4コートバレー

≪ルール・審判マニュアル≫



平成30年10月 制定

柏崎市スポーツ推進委員協議会

4 コートバレーとは

コートを4つに分けて行う4人制のバレーボール。

ボールはソフトバレーボールを使用する。

1. コート・用具

1-1 用具

用具名	数量
バレーボール(6 人制)コート	1 面
バレーボール(6 人制)用支柱(ネット高は2m)	2本
バレーボール(6人制)用ネット	1 枚
バレーボール(6 人制)アンテナ	2本
ソフトバレー用移動式支柱(ネット高は2m)	2本
ソフトバレー用ネット	2本
ソフトバレー用アンテナ(マジックテープ固定タイプ)	2本
得点板	4チーム分
審判台	1台
ラインテープ	72m 分
メジャー(15m以上)	1 個

センターラインは必ず表示すること。

プレー道具

用具名	数量
ソフトバレー	2個~
空気入れ	1個
ボールゲージ	1台
ビブス(カラーA)	5枚~
ビブス(カラーB)	5枚~
ビブス(カラーC)	5枚~
ビブス(カラーD)	5枚~

※ビブスの種類について(得点板用に 1 枚使うと便利)

①コートに備え付ける:4種×(4人+得点用1)

②チームに貸出:チーム数×(メンバー数+得点板用)

【審判時の必要人数】 ※参考

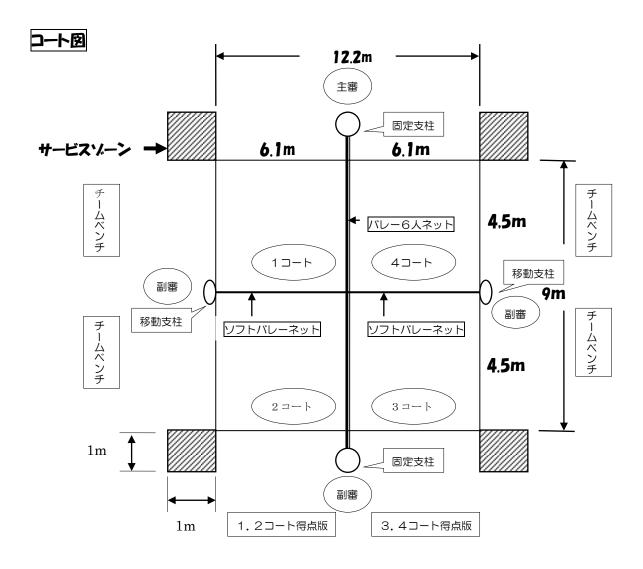
審判 主審1人 副審3人

得点係 4人 ※2人だと忙しい。

1-2 コート説明

- ① 12.2m×9m (1区画あたり6.1m×4.5m) とする。
 - 各辺両端1mずつ延長しサービスゾーンとする。
 - ※バレーボール(6人制)コートを使用。
 - ※4分割にするためにソフトバレー用ネット6.1mを使用する。
- ② ネットの高さは 2.0mとする。
- ③ アンテナは、ネットの上端から1m上方に出るように、1本ずつ各支柱の外側又は、 ライン外側になるよう取り付ける。
- ④ 6人制のコートを使用するため、固定支柱に6人制バレーネットを使用しそのネットから移動式支柱の2本へソフトバレーボールネットを使用して4コートを作る。
- ⑤ サービスゾーンは1m×1mとする。

【コートの広さ及び審判の配置】



2. 試合前準備

【チーム編成】

- ① 1チーム4人以上で構成する。
- ② コート内の競技者は4名で、4×4でプレーする。
- ③ 男女構成及び年齢は自由とする。

3. 競技方法

3-1 競技説明

1 コート選択

試合前に 4 チームのキャプテンがジャンケンを行い、勝ったチームからコートかサーブ権のいずれかを選ぶ。

② 得点

ラリーポイント制としミスしたチーム以外が 1 点を得る。

③ ローテーション

ミスしたチームが時計回りにローテーションする。

④ ポジション

前衛、後衛の概念は関係なく、全員がアタック及びブロックができる。

⑤ 勝敗

事前に取り決めた点数に達したら試合終了とする。※デュースは無い

⑥ サーブ

最初のサーブはコート選択時にサーブを得たチームが行い、以降はミスしたチームがサーブを 行う。

自陣のサービスゾーンからアンダーサーブで行う。(どのチームを狙っても良い)

サーブが直接ネット(すべてのネット)に触れた場合は、サーブアウト(サーブしたチーム以外に1点)とする。

※サーブをしたチームがミスをすると、ローテーションによりサーブを打つ選手が変わります。

⑦ サーブレシーブ (ソフトバレーボールのルールと同様)

サーブをネットより上の位置でレシーブした場合1回での返球はできない。

※サーブをブロックしたことと同じ扱いとする。

※1回で返球しなければ、レシーブ位置は自由。

⑧ サイドライン

ネット上部から来たボールについて、そのコートの四方のラインはすべてサイドラインと同様の扱いとする。※ネット上部を通過後にネット下部を通過した場合(誰も触れていない)はサイドアウトとなる。

9 センターライン

ネットの下のラインは常時センターラインを兼ねる。 ※ラインの踏み越しは、反則とする。(パッシング・ザ・センターライン)

⑩ ネット下部を通過後にプレーヤーに触れた場合

ネット下部通過後に相手のプレーヤーの体に触れた場合は、通過させたプレーヤーの チームがアウト(サイドアウトと同じ扱い)とする。

※通過先のプレーヤーは、通過してきそうなボールに積極的にあたりに行っても差し支えないが、相手コートに入ってはいけない。この場合に限り、ラインを踏んだ場合は自分たちの失点となる(パッシング・ザ・センターラインの取扱いと異なる)

⑪ ボールがネットに触れた場合(サーブ時除く)

ボールがネットに触れても最終接触者は変わらない。

≪上記以外のルールはソフトバレーボールのルールに準ずる≫

3-2 試合の流れ

≪試合前≫

- ①主審副審でネット等のチェックをおこなう。
- ②主審は4チームのキャプテンをコートのセンターへ集めてトス(ジャンケン)でサービス 権かコートを選ぶ。
- ③主審は公式ウォームアップ開始を吹笛する。(公式ウォームアップは合同3分以内とする。) 副審は、公式ウォームアップの終了を吹笛する。
- ④主審は、各チームのプレーヤー全員をチームベンチ前のサイドライン上に導く 4チームが整列したら、挨拶(握手)を交わすよう吹笛する。
- ⑤主審は、吹笛でプレーヤーをコート内に導く。副審、得点員の位置を確認し、サービス許可の吹笛する。

≪試合中≫

セット間

- ①セット終了後、各チームのキャプテンを集めトス(ジャンケン)を行い、サービス権とコートを決める。
- ②副審は、2分経過後、各チームをコートにいれるよう吹笛する。

≪試合終了後≫

- ①主審は、各チームのプレーヤー全員をチームベンチ前のサイドライン上に整列させる。
- ②主審は、審判台を降り、吹笛で各チームに挨拶(握手)をさせる。

カローリング

≪ルール・審判マニュアル≫



平成30年10月制定

柏崎市スポーツ推進委員協議会

カローリングとは

ジェットローラーと呼ばれる車輪のついた円盤を、ポイントゾーン(中心程高得点)に向かって投げて得点を競うスポーツです。

1. コート・用具

1-1 用具

- ① ジェットローラ: 橙、青、緑、黄、黒、赤の6個
- ② コート: 3.0m×13.0m(下図参照)
- ③ ライン幅:40~50mm
- ④ ポイントゾーン: 赤色(中心の直径30cm) 3点

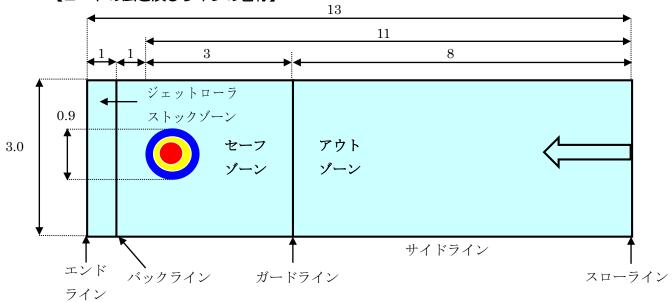
黄色(中間の直径 60 cm) 2点

青色(外周の直径90cm) 1点

⑤ その他:鉛筆、巻き尺、コンベックス

1-2 コート説明

【コートの広さ及びラインの名称】



2. 試合前準備

【チーム編成】

- ① 1 チーム 3 名で構成する。
- ② 3人対3人でプレーする。
- ③ 男女構成及び年齢は自由とする。

【先攻後攻の選択権】

試合開始前の主将によるジャンケンで決める。各イニングにおいて、勝ちチームは次のイニングで先攻になる。引き分けの場合は先攻の順序は前のイニングと同じ。

3. 競技方法

3-1 競技説明

- ① 1試合5イング制。
- ② 各イニングにおいて、先攻チームは橙・緑・黒の順序でジェットローラを投球し、後 攻チームは青・黄・赤の順序でジェットローラを相手チームの競技者と交互に1個ず つ投球する。
- ③ 両チームのジェットローラを全部(6個)投球して1イニングを終了し、得点の計算はすべて両チームの副主将が確認してスコアカードに記入する。
- ④ 各チームの投球打順は試合の途中で変えてはならない。

3-2 試合の流れ

- ① まず床面に片膝または両膝をつき、ジェットローラのハンドル上部(角度15度)に手のひらを軽く当て(ハンドルを強く握らない)2、3回前後に軽く滑らせ目標に向けて押し出すように投球する。
- ② 足がスローラインにのったり、越えたりした場合はアウト。
- ③ 立ったり走りながらの投球及び中腰姿勢の投球はすべてアウト。
- ④ 投球時にスローラインを超えて前方に手をついて投球した場合はアウト。
- ⑤ 投球後にスローラインを超えて床面に手をついた場合はセーフ。 投球したジェットローラが、ガードライン、サイドライン、バックラインのライン上及びラインの接触点上において、停止、または接触している場合は、すべてアウトになり味方チームによりジェットローラをただちに除去し、ジェットローラストックゾーンに置く。

3-3 得点の数え方

- ① ポイントゾーンの中心点に最も近い位置にジェットローラを停止させた チームが 勝ちとなる。負けチームのジェットローラがポイントゾーン上に何個存在しても、 得点はすべてO点になる。
- ② この勝ちチームの最も中心点に近いジェットローラに順次、連続した位置にある勝ちチームのジェットローラが1個存在し、次に相手チームのジェットローラが中心点から2番目にあり、次に勝ちチームのジェットローラが3番目に近接している場合は、2番目の相手チームのジェットローラが3番目の勝ちチームのジェットローラを遮断している為、中心点に最も近い勝ちチームの1個のジェットローラのみが得点となる。要するに中心点に最も近い勝ちチームのジェットローラに連続して味方チームのジェットローラが2個目、3個目と存在している場合、すべて得点の対象になる。
- ③ 両チームのジェットローラが、いずれもポイントゾーンに無い場合は引き分けで、 両チームの得点はO点となり、次のイニングへすすむ。先攻の順序は前のイニング と同じ。

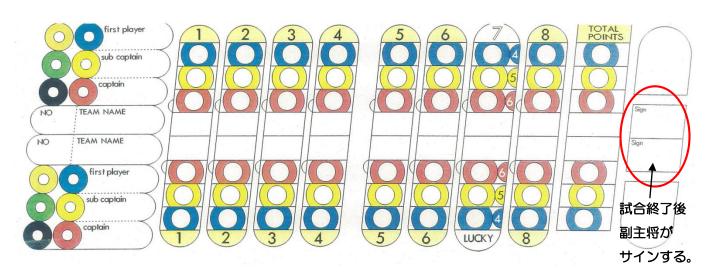
- ④ 両チームの副主将は、ポイントゾーン上でどちらのジェットローラが中心に近いかを真上からみて判断します。それでも判断がつかないときは、審判員を呼び、メジャーにて計測します。計測した数値が同じの場合は、先攻チームが勝ちとなりジェットローラが停止したゾーンの得点を与える。
- ⑤ 5イニング合計点数の多い方が勝ちとなる。両チームの合計得点が同点の場合、スコアカードの赤枠内の合計得点の高得点チームが勝ちとなる。赤枠内の合計得点が同点の場合は、順次、黄枠、青枠の合計得点の高得点チームが勝ちとなる。前期の合計得点がすべて同点の場合、5イニングの得点チームが勝ちとなります。5イニング目の両チームの得点が〇点の場合は、4イニング目(順次3~1イニング)の得点チームが勝ちとなる。

4. 反則

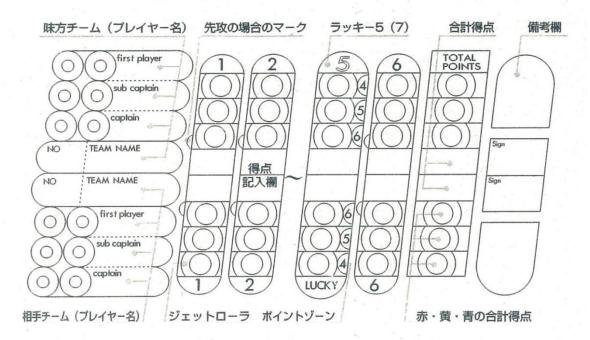
以下の反則に該当した場合、相手チームはサービス権及び1得点を得る。

- ① 投球時、足がスローラインにのったり超えていたりした場合
- ② 立ったり、走りながらの投球・中腰姿勢の投球
- ③ 投球時スローラインを越えて前方に手をついての投球(投球後に手をついた場合はセーフ)

5. 補足 【スコアの記入方法】



CU「OLLING マスター・メイツ競技兼用



★スコアカードの記入方法★

- ●このスコアカードは、カローリングのジェットローラを模式図化したものです。
- ●このカードは、マスター競技、メイツ競技のいずれの場合でもご使用できます。
- ●1試合6イニング制及び8イニング制が両面に夫々カラー印刷してあります。
- ●上段に味方チーム名と各プレイヤー、下段に相手チーム名を記入します。
- ●各イニングの先攻チームには半円形(())の中にマークしてください。→ (
- ●各イニングに於ける両チームの得点を中央帯の空白部に記入します。 負チームはいずれの場合でも得点は 0 点です。
- ●各イニングに於て勝チームの赤、黄、青のジェットローラが得点となった場合、別枠のジェットローラの赤、黄、青の空白部に該当する得点を記入します。(例えば赤色のジェットローラが黄色2点のポイントゾーン上にある場合は、赤枠内に2と記入し、黄色のジェットローラが青色1点のポイントゾーン上にある場合は、黄枠内に1と記入します。
- ●6イニング制はラッキー5、8イニング制はラッキー7にボーナス得点を適用し、ポイントゾーンの赤色を通常の2倍の6点、黄色を2.5倍の5点、青色を4倍の4点に規定し、勝チームの得点となった赤、黄、青のジェットローラが同色のポイントゾーンに停止している場合に限りボーナス得点として計算されます。ボーナス得点が適用されない場合は通常の得点計算をします。
- ●競技が終了し両チームの合計得点が同点の場合は、赤枠内の合計得点の高得点チームが勝ちとなります。赤枠内の合計得点が同点の場合は、順次、黄枠、青枠の合計得点の高得点の高得点チームが勝ちとなります。

~審判の方法~

1. 審判員の役割

【主審】

- ① 投球時の反則の監視。
- ② ポイントゾーン上のどちらのジェットローラが中心に近いか目視で判断できない場合の計測→ポイントゾーンの中心点からジェットローラの外側までの距離
- ③ 投球順については、都度コールする。

【得点係】

- ① 主審を確認して、得点を表示する。
- ② 主審とのアイコンタクトを行う。

2. 審判上の注意

- ① 選手の整列、挨拶、握手、ジャンケンは送球ゾーン内で行うこと。
- ② 送球の指示は腕を水平にあげて両チームに分かりやすく行うこと。
- ③ 距離の判定以外は、コートの外に立ち送球等を指示すること。
- ④ アウトフロッカーの処理について、事前に両チームに協力を依頼すること。
- ⑤ 審判が一人の場合、事前に距離の測定時には両チームキャプテンに協力してもらう旨 を依頼すること。
- ⑥ フロッカー送球時はグリップを握ることが基本だが、子供や高齢者など安定した送球ができない場合、フロッカー本体に触れて送球することを認めること。

キンボールスポーツ

≪ルール・審判マニュアル≫



平成30年10月制定

柏崎市スポーツ推進委員協議会

キンボールとは

柔らかい大きなボール(キンボール)を使って、室内のコートで3チーム同時に競うスポーツです。 攻撃するチームは、レシーブする相手チームを指定します。

1. コート・用具

1-1 用具

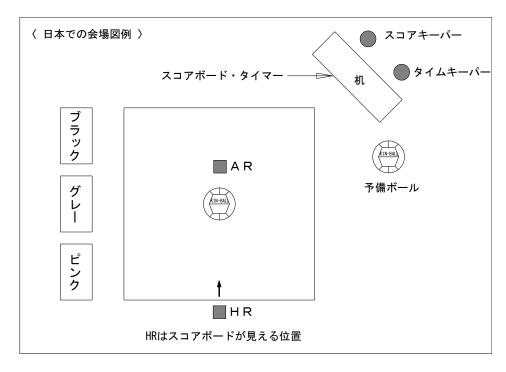
- ① 各コートには直径 1.2m の公認ボールを 2 個常備する。
- ② ピンクまたはブルー、グレー、ブラックの3色のゼッケン。
- ③ スコアボード(観客やプレーヤーが常に見える位置におかなければならない。)
- ④ 空気入れ
- ⑤ スコアシート (スコアキーパが試合前、試合中、試合後記入する。)
- ⑥タイマー時計(観客やプレーヤーが常に見える位置におかなければならない。)
- (7) 試合やピリオドの開始と終了を知らせる音の鳴る機器。(タイマーに内臓されているブザーでよい。)
- ⑧ 3 色を示すことのできるサイコロ。(ヒットチームを決めるためのもので、なければジャンケン。)
- ⑨ラインテープ
- ⑩長机と椅子
- ① ドラムコード
- ⑫審判用ベスト、アームバンド、ホイッスル(個人)

1-2 コート説明

壁や床、天井やその他体育館に予め設置されているものをコートの境界線とする。コートのサイズは体育館の大きさにより変更してもよいが、最大で20m×20mを越えてはならない。

【会場イメージ図】

いずれのチームのベンチも、スコアボードとタイマーが見える位置に設置しなければならない。



2. 試合前準備

【チーム編成】

各チームは、最小4名、最大8名のプレーヤーとコーチで構成される。各チームはコート内に 常時4名いなければならない。

3. 競技方法 (試合の流れ)

- ① ピンク、グレー、ブラックにチームわけをし、ゼッケンを着用する。
- ② 各チームのキャプテンが、サイコロをふるかジャンケンをしてヒット権を決める。
- ③ ヒットするチーム以外は守備につき、コート中央で(ゲーム開始時・ピリオド開始時のみ) ヒットチームの3名がボールを支え、残り1名がレフリーの合図によりヒットする。
- ④ ヒットはヒットチームの 1 人が「オムニキン」と言い、続いて「レシーブチームの色」をヒット前に大きな声でコールしてからヒットする。(「オムニキン」は必ずしもヒッターが言う必要はない。) 足を使ったヒットは認めない。
 - コールについては「オムニキン」と「レシーブチームの色」を2人のプレーヤーで別々にコール してもかまわないが、それぞれの言葉は必ず1人のプレーヤーがコールしなければならない。
- ⑤ ヒットしたボールは、指定された色のチームが床に落ちる前にレシーブ(全身使用可)する。
- ⑥ レシーブしたチームはコート内でセットし④を繰り返す。
- ⑦ ヒット・レシーブに失敗(反則)すると、失敗したチーム以外の2チームに1点が加算される。
- ⑧ 失敗(反則)があった場合のプレー再開は、その状況が起こった地点から約2.4mの範囲内で、 ヒットして再開する。
- ⑨ ゲームが時間制の場合、タイムキーパーの終了の合図があったときボールが空中にあった場合 (コールされたチームが1度もボールに触れてない場合)、プレーは無効となる。

4. 反則

<ヒット時>

• コンタクトミス:

ヒットの瞬間、味方のプレーヤー全員がボールに触れていなかった場合。 ヒットの後に、ボールが味方の1人プレーヤーに当り、ボールの軌道が変わった場合。

・コールミス:

正しくコールしなかった場合。

(オムキンの言葉の後は、1つの公式の色しかコールできない。)

ショートヒット(短いヒット):

ヒットしたボールがボールの直径の 1.5 倍(1.8m)以上飛ばなかった場合。

ダウンワードヒット(下向きのヒット):

ヒットしたボールが床と水平以上の角度で(1m以上)飛び出さなかった場合。

アウトサイド:

ヒットしたボールが直接コート外に落ちた場合。

トゥワイス(連続ヒット):

1人のプレーヤーが2回続けてヒットした場合。

イリーガルトラベリング:

ヒットチームがヒットインのホイッスルの後にボールを動かす場合、ヒットイン・ポイントからボールの直径の2倍(2.4m)以内の範囲内でしか動かすことができない。

この距離以上にボールを動かした場合。

攻撃チームの 1 人または 2 人でボールの移動が行われる場合、そのボールの移動が始まったときにボールから 1.8m より離れた場所にいる守備チームのプレーヤーが、移動をしているボールや攻撃チームのプレーヤーに触れた場合。

・ イリーガルオフェンス

試合進行を妨げる行為を行った場合。

- a)ボールを身体の腰より下の部分を使ってヒットしたり、押し出したりした場合。
- b) 攻撃側のプレーヤーが、守備チームのプレーヤーの動きを遅くさせたり、ブロックした り、そのプレーヤーに触れたりするために、自分のボディー・アクシスを外れて動いた場 合。
- c)攻撃チームのプレーヤーが、ボールから 1.8m 以内の場所にいる守備チームのプレーヤーに反則を与える目的で、このプレーヤーの後ろにつくように最後に走る方向を変えた場合。
- d)ヒッターが、ボールをヒットする時使う腕と違う腕で守備チームと接触した場合。
- e) 攻撃側のプレーヤーがボールに触れたまま別のチームにヒットし、その最初の軌道が 下向きだった場合。

くレシーブ時>

• レシーブミス:

ボールが床につく前にレシーブできなかった場合。

• アウトサイド:

レシーブしたボールがコート外に落ちた場合。またはレシーブ時、両足がコート外にある場合。

- タイムオーバー(10 秒ルール違反):
 - 1番目のプレーヤーがレシーブのためにボールに触れてから、10秒以内にヒットしなかった場合。
- タイムオーバー(5 砂ルール違反):レフリーのホイッスル後 5 砂以内にヒットしなかった場合。
- ・ウオーキング(レクリエーションレベルでは摘要外):3番目のプレーヤーがボールに触れたらその時点でボールに触れているプレーヤーとその後にボールに触れたプレーヤーは軸足を動かしてはならず、そのことに違反した場合。
- トラッピング:

ボールを両腕等で抱え込んで保持した場合。

- ・イリーガルキャッチ(違反キャッチ):ボールのナイロンカバーや空気挿入口等を掴んだ場合。
- イリーガルディフェンス
 - a) ヒットの時、ボールから 1.8m 以内の場所に守備チームのプレーヤーが 2 人以上いた場合。
 - b)ボールから 1.8m 以内の場所にいる守備チームのプレーヤーが、ヒッターの初期動作をブロックしたり、変えさせたり、遅らせたりした場合。
 - c)ヒットの瞬間に、ボールから 1.8m 以内の場所にいる、コールされていないチームプレヤーが最初にボールに触れ、それによってボールが床に落ちる前に軌道が変わった場合。d)攻撃チームがパスをするとき、ボールから 1.8m 以内にいる守備チームのプレーヤーが

パスをブロックしたり、遅らせたり、その方向を変えさせたりした場合。

- e)攻撃チームが 1 人又は 2 人でボールを移動するとき、ボールの移動が始まった時にボールから 1.8m 以内の場所にいた守備のチームのプレーヤーが、ボールの移動やそのコースを、ブロックしたり、軌道を変えさせたり、遅らせたりした場合。
- f)ボールから 1.8m 以内にいる守備チームのプレーヤーが、ボールをとろうとして走って くる攻撃チームのプレーヤーの軌道をブロックしたり、変えさせたり、その速度を遅ら せたりした場合。
- g) ヒットが行われる前に、ボールから 1.8m 以内にいる守備チームのプレーヤーがボール に触り、動かした場合。
- h)ヒットの瞬間、守備チームのプレーヤがボールに触れた場合。
- i) 守備チームのプレーヤーが攻撃チームのプレーヤーの身体の中心軸となるところを尊重せず、 接触した場合。
- j)ヒット時にボールから 1.8m 以内の場所にいるコールされていないチームのプレーヤーが、コールされた守備チームのプレーヤーに接触し、その動きをブロックしたり、変えさせたり、遅らせたりした場合。

く共通>

- トゥメニュー コート内に5人以上プレーヤーがいる場合。
- マイナー警告
 - a)スポーツマンらしくないふるまい。
 - b)2人のプレーヤー間で起こる故意の妨害。
 - e)プレーヤーとボールの間で起こる故意の妨害 (コールされてないのにボールにふれ試合の進行をおくらせる。)
- メジャー警告
 - a) プレーヤーやヘッドコーチ、アシスタントコーチ、列席者からプレーヤーやレフリーに 向けられる下品なサインや言葉はどんな類の物でもメジャー警告につながる。
 - d)誰かを傷つけるために故意に行われる行動や言葉
 - c)傷つける意図をもってボールをヒットした場合。
 - ※マイナー警告とメジャー警告は公式戦では得点の減点対象となるが、レクリエーションレベルでは口頭注意としてもよい。

グラウンド・ゴルフ

≪ルール・審判マニュアル≫



平成30年10月制定

柏崎市スポーツ推進委員協議会

グラウンド・ゴルフとは

専用の木製(又は樹脂製)のクラブでボールを打ち、ホールポスト(支柱)に入れるまでの打数を競うスポーツ。

1. コート・用具

1-1 用具

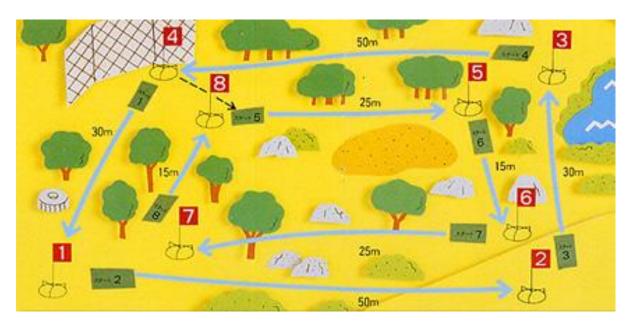
- スティック:木製又は樹脂製。50cm~100cm。
- ② ヘッド: 横幅 14cm~16cm、縦幅 7cm~8cm、厚み 4cm~4.5cm。
- ③ ボール: 木製または樹脂製。重さ75g~95g、直径6cm。
- ④ ホールポスト:金属でできた3本の脚で均等に支えられているもの。
- ⑤ ポール:上円から 50cm 以上 150cm。ナンバーが表示された旗を取り付ける。
- ⑥ スタートマット:65cm×30cm、厚さ15mm以内のゴム製。

ティーの高さ:マット面から 15mm 以内。 マットにはホールナンバーが表示されていること。

1-2 コート

【コース設定】

・8ホールの場合、15m、25m、30m、50mの各コースを2つ設ける。



2. 試合前準備

- ① 8 ホール、16 ホール、24 ホール、32 ホールのいずれかを大会規模に合わせて準備する。
- ② 1 ホールにホールポスト、スタートマット、表示坂を各 1 個ずつ用意する。

【コース設定における注意点】

- ③ ホールのコースは他のホールのコースと干渉しないようにする。(打った球が他のホールのコース内に入らないようにする。)
- ④ ホールポストから次のスタート位置を決める際には、この間が狭くなると競技が干渉してしまう。これを避けるため、スタート位置の半径 10m 以内には、他ホールのスタート位置や他ホールのホールポストを設置しないように配慮する。
- ⑤ 8番ホール終了したら、1番ホールへつながるように配慮する。(1番のスタートと、8番のホールポスト位置は遠くならないようにする。)16ホールのコースであれば、8番のホールポストと9番のスタート位置はつながるようにし、16番のホールポストと1番のスタート位置はつながるように配慮する。
- ⑥ スタート番号表示板は、ホールポストの位置から見て次に進むホールがどこかわかるように、向きを調整して設置する。(スタート番号表示板は、ただ置けば良いというものではない。)
- ⑦ 各ホールには、ホールの長さが分かるように、スタート番号表示板に長さを表示する。
- ⑧ ホールポストは、三か所をペグで固定する。





- ③ スタートマットの設置は、以下の通り設置する。
- ⑩ スタート位置は、スタートライン(白の PP ロープ、約 50cm)を固定設置します。 そのスタートライン上にスタートマットを固定せずに置きます。 置き方は、スタートマット上のボールの中心が、スタートライン上になるようにスタートマットを置きます。

【チーム編成】

- ① 1 チーム 3~5 名とする。
- ② チーム内で1名、主将(チームキャプテン)を選出する。
- ③ 男女構成及び年齢は自由とする。

3. 競技方法

3-1 競技説明

- ① ゲームは、所定のボールをきめられた打順にしたがってスタートマットから打ち始め、ホールポスト内に静止した状態「トマリ」までの打数を数えるものである。
- ② クラブ、ボール、ホールポスト、スタートマットは定められたものを使用しなければならない。
- ③ プレーヤーは、ゲーム中いかなる打球練習も行ってはならない。本条の反則は1打

付加する。

- ④ プレーヤーは、打つとき足場を板などで作ったり、人に支えてもらったりするなど、物的・人的な援助やアドバイス、あるいは風雨からの防護を求めたり、受けたりしてプレーしてはならない。本条の反則は1打付加する。
- ⑤ プレーヤーは、打ったボールが長い草や木のしげみなどの中に入ったとき、ボールの所在と自己のボールであることを確かめる限度においてのみ、これらのものにふれることができる。草を刈ったり、木の枝を折ったりしてプレーしてはならない。本条の反則は1打付加する。
- ⑥ プレーヤーは、ボールを打つときはクラブのヘッドで正しく打ち、押し出したりかき寄せたりしない。本条の反則は1打付加する。ただし、から振りの場合は打数に数えない。
- ⑦ プレーヤーは、打ったボールが紛失したり、コース外に出たときは1打付加し、ホールポストに近寄らないで、プレー可能な箇所にボールを置き、次の打を行わなければならない。
- ⑧ プレーヤーは、プレーの妨げになるボールを、一時的に取り除くことを要求することができる。取り除くのは、ボールの持ち主であり、その際ホールポストに対して、ボールの後方にマークをして取り除かなければならない。
- ⑨ プレーヤーは、打ったボールが他のプレーヤーのボールに当たったときは、そのままボールの止まった位置からプレーを続ける。当てられたプレーヤーはもとの位置にボールをもどさなければならない。
- ⑩ プレーヤーは、打ったボールが動いている間は、ボールを打ってはならない。風によってボールが動いたときは、静止した場所からプレーをし、動いてホールポストに入った場合はトマリとする。
- ① プレーヤーは、打ったボールが1打目でトマリになったとき(ホールインワン)は、合計打数から1回につき3打差し引いて計算する。
- ① ゲーム中の判定はプレーヤー自身が行う。ただし、判定が困難な場合は同伴プレーヤーの同意を求める。
- (13) その他ローカルルールを設定することも出来る。

3-2 試合の流れ

- (1) 開会式終了後、選手をそれぞれのスタートホールへ移動させる。
- ② 選手がスタートホールへ移動完了したことを確認したら、競技開始する。
- ③ 打順は、ローテーション方式として、ホールが変わるごとに最初に打つ人が一つずつ繰り上がる。(次のホールでは、2番目に打った人が最初に打ち、その次のホールでは3番目の人が最初に打つことになる。打つ順番は最初から変わらない。) 競技が終了するまで、最初に打つ人を、このようにローテーションを繰り返す。
- ④ スコアカードの記入は、その組の選手が記入する。その際、自己のスコアは、他者が確認して記入する。(自分で自分のスコアを記録しない。)

- ⑤ ホールポストに打球が近づき、ホールポストとの端からの距離がクラブヘッド以内の場合には、そのままお先にプレーをする。(ボールをマークして拾い上げることを禁止する。)
- ⑥ プレーヤーは、自分のプレーが終わったら、すみやかに次のプレーヤーの妨げにならない場所に移動する。
- ⑦ プレーヤーは、同伴のプレーヤーが打つときには、話したり、ボールやホールポストの近くやうしろに立たない。また、自分たちの前を行く組が終了するまで、ボールを打たない。
- ⑧ マーカー使用の際には、ホールポストに対して、ボールの後方にマーカーを置く。 マーカーを置いた後に、ボールを拾い上げる。ボールを置く際には、ホールポスト に対して、マーカーの前方にボールを戻すこと。

3-3 競技場の注意事項

- ① 打順は、ホール終了後にローテーションして、最初に打つ人を変えるように指示する。(ローテーションとは、次項「競技の実施」の③に記載)
- ② OB ラインがあるかないか、ある場合は、その旨説明する。
- ③ ボールを打てない状況が発生した場合の処置を説明する。すなわち、ボールが打てない場合には、1 打付加して、ホールに近づかない範囲ワンクラブ以内にボールを置き打つようにする。



- ④ 空振りは打数に数えない。
- ⑤ 6 打でとまりにならなかった場合は、その時点でプレーをやめてスコアを 7 と記載する。(参考:日本グラウンド・ゴルフ協会のルールにはありません。)
- ⑥ ホールインワン賞の対象があれば、その旨説明する。
- ⑦ 競技開始の合図について説明する。コース責任者が各ホールに選手がそろったこと を確認して、コース責任者の合図で競技を開始する。
- 窓 スコアカードの記録、確認、提出について説明する。スコアカードの記録の仕方は

以下の通り。

- (1) 氏名、性別、所属、年齢等を記入する。
- (2) 各ホールでの打数を記録する。
- (3) 8 ホール終了後の打数を合計して計の欄に記入する。
- ⑨ 4ラウンド終了後に、1打から7打の数をカウントして打数の集計を行う。
- ⑩ その後、ホールインワンの場合の打数を差し引く調整を行い、総合打数を記入する。
- ⑪ 競技中に体調不良が発生した場合、競技をやめて休養し、本部に届けることを伝える。
- ② 会場内は禁煙であることを伝える。
- 13 ゴミは持ち帰るように促す。
- (4) 説明終了後に、質問を受け付けること。
- ⑤ 必要に応じ、次項「競技の実施」の内容を説明する。
- (i) ホールナンバープレートには、そのホールの長さの表示がしてあるので、参考にする。

3-4 競技結果

- ① 競技終了後、提出されたスコアカードを整理し、成績集計を行い、優勝者、準優勝者、第3位の確認を行う。
- ② 閉会式を行い、成績発表を行う。
- ③ 表彰状があれば、成績発表に合わせ、競技委員長が授与する。
- ④ 最後に審判長が講評を行う。

4. 補足4-1 スコア表

		グループ # ABCD		組			氏名		所属:		合計	丁数	調整(-	-)H×3	総合打製	
4	113			_	1	女	-		年齢:		- 01	Acres 104	PERSONAL PROPERTY.	AL		
1	イボーン指慮労員国際記	不-	-JLNo.		-	_	-			-	計		回数	計	ME AA	
-		1R	打数		-		-		-			1打	-		順位	
- 2	100		3601		-	_						2打	-	-		
- 1	(P)	2R	打数									3打				
á	iii.		累計									4打			サイン	
- 3	7	an	打数									5打				
	1										10	6打				
3	6	40	打数	2.0								7打				
P	<											合計				
		H	レープ	組	打順	男	氏名		所属:		合計	丁数	調整(-	-)H×3	総合打製	
ł	K	AI	BCD		2	女			年齢:							
Ę	K	木-	-JLNo.						S SIELL		計	打数	回数	計		
Ş	딡		打数									1打		a reservi	順位	
4	口尼斯	IR	累計			777						2†T				
1	账		十十十十									3 † T	THE STREET			
		2R	68 84			-	1	100	1111	1//	h-h	4‡T	110		サイン	
7	_		打数	-		-						5 † T				
	順	3R	累計									6打		79.3	1	
_	В	-	SAG DI									7打			1	
А	Р	4R	打数累計	0							13.2	合計	32	7		
グ	15	R	レーブ	組	打順	B	氏名		所属:	-	승화:	丁数	題琴(-	-)H×3	総合打数	
ル	ル	1	3 C D	792	3	女			年齢:	-	- BB13	1 304			10 El 11 W	
ĩ	ľĭ	de.	II Ma		-						81	±T#b	回数	81		
ナ	ラ	11	打数	_		-	-	-	-	-	- BI	1打	ELISA	- BI	順位	
-	-	1R	1130X			-		-	-	-		2†T			MPG PAT	
赤	青		Metri	_			-			-	-			-		
1	ij.		打數						-	-		3打		_	11. 75	
青	-		累計						_	-	_	4打			サイン	
1	#	3R	打数						-			5打	-			
休	体	-	累計						-		_	6打		-		
息	息	4R	打数						-			7打				
1	1				1		1.00		190 90		I A STA	81	32	VIII - 0	L All A Jan B	
黄	緑	21	レープ	組	打順	23	氏名		所属:	-	合計	1900	制金(-	-)H×3	総合打製	
#	1		BCD		4	女			年齢:			1 1				
緑	黄	亦-	-ルNo.								計		回數	計		
C	D	1R	打数									1打			順位	
												2打				
グ	グ	28	打数									3打				
ル	ル		作品									4打		-	サイン	
1	1	20	打数									5打				
プ	プ	ore	打数 累計									6打				
-	477	4D	打奴									7打				
黄↓	緑											合計	32			
	⇒黄	グリ	レーブ	組	打順	男	氏名		所属:		合計技	丁数	調整(-	-)H×3	総合打製	
都	JI.	AE	CD		5	女			年齡:							
	休	ホ-	-JLNa								81	打数	回数	計		
息息	作息		打数								-	1打			順位	
TO.	小									- 1	1	2打			1	
赤	青		打数							-		3 † T				
A.	1									-	1	4‡T			サイン	
	赤	\vdash	打数	20010					+	-		5打			- 1-	
-		3R	累計				-		_	-	1	6打				
	1	\vdash	打数			_			_	_		7打	-	-		
		4R	累計	-	-			-	-	-		/#J 合計	32	-		





① ホールインワンは①と記入する。

- ② 4ラウンド終了後、各打数の回数を集計し、合計を出す。(各打数の合計が32になることを確認する。)
- ③ ②で集計した打数を合計欄に記入する。
- ④ ホールインワンによる得点の調整(4回×-3)を調整欄に記入する。
- ⑤ 総合打数欄には、合計打数から調整値を引いた値を記入する。

スポーツ吹矢

≪ルール・審判マニュアル≫



平成30年10月制定

柏崎市スポーツ推進委員協議会

スポーツ吹矢とは

ビニールフィルム製の矢を吹いて、的の得点を競うスポーツ。

年齢、体格、性別による個人差が少ないのが特徴。

【スポーツ吹矢 柏崎ローカルルール】

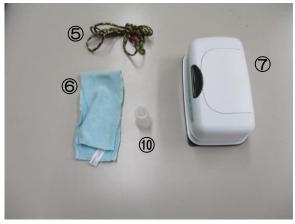
1. コート・用具

1-1 用具

- ① 筒:長さ80~120cm、内径13mm(一社/日本スポーツ吹矢協会)
- ② 矢:長さ20cm (先端金属製、胴ビニールフィルム製)
- ③ 的(台):330mm×330mm。発砲ポリエチレン
- ④ 的 (シール): 円心から、3cm・6cm・9cm・12cmの同心円。
- ⑤ その他:的台、マウスピース、筒立、矢抜き、矢入れ、筒クリーナー、メジャー。









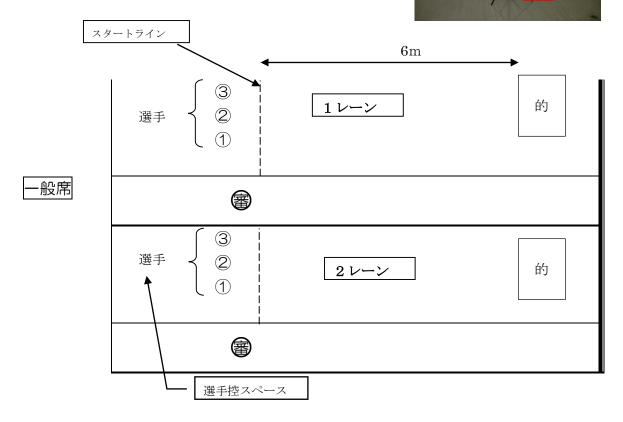
- ① 矢抜き
- ② 矢入れ (矢8本)
- ③ 的
- ④ 三脚台
- ⑤ 筒クリーナー
- ⑥ 紐(筒クリーナー用)

- ⑦ 除菌シート(マウスピース等)
- ⑧ マウスピース
- 9 矢立て
- 10 筒

1-2 コート説明

【会場図】

- ① 的までの距離は6mとする。(※小学生の場合、5mとする場合もある。) 設置する高さは、黒点の中心を床上160cmとする。(※小学生の場合 130cm とする場合もある。)「的ベースは一辺33cmとする。」
- ② 距離の異なるレーンを設置する場合は、短いレーンが 長いレーンの視野に入らないようにする。







2. 試合前準備

【チーム編成】

- ① 団体戦は1チーム3人で編成。(監督は選手を兼ねることが出来ます。)
- ② 男女構成及び年齢は自由とする。

3. 競技方法

3-1 競技説明

- ① 的は半径3cm、6cm、9cm、12cmの同心円で内側から7点、5点、3点、1点とする。
- ② 同心円の線に触れた矢は高得点の方を採点する。
- ③ 1ラウンドにつき5本の矢を吹き、3ラウンドを1ゲームとする。

3-2 試合の流れ

- ① 予選は、各グループに分かれて1試合3ラウンドを行う。その後各グループの1・2位のチームが1試合3ラウンドの優勝決定戦を行う。
- ② 1ラウンドは、審判長の「はじめ」の合図で開始し、3分間で5本の矢を吹いて終了する。一番遅い競技者が終了したのを、審判長は確認して「おわり」の合図。5本の矢を吹き終えた者は、その場に待機する。
- ③ 立順1→2→3の順番で3人が行い、これを3ラウンド繰り返す。
- ④ 的及び的ベース(33cm四方部分)に当たって撥ね返った矢は「撥ね矢」とする。 「撥ね矢」を審判員が認めたときは、改めて吹き直すことができる。
- ⑤ 立順はチームで決定する。試合途中で変えることはできない。

3-3 判定•採点

- ① 1ラウンド終了後、審判員と競技者が一緒に的に行き、審判員が採点・記録をして選手が確認する。
- ② 採点・記録をしている間に、次の競技者は、準備する。
- ③ 競技者は、審判員の判定が終わるまで矢に触れてはならない。
- ④ 得点圏の境目に在る矢は、高得点側で採点する。(タッチしていれば可)
- ⑤ ダブル又はそれ以上重なった矢は、母矢の得点をなぞる。
- ⑥ 採点が終わったら、競技者は「矢抜き」を矢に差し込んで抜く。
- ⑦ 順位は各ラウンドの得点を合計し決定する。
- ⑧ 団体戦で同点がある場合は、代表のジャンケンで吹く順番を決め、各チーム1人1本の3本勝負で勝敗を決定する。それでも決まらない場合は、各チームそれぞれ1人1本ずつ交互に吹き、勝敗を決定する。
- ⑤ 個人戦の場合は、ジャンケンで吹く順番を決め、1人1本で勝敗を決定する。

ふらば~るバレーボール

≪ルール・審判マニュアル≫



平成30年9月 制定

柏崎市スポーツ推進委員協議会

ふらば~るとは

おにぎり型の軽いボールを打ち合う、バレーボール型のスポーツ。 相手からの攻撃をワンバウンドでレシーブするため、ボールの軌道が予測できないのがふらば~るの特徴。

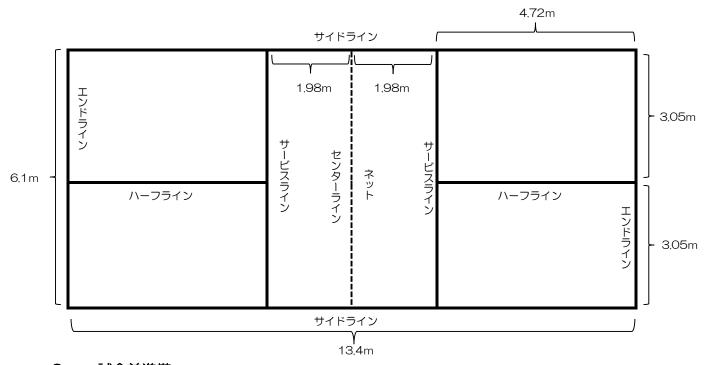
1. コート・用具

1-1 用具

- ① ボール:ふらば~る(大・直径 43cm:(財)日本レクリエーション協会)
- ② コート: 6.10m×13.40m(バドミントンダブルス用コート/下図参照)
- ③ ライン幅: 40mm とする。(ラインを引く場合ラインテープの幅は 40mm とする。) ※センターラインは必ずラインテープで表示する。
- ④ ネット:ソフトバレー用ネット、高さは 2.00m
- ⑤ アンテナ:使用しない。その他:審判台、得点盤などは適宜
- ⑥ ポール:ソフトバレー用ポール

1-2 コート説明

【コートの広さ及びラインの名称】



2. 試合前準備

【チーム編成】

- ① 1 チーム 4 名以上~8 名以下で構成する。
- ② コート内の競技者は、4名とし、4人対4人でプレーする。
- ③ チーム内で1名、主将(チームキャプテン)を選出する。
- ④ 男女構成及び年齢は自由とする。

3. 競技方法

3-1 【ルール】

- ⑤ 3セットマッチとし、2セット先取したチームを勝者とする。
- ⑥ ラリーポイント制で 15 点を先取したチームが、そのセットの勝者とする。
- ⑦ デュース(14対 14)の場合は2点先取したチームが勝者となる。(上限 17点)

※)ローカルルール

・基本は上記のとおりだが、大会の趣旨に応じて、チーム編成やゲームの進め方は変更 したり、時間制限(例:1 セット 10 分など)を設けるなどの運用改定は適宜行うこと ができることとする。

3-2 試合の流れ

- ① サービスされたボールは、ノーバウンドでレシーブして3回以内で相手コートに返す。
- ② これ以降のラリーは、相手コートから返ってきたボールは、必ずワンバウンド後にレシーブし、その後はノーバウンドで2回以内に相手チームに返す。
- ③ 途中でボールがネットに触れた場合でも、3回で返さなければならない。
- ④ からだのどの部位でボールを打ってもよい。

【作戦タイム及び選手交代】

- ① 作戦タイムは、各チーム 1 セット 1 回以内(1回30 秒以内)とする。
- ② 作戦タイムは、どちらかのチームがポイントを得てから主審がサービス開始の吹笛をするまでとする。
- ③ 作戦タイムは、監督または主将が副審に申請する。

3-3 サーブについて

【サービス権及びコートの選択権】

- ① 試合開始前の主将によるジャンケン(トス)により、サービス権かコートを選択する。
- ② 第2セットはコートチェンジし、サービス権は第1セットにサービス権を行使しなかったチームが得る。
- ③ 第3セットは再び主将のジャンケンによって、サービス権かコートを選択してスタートする。いずれかのチームが8点(15点制)を先取した時にコートチェンジを行う。

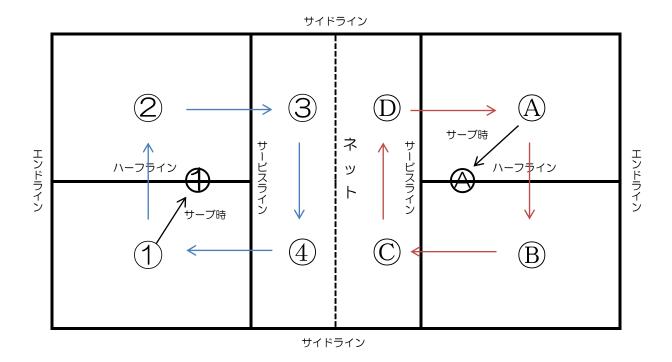
【サービス開始時の選手の位置】

- ④ サービス時、各チームの選手は前に2人(前列)、サービスラインの後ろに2人(後列)に位置し、コート内にいなければならない。(下図参照)
- ⑤ サービスが行われた後は、各選手はどこに動いても良い。
- ⑥ サービス権を得たチームは、時計回りに一つずつ移動する。(ローテーション)

⑦ 選手の位置(ポジション)はセット毎に変更ができる。

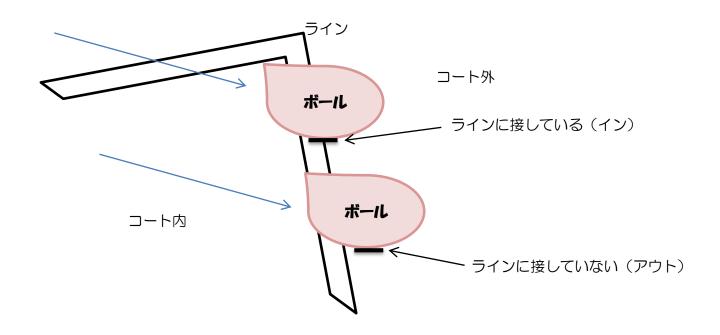
【サービス】

- 8 サービスは後列の選手(上記図の①と〇のポジション)が行う。(上記図参照)
- ⑨ サービスを試みることができるのは1回とする。
- ⑩ サービスはハーフラインを踏んで行う。(前足、後ろ足、両足は問わない)
- ⑪ サービスライン及びエンドラインを踏んではならない。
- ⑩ ハーフラインを踏んでいる足を上げてサービスをしてはならない。
- ③ サービスは片手アンダーハンドで打たなくてはならない。
- (4) サービスがネットにふれた場合は失点とする。



3-4 アウト・オブ・バウンズについて

- ④ ボールがコート外の床面、施設の壁面・天井その他設置物等に触れた場合には、最後にボールに触れたチームの失敗となる。
- ⑤ ボールの輪郭がラインに掛かった場合はインとする。(注:あくまでも接地面であり、 上から見たとき、あたかもボールがラインと接しているように見えることもあるかも しれないが、実際に接していない場合もあるので、線審は視線の高さに注意する。) (下図参照)



4. 反則

以下の反則に該当した場合、相手チームはサービス権及び1得点を得る。

- ① オーバーネット:ボールを相手コート内で触れた時、ただし、自分のコートにあるボールに触れた後、手や腕が相手コート内に出ても反則にはならない。
- ② タッチネット:プレーヤーがネットまたは支柱に触れた時、ただし、ボールがネット に触れ、このネットが相手チームの競技者に触れても、その競技者は反則ではない。
- ③ ドリブル:1人で連続してボールに触れた時。
- ④ ホールディング:ボールを持つ、または掴んだ時。
- ⑤ フットフォルト:サービス時、ハーフラインを踏んでいない、またはサービスライン 及びエンドラインを踏んだ時。またハーフラインを踏んでいた足がラインに触れた状態でない時。
- ⑥ インターフェア:相手チームのプレーヤーに触れる等、相手チームのプレーを妨害した時。
- ⑦ ポジショナルフォルト:サービス時、各選手が規定のポジションにいなかった時。
- ⑧ パッシングザセンターライン: 身体がセンターラインを越えて相手コート内に入った時。

5. 補足

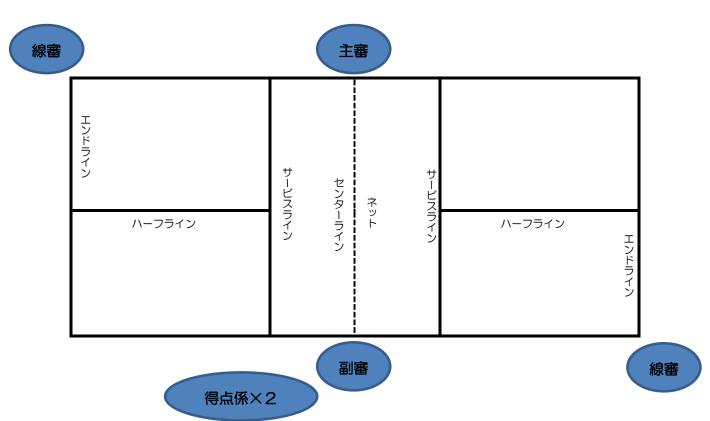
- ① ボールの破損:試合中にボールが破損した場合は、その時点でボールデッドとし、サービスからやり直す。
- ② 試合の棄権及び没収:試合の棄権及び没収となった場合には、セットカウント2:0 (ポイントはともに15:0)と記録する。なお、これはゲーム途中での棄権及び没収でも同様である。

- ③ 審判への質問:ゲーム中に規則の解釈等に関する判定についての質問は、直ちに行わなければならない。なお、質問を行うことができるのは監督及び主将に限る。
- ④ 審判への抗議:審判のジャッジは絶対とし、一切の抗議は認められない。
- ⑤ 非紳士的行為:ゲーム中、スポーツマンとしてふさわしくないプレー及び態度をとった選手に対し、主審は警告または退場を命じることができる。

~審判の方法~

1. 審判の構成及び位置(下図参照)

- ① 主審 (1人): ネットから時計で 12 時の方向に位置する。
- ② 副審(1人):ネットから時計で6時の方向に位置する。主審の対面。
- ③ 線審(2人): 互いが対角の位置になるように、エンドラインとサイドラインが交差する付近に位置する。基本位置は、主審・副審の右側。
- ④ 得点係(2人):副審側のフリーゾーンでプレーの妨げにならず、かつ、主審から得点が見えやすい場所に位置する。



2. 審判員の役割

【主審】

- ① ゲーム進行の最高責任者である。
- ② 信頼性のあるメリハリの利いた吹笛で試合をコントロールする。
- ③ タイミングの良い迅速な吹笛でスムーズな流れを作る。
- ④ 大きく明瞭なハンドシグナルで判定を表現する。
- ⑤ 試合中の安全確保には常に気を配る。(負傷者の発生、他コートからのボールの侵入)
- ⑥ 判定に迷いがあった場合は、副審・線審等を呼び寄せ意見を聞き最終決定する。
- ⑦ 副審・線審・得点係との連携、アイコンタクトを行う。

【副審】

- ① 主審による試合進行及び反則の判定を補助する。
- ② 選手のポジション及びサービスの順番を確認する。
- ③ 制限時間を設けている試合では時間計測をする。
- ④ 副審が基本的に吹笛できるケースは、以下のとおりであることを理解する。
 - ポジショナルフォルト
 - タッチネット
 - パッシングザセンターライン
- ⑤ 主審とのアイコンタクトを行う。
- ⑥ 両チームのベンチコントロール(タイムアウト、選手交代等)を行う。

【線審】

- ① 適切なポジショニングをして、最も近いエンドライン及びサイドラインの2線におけるボールイン、ボールアウトを担当する。
- ② ライン際に落ちたボールに対する正確・迅速な判定をする。
- ③ 主審に分かるように大きくフラッグシグナルを明示する。(主審の吹笛とほぼ同じタイミング)
- ④ 主審とのアイコンタクトを行う。(フラッグシグナルは、しばらくの間明示し続ける。)

【得点係】

- (1) 主審のポイント(サイドアウト)のハンドシグナルを確認して、得点を表示する。
- ② 主審とのアイコンタクトを行う。

≪判定時の主審の手順≫

- ・短めに強く吹笛をする。(プレーを止める。)
 - ↓ (速やかに)
- •「サイドアウト(ポイント)」のハンドシグナル。
 - ↓ (速やかに)
- ・ポイントの決定となった事項(ボールのイン・アウト・反則等)を示すハンドシグナル。
 - ↓ (サーバー、レシーバーの準備を確認して)
- •「サービス許可(プレーボール)」のハンドシグナルと吹笛

~プロトコール~

(試合前、セット間および終了後の手順)

(試合開始前)

チーム	主審•副審
両審判員のネット等のチェック時は、ネット	両審判員は、ネットの高さ、張り具合のチェ
を使用してウォーミングアップすることがで	ックをする。
きる。	
チームキャプテンは、コイントスを行いサー	主審は、副審を立ち会わせてトスを行う。
ビス権かコートを決める。	
両チームが一緒に公式ウォームアップを開始	主審は、公式ウォームアップ開始を吹笛する。
する。(3~6分)	線審と打ち合わせをおこなう。
	副審は、公式ウォームアップの計時を行う。
公式ウォームアップを終了する。	主審は、公式ウォームアップの終了を吹笛す
	る 。
	主審と副審を除く審判員は、それぞれの位置
	につく。
全プレーヤーは、チームキャプテンを右端に	主審は、両チームのプレーヤー全員をエンド
してエンドライン上に整列する。	ライン上に導く。
主審の吹笛の合図によりネット付近で両チー	その後、主審と副審は審判台の前で、ネット
ムのメンバーが挨拶(握手)を交わす。	を挟んで右側に主審、左側に副審が位置する。
その後、各チームのメンバーは速やかにチー	両チームが整列したら、主審は、挨拶(握手)
ムベンチに戻る。スターティングプレーヤー	を交わすよう吹笛する。
は、コート上で待機する。	

	副審は、ボールを最初のサーバーに送る。
最初のサーバーは、主審のサービス許可の吹	主審は、サービス許可の吹笛をする。
笛によりサービスを行う。	

(セット間)

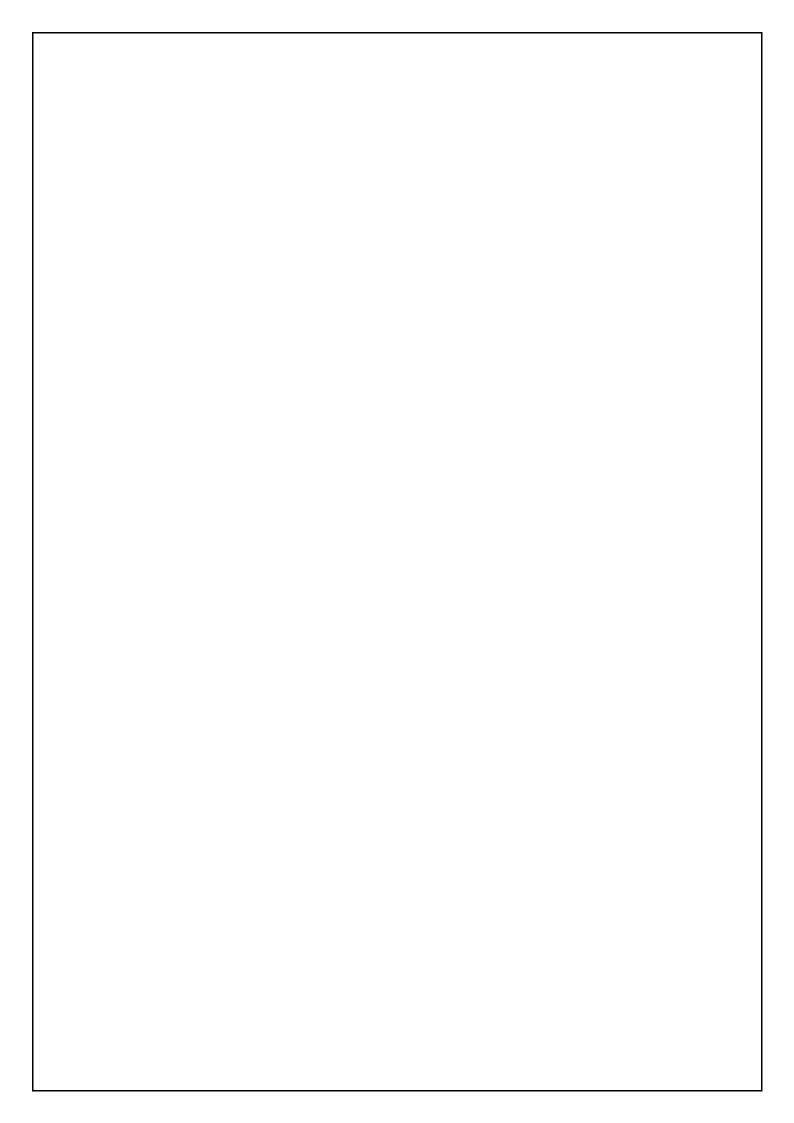
チーム	主審・副審		
セットが終了したら、コート上のプレーヤー	主審は、両チームのプレーヤーがエンドライ		
はエンドライン上に整列する。	ン上に整列したら、コートを交替するよう吹		
プレーヤーは、主審の吹笛で、向かって右側	笛とハンドシグナルで合図する。		
のサイドラインに沿って進み、支柱の外側を			
通過したら直接それぞれのベンチに戻る。			
主審の吹笛により、次のセットのスターティ			
ングプレーヤーはコートに入る。			

(第3セットのコートチェンジ)

チーム	主審・副審		
いずれかのチームが8点目を先取した時、主	主審は、8 点目の吹笛後、両チームにコート		
審の吹笛で、コート上のプレーヤーはそのま	を交替するよう吹笛とハンドシグナルで合図		
まの位置から、向かって右の支柱の外側をま	する。		
わりコートを交替する。			
主審の吹笛により、ゲームを再開する。	得点の変更、プレーヤー及びサービスプレー		
	ヤーを確認後、主審はサービス許可の吹笛を		
	する。		

(試合終了後)

チーム	主審•副審		
試合が終了したら、交代選手を含めチームの	主審は、両チームのプレーヤー全員をエンド		
全員はエンドライン上に整列し、主審の吹笛	ライン上に整列させる。		
で、ネット付近で相手チームと挨拶(握手)	主審は、審判台を降り、副審が審判台左側の		
を交わす。その際、向かって右側の支柱に向	定位置に着いたら、吹笛で両チームに挨拶(握		
かって一列で進み、主審、副審を経由して、	手)をさせる。		
ネットを挟み交差するように相手チームの一			
人一人と挨拶(握手)を交わす。			



ペタンク

≪ルール・審判マニュアル≫



平成30年10月制定

柏崎市スポーツ推進委員協議会

ペタンクとは

フランスが発祥で、ビュットと呼ばれる目標球に、定められたサークル内から金属製のボールを投げて、相手より近づけることで得点を競うスポーツ。

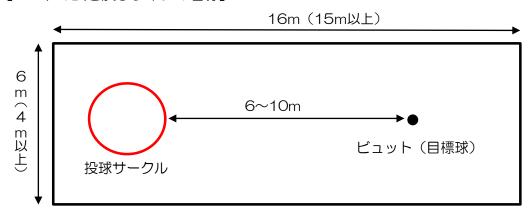
1. コート・用具

1-1 用具

- ① ボール:屋外用は金属製、屋内用はビニール製。(直径 7.05~8.cm、重さ 650~800g)
- ② ビュット:目標球。(直径 2.5~3.5cm、重さ 10g 以上 18g 以下)
- ③ サークル: 直径 35~50cm
- ④ メジャー: 2m 程度。(コート作成用は 30m 程度がよい)
- ⑤ その他:コート作成用ビニール紐、ペグ、ハンマー

1-2 コート説明

【コートの広さ及びラインの名称】



2. 試合開始前準備

【チーム編成】

- ① 1チーム1~3名で構成する。
- ② 3対3のトリプル戦は、持ち球1人2個。
- ③ 1対1、2対2のシングル戦とダブルス戦は、持ち球1人3個。

3. 競技方法

3-1 競技説明

- ① 先攻チームの人がコートの端にサークルを置き、その中からビュットを投げる。(サークルの端から 6m 以上 10m 以下の地点に投げる)
- ② ビュットの配置の位置が良いか相手チームの承認を受け、その位置に二方向にマークを入れる。※ビュットが有効範囲外やコート外に停止した場合、ミス(無効)となり、ビュット配置の権限は相手チームに移る。

- ③ ボールを投げるときはサークル内に両足を揃えて立ち、手の甲を上にしてアンダースローで投げる。
- ④ ボールは転がしても投げてもどちらでもよい。
- ⑤ 投げたボールが地面に落ちるまで、サークルを踏んだり出たり、足を地面から話した りしてはいけない。
- ⑥ 2メーヌ以降は、前のメーヌにビュットがあった場所にサークルを置いてスタートする。※既定の距離が得られない場合は、サイドラインと平行に後ろに下がった場所にサークルを置く。
- ⑦ メーヌの途中で、両チームのボールがビュットから同じ距離のときや、ビュットに接触しているときは、最後に投げたチームが連投する。
- ⑧ ボールが当たりビュットが動いた場合、新たにビュットが止まった地点が目標となる。 (再度マーキングを行う。)
- ⑨ メーヌの途中でビュットがコートの外に出たら無効となる。【無効となったときの配置】
 - ○両チームにボールが残っている場合:無効。
 - 〇一方のチームにボールが残っている場合:手持ちのボールの数が得点となる。
 - 〇両チームともボールが無い場合:無効。
- ⑩ ボールを投げるときは、相手チームのプレーヤーはサークル、ビュットから 2m 以上離れること。

3-2 試合の流れ

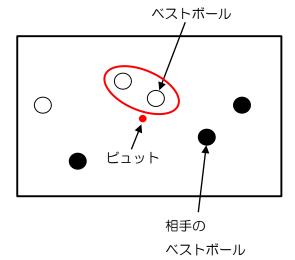
- ① ジャンケンなどで先攻チームを決めます。先攻チームは地面に直径 35~50cm 程度の円を描き、その円の中から「ビュット」(目標球)を6~10m 投げる。
- ② できるだけビュットに近づくように先攻チームから 1 投目を投げる。(両チームが 1 人ずつ交互に投球する。)
- ③ 2投目は、ビュットから遠い位置にボールのあるチームから投げる。
- ④ 2 投目以降のチームは、ボールが相手チームのボールよりビュットに近づくまで投げる。近づいた時点(または持ち球が無くなった時)で相手チームに交代となる。
- ⑤ 両チームが持ち球をすべて投げ終わった時点でボールが1番ビュットに近いチームが 得点する。
- ⑥ 相手チームのボールよりビュットに近いボールの個数×1点が与えられ、次のメーヌ (セット)で先攻となる。
- ⑦ 勝ったチームはメーヌ終了時のビュットの位置を中心にサークルを描き、そこからビュットを投げて次のメーヌを始める。
- ⑧ このようにメーヌを繰り返し、得点を加算していき、9 点、11 点、1 3点を先取した チームが勝ちとなる。
- ⑨ ゲーム終了後は、整列して向かい合い、審判がスコアカードを読み上げて挨拶をする。 両チームが結果に意義のないことを確認し、スコアカードにサインをもらい終了とな

る。勝ったチームの代表がスコアカードを本部へ提出する。

3-3 得点の数え方

- ① メーヌ終了後にベストボール(ビュットに最も近いボール)があるチームが得点する。
- ② 相手チームのベストボールよりビュットに近いボールが全て得点となる。
- ③ ボール側にメジャーのヘッドを当てて計測する。

【例】



計測した結果、ビュットに最も 近いのは、〇のベストボールで あり、●のベストボールよりも ビュットに近い〇が 2 つあるの で、2 点となる。

4. 反則

- ④ ビュット、球を肩より高い位置から投げた場合。
- ⑤ 投球時にサークルを踏んだり、サークル外に出た場合。

5. 補足5-1 スコアカードの記入の仕方【記入例】

得 点 表

チーム名 Aチーム 得点		但占	チーム名		3	
		行从	Bチーム			
ì	選		1	2	選手名	
選 手 名		· ① ·	2			
1	5		2 3 4 5	3	名	
			4			
松	鈴	4	5		高	Щ
松井〇〇	鈴木〇郎	6	6		高橋〇〇	山田〇雄
郎郎		7	⑤	ŏ	雄	
		8	8			
			9			
星			10	7	平野	
Ö			11		00	
星野〇〇子		12	•	平野〇〇子		
		13	9	_		
		8	スコア	13		
	高橋	Ŝ	両チーム のサイン	ŧ	公井	

★記入の仕方

()内はAチームから見た通算の得点

第1メーヌ Aの2点(2対O)

第2メーヌ Bの1点(2対1)

第3メーヌ Bの2点(2対3)

第4メーヌ Aの3点(5対3)

第5メーヌ Bの4点(5対7)

第6メーヌ Aの1点(6対7)

第7メーヌ Bの3点(6対10)

第8メーヌ Aの2点(8対10)

第9メーヌ Bの3点(8対13)

※スコアカードの書き忘れは 両チームが書き忘れを確認 することができれば、遡って 訂正することができます。

~審判の方法~

1. 審判員の義務

- ① 大会が円滑に運営されるために、競技規則及び管理規則の厳正な適用を監視する任務を負う。
- ② 判定に従わないプレーヤーまたはチームを大会から退場させる権限を持つ。
- ③ 観戦していたライセンス所有者またはライセンス停止中の者が、テラン上での紛糾 の原因となっている場合、審判員は上部組織にその件を報告する。

2. プレーヤーの変更

ダブルスでは一人、トリプルスでは一人または二人のプレーヤーの変更は、大会開始の 正式な合図(爆竹、ホイッスル、アナウンスなど)前であれば認められる。ただし、交 代するプレーヤーが大会に出場する他のチームに登録されていない場合に限る。

ボッチャ

≪ルール・審判マニュアル≫



平成30年10月 制定

柏崎市スポーツ推進委員協議会

ボッチャとは

ジャックボール(目標球)と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ 6球ずつのボールをいかに近づけるかを競うスポーツです。

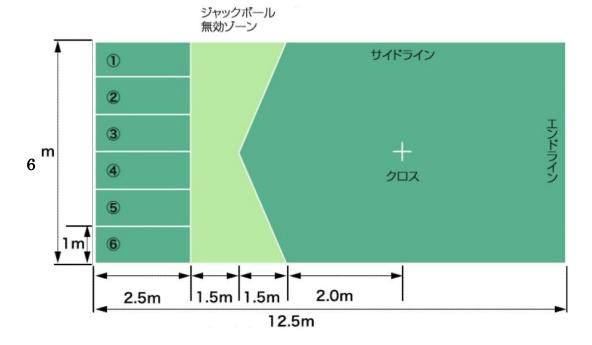
1. コート・用具

1-1 用具

- ① ボッチャ専用ボール(赤6・青6)
- ② ジャックボール(白1)
- ③ ラインテープ
- ④ 巻尺(12.5m以上)·(3.5m 距離判定用)
- ⑤ 得点記入用紙・筆記用具・バインダー

1-2 コート説明

【コートの広さ及び名称】



2. 試合開始前準備

【チーム編成】

- ① ペアは1チーム2名、団体は1チーム3名。
- ② 男女構成及び年齢は自由。

3. 競技方法

2-1 競技説明

① シングル戦・ペア戦・チーム戦に関わらず同じサイズのコートを使用し、選手が投球する位置は決められています。

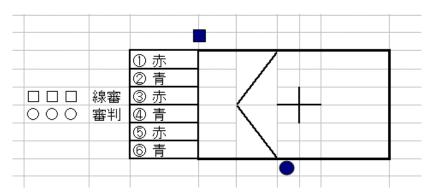
シングル戦③と④4エンド行う制限時間4分/エンドペア戦②から⑤5分/エンドチム戦①から⑥⑥6ン/エンド

- ② 制限時間をオーバーした場合は、残っているボールは無効となります。
- ③ ボールは シングル戦・ペア戦・チーム戦ともに6球ずつ 使用します。

2-2 試合の流れ

①コート外で整列する。

スローインボックス後方に両チーム向かい合い整列する。



- ② あいさつ 審判が『〇〇チームと口口チームの試合を始めます。』とコールする。
- ③ ジャンケンで先攻・後攻を決める。勝ちが先攻で赤ボールを使う。
- ④ 選手は赤①から青⑥のスローイングボックスに入る。
- ⑤ 審判はサイドライン中央付近●に立つ。線審は審判とは反対側のスローイングボックスの前ライン横■に立つ。
- ⑥ 審判が『ジャックボール』のコールとジェスチャーにより競技開始。



- ⑦ 赤①がジャックボールを投げる。 審判は有効エリアに投げられたことを確認後、赤①とコールする。
- ⑧ 赤①が赤ボールをジャックボールに近づけるように投げる。審判は 青②とコールする。
- ⑨ 青②が青ボールをジャックボールに近づけるように投げる。
- ⑩ ジャックボールから遠いチームから次のボールを投げる。
- ① エンド中に同距離となった場合は、後に投げたチームが投げ続ける。
- ② 両チームがそれぞれ6球投げ終わった時点で1エンド終了となり審判は得点を決める。
- ③ 6エンドまで試合を進め、勝敗を決定する。

3-3 注意点

- ジャックボールに遠いチームが近くなるまで同一チームが投げる。
- 各チームが6球投げ終わった時点で 1エンド終了となり得点をつける。
- 1エンドごとにジャックボールに近いボールの数だけ得点となる。通常、1対0、2対0 となるが同じ距離の場合は1対1、2対1となる。
- 第2エンドは青②が先攻となりジャックボールを投球する。
- エンド終了後、審判は選手立会いのもと得点を決める。

選手は得点決定後、次エンドのためにボールを回収し準備する。

ジャックボールが無効ゾーンまたはエンド・サイドラインを外れた 場合は 次順の他チームが投球する。

次エンドはジャックボールを投げる元の順番に戻る。

- オンラインはデッドボールとする。デッドボールはエンドラインの外側に数量がわかるように並べる。
- 競技中にジャックボールが無効エリアに出た場合、ジャックボールをコート中央のクロスに置く。投球の順番はジャックボールとの距離が遠い方から投げる。
- 選手の交代は1試合で1回・ひとりのみです。
- すべてのエンドが終了時点で同点の場合は、タイブレークを行う。
 - ① ジャンケンで先攻・後攻を決める。
 - ② ジャックボールはコート中央のクロスに置く。
 - ④ 通常のエンドと同様にお互いのボールを投げ合う。
 - ⑤ 全員がなげ終わり、距離の近いチームが勝ちとなる。
 - ⑥ 勝敗が決まるまで タイブレークを行う。

4. 反則

【投球ボールを除外される反則】

- ラインを踏んだり、踏み越えて投げたボール。
- 審判がコールする前に投げたボール
- ・投球淳を間違えて投げたボール
- ・制限時間を超えた時の未投球ボール

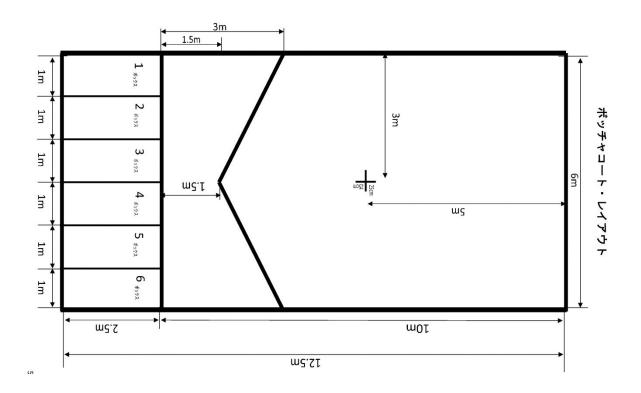
【ペナルティーとして2球取り上げるボール】

• 相手チームの投球動作に影響するような故意の妨害

5. 補足

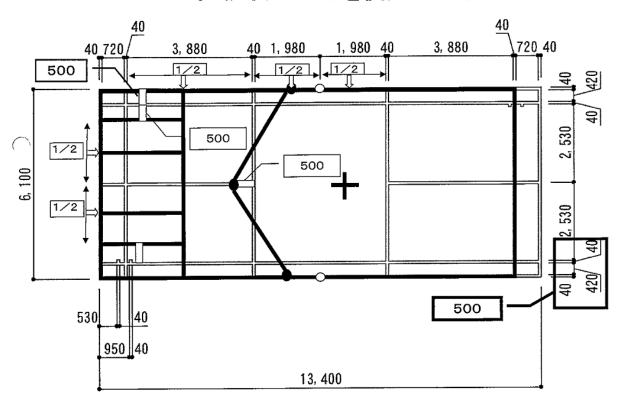
審判が誤ってコート上のボールを動かした場合、線審と協議しできるだけ元の位置に戻す。審判は原状復帰が不可能な場合は、エンドをやり直すことができる。

ボッチャコートの寸法



バドミントンコートを利用した例

バドミントンコートを使用した例



ラケットテニス

≪ルール・審判マニュアル≫



平成30年10月制定

柏崎市スポーツ推進委員協議会

ラケットテニスとは

室内で専用のラケットを使ってスポンジボールを打ち合って得点を競うスポーツ。

1. コート・用具

1-1 用具

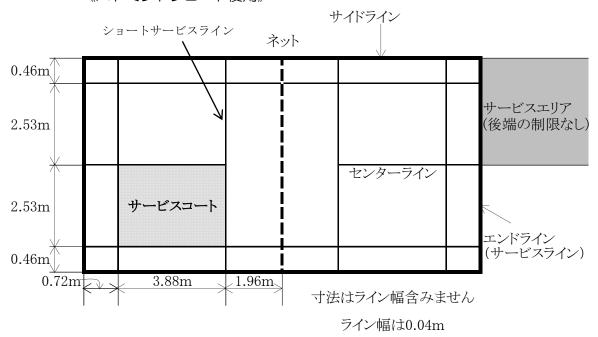
- ① ラケット:全長550 mm以下のもの
- ② ボール:専用スポンジボール (KENKO又はMIZUNO 15g ϕ 69 mm)
- ③ ポスト:バドミントン用ポストまたは専用ポスト
- ④ ネット:バドミントン用ネットまたは専用ネット

1-2 コート説明

【コートの広さ及びラインの名称】

- ① コートの大きさおよび名称は図のとおりとする。
- ② ネットの高さは90 cmとする。

《バドミントンコート使用》



コート外寸:13.40m×6.10m

【サービスエリア・サービスコートについて】

上図は、右エンドのデュースサイド(ネットに向かって右側)からサービスする場合を示しています。

2. 試合前準備

【競技規則】

- ① 「ジャンケン」により、サービス(又はレシーブ)またはコートのいずれかを選ぶ。
- ② ジャンケンに勝ったチームが、レシーブを選択した場合、ジャンケンに負けたチームは、コートを選択し、サービスを行う。
- ③ コートは奇数ゲーム終了後、交替する。(チェンジコート)
- ④ 相手側から打たれたボールはワンバウンドの後、またはノーバウンド(サービスを除く)でレシーブし、ネットを越えるかネットポストの外側を通過させ、相手側コートに打ち返す。
- ⑤ ネットポストの外側を通過させる場合は、ボールの高さは問わない。ネットの高さよ り低くても良い。
- ⑥ 打ったボールが直接、天井、壁、照明器具、得点板、審判や審判台に当たったときは 打った側の失点となる。ただし、プレー中(サービス時除く)ボールがネットまたは ネットポスト触れてもこれらを越えて相手側コートに入ったときは、有効とする。
- (7) 体に当たった場合は、当たった側がアウト。
- ⑧ オーバーネットは、いかなる場合でもネットを超えた場合とする。

3. 競技方法

3-1 競技説明

- ① サービスプレーヤーは、審判がゲーム開始の合図もしくはポイントのコールを行った後に、サービスエリアからラケットでボールを打ち(床でバウンドさせたボールを打ってはならない)、直接相手のサービスコートに入れる。
- ② レシーブ側は、サービスコートに入ったボールを、ワンバウンド後にラケットを使い1打で相手コートへ打ち返す。その後は、自陣に入ったボールをノーバウンドかワンバウンド後にラケットを使い1打で相手コートへ打ち返す。
- ③ これを継続できない方の相手側へ得点を与える。

3-2 試合の流れ

- ① 予選(各ブロック)を行った後、各ブロックで順位を決定する。
 - I. 5ゲームマッチで行ない、3ゲーム先取で勝ちとする。
 - Ⅱ. 1 ゲームの勝敗は、4 点先取した方を勝ちとする。
 - ※3オールになった場合は、以後連続2点先取したチームを勝ちとする。ただし6 オールになった場合は、次に1点を取ったチームを勝ちとする。(7-6又は6-7で終了)
- ② 予選(各ブロック)の順位の決め方:
 - I. 勝数が多い順に上位とする。
 - 勝敗数が同じ場合、得失ゲーム数の差の大きい方を上位とする。

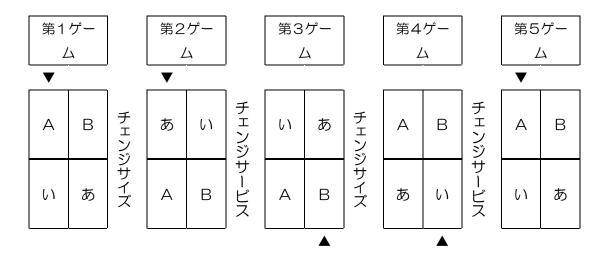
- Ⅲ. 得失ゲーム数が同じ場合、直接対決での勝者を上位とする。
- Ⅳ、得失ゲーム数が同じ場合、得失ポイント差の大きい方を上位とする。
- V. 得失ポイント数が同じ場合、ジャンケンで勝った方を上位とする。

3-3 サービスショットとサービスライン

- ③ サービスは、ネットに向って右側のエンドライン後方(サービスエリア)から始め、右左交互に対角の相手方サービスコート内にボールを打ち込む。
- ④ サービスは、トスしたボールをサービスリアから直接相手側のサービスコートに入れる。
- ⑤ サービスは1回とし、ネットイン(レット)の場合はやり直す。 ※ネットインは、ネットにふれてからサービスコートに落ちた場合を意味する。 ※打ち方はオーバー、サイド、アンダーのいずれでも構わない。
- ⑥ 同一人が 1 ゲームを通してサービスを行う。ダブルスの場合、次のサービスゲーム のときはパートナーと交替する。
- ⑦ サービスは 1 ゲームごとに相手側と交替する。(チェンジサービス)
- ⑧ サービスローテーションは次の図表のとおりとする。

サービス、ポジションのローテーション

※『 $A \cdot B$ 』 対 『 $あ \cdot い$ 』の試合例(\bigvee および \blacktriangle 印はサービス) サービス順は、 $A \to B \to N \to A$



- ① チェンジサイズ:「エンドのチェンジ」と「サービスのチェンジ」※サービスプレーヤーは、次ゲームのレシーブ時にアドバンテージサイド(ネットに向かって左側)になります。
- ② ショートサービスライン ※ボレー、スマッシュの際にショートサービスラインを踏む、若しくは踏み越えた 場合は相手の得点とする。ただし、ボレー、スマッシュを行った後にショートサー

ビスラインを踏む、踏み越えた場合は違反としない。

4. 反則行為

- ① フットフォルト・・・サービス時にエンドラインを踏む
- ② ネットタッチ ・・・ラケット若しくは体がネットに触れる
- ③ ドリブル ・・・ボールを2度打つ
- ④ オーバーネット・・・ラケットもしくは身体がネットを超える

~審判の方法~

1. 審判の構成

① 主審(1人):判定を行う。

ジャッジで判りにくかった場合は、副審或いは線審に照会する。

- ② 副審(1人):主審への情報提供及び、得点管理を行う。
- ③ 線審(2人):主審への情報提供を行う。(コートの対角に位置する)
- ④ 得点係(2人):主審から得点が見えやすい場所に位置する。

2. 審判員の役割

- ① ポイントおよびゲームカウントは、サービス側から得点を数える。
- ② インサイドボールまたはアウトサイドボールは落下したところで判定し、ラインに 少しでも触れた場合は有効とする。
- ③ 得点コールで「3オール、デュース」以降は、カウントがわからなくならないように4-3或いは3-4とカウントをコールする。