

ボッチャ用具紹介

ボッチャボール



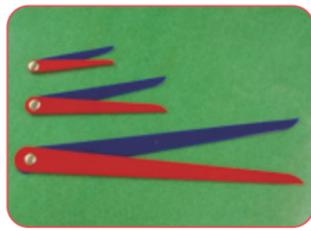
試合では主に赤6球・青6球・白1球の計13球を使用します。硬さや材質が違う様々な種類のボールから自分のプレイスタイルに合ったボールを選ぶことができます。

ランプ



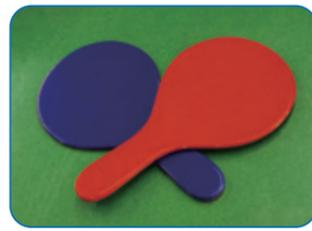
手で投球できない選手が使用する専用の用具で、ボールを転がして投球します。長さや角度を調整して、投球のスピードや距離を変えることができます。

キャリパー



審判用具の1つです。ジャックボールとカラーボールの距離を比較する際に使用し、大・中・小の大きさがあります。

パドル



審判用具の1つです。審判が選手に赤、青の投球を指示及び得点を伝える際に使用する指示板です。基本、プレー中に審判は声を発してはいけないために使用します。

あなたの街のスポーツ推進委員が  
皆さんのスポーツ活動をお手伝いします。



ボッチャ以外にもドッジビー、プチテニス、パラバレーン、グラウンド・ゴルフなどなど、まずはお問い合わせください!

用具の手配や審判も行いますよ。

スポーツ推進委員とは

学校や、クラス会等でのスポーツ指導や審判、介護予防の取り組みや障害者施設での体操など市民のスポーツ推進のために、スポーツ・レクリエーション活動の企画・運営のお手伝いをしています。

やっチャお!  
ボッチャ!

知っチャお!  
ボッチャ!



ボッチャ武蔵野カップを知っていますか?  
武蔵野市では、誰もが参加できる大会が毎年開かれています!  
武蔵野市は日本ボッチャ協会とも連携して「ボッチャの聖地」となるようボッチャに力を入れているんですよ! スポーツ推進委員も、もちろん全員ボッチャ推しです!  
ボールは足で蹴ってもいいし、コートの大きさを換えたりして楽しむのもOK!  
自由にボッチャを楽しんでください!

# ポッチャを 知ろう!!



1 エンド目は、“赤い球”を先攻が、“青い球”を後攻が使うよ。1チーム(1～3名)で持ち球は6球だよ。これがポッチャのコートだよ!

## 試合のながれ

- 1 まずは先攻がスローイングボックスからの(ターゲット)となるジャックボール(白)を投げるよ!(ジャックボール無効エリア内で止まらないように!)
- 2 続けて、先攻が1球目のボール(赤)を投げるんだ。
- 3 次に後攻が1球目のボール(青)を投げるよ!
- 4 あとは、ジャックボールからの距離を比べて、より遠い方のボールのチームが次に投げるよ。
- 5 ④をくり返して、先攻(赤)・後攻(青)ともに6球ずつ投げた時点で得点を計算するよ(得点例を参考にしな)。)



下のミニゲームシート内のイラストと照らし合わせてね



①～⑤の流れ1回を1エンドというわよ!  
公式試合では4回\*、エンドを繰り返して合計点が高いチームが勝ちになるのよ。

※エンドごとに、スローイングボックスの位置はそのまま、先攻・後攻が入れ替わります。  
※3対3人の場合は6エンド繰り返します。

## ポッチャ風ミニゲームシート

卓上でポッチャを体感!指ではじいて遊んでみよう!

用意  
するもの  
(1対1の場合)

- ペットボトルキャップ  
○ ジャックボール・・・白キャップ×1個  
● 先攻用ボール・・・赤キャップ×3個  
● 先攻用ボール・・・青キャップ×3個  
※色がそろわない場合はマジック等で塗ってみたいね。  
※ボールの代わりになれば、おはじきや紙を丸めたものなど、なんでもOK!

遊び方

左の「試合のながれ」を見ながら、ボールの代わりにキャップなどを指ではじこう!  
人数が多いときは、キャップの数を増やしても遊べるよ!

## 先攻



## 後攻



ジャックボール無効エリア

最初に投げたジャックボールがジャックボール無効エリアや、コートの外側に止まってしまったときは、後攻(青)が先攻となり、代わりにもう一度ジャックボールを投げます。

## ⑤得点例

例1



赤のほうが青よりもジャックボールの近くに2つあるから、赤2・青0点となるよ!

例2



赤と青がジャックボールから同じ距離にある場合は赤1・青1点となるよ!



ターゲット  
ボックス

試合の途中でジャックボール(白)がコートの外に出たら、ここに戻してね!

(例) 下の図のようになったときは、

④ 青より赤の方が遠いから、次は赤のチームがなげるよ!



ジャックボールからの距離が青より近くなるまで、赤のチームが投げ続けます。

## -[ポッチャ豆知識]-

- 大活躍のポッチャ日本代表チーム「火ノ玉 JAPAN」。パラリンピック競技を知ってもらうために、その「火の玉宇宙(ビッグバン)」になればという意味もあるとか。
- ポッチャはイタリア語で「木のボール」を意味する。
- ポッチャは別名「地上のカーリング」とも呼ばれている。
- ポッチャがパラリンピックの正式種目となったのは1984年のニューヨーク・アイスベリー大会から。
- ランプ(4面参照)を使う選手を試合中にサポートするランプオペレーターは、常にコート内に背を向け、一切試合を見ることできない。

このミニゲームシートで  
遊んで、ポッチャを覚えてみよう!

