみ (40才以上、年齢は令和3年4月1日現在とする)	トーナメント (試合回数7イニング (但し60分を超えて 新しいイニングには 入らない))	公認球3号	●予備日 5月30日(日) ●参加料 1チーム4,000円 ●申込 松本市スポーツ協会窓口またはHP	6月10日 5月14日に 延長しました
9	バドミントン スポーツ協会HPから 申込可 ジュニアの部 一般の部 は中止	4月24日 4月25日 6月12日	土 日 土	午前8時15分開場 午前9時開始	松本市総合体育館 メインアリーナ サブアリーナ 波田体育館(25日一般)	中信地区居住者 中信地区通勤通学者	●一般男女(4/25)中止 シングルス、ダブルスA・B・C・D ※一般Aはフリー、Bは中級者、Cは初中級者、Dは初級者 ●ジュニア男女(4/24,25)中止 シングルスA・B・C・小学生、ダブルスA・B・C・小学生 ※ジュニアAは高3まで、Bは高2以下 ※Cは競技経験1年未満の選手および小学生 ●高校3年生大会(6/12)	トーナメントまたは リーグ戦	水鳥シャトル	●参加料 小中学生 1人1種目150円 高校一般 1人1種目400円 ●申込 松本市スポーツ協会窓口またはHP	ジュニア 4月5日 一般 4月12日
10	体操	5月5日	水	午後8時30分受付 午前10時開始	松本市総合体育館 メインアリーナ	市内居住者 市内通学者 市内在籍クラブ	男女新体操…(小中学生・高校生) 女子団体・ジュニア…ボール5又は徒手5 ・シニア…フープ3クラブ2組 男子団体…徒手6 女子個人小学生…徒手及び5種目の中から1種目 女子個人中学生…クラブ・リボンの中から1種目 女子個人高校生…フープ・リボンの中から1種目 男子個人…4種目の中から1種目	採点方式		●参加料 小中学生 1人1種目150円 団体種目1,000円 高校生・一般 1人1種目400円 団体種目2,000円 ●申込先 体操協会事務局 湯田愛理 TEL 50-7148 FAX 50-7149	4月22日
11	馬術	4月29日	木	午前8時30分受付 午前9時開始	松本市馬術競技場	市内居住者 県内競技者	・馬場 A1 -低障害 ・馬場 A2 -小障害 ・馬場 A3 -中障害D ・馬場 L1 -中障害C	国内規程に基づく		●参加料 中学以下 1人1種目150円 高校一般 1人1種目400円 ●申込 馬術競技場 TEL58-1920	4月24日
12	ウェイト リフティング	4月17日	土	午前10時開始	松商学園高等学校 トレーニング室	県内居住者 (高校・一般)	一般男女・高校男女	令和3年度の 競技規則に 基づいて行う		●参加料 高校生・一般 1人400円 ●申込 松商学園高等学校 TEL33-1210	当日受付

NO	種 目	開催日	曜日	受付・開始時刻	会場	参加資格	種目及びチーム編成	競技方法	使用球	備考	締切日
13	ゲートボール スポーツ協会HPから 申込可	5月9日	日	午前8時受付 午前8時15分開会式	中山霊園運動広場	松本市民	一般の部(年齢性別制限無し) 女性の部(年齢制限無し) 1チーム監督1名、競技者5～8名以内(うち1名主将)	予選…リーグ戦 決勝…トーナメント 戦 ルールは2019年の 規則による	ボール・ゲートは ゲートボール協会で 用意	●参加料 1チーム2,000円 ※監督は専任で監督章を着用 ※主将は腕章を着用 ※スティック・ゼッケンは各自又はチーム持ち ●申込 松本市スポーツ協会窓口またはHP	4月6日～ 4月23日
14	グラウンドゴルフ	4月18日	日	午前8時30分受付 午前9時開始	あがた運動公園 多目的広場	松本市民	8ホール3ラウンドで打数を競う	日本グラウンド・ゴ ルフ協会ルールに よる(最小打数を競 う個人戦)	専用ボール	●参加料 1人400円 ●申込 中村浩之(090-8516-5685)	4月6日
15	エアロビクス	4月11日	日	午前9時受付 午前9時45分開始	松本市総合体育館 サブアリーナ	一般市民 エアロビクス協会員	県大会ルーティーン講習会			●参加料 中学以下 1人1種目150円 高校一般 1人1種目400円 ●申込 松本エアロビクス協会事務局 TEL47-0370(サム松本内)	当日まで
16	ベタンク	4月9日 6月25日	金	午前8時30分受付 午前9時開始	信州スカイパーク ファミリースポーツゾーン ベタンクコート	松本市民	3人对3人	日本連盟ルール	専用ボール	●参加料 1人400円 ●申込先 清水忠信 TEL75-8262	4月7日
17	ゴルフ	7月8日	木	午前7時10分受付 午前8時開始	松本カントリークラブ	市内居住者 市内通勤者	組合せ表・競技規則(ローカルルール)は後日発送 参加可能人数 200名	18ホール ストロークプレー 新ペリア方式	R&A公認球	●参加料 協会員・協賛会員1,000円 一般2,000円 ●申込先 松本カントリークラブ TEL58-4581	6月28日
18	ママさん バレーボール 中止	6月6日	日	午前8時30分受付 受付終了次第開始	松本市総合体育館 メインアリーナ	松本市内居住の家庭 婦人及び満35才以上 の未婚者(4月1日現 在)	9人制バレーボール 選手12名以内 監督・副監督・マネジャー各1名は男性も可	トーナメント制 ※ママさんバレー ガイドライン2010 による	4号球	●参加料 1チーム 4,000円 ●申込 松本市スポーツ協会窓口 またはホームページ	5月14日 16時
19	スポーツ ウエルネス吹矢	4月18日	日	午前8時30分受付 午前10時開始	南部体育館	スポーツ吹矢経験者 視覚・聴覚障がい者 ※車椅子可	個人戦	1ラウンド5本 6ラウンドの合計に よる順位戦		●参加料 1人1種目 400円 ●申込 松本市スポーツウエルネス吹矢協会 鈴木健一 TEL090-3558-3614	当日受付可
20	剣道 中止	4月18日	日	午前9時開会式 演武終了後試合開始	松本市総合体育館 メインアリーナ	中信地区居住者 中信地区通勤通学者	一般・高校男子・高校女子・中学男子・中学女子・小学生 団体戦は5人制とする 高校女子のみ3人制で行う	団体戦 トーナメント 及びリーグ (2分3本勝負)		●参加料 小・中学生 1チーム 1,000円 高校・一般 1チーム 2,000円 ●申込 松本市スポーツ協会窓口またはHP	3月26日
21	柔道 中止	4月25日	日	午前8時30分受付 午前9時30分開会式	松本市柔剣道場 柔道場	中信地区居住者 中信地区通勤通学者	団体戦 小学生 1・2年生の部、3・4年生の部、5・6年生の部 中学生 1年生の部、2・3年生の部、女子の部 高校生 1年生の部、2・3年生の部 一般の部 段位無制限 一般女子の部 高校・一般の部	トーナメント		●参加料 小・中学生 1人150円 高校・一般 1人400円 ●申込 山形中央整骨院 神農栄来(97-1171) Mail:mhor2995blackcoffee@yahoo.co.jp	

NO	種 目	開催日	曜日	受付・開始時刻	会場	参加資格	種目及びチーム編成	競技方法	使用球	備考	締切日
22	弓道 中止	5月30日	日	●高校の部 午前9時受付 午前9時30分開始 ●一般の部 午後0時30分受付 午後1時開始	松本市弓道場	市内居住者 市内通勤通学者	個人戦のみ、1立3名	「近的個人」 予選4射 2中以上が決勝へ	四ツ矢	●参加料 1人400円 ●申込 一般・高校生ともに立ちを組み、弓道会伊東まで メールにより申込(yosibumi@d7.dion.ne.jp)。 ※指定用紙を各高校に送付します ※なお従来と募集・要項ともに変更されていますの で、実施要項をご確認のうえ、お間違いないよう お申込ください。(申込期日厳守)	5月6日
23	空手 中止	5月2日	日	午前8時30分受付 午前9時開始	松本市総合体育館 メインアリーナ	市内居住者 市内通勤通学者 松本空手協会員	個人組手・形…小、中、高、一般の部 (各学年別男女別)	全空連方式		ニューメンホー及びプロテクター及び拳サポーター 及び金的カップを着用 ●参加料 小・中学生 1人1種目150円 高校・一般 1人1種目400円 ●申込 松本空手協会事務局 黒岩秀美 携帯 090-4754-0841	4月2日
24	合気道 中止	5月9日	日	午前9時受付 午前9時30分開始	松本市柔剣道場 柔道場	小・中学生、高校生、 大学生、一般の協会 員	小学生・中学生・高校生の部 大学生・一般の部 個人及び団体	演武会		●参加料 小・中学生 1人150円 高校・一般 1人400円 ●申込 松本合気道協会 山本(98-5166)	当日受付
25	相撲 中止			午前8時20分受付 午前8時30分相撲教室 午前9時15分開会式	源池小学校相撲場 (雨天時は体育館)	市内居住または中信 地区相撲クラブ所属の 小学生	個人戦	学年別リーグ戦 又は トーナメント戦		申込先 松本体育協会事務局 ●参加料 1人150円 ●申込 松本市スポーツ協会窓口またはHP ●服装 男子 上半身裸で半ズボン 女子 半ズボン(上着着用可)	
26	なぎなた	4月18日	日	午前8時30分受付 午前9時開始	松本市柔剣道場 剣道場	市内居住者 市内通勤通学者	演技・試合競技	演技・試合ともに トーナメント、演技は 旗形式全日本に準 ずる		●参加料 小・中学生 1人1種目150円 高校・一般 1人1種目400円 ●申込 松本市なぎなた連盟事務局 蒲生 TEL090-5333-5486	4月9日
27	少林寺拳法 中止	4月29日	木	午前9時30分受付 午前10時開始	松本市柔剣道場 柔道場	小・中学生 一般	演武競技	同左		●参加料 小・中学生 1人1種目150円 高校・一般 1人1種目400円 ●申込 少林寺拳法松本中部支部 久根下 TEL080-1033-0886	4月22日
28	テコンドー 中止	4月25日	日	午前8時30分受付 午前9時開始	島内体育館	市内居住者 市内通勤通学者 テコンドー協会員	幼児・小学生・中学生・高校生・一般 個人組手(個人型)	WTF世界テコンドー 連盟ルールによる		●参加料 小・中学生 1人1種目150円 高校・一般 1人1種目400円 ●申込 長野県テコンドー協会松本支部事務局 TEL 32-0823	4月19日
29	古武道 中止	4月25日	日	午前9時受付 午前9時30分開始	松本市柔剣道場 剣道場	松本市民 松本古武道協会員	卜傳流柔術腰周居合兵法 無外真伝無外流居合兵法 柳剛流杖術 浅山一傳流体術 無双直伝英信流	無外真伝無外流 居合兵法演武会	模擬刀大小 木剣大小 居合道着一式	●参加料 小・中学生 1人1種目150円 高校・一般 1人1種目400円 ●申込 松本古武道協会 山口 TEL 080-1019-7036	4月19日

NO	種 目	開催日	曜日	受付・開始時刻	会場	参加資格	種目及びチーム編成	競技方法	使用球	備考	締切日
30	民踊	5月8日	土	午後0時30分受付 午後1時開始	松本市柔剣道場 柔道場	松本民踊連盟会員 一般民踊愛好者	民踊の集い			●参加料 1人1種目400円 ●申込 松本民踊連盟 中原 TEL 090-8326-8002	5月2日 当日受付可
31	フォークダンス	4月14日	水	午後0時30分受付 午後1時開始	松本市柔剣道場 トレーニング室	市内居住者 市内通勤者 フォークダンス協会員	フォークダンスの集い	集い形式		●参加料 1人1種目400円 ●申込 松本フォークダンス協会 山口 TEL 35-6769	4月7日 当日受付可
32	ソフトバレーボール 中止	5月30日	日	午前9時受付 午前9時30分開始	松本市総合体育館 メインアリーナ	市内居住者 市内通勤者 (学生除く) 18才以上	クラス(繰り下がり出場可) ① フリーの部 160歳以上) ② T160以上の部(30歳以上で構成する/コート内合計 200歳以上) ③ T200以上の部(40歳以上で構成する/コート内合計 200歳以上) ※ 年齢基準日は大会日とする ※ 男2・女2の4人制、選手8名以内(男女各4名以内)	日本バレーボール 協会制定「ソフトバ レーボール競技規 則」による。 原則として予選リー グ後決勝トーナメン ト相互審判とする。	公認球	●参加料 1人1種目400円 ●申込 松本市スポーツ協会窓口またはHP ※申込書には出場クラスおよび選手の年令を必ず 記入してください ※ゼッケン着用のこと ※キャプテンマーク・監督マークを必ず着用すること	5月10日- 5月13日に 延長
33	インディアカ 中止	6月6日	日	午前8時30分受付 午前9時開始	松本市総合体育館 サブアリーナ	一般市民 松本インディアカ協会 員	男女混合(フリー)	予選: 亀の子リーグ (1チーム2試合) 決勝: トーナメント	シャトル (協会で用意)	●参加料 1チーム1,600円 ●申込 松本インディアカ協会事務局 上條孝夫 蟻ヶ崎3-6-8 TEL35-6389	5月6日