

P1~2

- 全国の競馬場&主要レース
- 2026年GIレース
- 競走馬のレースデビューまでの道のり
- 競走馬のスケジュール



P3~4

- 馬券の種類



P5~10

- 馬券の買い方

スマッピー	P5	UMACAで購入	P10
マークカード	P6-8	即PATで購入	P10
現金で購入	P9		

P11~18

- 予想の仕方

P12 競馬新聞の読み方

STEP 1

馬券購入に必要な
基本情報をチェック!

P13 競馬新聞の読み方

STEP 2

馬の得意・不得意を
見てみよう!

P14 競馬新聞の読み方

STEP 3

その馬の過去の走りを
見てみよう

P15~18 競馬新聞の読み方

STEP 4

競走馬がレースに臨む
までの過程をチェック!

~調教編~

~パドック・馬具編~

P19~20

- 馬券の種類と
買い方をチェック

P21

- 知るともっと
楽しくなる豆知識

P22

- 2026年開催日割



全国の競馬場 & 主要レース

競馬場ってこんなに
たくさんあるんだね!



JRAの競馬場は全国に10か所。
そのうちの2、3か所で毎週末にレースを開催しています。

函館競馬場 6/28(日) 函館記念(GIII)	札幌競馬場 8/16(日) 札幌記念(GII)	新潟競馬場 8/2(日) アイビスサマーダッシュ(GIII)
阪神競馬場 4/12(日) 桜花賞(GI)	福島競馬場 7/12(日) セタ賞(GIII)	中山競馬場 12/27(日) 有馬記念(GI)
小倉競馬場 7/19(日) 小倉記念(GIII)	京都競馬場 5/3(祝・日) 天皇賞(春)(GI)	東京競馬場 5/31(日) 日本ダービー(GI)
中京競馬場 12/6(日) チャンピオンズカップ(GI)		

競走馬のレースデビューまでの道のり



〈トレーニングセンターとは?〉

競走馬たちが暮らしている施設です。
ここで、レースに照準を合わせて毎日、調教に励んでいます。
全国には関東の美浦、関西の栗東の2か所あります。
競馬新聞の「厩舎」の項目に書かれています。



競走馬のスケジュール



〈装鞍所とは?〉

出走馬が馬体検査、蹄鉄の検査、馬体重の測定を受ける場所です。
指定された時刻(通常はレース発走の60分前)に集合し、
その後、指定されたつなぎ馬房において装鞍などの馬装の整備が行われ、
パドックに向かいます。



2026年G I レース

日付	レース名	競馬場
2月22日(日)	GI フェブラリーステークス	東京
3月29日(日)	GI 高松宮記念	中京
4月5日(日)	GI 大阪杯	阪神
4月12日(日)	GI 桜花賞	阪神
4月18日(土)	J-GI 中山グランドジャンプ	中山
4月19日(日)	GI 皐月賞	中山
5月3日(祝・日)	GI 天皇賞(春)	京都

日付	レース名	競馬場
5月10日(日)	GI NHKマイルカップ	東京
5月17日(日)	GI ヴィクトリアマイル	東京
5月24日(日)	GI オークス	東京
5月31日(日)	GI 日本ダービー	東京
6月7日(日)	GI 安田記念	東京
6月14日(日)	GI 宝塚記念	阪神
9月27日(日)	GI スプリンターズステークス	中山

日付	レース名	競馬場
10月18日(日)	GI 秋華賞	京都
10月25日(日)	GI 菊花賞	京都
11月1日(日)	GI 天皇賞(秋)	東京
11月15日(日)	GI エリザベス女王杯	京都
11月22日(日)	GI マイルチャンピオンシップ	京都
11月29日(日)	GI ジャパンカップ	東京

日付	レース名	競馬場
12月6日(日)	GI チャンピオンズカップ	中京
12月13日(日)	GI 阪神ジュベナイルフィリーズ	阪神
12月20日(日)	GI 朝日杯フューチュリティステークス	阪神
12月26日(土)	J-GI 中山大障害	中山
12月26日(土)	GI ホープフルステークス	中山
12月27日(日)	GI 有馬記念	中山

馬券の種類

馬券は、馬番号か枠番号を選択して買います。(枠番号を使って買う方法は枠連のみ)

帽色

8	7	6	5	4	3	2	1
18	17	16	15	14	13	12	11
10	9	8	7	6	5	4	3
2	1	2	1	2	1	2	1

枠番号
1枠から8枠までの番号で騎手がかぶる帽子の色でわかります。

馬番号
馬がつけているゼッケン番号。

※枠連は出走頭数9頭以上で発売。①~⑧枠まであります。(上記は18頭の場合)

こんな馬券もあるのじゃ!



WIN5 JRAの指定する5レースすべての1着馬を当てる馬券。
(ウインファイブ)

インターネット投票、UMACA投票にてご利用いただけます。

にんじんの数が少ないものが、ビギナーにおすすり!



1頭を選ぶ買い方
単勝 [たんしょう]
1着の馬を当てる馬券

2012年9月8日 中山 11レース
単勝 11 クリガチャン ***500円
10 クロカガチャン ***300円
勝 11 ガガチャン ***100円

第99回 有馬記念 (G1)
JRA 中山 合計 ***90枚 ***900円
12月8日 0606100100128 1010030393044 80841466 140435

11が的中

1頭を選ぶ買い方
複勝 [ふくしょう]
3着までに入る馬を当てる馬券

2012年9月8日 中山 11レース
複勝 7 アシガチャン ***500円
アシガチャン ***300円
クロカガチャン ***100円
ガガチャン ***100円

第99回 有馬記念 (G1)
JRA 中山 合計 ***100枚 ***1000円
12月8日 0606100100116 1020040061729 20841495 140435

1、7、11が的中

▶選んだ1頭の馬が1着~3着に入れば的中!
※出走頭数が7頭以下のレースの場合は2着まで。

2頭を選ぶ買い方
ワイド
3着までに入る2頭の組合せを当てる馬券

2012年9月8日 中山 11レース
ワイド 1-7 ***300円
1-10 ***200円
1-11 ***100円
7-11 ***300円

第99回 有馬記念 (G1)
JRA 中山 合計 ***90枚 ***900円
12月8日 0606100100185 1070040770392 40841472 140435

1-7、1-11、7-11が的中

▶選んだ2頭の馬が2頭とも1~3着までに入れば的中!
※3着が2頭以上になった場合は、いずれか1頭の馬を3着と見なします。
(3着馬同士の組合せは不的中)

2枠を選ぶ買い方
枠連 [わくれん]
1着と2着の枠番号の組合せを当てる馬券

2012年9月8日 中山 11レース
枠連 1-6 ***200円
4-6 ***300円
6-6 ***300円

第99回 有馬記念 (G1)
JRA 中山 合計 ***80枚 ***800円
12月8日 0606100100153 10300303910661 40841469 140435

4-6が的中

▶帽子の色で枠番号がわかるよ。

2頭を選ぶ買い方
馬連 [うまれん]
1着と2着の馬の組合せを当てる馬券

2012年9月8日 中山 11レース
馬連 1-11 ***1000円
1-10 ***600円
7-11 ***500円
10-11 ***100円

第99回 有馬記念 (G1)
JRA 中山 合計 ***220枚 ***2200円
12月8日 0606100100141 10530403630494 80841466 140435

7-11が的中

▶1着と2着の着順は関係なし!

2頭を選ぶ買い方
馬単 [うまたん]
1着と2着の馬を着順通りに当てる馬券

2012年9月8日 中山 11レース
馬単 11-7 ***300円
7-11 ***100円

第99回 有馬記念 (G1)
JRA 中山 合計 ***40枚 ***400円
12月8日 0606100100130 1060020791732 80841497 140435

11-7が的中

▶11-7は当たり、7-11はハズレだよ。

3頭を選ぶ買い方
3連複 [さんれんぷく]
1着、2着、3着となる馬の組合せを当てる馬券

2012年9月8日 中山 11レース
3連複 1-7-10 ***500円
1-7-11 ***400円
7-10-11 ***200円

第99回 有馬記念 (G1)
JRA 中山 合計 ***110枚 ***1100円
12月8日 0606100100177 108003082544 80841471 140435

1-7-11が的中

▶1-2-3着の着順は関係なし!

3頭を選ぶ買い方
3連単 [さんれんたん]
1着、2着、3着の馬を着順通りに当てる馬券

2012年9月8日 中山 11レース
3連単 11-7-10 ***100円
11-7-11 ***100円
7-11-10 ***300円
7-11-11 ***200円

第99回 有馬記念 (G1)
JRA 中山 合計 ***70枚 ***700円
12月8日 0606100100165 1090040525568 50841470 140435

11-7-11が的中

▶当てるのは一番難しい馬券。

馬券の買い方

馬券を購入するためには、予想した内容をスマホに入力したり、マークカードに記入したりする必要があります。
方法は2種類あるので、それぞれ見ていきましょう。

スマッピー

スマホやタブレットで投票用QRを作成

東京12R ワイド②-④を1000円購入する場合

STEP 1 **スマッピーQR作成サイトにアクセス**

このQRを読み込む
JRAホームページからアクセス

https://qrcode.jra.go.jp/

STEP 2 **通常投票をタップ**

STEP 3 **場名・レースを選択**

買いたいレースが行われる競馬場と、レース番号(レース名)を選択しよう。

STEP 4 **式別・投票方式を選択**

「ワイド」と「通常」を選択

STEP 5 **馬番を選択**

「2番」と「4番」を選択して「金額入力画面へ」をタップ

馬名と単勝オッズを見ながら選択できます!

STEP 6 **金額を入力**

金額横のボックスをタップ。金額を入力して「セット」をタップ。

※金額には予め「00円」が入力されています。100円購入する場合はボックスに「1」と入力

STEP 7 **投票内容を確認し、投票用QR表示をタップ**

STEP 8 **投票用QRの作成が完了!**

作成した投票用QRと投票内容は「QR作成履歴」でご確認いただけます。

※保存できる履歴件数は最大100個まで。
※スマッピーQR作成サイトの受付時間内のみ確認可能。
※ブラウザの閲覧履歴データを消去すると「QR作成履歴」も消去されます。

POINT!

- ・事前登録無しですぐ使える!
- ・入力するだけだから、好きな所で落ち着いて選べてビギナーには安心!



馬券の買い方を学んでいこう!



- まずは以下の4つを決める必要があります。
- ①競馬場・レース
 - ②馬券の種類
 - ③馬番(枠番)
 - ④購入金額

マークカード

施設内に置いてあるマークカードに、必要情報を塗る

緑のカード

●中山競馬場・第11レースで①-⑦、①-⑪、⑦-⑩の馬連の馬券を購入する場合

日本ダービーなど重賞レースは前日から馬券を発売します。前日に購入するときはここをマークします。

1 レースが行われる競馬場をマーク。

2 レースの番号をマーク。

3 馬券の種類をマーク。別の種類を購入したい場合は裏面に。1枚のマークカードで2種類まで購入できます。

4 馬番をマーク。1つの欄にマークできるのは1ヶ所のみです。

5 購入したい金額をマーク。数字と単位を組合せて記入します。
☆ 500円の場合→ 5と百円
☆ 1000円の場合→ 1と千円
☆ 1500円の場合→ 10と5と百円
☆ 4800円の場合→ 30と10と5と3と百円

1つの欄に2点以上マークするとエラーになります。

間違えた場合はここをマーク。その行に記入されたものは無効になります。

見よう! 実際に塗って

POINT!

電子機器の操作は苦手、、、そんな人に便利!

緑以外のマークカードを紹介!

馬券の買い方

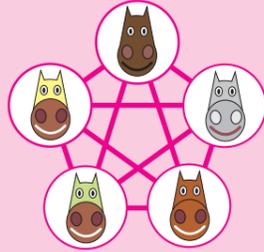
緑以外のマークカードを特徴別に紹介します。

赤のカード

「ボックス」「フォーメーション」ではどちらか片面しか購入できません。

ボックス

「ボックス」は選んだ馬(枠)の組合せを一度にすべて買う買い方です。



●3連単で1、3、7、10、11のボックスを購入する場合
前日発売の際は忘れずにマーク。

1 レースの行われる競馬場をマーク。
2 レースの番号をマーク。
3 馬券の種類をマーク。

4 組合せたい馬番号(枠番号)をマーク。(いくつでも可)

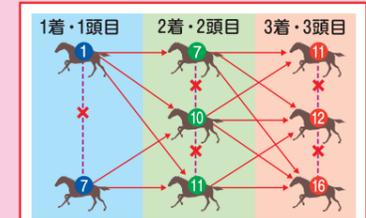
5 1点あたりの金額をマーク。

ボックスの各式別毎の組合せ数はこちらで確認できます。
間違えた場合はここをマーク。この面に記入されたものはすべて無効になります。

馬券種別	1着	2着	3着	4着	5着	6着	7着	8着	9着	10着
枠連	1	3	6	10	15	21	28	36	45	
馬連	2	6	12	20	30	42	56	72	90	
3連単	1	4	10	20	35	56	84	120		
3連複	6	24	60	120	210	336	504	720		

フォーメーション

「フォーメーション」は着順を予想し、着順欄に予想した馬を記入すると、その組合せがすべて一度に買える買い方です。



1着・1頭目 2着・2頭目 3着・3頭目
1・7・7・10・10・11・11・12・12・16
などのような同じ欄同士の組合せは含まれません。重複する組合せは1点として計算します。

●3連単で1着(1頭目)を1、7、2着(2頭目)を7、10、11、3着(3頭目)を11、12、16で購入する場合
前日発売の際は忘れずにマーク。

1 レースの行われる競馬場をマーク。
2 レースの番号をマーク。
3 馬券の種類をマーク。

4 1着になりそうな馬を1段目に2着になりそうな馬を2段目に3着になりそうな馬を3段目にそれぞれマーク。(いくつでも可)
すべての馬を買いたい場合は馬番号はマークせず「全通り」をマーク。

5 1点あたりの金額をマーク。

間違えた場合はここをマーク。この面に記入されたものはすべて無効になります。

POINT!

複数の馬(枠)を選んで、色々な組み合わせを買うときに便利!

青のカード

「連複ながし」「連単ながし」ではどちらか片面しか購入できません。

連複ながし

●馬連で1の馬を軸にして7、10、11、12を購入する場合
前日発売の際は忘れずにマーク。

1 レースの行われる競馬場をマーク。
2 レースの番号をマーク。
3 馬券の種類をマーク。

4 軸にしたい馬番号を1つだけ「軸」の欄にマーク。
5 「相手」欄に組合せたい馬番号をマーク。(いくつでも可)
軸にする馬以外のすべての馬を「相手」にしたい場合は「全通り」欄をマーク。

6 1点あたりの金額をマーク。

間違えた場合はここをマーク。この面に記入されたものはすべて無効になります。

「ながし」とは軸にする馬、または枠を決めて、その馬(枠)から何頭(枠)かの組合せを一度に買う買い方です。

3連複軸1頭ながし 3連複軸2頭ながし

3連複「軸2頭」ながし

軸にしたい馬番を、「軸」欄にマーク。
「軸2頭」をマーク。

「相手」欄に組合せたい馬番をマーク。(いくつでも可)

POINT!

軸にする馬(枠)を1頭もしくは2頭決めてる時に便利!

連単ながし

●3連単で「軸1頭」で1の馬を軸にして7、10、11、12を購入する場合
前日発売の際は忘れずにマーク。

1 レースの行われる競馬場をマーク。
2 レースの番号をマーク。
3 馬券の種類をマーク。

4 軸にしたい馬番号を、1つだけ軸の「1着」、「2着」、「3着」欄のいずれかにマーク。

5 「相手」欄に組合せたい馬番号をマーク。

6 1点あたりの金額をマーク。

3連単「軸2頭」ながし

軸にしたい馬番号を、いづれか2つの欄に1点ずつマーク。
※例は1着1番・2着7番のながし。

「相手」欄に組合せたい馬番号をマーク。

マルチをマークすると、軸と相手の着順が入れ替わった組合せも購入できます。

A(1着ながし)にB(2着ながし)とC(3着ながし)が加わった馬券を買うことができます。

マルチをマークしない場合の組合せ + マルチで加わる組合せ

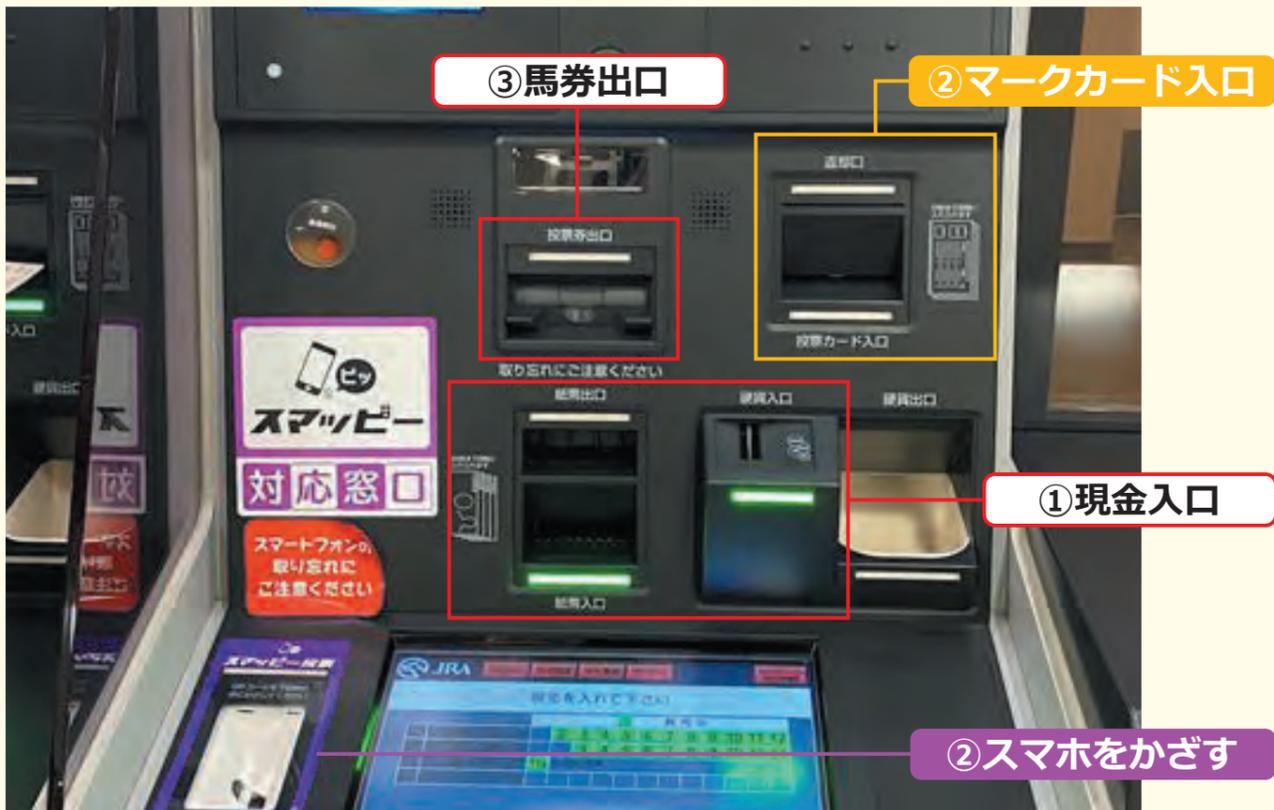
馬券の買い方

次はいよいよ購入です。

購入には現金以外にも専用ICカードやインターネット投票サイトで買う方法があります。

現金で購入

現金を自動発売機に入れて馬券を発行します。



STEP 1 現金投入

まず最初にお金を入れます。

STEP 2 スマホをかざす

作成した投票用QRを、読み取り部分にかざします。

STEP 2 マークカードを投入

マークミスが無いことを確認し、投票カード入口にマークカードを入れます。

STEP 3 馬券受取

(おつりのある場合は)精算ボタンを押し、馬券を受け取ります。

馬券やおつりの取り忘れにご注意ください。

POINT!

- 馬券を手にすることで購入した実感がわく！
- 保管しておきたい馬券は JRA アプリ「馬券メモリアル」機能でデジタル保存もできる！

UMACAで購入

UMACAとは、馬券購入に使用できる専用ICカードです。投票機もしくはスマートフォンを使用してキャッシュレスで購入が可能です。

登録方法 簡単3ステップで即日発行！(登録料・年会費無料)

銀行口座いらす！登録に必要なものは年齢確認用の「身分証」の提示のみ！(免許証・健康保険証・パスポートなど)

発走時刻の2分前が馬券の発売締切時刻だよ！

登録ブースで申込 → 暗証番号と手のひら静脈を登録 → 登録した当日に発行！

利用方法

① 投票機で購入

STEP 1 入金(チャージ)

- UMACAをタッチ
- 「入金」を選択し、現金を入金
- ※一度入金すると入金した分は出金できません
- ③全額入金、または一部入金を選択
- ④再度UMACAをタッチし、レシートを受け取る

② スマートフォンで購入

STEP 2 UMACAスマートにログイン

- 上記QRもしくはJRAホームページからUMACAスマートのページにアクセス
- 必要情報を入力しログイン
- 画面に従って式別などを選択
- ④合計金額を入力し、投票

STEP 2 UMACA発売機

- UMACAをタッチ
- ②静脈認証または、暗証番号を入力
- ③スマッビー、または、マークカード、タッチパネルで投票
- ④内容を確認し、再度UMACAをタッチ
- ⑤投票内容が印字されたレシートを受け取る

STEP 3 出金

- UMACAをタッチ
- ②「出金」を選択 ※入金機から出金が可能です
- ③手のひら静脈認証を実施
- ※「静脈認証」のみになります。暗証番号による出金はできません
- ④金額を確認し、出金金額を入力
- ⑤再度UMACAをタッチし、現金とレシートを受け取る

POINT!

- 財布から現金を出す必要がなく、スピーディーに購入！
- 買った分だけポイントがたまる！

即PATで購入

競馬場に行けない・・・！そんな日でもご自宅や外出先から購入することができます。

登録をすれば予想内容の入力から購入まで、全てをJRAのインターネット投票サイトで行うことができるシステム！

提携銀行の口座があれば、登録後すぐに馬券購入が可能です。(パソコンやスマートフォンでどこからでも利用可能。)

詳細はこちらから

予想の仕方



STEP 1

馬券購入に必要な基本情報をチェック!

競馬新聞には、馬券を購入するのに必要な情報が記載されています。また、はじめての方でも比較的簡単に予想に活用できるファクターです。
※P12で詳しく解説しています。

- 印 (記者の予想)
- 枠順
- オッズ
- 馬齢・性別
- 騎手・騎乗実績

STEP 2

馬の得意・不得意がここでわかる!

どんなコースや馬場状態が得意で、どんな走り方が得意なのかが分かるファクターです。
※P13で詳しく解説しています。

- 脚質
- コース適性
- 馬場適性
- 距離適性
- 持ちタイム
- ローテーション

STEP 3

過去の走りはここでわかる!

自分が気になった馬が過去にどんな実績を残し、どんな能力を秘めているのかを深読みできるファクターです。
※P14で詳しく解説しています。

- 過去実績
- クラス
- 負担重量
- 展開
- ペース
- 馬体重

STEP 4

馬がレースに臨むまでの過程に注目!

予想の幅が広がる詳細情報や競馬新聞には記載されていないファクターです。
※P15から詳しく解説しています。

- 調教
- パドック
- 馬具

ここがわかると競馬の達人!



STEP 競馬新聞の読み方

1 馬券購入に必要な基本情報をチェック!

枠番・馬番

①…枠の番号 白…騎手の帽子の色
②…馬の番号

お父さんの馬名

お母さんの馬名



馬券を買うときは必ず番号で買うよ!間違えないように注意しよう!

馬名

騎手・騎乗実績

6221…左から1着が6回、2着が2回、3着が2回、4着以下が1回となります。

馬の性別・年齢

オス馬の事を牡馬(ぼば)メス馬の事を牝馬(ひんば)、また去勢された馬を騊馬(せんば)と呼びます。5…馬の年齢です。

印 (記者の予想)

- 印の見方**
- ◎【本命】 最も勝つ確率が高いと思う馬
 - 【対抗】 本命に対抗できると思う馬
 - ▲【単穴】 勝つ能力があると思われる、3番目に注目したい馬
 - △【連下】 ▲の次に注目したい馬

1 白 2	枠番馬番	中山	競馬場名
シニガハート短	母・距離適性	11	この場合は中山競馬場の11レース
オトメゴコロ	父・距離適性(兄弟)	15.25	レース番号
キタサンブラック	馬名	15.25	発走時刻
57	重 量	WIN5	発走時刻
武 豊	騎 手	対象レース⑤	第62回有馬記念(GI)
6 2 2 1	騎乗実績		3歳以上オープン(国際指・定量)
牡 5 ○	性 齢 芝 重		予想オッズ
...	A 記者者者者		このレースでのこの馬を単勝で買った時の払戻の予想倍率。この場合、100円購入すると払戻額は170円となる。
...	B 記者者者者		毛色
...	C 記者者者者		レース名
...	D 記者者者者		レース条件
...	E 記者者者者		
...	F 記者者者者		
...	G 記者者者者		
栗 清水久	厩 舎		
鹿 55625	色・賞金		
⑨157348	特勝・総賞		
(有)大野商事	馬 主 名		
ヤナガワ牧場	生産牧場		
9 2 4 2	クラス成績		
東2239③57	芝 2400		
出2326②57	芝 2500		
三矢兵短讓	三矢兵短当展		
9 2 0 0 0	ははは千該		
2 0 0 0 1	千千千四距		
4 0 0 0 1	九七五以距		
2 0 0 0 0	上含含下離開		
3阪⑧ 6.25 GI			
宝塚⑨ 8			
三歳2127			
	3		
		芝2500	

はじめての君はまず記者の予想を参考にするのがおすすめじゃ!



STEP 競馬新聞の読み方

2 馬の得意・不得意を見てみよう!

距離ごとの自己ベストタイム

過去のベストタイムとそのときの着順がわかります。2,400mのベストタイムは、東京競馬場の芝で2分23秒9。このときは3着(③)でしたという意味。

脚質とは!
その馬が得意な走り方のことだよ。

脚質

- 逃げ馬。スタートから先頭を走る馬。
- 先行馬。先頭から2~4番手の位置から抜け出す馬。
- 差し馬。先行する馬の後ろに位置し、最後に差してくる馬。
- 追い込み馬。後方待機から直線勝負にかける馬。
- 自在馬。特に決まった脚質はなく、レースによって位置取りを変える馬。

ポイントは、**脚質・距離・コース・馬場状態**だよ!

9	2	4	2	クラス成績			
東	2239	③	57	芝	2400		
出	2326	②	57	芝	2500		
二千	千	六	短	当	展		
9	2	0	0	0	は	は	千
2	0	0	0	1	千	千	千
4	0	0	0	1	九	七	五
2	0	0	0	0	上	含	含
					下	離	開

距離適性

「当該~二千」は距離を示している! 数字は上から順に1着、2着、3着、4着以下になった回数を表しているよ! つまり・・・
「芝2,000mのレースで1着に9回なったことがある」と言えます。

ローテーション

今までこの間隔で走った時の成績(この馬の場合は6回走って1着3回、2着1回、3着2回、4着以下なし)。中3週とは間に3週競馬開催があったということなので、今回は前走から4週間ぶりの出走になります。

コース適性

左回りの芝コース、東京競馬場の芝コースなどコースとの相性を表しているよ。数字は上から順に1着、2着、3着、4着以下になった回数を表しているよ! つまり・・・「左回りの芝コースで1着に4回なったことがある」と言えます。

馬場適性

馬場状態が「重」「不良」だった時の成績がわかる。上から順に1着、2着、3着、4着以下になった回数を表しているよ! つまり・・・「重or不良馬場で1戦1勝した」と言えます。

中	3	週	ローテーションと成績					
3	1	2	0	左	右	東	出	全
芝	芝	芝	芝	芝	芝	芝	芝	戦
4	7	4	2	11	着	着	1	上
0	2	0	1	2	以	と	2	か
1	3	1	2	4	下	4	3	ら
1	1	1	0	2				
1	3	逃	0	11	重	脚	連	全
0	8	先	0	2	と	質	対	全
0	1	差	0	4	不	成	時	全
0	1	追	0	2	良	績	の	芝
								成
								績

STEP 競馬新聞の読み方

3 その馬の過去の走りを見てみよう

出走したレースとその日程

5回東京競馬の8日目(11月26日)にJC(ジャパンカップ)というレースが行われ、このレースのクラスはGIであったという意味。そして、このレースは2,400mのCコースで行われたということもここからわかります。

負担重量

騎手の体重や鞍などレースで馬が背負う総重量のこと。この重量はレースの種類や馬の年齢・性別などで変わります。

どのようにレースをむかえたか

このレースでは、武豊騎手が騎乗し、その時の馬の馬体重は542kg、17頭立ての4枠でレースを走ったことがわかります。さらに、このレースでの単勝人気は1番人気であったこともここからわかります。

競馬用語で1ハロンは約200mのことを示しているんだよ!

レースのペース

左の数字はスタートしてからの5ハロンのタイムを表していて、最初の約1,000mを60.2秒で通過したという意味です。

真ん中のアルファベットは、レースのペースを表しています。

S...スローペース M...平均ペース H...ハイペース

一番右の数字は、ゴールまでの残り3ハロン(約600m)のタイムを示しています。この場合、ゴールまでの3ハロンを35.3秒で走ったという意味です。

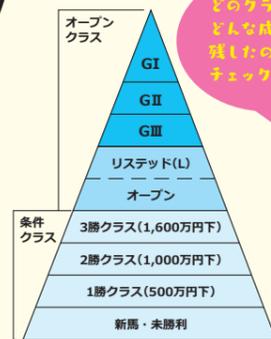
1着馬の名前

このレースの1着の馬の名前です。もしこの馬が1着だった場合、ここには2着の馬が記載されます。

前走、2走前、3走前の状態と今回の馬の状態を比較すると良いかも!

クラス

レースはGIレースを頂点として馬の年齢と取得賞金の額によってクラスごとに分けられています。基本的には一つ勝つごとに上のクラスにステップアップしていくという仕組みです。



走ったタイムと着差

この場合、2分23秒9でゴールし3着であったということがわかります。さらに、1着の馬との着差は1と1/2馬身差で、秒数で表すと0.2秒差であったこともわかります。

また③の箇所についている○は馬場状態を指します。それぞれの馬場状態は、以下のように示します。

③...良 ③...稍重(ややおも) ③...重 ③...不良

レース展開

この馬のレースの展開を数字と文字で表しています。

①①①は左から2コーナー(長い距離のレースの場合)、3、4コーナーでのこの馬の位置取り。右の図のような順番で各コーナーをまわりゴールしたということです。

文字は、その馬がゴールするまでの状態を簡単に示しています。

ここだけで、これだけの情報が読み取れるね!

STEP 4 競馬新聞の読み方

競走馬がレースに臨むまでの過程をチェック!

～調教編～

調教欄では、そのレースに出走する馬が、どんなトレーニングを積んできたのかが記載されています。どんな場所で、どんなメニューを組んでレースに臨んでいるのかを知ること、レース当日までの馬の状態を想像することができます。

トレーニング・センター

JRAで出走する馬は、主に美浦トレーニング・センター（茨城県）と栗東トレーニング・センター（滋賀県）でトレーニング（調教）を行い、レースに臨みます。調教欄に記載されている「美」「栗」は、その馬がどちらのトレーニング・センターで調教を行っているのかを表しています。

ここでは架空の競走馬「ビギナーズラッキー」の調教欄を参考にレースまでの調教過程を学んでみよう!



ビギナーズラッキー



見方 その① 調教間隔・本数

トップアスリートがトレーニングメニューを組むように、競走馬もその馬にあったメニューを組みコンディションを整えます。トレーニング・センターでは、火曜日から日曜日まで調教を行っていますが、「追い切り」と呼ばれる負荷をかけた調教の場合のみ調教欄に掲載されます。この数字の場合3月25日に追い切りが行われたことを意味します。

『1週間の標準的なトレーニングスケジュール』

火曜日	月曜日が休みなので、休み明けとして軽い調教を行います。
水曜日	レースに向けた負荷をかけた「追い切り」を行います。
木曜日	前日に追い切りで負荷をかけている場合、その疲れをとるためにウォーキングなどの軽い調教で体をほぐします。
金曜日	火曜日に近いようなトレーニングメニューを行います。
土曜日	月曜日が休みになるため、週中の追い切りほどではないが、負荷をかけます。
日曜日	

2022年3月26日（土）に出走

⑫ ビギナーズラッキー【オープン馬をアオる勢い。乗り込み豊富で態勢万全】

前栗坂不	—	56.5	42.4	15.7	1	追って一杯	5
助手26栗坂不	—	59.2	43.4	14.4	1	馬なり	6
(外遅)助手1栗C不	84.7	67.5	52.9	38.7	13.2	⑨一杯に追う	6
助手5栗坂良	—	56.7	41.1	13.1	1	強め	6
(内併)助手9栗C良	83.9	66.9	51.8	38.2	12.0	⑦馬なり	7
助手13栗坂重	—	54.8	39.6	12.6	1	強め	6
(内併)助手17栗C良	82.1	66.8	52.1	38.9	12.3	⑧馬なり	6
(OPサンデービギナー一杯に追うの内5F併せで併入)							
助手20栗坂稍	—	58.3	42.1	13.3	1	馬なり	6
(内併)武豊23栗C良	82.1	66.8	52.6	38.6	12.0	⑦強め	6
(中OPサンデービギナー一杯に追う)							
外500万セミナータイオー一杯に追うに各直線併せで併入)							
助手25栗坂良	—	65.6	46.9	14.5	1	馬なり	6

見方 その② 様々な調教場所

トップアスリートが陸地やプールなど様々な場所でトレーニングを行うように、競走馬も目的に合わせてトレーニング場所を変えます。

☆トラックコース(ウッドチップ)【美W/栗C】

調教効果 コーナーが4つある調教馬場なので、コーナリングが上手になる。

メリット 敷材が木くずなので、クッション性があり、脚元への負担が小さい。

デメリット 実践とは違う馬場になる。

☆トラックコース(芝・ダート)【美芝・美D/栗芝・栗E】

調教効果 コーナーが4つある調教馬場なので、コーナリングが上手になる。

メリット 実践と同じ馬場なので、レースで走るイメージをつくることできる。

デメリット ウッドチップに比べて、脚元への負担は大きい。

☆坂路コース【美坂/栗坂】

調教効果 傾斜がきつくなっているため、瞬間的な負荷が強く、筋力アップを図ることができる。

メリット 直線に急坂のある競馬場(中山や阪神)でのアドバンテージが大きい。

デメリット 直線に近いコースになるので、コーナリングの練習はできない。

主な調教コースの略称

▼美浦トレセン		▼栗東トレセン	
美坂	坂路(ウッドチップ)	栗坂	坂路(ウッドチップ)
美W	Dコース(ウッドチップ)	栗B	Bコース(ダート)
美芝	Cコース内柵側(芝)	栗C	Cコース(ウッドチップ)
美P	Cコース外柵側(ニューポリトラック)	栗芝	Dコース(芝)
美D	Bコース(ダート)	栗P	Dコース(ニューポリトラック)
美E	Eコース(ダート)	栗E	Eコース(ダート)

瞬発力



コーナリング



足元への負担



ビギナーズラッキーのトレーニング目的



今回は、「乗り込み豊富で態勢万全」と評価を受けるくらいの準備ができたぜ!

見方 その③ トレーニングの強度

トップアスリートが様々な形でトレーニングを行うように、競走馬も強度や方法を変えてコンディションを整えていきます。

調教方法

① 走らせ方

- 併走: 2頭以上で走る。(併せ馬とも言う)
- 単走: 1頭で走る

② 追い方

- 馬なり: 馬に任せて楽に走らせる。
- 強め: 少し追って走らせる。
- 一杯: 全力で追って走らせる。

軽い負荷

- 単走
 - 馬なり
- ##### 強い負荷
- 併せ馬(併走)
 - 強め・一杯

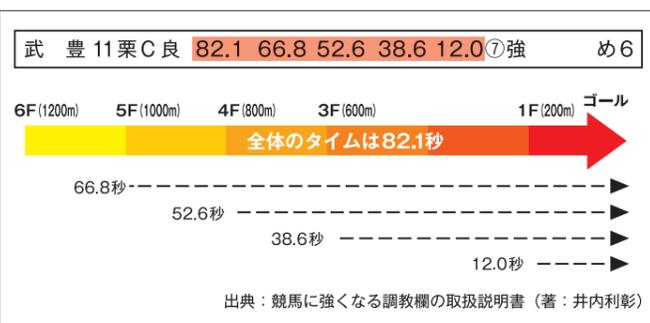
本番直前は軽めの調整でレースを迎えることになったぜ!



調教欄には掲載されていない日でも日々トレーニングを積んでいるのじゃ!



見方 その④ トレーニング内容の考察



トレーニングの内容がどのようなものだったのかは、気になる場所…。調教欄には、タイムという形でその結果が記載されています。

左の図に並んでいる数字は、ある地点からゴールまでのタイムです。この場合、6ハロン(1,200m)地点からゴールまでは、82.1秒。5ハロン(1,000m)地点からは66.8秒と順に並んでいき、1番右の数字は1ハロン(200m)から12.0秒であったという事が分かります。走った距離の全体のタイムを見ても良いですし、ラップ計算をして加速度を見ることもできます。その馬がどんな追い切りをして、その結果どんなタイムがでたのかを想像することで、レース当日の馬の仕上がり具合の参考になるかもしれません!

最初読み解くのが難しい場合は、競馬新聞にプロの目から見た評価が点数や単語などで表現されているからそこでチェックしてみよう!



STEP 4 競走馬がレースに臨むまでの過程をチェック!

～パドック・馬具編～

競馬を予想する上での大事なファクターである「パドック」。レース発走の約30分前に登場し、周回する馬を間近で見ることによってその日の調子や直前の様子を判断することができます。

パドックでの馬の調子の見方

体

体がふっくらして馬体を大きく見せる馬は好調といわれています。

尻

お尻が丸くて張っている馬はよく走るといわれています。

首

まっすぐ首をのぼしてグイグイ歩いている馬は好調といわれています。

汗

大量の汗をかいていたり、暴れていることを「イレ込んでいる」といい、このような馬はレース前にスタミナを消耗していることも考えられます。

歩行

グイグイと引っ張るように歩き、やる気を見せている馬は、気合いがのっている証拠といわれています。



馬は「ハネ」も「リケ」も、パドックではカメラのフラッシュや、大声は禁止なのね。

馬具 ～デリケートな馬のためのアクセサリ～

馬は臆病な動物。見たことのないもの、大きな音、速い動きなどをとて怖がります。そのため、レースに集中できるように性格に合わせて馬具を装備している馬もいます。



頭絡(とうらく)

ハミ

手綱からハミを通して、騎乗者の指示を伝えます。

手綱(たづな)

メンコ

メンコとは馬の覆面のこと。一般に耳覆いの付いているものを使います。音に驚いたり、ダートで砂を被るのをいやがる馬に、その防具として使っています。

シャドーロール

物の影や自分の脚の動きに驚く馬にシャドーロールを鼻の上につけ、下方の視野を奪い恐怖心をとり除きます。また、頭の高い馬の矯正用に用いることもあります。

ブリンカー

周囲を気にしてレースに集中できない馬に後方の視野を遮るブリンカーを使うと、前しか見えなくなるためレースに集中できるようになります。ブリンカーをつけている馬は新聞に「B」マークがつけます。

同じサラブレッドでも毛色はイロイロ



栗毛(くりげ)

黄色っぽい茶色で、たてがみやしっぽも同じ色をしています。



柄栗毛(とちくりげ)

栗毛より少し暗い茶色をしています。



鹿毛(かげ)

全体が茶色で、たてがみ、尻尾、足の下の方は黒。



黒鹿毛(くろかげ)

鹿毛より黒っぽい色をしています。



青鹿毛(あおかげ)

ほとんどが黒色で目や口の周りが濃い茶色をしています。



青毛(あおげ)

全身まっ黒の毛色をしています。



芦毛(あしげ)

生まれた時は、鹿毛や栗毛などですが、年をとると白くなります。



白毛(しろげ)

生まれた時から白く、めずらしい毛色です。

馬〜♡♡ かわいい! 毛並みがキレイねえ

お! あれがメンコか!

みんな〜自分に合った競馬の楽しみ方見つけれられた?

私は、印&騎手・騎乗実績重視派!

ベテラン記者予想を参考! やっぱり競馬と言えば人馬一体! 相性を見ながら決めていきたいな

私は、コース適性&パドック重視派ね

コースと馬の相性は大事よね! 自分の目で馬を選ぶだけね!

僕は、過去実績&調教重視派!

過去の結果から傾向を探る! レースは平日から始まっているんだ... 調教欄を見て、コンディション check

あなたは見つけれられたかな?

まだこれから! という人はまずは馬券の種類を今日の気分で決められるあみだくじに挑戦してみよう!

色々な楽しみ方ができるところが競馬の深い所だよ〜

Go!

馬券の種類と買い方をチェック

馬券は全部で8種類!あなたの気分にあった馬券をチェックしてみよう!

はいの場合 →

いいえの場合 →

スタート!

今日の気分は、
ずばり晴れ!

遊園地で
わいわいするより、
水族館でまったりしたい。

今日は色々、
新しいことに
挑戦したい!

好奇心
旺盛!?

ちょっとそわそわ目移りがち...?
そんなあなたは

3連複or馬連

で両方選んで2倍楽しもう!



アップテンポな
ロックナンバーより、
しっとりバラードの気分。

ダイエットするなら
運動よりも
食事制限。

実は映画や
ドラマの主人公に
憧れている。

刺激が
欲しい!

平凡な毎日に飽き飽き!?
ドキドキしたい!
そんなあなたは、

3連単

で高配当チャンス!



かわいいものに
癒されたい!

話題の恋愛映画より、
アクション映画が
見たい!

大声を出して
歌い出したい
気分!

ノリノリ
気分!?

今日はテンション高めで
ノッている!?
そんなあなたは、

枠連

今日のラッキーカラーを
選んでみよう!



気分を
上げよう!

今日はちょっとお疲れ気味...
そんなあなたは、
当たりやすい!

複勝orワイド

で馬券を当てて
テンションアップ!



スカッと
したい!

今日はなんだか
モヤモヤ...??
そんなあなたは、1点勝負!

単勝

で華麗に決めて、
すっきりしよう!



冷静沈着!?

今日はちょっと冴えているかも!
そんなあなたは、
着順までがつり予想!

馬単

で頭を使った馬券に
チャレンジ!



ビギナーズセミナーサイトには
色々な情報がたくさん!
是非アクセスしてみてね!



知るともっと楽しくなる豆知識

枠入れ順

馬がゲートに入る枠入りの順番は、原則 ①先入れ馬 ②奇数番 ③偶数番 ④大外枠 の順番と定められています。奇数番・偶数番の中でさらに順番はありません。



過去のレースの枠番とレース結果を照らし合せて予想するのも面白そうね。

休養

比較的長期の休養明けでレースに出走することを「鉄砲」と言い、競馬新聞には鉄砲での成績や休養明け2走目の成績が記載されています。

二走目
鉄砲
100103
3ヵ月
休養

この場合、鉄砲では3着が1回、4着以下が3回、2走目では、1着が1回、2着が1回だったことがわかるのじゃ！



オッズ

買った馬券が当たったら払戻金がいくらになるのかを表す倍率のこと。倍率はみんなの買った馬券の数で決まります。

【レース前のオッズ画面】

中山(日) 11R			有馬記念		
単勝	複勝	枠連	単勝	複勝	枠連
1 14.9	4.0 - 6.3	1 2	1 35.9	2 153.2	1 2
2 3.4	1.4 - 1.7	2 3	2 17.2	3 72.6	2 3
3 14.7	3.1 - 4.7	3 4	3 44.9	4 27.0	3 4
4 33.2	6.2 - 9.9	4 5	4 8.8	5 15.2	4 5
5 89.9	20.8 - 33.8	5 6	5 5.1	6 55.7	5 6
6 32.0	3.8 - 5.9	6 7	6 25.3	7 37.1	6 7
7 9.4	3.2 - 4.9	7 8	7 30.9	8 33.3	7 8
8 12.6	3.5 - 5.5	8 9	8 10.7	9 4	8 9
9 4.0	1.4 - 1.8	9 10	9 5	10 58.2	9 10
10 13.5	3.3 - 5.1	10 11	10 6	11 23.2	10 11
11 17.2	4.3 - 6.8	11 12	11 7	12 26.6	11 12
12 65.0	12.3 - 20.0	12 13	12 8	13 102.9	12 13
13 23.4	27.4 - 44.5	13 14	13 9	14 54.3	13 14
14 21.0	3.6 - 5.6	14 15	14 10	15 131.1	14 15
15 60.0	8.3 - 13.4	15 16	15 11	16 50.9	15 16
16 9.6	2.5 - 3.8		16 12		

単勝138円
100円買くと
13,340円に
なります！

【レース確定後の払戻画面】

中山2回4日 11R			払戻金	
単勝	複勝	枠連	単勝	複勝
10	120円	1-8	350円	
10	100円	1-10	140円	
複勝	1	ワイド	7-10	120円
7	110円	1-7	260円	
馬連	1-10		350円	
馬単	10-1		380円	
3連複	1-7-10		280円	
3連単	10-1-7		810円	

※100円購入した場合の払戻金が表示されます。



減量制度

見習騎手*および女性騎手が騎乗する際は各負担重量を減量します。(特別競走とハンデキャップ競走は除く)
*免許の通算取得期間が5年未満で、平地競走の勝利度数が100回以下、または障害競走の勝利度数が20回以下の騎手

【減量記号】

減ずる重量を記すための印。競馬新聞の「重量」部分に書かれています。

▲ 51	重量
	騎手

【見習騎手】

平地競走と障害競走のそれぞれにおいて、それぞれの勝利度数に応じて減じる重量を設定

区分	印	勝利度数 (平地競走)	勝利度数 (障害競走)	減ずる重量
男性騎手	▲	30回以下	10回以下	3キログラム
	△	31回以上50回以下	11回以上15回以下	2キログラム
	☆	51回以上100回以下	16回以上20回以下	1キログラム
女性騎手	★	50回以下	15回以下	4キログラム
	▲	51回以上100回以下	16回以上20回以下	3キログラム

※この場合の勝利度数は、そのレースの出馬投票締切日の前日までに中央競馬のレースに騎乗して得た1着の回数と、地方競馬指定交流競走およびパート1に定める外国の重賞レースにおいて、JRAの競走馬登録を受けている馬に騎乗して得た1着の回数の合計となります。

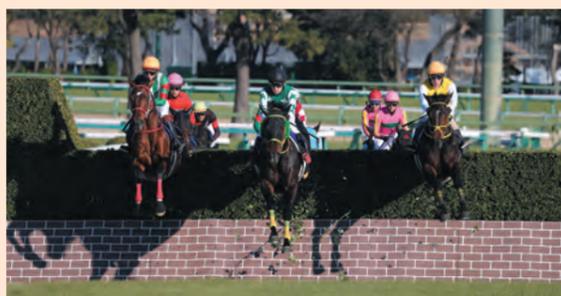
【見習騎手以外の騎手】

区分	印	減ずる重量
男性騎手	なし	なし
女性騎手	◇	2キログラム

ちょこっと
MEMO

障害競走について

コース中に設置されたいくつかの障害物を超えて、いかに早くゴール出来るかを競うレースです。障害物には竹柵、いけ垣、水ごう、ハードルなど様々な種類があります。JRAでは、札幌、函館を除く8つの競馬場で障害レースが行われており、中山・東京・京都・阪神の4つの競馬場では各2回、小倉・新潟で各1回の計10回の重賞レースが組まれています。



JRAでは障害競走のGIレースとして、中山グランドジャンプ(4,260m)と中山大障害(4,100m)が行われ中山競馬場の名物レースの一つとして親しまれているよ！

2026年開催日割

競馬開催日は毎週土日となります。(一部祝・月などに開催する場合があります)

競馬場名	開催日数	開催日程
札幌競馬場	14日間	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12月 7月25日(土)～9月6日(日)
函館競馬場	12日間	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12月 6月13日(土)～7月19日(日)
福島競馬場	20日間	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12月 4月11日(土)～4月26日(日)・6月27日(土)～7月19日(日) 11月7日(土)～11月23日(祝・月)
新潟競馬場	24日間	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12月 5月2日(土)～5月24日(日)・7月25日(土)～8月30日(日) 10月17日(土)～10月25日(日)
中山競馬場	42日間	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12月 1月4日(日)～1月25日(日)・2月28日(土)～4月19日(日) 9月5日(土)～9月27日(日)・12月5日(土)～12月27日(日)
東京競馬場	45日間	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12月 1月31日(土)～2月22日(日)・4月25日(土)～6月21日(日) 10月3日(土)～11月29日(日)
中京競馬場	24日間	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12月 3月14日(土)～3月29日(日)・7月25日(土)～8月30日(日) 12月5日(土)～12月20日(日)
京都競馬場	46日間	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12月 1月4日(日)～2月15日(日)・4月25日(土)～5月31日(日) 10月3日(土)～11月29日(日)
阪神競馬場	41日間	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12月 2月21日(土)～4月19日(日)・6月6日(土)～6月21日(日) 9月5日(土)～9月27日(日)・12月5日(土)～12月27日(日)
小倉競馬場	20日間	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12月 1月24日(土)～3月1日(日)・6月27日(土)～7月19日(日)

※開催日程は変更となる場合があります。最新の情報はJRAホームページでご確認ください。