

4月1日（水）

受付開始

締切4月30日

※上限達し次第締切



2026にいがた総おどり チーム参加要項

【踊りで未来をつくる
にいがた総おどり祭】

開催日：2026年9月19日（土）～9月23日（水・祝）
主催：新潟総踊り祭実行委員会
ホームページ：<https://www.soh-odori.net/>



POINT

1

にいがた総おどりととは？

3～7P

祭りの起源と物語、5日間のテーマと魅力を紹介します。

POINT

2

参加方法と条件

8～10P

チーム参加・個人参加の方法、条件、コース内容を詳しくご案内します。

POINT

3

当日までの流れとサポート情報

11～13P

エントリー手順、注意事項、宿泊・衣装レンタルなどサポート内容を紹介します。

..... チーム参加はここまで

付録：個人参加プログラムのご案内

14～27P

にいがた総おどりの個人参加プログラムに興味のある方は、ご覧ください。

25周年のにいがた総おどり。

あなたのチームの物語を、新潟でひらこう。

- 開催日：2026年9月19日（土）～9月23日（水）
- 募集枠：審査受入れ158団体（先着上限方式）
- チームエントリー期間：4月1日（水）10:00 ～ 4月30日（木）23:59

※募集上限に達し次第、締切前に受付終了する場合があります。

祭り参加費：中学生以上 1人 3,500円 / 小学生以下 無料

※支払い方法（クレジットカード／コンビニ決済など）の詳細は専用サイトで案内します。

やること（最短ステップ）

①チームエントリー（チーム名・参加希望日が分かれば申請OK）

■エントリーフォーム（フォーム公開は受付期間のみ）

<https://www.soh-odori.net/entry/my-account/?type=team>

②説明会参加 → スケジュール確定

③個人登録・参加チケット購入

④提出物の登録（詳細は本文で案内）

迷ったら

●本資料P9～P13（参加方法・条件・流れ・注意・サポート）

●事務局にお問い合わせ：以下フォームよりお問合せ下さい。

お問合せフォーム：

<https://form.run/@son-odori2020>



祝25周年。四半世紀という節目を迎えて

2002年、数名の若者たちが「次の世代に感動ある祭を作ろう」と夢を抱き、ゼロから創り上げたのが「にいがた総おどり祭」です。

彼らの想いは、踊りで人々を繋ぎ、感動と希望を未来へ紡ぐこと。

その志は25年という節目を迎えます。1世紀の四分の一である四半世紀と考えると、とてつもなく長い期間に感じます。

しかし、数百年、千年と続くこの国の文化となり、千年先の子ども達に感動を届けることを目指すならば、新潟の文化になる「一歩目」を歩き始めたところでしょう。

この祭りのルールは、「心を込めて踊ること。」 皆さんが歌い、踊り、祭りを心から楽しむ姿が、その原動力です。

あなたの情熱は、人の心に響きます。どこに住んでいようと、どのジャンルであろうと、踊りが感動を届ける力があることを、私たちは信じています。

今、物語は次の章へ。あなたの踊りが、この感動を完成させます。踊りが繋ぐ未来を、共に創り上げましょう。

にいがた総おどりの5日間 ～25周年は3日間➢5日間開催に挑戦します～

にいがた総おどり祭は、**「想う日」「奏でる日」「創る日」**という3つのテーマを通じて、踊り手一人ひとりの想いが紡ぐ物語です。2002年に未来を夢見た若者たちの願いが形となり、この祭りは新潟を越え、多くの人々を繋ぐ特別な場へと成長しました。それぞれの日を持つ特別な意味とともに、あなたの踊りがこの物語を彩り、新たな未来を創ります。

9/19 (土) 想う日

未来を夢見る
幕開けの日。

9/20(日) 21(月)奏でる日

調和が生み出す
感動の日。

9/22(火) 23(水)創る日

新たな未来を創造する
フィナーレと感謝の日。

新潟の街に息吹を吹き込む、踊りのスタートライン。

9月19日（土）は、新潟の街が踊りで目覚める特別な1日です。全国から集まる踊り手たちが、それぞれの未来を思い描きながらステージに立ち、にいがた総おどり祭の幕を開けます。午前中は、弥彦神社にて下駄総踊り花形衆による奉納演舞が行われ、昼過ぎから夜まで、新潟市万代シティでチーム演舞がスタート！

25周年特別企画として、なんと万代シティ十字路が通常の西通り（バスセンター・シルバーホテル間）から、東通り（ラブラ1・ラブラ2間）まで通して踊れるパレード会場となります!!（9/19のみ。以降西通りのみのレイアウト）

2回連続の演舞を行う、スペシャルパレードが開催されます。チーム演舞だけでなく、WABEATプロジェクトの越響も本祭初披露！さらに、新潟下駄総踊りでは、団体連・地域連が登場し、最後のぶっつけを万代十字路中央で！踊り手全員が一体となり、夜の街を鮮やかに彩るクライマックスを迎えます。昨年からはじめた、観客投票による前夜祭大賞「躍人賞」（チームから1チーム受賞）、「有名連」（下駄総踊りから1団体）も開催され、受賞チームは、9月21日（月）フィナーレで受賞チーム演舞が行われます。



初日のパレードが
実は一番熱いと感じる。

（東京都／20代チーム参加者）



下駄ぶっつけ（中央でぶつかり
合う演舞）を終えると、祭りの
扉が開く気持ちになります。

（新潟県／30代個人参加者）



踊りが共鳴し、新潟が一つになる日。

9月20日（日）21日（月・祝）は、日本最大級のオールジャンルダンスフェスが繰り広げられる日です。この2日間は、踊り手たちの技と情熱、ジャンルを超えた多彩なパフォーマンスが新潟の街全体を彩ります。

25周年特別企画として審査日を2日間に拡大！審査会場を立体的な万代シティ十字路に絞り、全エントリーチームが万代シティ十字路でチーム審査を受けることができます。

通常審査エントリー受入れ枠は128団体ですが、今回は158団体に拡大します。

20日（日）は夜までチーム演舞（審査）を時間拡大。受賞関係なく夜のライトアップされた万代十字路でチーム演舞できる可能性があります。

21日（月・祝）の夜は祭りを象徴する授賞式。1万人以上の観衆が見守る中、代表する3つのチームが選出され、その栄光を祝福します。受賞チームによる演舞に加え、特別演舞プログラムが披露され、新潟の夜をさらに盛り上げるクライマックスを迎えます。この日は、祭りの魅力と感動を最大限に体験できる特別な一日です。

<9/20（日）21（月祝）のチーム審査枠数について>

チーム審査の行われる2日間のチームエントリーの上限は9月20日（日）126団体。9月21日（月祝）113団体となります。その内、審査対象の演舞枠については

- ・9/20（日）は、審査発表の行われる9/21（月祝）も両日参加するチームの内90団体を対象。
- ・9/21（月祝）は、68団体を対象とします。

※ただし、各日の申込状況によっては受入れが前後する場合がございます。エントリーが審査枠を超えて集まった場合は、申込状況をみて先着順となります。

こんなに色とりどりの踊りが参加している祭は他にない！
最後の総踊りの景色は最高。

（神奈川県／20代チーム参加者）

「人間ってすごい。」
この祭りのフィナーレに参加すると、いつもそう感じます。

（東京都／30代個人参加者）

自由が生む感動。あなたが未来を創る日。

9月22日（火・祝）は、にいがた総おどり祭のクライマックスを迎える特別な1日です。この日は、全国でも珍しい「飛び入り参加」が可能なプログラムが特徴で、踊り手と観客が垣根を超えて一体感を楽しむことができます。

参加団体は思い思いの踊りを披露し、会場や時間ごとにテーマ性豊かなプログラムが展開され、自由と創造が響き合う特別な空間が広がります。フィナーレを飾る「総踊り」では、踊り手、観客、スタッフが一体となり、聖地「万代シテイ十字路」で感動の頂点を迎えます。この瞬間は、祭りが未来へと続く力となる象徴的な出来事です。

あなたもこの自由で創造的な1日に加わり、踊りの力で未来を創り上げる感動を共に分かち合いましょう。

最終日のチーム演舞の
雰囲気 genuinely 大好き。
一番自由を感じる瞬間。

（福岡県／20代チーム参加者）



最終日のフィナーレで全部
出しきって迎える総踊りで
また一年頑張ろうと思えます。

（新潟県／40代個人参加者）

25周年をみんなで祝い乾杯。最終日は万代2Fで打ち上げ

9月23日（水・祝）は、万代シテイ2Fエリアで参加者・スタッフ・商店街関係者・支援者・お客さん、みんなで乾杯！！飲食ブースや、交流企画、お楽しみステージを開催します。この日は、25周年を祝って交流できる直会（祭りの打ち上げ）を開催致します。

チームエントリーはなく、踊り子の皆さんで自由にご参加ください。事前申込不要です。7

祭りへの参加方法

踊り手として、あなたの物語を紡ぎませんか？

にいがた総おどり祭では、「チーム参加」と「個人参加」の2つの方法で参加することができます。

それぞれの方法で、あなたらしい形で祭りに参加し、感動を共有することができます。

■チーム参加

- 特徴：仲間と一緒に演舞を披露する形式で、祭りのステージを盛り上げます。1日最大3回の演舞が可能です。
- 魅力：チームでの演舞は、練習の成果を発揮し、観客と共に感動を分かち合う特別な体験となります。

POINT

- 仲間と共にステージで踊る体験が可能。
- 演舞回数は柔軟に調整可能で、さまざまなジャンルに対応。

■個人参加

- 特徴：下駄総踊りやWABEATプロジェクトなど、祭りの特別演舞に個人で参加できます。
- 魅力：祭りのフィナーレを彩る一員として、観客と一体感を感じながら踊ることができます。練習会も用意されているので、初心者でも安心です。

POINT

- 祭りのクライマックスに個人で加わる特別なチャンス。
- 初心者もレクチャー映像や練習会で準備万全。

チームでも個人でも、踊り手としてあなたの物語と一緒に紡ぎましょう。

あなたにぴったりの参加スタイルで、祭を楽しもう。

にいがた総おどり祭では、踊り手としての目的やスタイルに合わせた参加コースをご用意しています。それぞれのコースで特別な体験が待っています。

チームで参加コース

会場にて1日3回チーム演舞
※回数調整可能



→P9 チーム参加要項

オールジャンルに対応！演舞回数もご希望を聞いて調整します。**1日だけの参加も、複数日の参加も可能**です。

チーム紹介を希望される方、新チームを設立したい方には事務局が紹介・設立のサポートをしています。
お気軽にお問い合わせ下さい。



個人で参加コース

下駄総踊り・WABEATプロジェクトでフィナーレに個人参加する



→P13 個人参加要項

祭のフィナーレを彩る、特別演舞！

「下駄総踊り」は講習会が無料開催！

まずは気軽に講習会に参加をして、豊富な振付の中から、自分に合った振付を選んで習得するところからはじめましょう。

「WABEATプロジェクト」は毎年1作品ずつ展開していく合同演舞。レクチャー映像でも習得できるためエリアを問わず挑戦できます！

にいがた総おどり祭のルールはたった一つ、
「心をこめて踊ること」。

どんなジャンルでも、どなたでも自由に参加できる祭りです。
以下の条件に従って、あなたのチームで祭りに参加しましょう。

① 時間

演舞曲の再生時間は、5分以内
で設定してください。



② 人数

参加人数に制限はありません。
少人数のチームから大規模
なチームまで歓迎します。



③ チームエントリー期間

期間：4月1日（水）10:00
～ 4月30日（木）24:00

方法：公式サイト

（www.soh-odori.net）

またはQRコードからエントリーして
ください。

※募集上限数を超えた場合、締切前に受
付を終了することがあります。



④ 参加費

中学生以上1人 **3,500円**
小学生以下 **無料**

＜注意事項＞

・チーム参加のみの場合も、個人
参加を併せた場合も参加費は一
律です。

個人参加プログラムを複数参加し
ている場合も参加費は一律です。

・参加費はクレジットカードまたはコ
ンビニ決済でお支払ください。詳
細は専用サイトでご案内します。

・お支払い後の返金対応は行って
おりません。

① チームエントリー

期間：4月1日（水）10:00～4月30日（木）24:00
方法：公式サイトまたはQRコードから簡単にエントリー可能。

※チーム名と参加日が確定していれば、人数や楽曲が未確定でも申請できます。
 ※エントリー後、確認メールが届きます。メールが届かない場合は、速やかに事務局までお問い合わせください。

＜チームエントリー＞
 フォームQR
 （フォーム公開は受付期間のみ）



② 説明会・スケジュール決定

日時：6月27日（土）17:00～19:00
場所：クロスパルにいがた軽運動場（オンライン参加も可能）
内容：演舞スケジュールを決定する「くじ引き」と、祭りの詳細説明を実施。

※出席できない場合は、事務局が代理でくじ引きを行います。

③ 個人登録・参加チケット購入

個人登録期間：6月1日（月）～8月24日（月）
参加チケット購入締切：8月31日（月）
 メンバー全員が個人登録を行い、専用サイトで参加チケットを購入してください。登録が完了しない場合、参加はできません。
※下駄総踊り・WABEATプロジェクト・虹の戦士プロジェクトの個人参加者は7月31日（金）締切
 ※エントリー後に専用サイトや登録方法についてはご案内致します。

④ 提出物回収

期間：6月1日（月）～7月31日（金）
内容：以下の情報を専用マイページから登録してください。

1. 確定した参加人数
2. 楽曲情報およびデータ（WAV形式推奨）
3. 音出しタイミング、マイク本数などの詳細

すべての参加者が安心して楽しめる祭りを共に創りましょう。

にいがた総おどり祭では、すべての参加者が安全に、そして地域の皆さまと共存しながら祭りを楽しめるよう以下の注意事項を定めています。参加者全員のご協力をお願いいたします。

■個人情報の登録について

すべてのチームメンバーは、個人登録サイトでの登録が必要です。登録後は、緊急連絡や祭り当日までの案内をメールでお送りします。正確な情報共有のため、5月下旬配信予定の「チームメンバーの個人登録方法」を、チーム内で周知してください。

■肖像権・著作権について

祭りへの参加に際し、公式プロモーションや記録を目的とした写真や動画の使用に同意いただきます。また、使用する楽曲については、必要な著作権手続きを完了したものをご用意ください。

■天候による開催の有無

にいがた総おどり祭は原則として雨天決行ですが、強風や荒天の場合は安全を考慮し、中止となることがあります。スケジュールやプログラムに変更がある場合は、事前にお知らせいたします。

■キャンセルポリシー

お申し込み後のキャンセルや返金はお受けしていません。新型コロナウイルス感染や荒天による中止の場合も同様ですので、ご了承ください。

■保険について

祭り期間中の怪我については、実行委員会が加入するイベント保険の範囲で対応します。ただし、練習期間中の事故や怪我は適用外となります。必要に応じて、事務局から保険の案内を受けることが可能です。

■参加者のマナーについて

祭りは地域の商店街や住民のご理解のもとに開催されています。そのため、以下の点にご注意いただき、マナーを守ってご参加ください。

- 商店街や会場周辺での座り込みや手荷物の放置はご遠慮ください。
- 喫煙は指定されたエリア内でのみ行い、未成年者の喫煙や飲酒は厳禁です。
- 公衆に迷惑をかける行為が確認された場合、参加を取り消される場合があります。
- 小さなお子様が多く参加するため、安全への十分な配慮をお願いいたします。

楽曲・振付制作 のアーティスト紹介

チームのオリジナルの楽曲をつくりたい！振付をつくりたい！
振付を新しくリニューアルしたい！など、
検討しているチームさんは👉で紹介致します。



レンタル衣装や小道具で 気軽に本格的な演舞を

チームの衣装が無くてレンタルしたい！
小道具（扇子etc）を取り入れたい！
など、お困りのチームさんは、実行委員会 事務局にご相談ください。



日本一クリーンな祭り

にいがた総おどりではSDGsを推進しております。
次の世代の子供達に美しい地球を残していくために、踊り子の皆様も、ゴミのポイ捨て等、
無いようお願い致します。
当祭への参加がきっかけに、「生活の中でできる身近なSDGsアクション」について、考える
きっかけになれば幸いです。

**祭り開催に使用する電力を
100%自然エネルギーにシフト**



付録 | 個人参加プログラムのご案内

チーム（団体）参加の申込・条件は、本文（P2～P13）で完結します。

ここから先は、個人で参加できるプログラム（下駄総踊り／虹の戦士／WABEAT）のご案内です。

チーム参加を確認したい方：本文P8～P13へ

個人参加を検討したい方：次ページへ

個人参加プログラム | 3つの参加方法（早見）

チームに所属していなくても、チーム参加メンバーでも、どなたでも参加できます。複数プログラムの参加も可能です。

【①下駄総踊り】

- **おすすめ**：はじめてでも一体感を味わいたい／みんなで踊りたい
- **参加**：個人参加／団体連（どちらでも）
- **準備**：下駄・指定衣装（詳細はP17～20）



【②虹の戦士プロジェクト】

- **おすすめ**：物語のある参加がしたい／作品として踊りたい
- **参加**：プロジェクト参加（ワークショップ・リハあり）
- **準備**：練習参加・指定衣装（詳細はP21～24）



【③WABEATプロジェクト】

- **おすすめ**：音と一体になって盛り上げたい／自由に踊りたい
- **参加**：プロジェクト参加（参加方法は案内に沿って登録）
- **準備**：登録・参加手順（詳細はP25～29）



個人エントリー期間：6月1日（月）～7月31日（金）

祭り参加費（共通）：中学生以上 1人 3,500円／小学生以下 無料

※プログラムごとの費用（衣装・セット等）は各詳細ページをご確認ください。

※チーム参加のみの場合も、個人参加を併せた場合も、祭り参加費は一律です。

➡**次のページ**：個人参加の流れ（無料体験会・登録）へ

① まずは無料体験会で体験してみる

■ WABEATプロジェクト無料体験会
日時：5月16日（土）18:30～21:00
場所：亀田市民会館ホール

■ 下駄総踊り・虹の戦士プロジェクト無料体験会
日時：6月21日（日）14:00～16:00
場所：鳥屋野総合体育館 全面

内容：実際に踊りを見て、体験してから参加を検討することができます。
踊りが初めての方でも、何人でもお気軽にお越しください。
持物：事前申込不要・踊れる服装・シューズでお越しください。

② 個人登録・参加チケット購入

個人登録期間：6月1日（月）～7月31日（金）

個人参加お一人ずつが個人登録を行い、専用サイトで参加チケットを購入してください。参加チケット登録後に、参加プログラムを登録してください。

■ 専用サイト（上記期間に公開）：

<https://www.soh-odori.net/entry/my-account/?type=member>

※チーム参加もされる場合は、ここで参加プログラムにてチーム名も選択下さい。

※お子様などメールアドレス等連絡先が保護者様と同一の場合はお名前をお子様で連絡先を保護者様の連絡先で登録。

<個人登録>
フォームQR



登録手順の詳細は
こちら →



よくある質問FAQ
こちら →



③ 習得と準備

各個人参加プログラムの詳細ページ参照

1. 踊りを練習して覚えます（講習会やレクチャー映像）
2. 各プログラムで必要な道具・衣装を揃えます
3. たくさんの仲間をつくり、祭りまでの日々を楽しみましょう。

④ 事前リハーサル

開催日：9月5日（土）13:00-17:00

場所：豊栄総合体育館 全面

参加対象者：下駄総踊り・虹の戦士プロジェクト・WABEATプロジェクト参加者の皆様

- 内容
1. 演出説明
 2. 通しリハーサル
 3. 当日のガイドライン（集合時間、場所、着替え等）の説明

※詳細は参加申込者に御案内します。

「都は京都か、新潟か」

江戸時代から明治にかけて、新潟花柳界では芸妓や歌舞伎が活躍し、宿場町や港町として栄えました。人々は盆踊りや祭りに熱中し、堀に架かる74もの橋げたを小足駄で渡り、踊り、樽砵（たるきぬた）を打ち鳴らし、四日四晩踊り続けたとされています。初代新潟奉行・川村修就がその踊りを「蟹（あま）の手振り」として絵巻物に描かせたほど、新潟人の踊りに対する情熱は全国でも希有なものでした。

2005年、にいがた総おどりでは、この情熱を受け継ぎ、絵巻物や口伝、資料を基に「下駄総踊り」を復興し、初披露しました。以来、にいがた総おどりの目玉として、数多くの踊り子と観客に愛され続け、今年で20周年を迎えます。

【下駄総踊りの取組】

1. 下駄総踊り講習会：上中下越と東京で無料開催！

実際に踊りを見て、体験してから参加を検討することができます。

踊りが初めての方でも、何人でもお気軽にお越しください。

~~第1回：6月28日（土）16:00-18:30（黒埼地区総合体育館）（6/21修正）正しくは以下~~

6月28日（日）10:00-12:00 中越 中之島コミュニティセンター 多目的ホール 下駄総踊り ①

7月12日（日）18:30-20:30 下越 亀田市民会館 大ホール 下駄総踊り ①

7月20日（月祝）18:30-20:30 東京 新宿マイスタジオ スタジオ4B 下駄総踊り①

7月26日（日）13:00-15:00 中越 中之島体育館 多目的ホール 下駄総踊り ②

7月26日（日）17:00-19:00 上越 高田城跡公園オーレンプラザ スタジオ 下駄総踊り ①

8月16日（日）13:00-15:00 上越 高田城跡公園オーレンプラザ スタジオ 下駄総踊り ②

8月23日（日）18:30-20:30 東京 TONIC DANCE STUDIO 吉祥寺店 下駄総踊り ②

8月23日（日）18:30-21:30 下越 亀田市民会館 下駄総踊り ②

9月5日（土）13:00-17:00 事前リハーサル 豊栄総合体育館 全面

開催場所：上越・中越・下越・東京

開催回数：各地2回ずつを予定

内容：持ち物：事前申込不要・踊れる服装・シューズでお越しください。

※各地講習会日程追加の際は決定次第SNS、LINEにてご案内致します。予めご登録下さい。

<https://lit.link/sohodori>

2. 「有名連」の誕生！

観ている人が、「思わず手拍子をして、踊りたくなった団体連」を今年の「有名連」として1団体が選ばれます。選ぶのは、ご来場頂いている観客の皆さん。会場でスマホ投票でご参加頂きます。見る人が踊りの輪に入りたくなるような、思わず手拍子をしてしまうような、感動してしまうような、そんな、下駄総踊りの文化を創り出してほしいと考えています。賞としての優劣ではなく披露された踊りが、祭の新しい習慣となり、文化として根付くようなそんな可能性を作り出したいと考えています。

選ばれた連は、9月21日（月祝）フィナーレに「花形衆披露」の前の晴れの舞台上、我々の誇りとして、そして下駄総踊りの未来として、光り輝きながら演舞していただきます。

【参加方法①：個人での参加】

9月19日（土）：地域ごとの連もしくは団体連で参加

9月21日（月祝）：各振付ごとの立ち位置で演舞（但し各花形振り・市山流男女・鳥振り・幸振り・花灯笼振りが対象）

9月22日（火祝）：各振付ごとの立ち位置で演舞（全ての振付が対象）

参加方法：講習会に参加し振付を習得。振付を1種類以上習得していれば19日・22日は加可能。

【当日プログラム】＊記載時間は予定目安となります。

開催日：9月19日（土）

時間：19:00 - 20:30

場所：新潟市 万代シテイ十字路

構成：ふれ太鼓・獅子舞→五色旗の巡行→地域連（個人参加）→団体連→にわか連（衣装、小足駄不要）

→地方演奏→花灯笼→ぶっつけ（地域連・団体連ごとの踊り合い）→円になって終了

結果発表：地域連と団体連の中から観客に選ばれた選抜有名連を公式SNS等にて発表予定

開催日：9月21日（月祝）

時間：19:55 - 20:35

場所：新潟市 万代シテイ十字路

内容：本祭フィナーレにて選抜有名連の披露、花形衆お披露目

最終日：9月22日（火祝）

時間：18:50 - 19:15

場所：新潟市 万代シテイ十字路

内容：最終日フィナーレにて、各振り毎に下駄総踊りを大演舞

【お申込み方法①：個人での参加】

登録フォーム：6月1日公開予定 →【マイページ にいがた総おどり参加登録】

<https://www.soh-odori.net/entry/my-account/?type=member>

＜個人登録＞
フォームQR
(受付期間中のみ公開)



登録受付期間：2026年6月1日（月）～7月31日（金）23:59

※初日9/19（土）下駄総踊りに団体連で参加される方は、上記の期間、登録の際にマイページから該当団体連を選択してください。

登録手順の詳細はこちら → [登録サポートPDFを見る](#)

よくある質問 → [PDFをご確認ください。](#)



【参加方法②：団体連での参加】

振付の自由化：「4・4・4・2」を開放！あなたの団体の踊りを作って参加することができるようになりました！

「樽砧」のリズムは「4・4・4・2」の14拍を1節とし、これを5節繰り返すリズムに合わせて踊られる、様々な特徴ある振付が下駄総踊りの魅力です。

これまでは13の決まった振付を講習会で習得し、個人で参加いただいております。

昨年より、この「4・4・4・2」のリズムを守って頂ければ、各団体で自由に振付、演出をして参加頂けるように、振付の自由化と、団体連での参加受入を9/19（土）のみ 下駄総踊り行列で実施してまいります。

祭り参加チーム（団体同士の合体もOK！）、ダンススタジオ、学校、企業など、自由です。あなたの団体の新しい下駄総踊りを、祭りに届けて下さい。

新卒：9/19（土）の行列参加 ＊選抜有名連に選ばれた場合、9/21（月祝）フィナーレで演舞

講習会：必須ではないが、基本の振付習得を推奨

【お申込み方法②：団体連で参加される代表者の方】

初日9/19（土）に「下駄総踊り団体連」に参加したい場合は、代表者のエントリーが必要です。

団体連エントリーフォームは [こちらから](#)

<https://form.run/@office-VQpD9FexeiWG8wHiLidf>

受付期間：2026年4月1日（水）～4月30日（木）23:59

団体連としてエントリーされた場合、個人登録を行った各メンバーが、6月1日～7月31日の間にマイページから団体連名を選択できるようになります。

【お申込み方法②：団体連で参加される個人の方】

登録フォーム：6月1日公開予定 →【マイページ にいがた総おどり参加登録】

登録受付期間：2026年6月1日（月）～7月31日（金）23:59

※初日9/19（土）下駄総踊りに団体連で参加される方は、上記の期間、登録の際にマイページから該当団体連を選択してください。

登録手順の詳細はこちら → [登録サポートPDFを見る](#)

よくある質問 → [PDFをご確認ください。](#)

※初日9/19（土）に団体連で参加し、9/21（月）22（火）に参加することも可能です。参加希望の日にち全てについて、上記登録時に選択下さい。

【参加費用】

下駄総踊りは以下の衣装や下駄を履いて演舞します。

初参加の方は、無料講習・体験会場で直接購入・注文が可能です。

①下駄総踊り衣装【帯セット】：1着 13,000円（税込）

②白パンツ： 3,000円（税込）

③下駄（小足駄）： 7,700円～12,650円 ※足のサイズにより変動します

④祭り参加費：中学生以上 3,500円、小学生以下 無料

（祭り参加費は、チーム参加や他個人参加費と重複してはかかりません。）

※初参加の方には、無料講習・体験会で詳細についてはご案内致します。

※花形道具や扇子・菅笠を使用する振付に参加を希望される場合は申込時に購入が可能です。但し初参加の方は基本の振りで参加するため不要となります。

※小足駄や道具の受け渡しは事前リハーサルにてお渡しいたします。

【講習会日程】

~~第1回：6月28日（土）16:00-18:30（黒埼地区総合体育館）（6/21修正）正しくは以下~~

6月28日（日）10:00-12:00 中越 中之島コミュニティセンター 多目的ホール 下駄総踊り ①

※各地講習会日程追加の際は決定次第SNS、LINEにてご案内致します。予めご登録下さい。

<https://lit.link/sohodori>

●事前リハーサル（参加費無料）

祭り当日の立ち位置・演出を含めた通しリハーサルとなります。新潟県内の参加者の皆さんは原則参加をお願いします。県外・海外の皆さんには通しリハーサルの様子を動画でお送りしますので、確認をして当日参加して下さい。

事前リハーサル日時・会場：9月5日（土）13：00-17：00（豊栄総合体育館）

※虹の戦士プロジェクト・WABEATプロジェクトも同日・同会場で事前リハーサルを行います。

下駄総踊りのリハーサル時間について確定次第、参加者に御連絡致します。

【注意事項】

*講習会、事前リハーサル、当日通じて、参加者には感染対策にご協力頂きます。体調が良くない場合参加をお控えください。

*にいがた総おどりに参加する場合（チーム・個人問わず）、新潟総踊り祭実行委員会が「にいがた総おどり」の振興に資する為に使用する場合に限り、肖像権・著作権等を主張しないものとしてください。

*講習会の際には、ドリンク・上履きをお持ちください。

*キャンセルポリシー：・参加者様都合による、参加費入金後の返金対応はお受けしていません。

・荒天により主催者の判断または会場運営者の判断により中止になった場合、参加費の返金は致しません。

*学校やダンススタジオ等 団体参加を検討される場合で、衣装と小足駄（下駄）の購入が難しい場合は、にわか連としての団体参加をご用意しております。参加を検討される場合は、以下お問合せフォームからお問合せ下さい。

お問合せフォーム：<https://form.run/@son-odori2020>



【プロジェクト概要】

「虹の戦士プロジェクト」は、地球環境や世界平和といった壮大なテーマを、子ども達が踊りを通じて発信するプロジェクトです。全国18都道府県や海外2カ国から参加するチームの小学生～高校生までの学生たちが、事前に踊りやワークショップを通じて交流し、にいがた総おどり祭に集い、仲間と共に踊ることで、感性と人間性を育みます。

目的 このプロジェクトを通して、次世代を担う「虹の戦士」へと成長し、芸術文化を通じた国際パートナーシップの促進を目指します。また、参加団体の次世代の育成を通じて、各団体の持続的な発展を支援する活動を目指します。

※「虹の戦士」とは、ネイティブ・アメリカンの伝説に基づき、自ら考え行動する力を持つ次世代の子どもたちを指します。

【開催概要】

夏休み期間中、新潟県内およびオンラインでのワークショップを通じて、地球環境や世界平和について考え、踊りの練習を行います。全国・海外から参加する子どもたちは、にいがた総おどり祭の9/19(土)と9/22(火祝)にパフォーマンスを披露します。両日参加も、どちらか1日参加も可能です。

■演舞曲 下駄総踊り 虹の戦士特別ver 他

(申込者の人数によって追加・変更する場合がございます。予めご了承下さい。)

※下駄総踊り衣装、小足駄（下駄）については、持っていなくてもご参加可能です！しかし、持っている方が前で演舞するため、可能な場合は購入を推奨致します。

※遠方からの参加者もご参加頂けるように、参加者限定で振付動画を配信します。

【祭り当日プログラム】

初日：9月19日（土）

時間（予定）：19:00-20:30

場所：新潟市 万代シティ十字路

内容：初日のフィナーレプログラム「下駄総踊り行列」に団体連として参加。全国・海外の子どもたちが「虹の戦士連」として団体連を組み、約600名の行列に加わります。地域・国境を超えてつくられる新しい下駄総踊りが生まれます。

最終日：9月22日（火・祝）

時間（予定）：18:15-18:45

場所：新潟市 万代シティ十字路

内容：「下駄総踊り／虹の戦士振付ver」他 を披露。世界平和をテーマに、新潟・全国・そして海外の子ども達や若者たちが想いを込めて踊ります。感動的なフィナーレとして、多くの観客にメッセージを届けます。

【説明会・体験会】

一度体験してから参加を検討したい方は、以下で無料体験会を開催しています。

事前申込不要です。踊れる服装で会場におこください。

日時（予定）：6月21日（日）14:00-16:00

場所（予定）：鳥屋野総合体育館 全面

参加費：無料

定員：上限なし

【ワークショップ】

内容 踊りの練習と、ゲームやワークを通じて、メンバー同士の交流や地球環境・世界の平和への理解を深めます。※参加人数によって練習環境が変わる場合があります。

事前ワークショップ（全員参加）

第1回：8月1日（土）10：00-16：00@巻やすらぎ会館 別館研修室[新潟市西蒲区巻甲121番地1]

※7/8修正※施設の冷房が故障したため、参加者の体調面を考慮して会場を変更致しました

第2回：8月23日（日）16：00-21：00@五泉市村松体育館 多目的ケアルーム

虹の戦士 合宿（任意参加）

日時：8月19日（水）13:00～8月20日（木）15:00

※夏休み期間の兼ね合いで日程が変更となりました。

場所：胎内市 新潟県少年自然の家

参加費：8,800円（ワークショップ費・宿泊費、食事代込）

定員：50名（最低履行人数30名）

送迎：中条駅から送迎バス手配可

事前リハーサル（全員参加）

祭り当日の立ち位置・演出を含めた通しリハーサルとなります。

新潟県内の参加者の皆さんは原則参加をお願いします。

県外・海外の皆さんには通しリハーサルの様子を動画でお送りしますので、確認をして当日参加して下さい。

日時・会場：9月5日（土）13：00-17：00（豊栄総合体育館）

※下駄総踊り・WABEATプロジェクトなども同日・同会場で事前リハーサルを行います。

【対象年齢】

■参加対象：小学生～高校生

にいがた総おどり祭 参加チーム内の学生／学校・ダンススタジオの生徒／個人参加希望の県内各地の学生の皆さん

条件：○祭り当日に会場に来られること

○動画での演舞曲の練習はできますのでエリア問わず参加可能ですが

事前のワークショップや合宿に参加できることで、より深い体験になります。

【参加費】

①事前ワークショップ費（会場費含む）：2,400円

○合宿参加費（宿泊費・食費[初日昼・夜／翌日朝の3食分]・会場利用料含む）：8,800円（希望者のみ）

②祭り参加費：中学生以上 3,500円、小学生以下 無料

（祭り参加費は、チーム参加や他個人参加費と重複してはかかりません。）

本番の衣装は以下を推奨しています。

初参加の方は、無料講習・体験会場で直接購入・注文が可能です。

③下駄総踊り衣装【帯セット】：1着 13,000円（税込）

④白パンツ：3,000円（税込）

⑤下駄（小足駄）：7,700円～12,650円 ※足のサイズにより変動します

※下駄（小足駄）や衣装の受け渡しは事前リハーサルにてお渡しいたします。

※下駄（小足駄）着用は、9/19（土）のみ、22（火祝）は足袋着用で演舞致します。

【お申込み方法】

登録フォーム：6月1日公開予定 →【マイページ にいがた総おどり参加登録】

<https://www.soh-odori.net/entry/my-account/?type=member>

登録受付期間：2026年6月1日（月）～7月31日（金）23:59

＜個人登録＞
フォームQR
（受付期間中のみ公開）



登録手順の詳細はこちら → [登録サポートPDFを見る](#)

よくある質問 → [PDFをご確認ください。](#)

【注意事項】

- *ワークショップ、合宿、事前リハーサル、当日通じて、参加者には感染対策にご協力頂きます。
体調が良くない場合参加をお控えください。
- *にいがた総おどりに参加する場合(チーム・個人問わず)、新潟総踊り祭実行委員会が「にいがた総おどり」の振興に資する為に使用する場合に限り、肖像権・著作権等を主張しないものとしてください。
- *ワークショップの際には、ドリンク・上履きをお持ちください。
- *虹合宿の持ち物については、参加申込者に御案内致します。
- *キャンセルポリシー：
 - ・参加者様都合による、参加費入金後の返金対応はお受けしておりません。
 - ・荒天により主催者の判断または会場運営者の判断により中止になった場合、参加費の返金は致しません。

【参加する子ども達へメッセージ】

「虹の戦士プロジェクト」は、未来を担うみんなが踊りを通じて世界と繋がるプロジェクトです。

「どんな大人になりたいか？」

「どんな世界で生きたいか？」という問いに向き合い、

このプロジェクトで出会った仲間達と一緒に、あなたの声を踊りで届けましょう。

あなたの参加が、未来への一歩を作ります。

ワークショップで会えるのを楽しみにしています！

■スタッフ参加募集：大学生・短大生・専門学生大募集！ご希望の方は以下よりお問合せ下さい。

<https://form.run/@son-odori2020>

○スタッフ受付期間：2026年5月31日まで



【WABEAT PROJECTとは？】

日本の祭りから生まれたビートを、世代や地域、国境をこえて広げていく継続的なカルチャープロジェクトです。

- 毎年、1作品ずつ新しいオリジナル作品が生まれる
- 毎年、出会う新しい仲間と全国・世界の祭りに立てる
- 毎年、新しい自分に出会える

その第1章が、2026年のSeason 1「越響（えっきょう）」です。

【Season 1「越響（えっきょう）」とは】

太鼓芸能集団 鼓童（住吉佑太氏）楽曲制作、振り付け国友慎之助氏、響'2025年オリジナル作品。

様々なものがボーダレスに響きあう。「越後の響き」と書いて「越響」。2025年 にいがた総おどり祭で初披露されました。

見る人の心を揺さぶる「日本文化×新しいダンス」の形。

2026年は「越響」で全国・世界のお祭りに参加します。

そして、にいがた総おどりで、「越響」が感動のフィナーレを飾ります。

[映像フルバージョン](#)

【無料体験会のご案内】（申込不要）

一度体験してから参加を検討したい方は、講習会に1回無料で体験で参加頂くことができます。

事前申込不要です。踊れる服装で会場におこください。

※講習会の情報は最終ページを確認下さい

【参加の魅力】

① 講習映像でどこからでも覚えられる・参加できる！

- 振付レクチャー映像を準備
- スマホやPCでいつでも・何度でも視聴OK
- 遠方でもOK、部活や仕事の合間でもOK

△講習会に参加できない人も参加できるプロジェクトです。海外からの参加者もいらっしゃいます。

② 各地で講習会を開催

- 新潟・東京では定期的に講習会を開催
- 上記以外のエリアでも、アンバサダー（※ 1）が立ち上がった地域では練習会が実施されています。
- 新しい仲間とも出会える

△参加メンバーになると1年間、どこで開催される講習会も、何度でも受け放題！

③ 全国の祭への参加（行ける祭だけでOK）

自分の希望する祭りに一つでも全部でも♪ 以下は現在予定しているお祭りです。

- 8月 よさこい祭り（高知）
- 8月 原宿表参道元氣祭 スーパーよさこい（東京）
- 10月 YOSAKOIささば祭り（長崎）
- 11月 ごせん・りん・しゃん祭り（五泉）
- その他にも、アンバサダーが立ち上がった地域の祭・学園祭など大小さまざまな祭りで演舞！

△そして 25周年のいがた総おどり（9月19日～22日 新潟）で全国・世界中からの仲間が演舞！

（※ 1）アンバサダーについて

あなたの地域にWABEATを広げる「旗振り役」に。

- 地場で無料体験会や地域の講習会を開催できる
- 地域の祭や学園祭で越響プロジェクトを企画できる
- 地域の文化を盛り上げるリーダー育成の経験になる

地域のチーム代表者・学生も大歓迎！

興味のある方は、お気軽に実行委員会事務局までお問合せ下さい。

お問合せフォーム：<https://form.run/@son-odori2020>

みんなでつくるプロジェクトです。越響で皆さんの地域を盛り上げてみませんか？

【当日プログラム：にいがた総おどり本祭】* 記載時間は予定目安となります。

開催日：9月19日（土）

時間：未定

場所：新潟市 万代シティ十字路

構成：25周年特別企画として、初日のみなんと万代シティ十字路が通常の西通り（バスセンター・シルバーホテル間）から、東通り（ラブラ1・ラブラ2間）まで通して踊れるパレード会場となります!!

この万代十字路を万代十字路で西通り・東通りから十字路中央に向かって踊る、ぶっつけスタイルでの熱狂の演舞を予定しています。

※演舞時間は、参加者の状況を見てチーム演舞と併用して参加頂ける時間に設定

開催日：9月20日（日）夜予定

場所：新潟市 万代シティ十字路

内容：25周年特別企画として今年は審査日を2日間に拡大！審査会場を立体的な万代シティ十字路に絞り、全エントリーチームが万代シティ十字路でチーム審査を受けることができます。20日（日）は夜までチーム演舞（審査）を時間拡大し夜のライトアップされた万代十字路でチーム演舞が繰り上げられます。

そして、この日のラストの演舞が、WABEATプロジェクトです!!!

開催日：9月21日（月祝）

時間：19:55 – 20:35

場所：新潟市 万代シティ十字路

内容：フィナーレの授賞式前のスペシャル演舞

開催日：9月22日（火祝）

時間：18:50 – 19:15

場所：新潟市 万代シティ十字路

内容：万代シティ十字路での演舞を行います、時間や構成は未定です。

創る祭日にふさわしく、クリエイティブに最後の演舞を創り上げましょう。

※演舞時間は、参加者の状況を見てチーム演舞と併用して参加頂ける時間に設定

【参加費用と会期】

できるだけ多くの人に参加しやすいように、シンプルでわかりやすい2つのプランを用意しています。

※各祭りの参加費や交通費・宿泊費などの諸経費は含まれません。

- 年間参加プラン 12,000円（1月～12月）：通年で深く楽しみたい人におすすめ（月1,000円目安）
- 半年参加プラン 9,000円（6月～12月）：本祭に向けて始めたい人におすすめ（月1,500円目安）

○ 年間参加プラン

- 期間：1年間（1月～12月）
- 会費：12,000円（※月あたり1,000円／一括）

＜提供されるコンテンツ＞

- 越響のレクチャー映像見放題
- 1年間の講習会参加し放題（アンバサダー追加講習含む）
- オンラインコミュニティ（WA BEAT CREW）参加
- 1年を通じた祭参加の情報・サポート
- 特典映像
振付師からの技術・身体づくりのためのトレーニング法/木遣唄のレクチャー/職人からものづくりレクチャー（土面）
越響 鳴子ver レクチャー映像/越響 新ver レクチャー映像/AMJや本祭のメモリアル演舞映像
- 年間プラン限定特典！アートミックスジャパン全公演観覧チケット!!

△春以降のすべての祭にも参加でき、夏に向けてしっかり深く習得できる、一押しプランです。文化を吸収することをこのプロジェクトでは重要しているので、アートミックスジャパンの全公演を観覧可能です。

○ 半年参加プラン

- 期間：6月～12月（半年）
- 会費：9,000円（※月あたり1,500円／一括）

＜提供されるコンテンツ＞

上記の年間プラン限定特典以外のコンテンツを6月～12月の間、映像は見放題・講習会は受け放題です。

➤にいがた総おどり本祭に向けて6月から参加したい方におすすめのプランです。

【本祭参加のその他の費用】

- 衣装：下駄総踊り衣装 1枚 13,000円
- 越響スタイルは2枚重ね（お持ちの方はそのまま参加OK）
- その他：サリー大判布 1,000円 / 帯（チーム衣装の帯やサリー帯でも対応可） / パンツ（チーム衣装・既製品パンツでも対応可）
- 祭り参加費：中学生以上 3,500円、小学生以下 無料
（祭り参加費は、チーム参加や他個人参加費と重複してはかかりません。）

【参加申込方法】

① 会員登録用URL送信

- 期間：2026年1月1日（木）～いつでも入会可能です。

https://www.kaihipay.jp/forms?form_code=9673441665167888

にメールアドレスを入力して「会員登録用URL送信」をクリック

※早めに入会をして映像や講習会で習得することをお薦めしております。

※にいがた総おどり本祭参加の場合は7月20日までは会員登録が必要です。

- WABEATプロジェクトに参加する→（会員登録用URLを受け取る）

② 会員登録

入力したメールに会員登録フォームが送られてきます。

必要事項を入力してクレジット決済 or コンビニ決済で参加費をお支払い頂くとメールで、WA BEAT CREWのオンラインコミュニティアプリ「BAND」の招待URLが届きます。

③ 登録後にまずやること（最初の3ステップ）

- BANDに参加（招待URLから入室）
- レクチャー映像を見て「最初の一步」をつかむ
- 参加したい講習会に参加（それだけで申込完了）

④ にいがた総おどりに参加申込

登録フォーム：6月1日公開予定 →【マイページ にいがた総おどり参加登録】

<https://www.soh-odori.net/entry/my-account/?type=member>

登録受付期間：2026年6月1日（月）～7月31日（金） 23:59

＜個人登録＞
フォームQR
(受付期間中のみ公開)



登録手順の詳細はこちら → [登録サポートPDFを見る](#)

よくある質問→ [PDFをご確認ください。](#)



【注意事項】

*講習会、事前リハーサル、当日通じて、参加者には感染対策にご協力頂きます。体調が良くない場合参加をお控えください。

*にいがた総おどりに参加する場合(チーム・個人問わず)、新潟総踊り祭実行委員会が「にいがた総おどり」の振興に資する為に使用する場合に限り、肖像権・著作権等を主張しないものとしてください。

*講習会の際には、ドリンク・上履きをお持ちください。

*キャンセルポリシー：

- 参加者様都合による、参加費入金後の返金対応はお受けしていません。
- 荒天により主催者の判断または会場運営者の判断により中止になった場合、参加費の返金は致しません。



WABEATプロジェクト-6

【6/21時点で決定している練習会情報】

【東京】

- 6月6日（土）大原地域活動センター 多目的室A 9:30～12:00 WABEAT①
- 6月20日（土）大原地域活動センター 多目的室A 9:30～12:00 WABEAT②
- 7月12日（日） TONIC DANCE STUDIO 吉祥寺店 18:30～20:30 WABEAT③
- 7月20日（月・祝） 新宿マイスタジオ スタジオ4B 15:30～18:00 WABEAT④
- 7月25日（土） TONIC DANCE STUDIO 吉祥寺店 9:30～12:30 WABEAT⑤
- 8月8日（日） 会場未定 WABEAT鳴子講習
- 8月23日（日） TONIC DANCE STUDIO 吉祥寺店 16:15～18:15 WABEAT⑥

【新潟】

- 6月21日（日） 亀田市民会館 大ホール 18:30～21:30 WABEAT①
- 7月4日（土） 亀田市民会館 大ホール 17:30～20:30 WABEAT②
- 7月11日（土） 亀田市民会館 大ホール 18:30～21:30 WABEAT③
- 7月19日（日） 中地区公民館 ホール 13:30～16:30 WABEAT④
- 7月25日（土） 小針青山公民館 多目的ホール 13:30～16:30 WABEAT⑤
- 8月23日（日） 内野まちづくりセンター ホール 9:15-12:15 WABEAT⑥

アンバサダー練習会 一度の無料体験会受け付けてます。

主催講習会以外にも、各地でアンバサダーが定期練習会を開催します。

【東京エリア】

- 6月11日（木） 19:00～21:30 文京区大塚地域活動センター 多目的室B
 - 6月18日（木） 19:00～21:30 文京区大塚地域活動センター 多目的室B
- ※7月以降は月2～3回開催予定
※会場は大塚地域活動センター、元町ウェルネスパーク等を予定

【神奈川県横浜エリア】

- 6月7日（日） 15:00～18:00 藤が丘地区センター 大会議室
- 6月20日（土） 18:00～20:50 藤が丘地区センター 大会議室
- 7月5日（日） 15:00～17:50 藤が丘地区センター 大会議室
- 7月25日（土） 18:00～20:50 藤が丘地区センター 大会議室

【新潟県十日町エリア】

- 6月3日（水） 19:30～22:00 泉水地区センター 体育館
- 6月5日（金） 19:30～22:00 泉水地区センター 体育館
- 6月7日（日） 12:30～16:00 泉水地区センター 体育館
- 6月10日（水） 19:30～22:00 泉水地区センター 体育館
- 6月12日（金） 19:30～22:00 泉水地区センター 体育館
- 6月17日（水） 19:30～22:00 泉水地区センター 体育館
- 6月19日（金） 19:30～22:00 泉水地区センター 体育館
- 6月24日（水） 19:30～22:00 泉水地区センター 体育館
- 6月26日（金） 19:30～22:00 泉水地区センター 体育館

【新潟県五泉エリア】

- 6月14日（日） 19:30～21:30 さくらアリーナ
- 6月28日（日） 19:30～21:30 さくらアリーナ
- 7月25日（土） 19:30～21:30 さくらアリーナ