

## ポッチャとは・・・

パラリンピック正式種目「ポッチャ」は、障がい者スポーツとして普及してきたものです。くしろパラスポーツでは、障がいの有無や年齢に関係なく気軽に楽しめるレクリエーションスポーツとして誰でも参加できるようにルールを簡単にしました。

赤・青の2チームに分かれて、最初に投げたジャックボール（目標球）と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールを近づけ得点を競うスポーツです。カーリングのように、相手のボールを弾いたりして、自分が優位にたてるよう位置取りをしていきますが、的を弾いて移動させることができるため、カーリングとは一味違う戦略、魅力がある競技です。

## 1 用語定義

|                  |                                                           |
|------------------|-----------------------------------------------------------|
| ボール              | 赤色および青色のボール、およびジャック。                                      |
| ジャック             | ターゲットとなる白いボール。                                            |
| サイド              | チーム戦の場合、3人を1つの単位とし、赤色又は青色のボールを投球するチームを「サイド」と呼ぶ。           |
| コート              | スローイングボックス等を含む、ポッチャを行うコートのこと。                             |
| マッチ（対戦）          | 2つのチーム（赤と青）同主が規定の回数のエンドまで競技すること。                          |
| エンド              | 赤色ボールを投球するチームと青色ボールを投球するチームが、ジャックボールと全てのボールを投げ終わるまでの一区切り。 |
| アシスティブデバイス（補助員）  | 競技の補助に使用する用具で、勾配具や投球補助員を指す。                               |
| ヴァイオレーション（反則）    | 試合の中で競技規則に違反したとみなされる行為のこと。                                |
| スロー（投球）          | ボールを投げ入れること。（手で）投げる、（足で）蹴る、補助具（ランプ）を使ってボールを放つことも「投球」とされる。 |
| デッドボール           | 投球ののちのコート外に出たボール。                                         |
| ディスラプトエンド（無効エンド） | 偶然又は故意に、ボールが正しい順序でない投球で動かされた場合。                           |
| リスターテッドエンド       | ディスラプトエンドのやり直しエンド。                                        |
| Vライン             | ジャックは、この線を完全に越えなければならない。                                  |

## 2 用具と設備

用具は、主催者が用意します。

補助具等の用具チェックは行いません。

### 2.1 コート（ポッチャコートのレイアウト参照）

コートの寸法は、1 2. 5m×6mで、スローイングエリアは2. 5m×3mの2つのボックスに分ける。コート外枠のラインは内側を基準として計測し、コートライン幅は、4～5cmとする。ターゲットボックス内寸は35cm×35cmとし、クロスラインを含め1.9cm幅とする。

- 2.2 スコアボード  
スコアボードは、その試合に出場している全員から見える位置に設置する。
- 2.3 計時用具  
計時機器は電子式を使用するのが望ましい。
- 2.4 デッドボール  
コートの外に出たボールは、サイドラインコート外のデッドボールコンテナに入れ、両チームからボールがいくつあるか見えるようにする。
- 2.5 赤/青パドル（指示板）  
次に投球するサイド（赤又は青）を示すために審判が使用するもの。
- 2.6 メジャーリングデバイス（計測機具）  
コート上でのボールとボールの間の距離を計測するのに使用する。
- 2.7 ボッチャボール  
ボールは（一社）日本ボッチャ協会が定めた基準を満たしたものを使用する。

### 3 参加基準

特に参加基準は設けません。障がいのある方、小さいお子さんは家族や介助者と一緒に投球しても構いません。

### 4 競技及びチーム登録

チーム戦（3名）のみとし、1チームキャプテン1名、選手3名以上6名以下とし、キャプテンは選手を兼ねることができるものとする。

### 5 試合形式

- 5.1 チーム戦では、タイブレイクの場合を除いて、1試合は3エンドで実施する。
- 5.2 スローイングボックス（1番～6番）を設けず、赤・青のボックスのみとする。チームでジャックボールの投球順を決めてくこと。（変更は構わないが同じ選手は行わないこと）
- 5.3 1エンドは3人とし、1人2個のボールを投球する。
- 5.4 エンド中の交代はできない。交代をする場合は、エンド毎にすること。

### 6 フレーについて

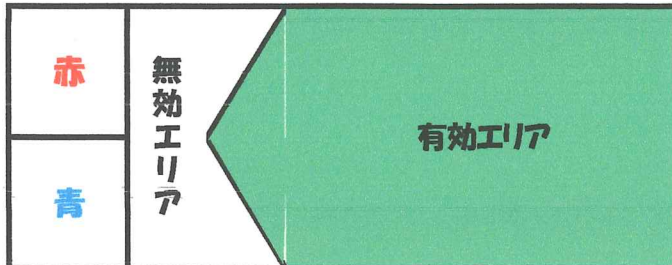
試合は第1エンドの始まりに、投球者にジャックボールをわたすところから始まる。

- 6.1 試合開始時間  
大会主催者からの開始指示に従って進める。
- 6.2 試合で使用するボール  
大会主催者が用意し、日本ボッチャ協会認定球で進める。
- 6.3 赤（先攻）・青（後攻）の決定  
両チームのキャプテンによる“じゃんけん”で勝った方が赤（先攻）か青（後攻）を選ぶことができる。エンド毎に先攻後攻は入れ替わる。
- 6.4 ウォームアップボール（投球練習）  
各チームは、じゃんけんで選択したスローイングボックス（赤か青）に位置する。  
各チームは、審判から指示が出されたら、チーム全員で赤・青それぞれのボールを1人1

球投球する。

## 6.5 ジャックボールの投球

- 6.5.1 赤ボールを投球するスローイングボックス（左）が、いつも第1エンドで試合を開始する。※スローイングボックスは入れ替えない。第2エンド青の順でジャックボールを投球する。
- 6.5.2 審判は投球順となる人にジャックボールを渡し、エンド開始のジャックボール投球を指示する。
- 6.5.3 ジャックボールをコート内の有効エリアに投球する。



※ Vラインから奥が有効エリア

## 6.6 ジャックボールの投球時の反則

- 6.6.1 以下のように投球されたジャックボールは、反則となる。
  - ・投球されたジャックボールが無効エリアで静止したとき。
  - ・コートの外に投球したとき。
  - ・ジャックボールを投球した人がヴァイオレーション（反則）をしたとき。
- 6.6.2 反則となった場合の対応  
ジャックボールが反則となった場合
  - ・アイテチームに、ジャックボールを投げる権利が移る。
  - ・ジャックボールが有効にコート内に投球されるまで投球順で、繰り返される。
- 6.6.3 ジャックボールの投球が反則となった場合の次のエンドでは、もともとジャックボールの投球順（メンバー変更した場合は、そのエンドのジャックボール投球順）となっていた人が投球する。

## 6.7 第1球目の投球（ジャックボールを有効投球したチーム）

- 6.7.1 ジャックボールを有効投球した人が最初のカラーボールを投球する。
- 6.7.2 最初のカラーボールがコートから出てしまった場合等は、そのチームがコート内の有効エリアにボールを投球できるまで投球する（投球順は規定しない）。



※ Vラインに関係なくコート内が有効エリア

- 6.7.3 有効になれば、相手サイドの投球に移る。

## 6.8 相手サイドの第1球目の投球

- 6.8.1 第1球目を投球する（投球順は規定しない。チーム内で決めて投球する。）。
- 6.8.2 相手チームの第1球目についても、コートから出てしまった場合等は、そのチームがコート内の有効エリアにボールを投球できるまで投球する（投球順は規定しない）。

## 6.9 残りのボールの投球

- 6.9.1 2球目以降の投球については、全てのボールを投げ切っていない限り、ジャックボー

ルより遠いボールを投げたチームの投球となる。投球順はチームで決めて投球する。この手順は、どちらのチームも全てのボールを投げきるまで続ける。 ジャックボールに対して等距離の場合は、「6.15 等距離のボールの扱い」を参照。

- 6.9.2 どちらかもチームが全てのボールを投げ切った時、ボールが残っているチーム（その時点のエンドの勝者：後述）は継続して投球してもよいし、投げる必要がないと判断した場合は、終了を宣言してもよい（継続するか終了するかを審判に告げる）。判断のために、何点入っているかを審判に確認することはできる。継続して投球後、途中で終了宣言してもよい。残りのボールは“デッドボール”と宣言される。

#### 6.10 エンドの終了

両サイドが全てのボールを投球した後、審判は「ボールフィニッシュ」をコールし、得点を発表、エンドの終了「エンドフィニッシュ」を宣言する。

#### 6.11 第2エンドの準備

- 6.11.1 審判は「エンドフィニッシュ」宣言後、ジャックボールを掲げ「回収」とコール。次のエンドの準備として、ボールの回収を行う。回収が済んだら次のエンドを開始する。
- 6.12.1 後攻のチームが赤ボックスに入り、ジャックボールを投球する。（以下、6.5以降同様）  
※くしろではスロ＝イングボックスは入れ替えない。1エンド赤、2エンド青の順でジャックボールを投球。

#### 6.12 第3エンドの準備

- 6.12.1 ボールの回収を行った後、ジャックボールは審判がクロスに設置。
- 6.12.2 両チームのキャプテンによる“じゃんけん”で勝った方が先攻か後攻を選択。
- 6.12.3 先攻チーム（赤）が第1球目の投球を行う。（以下、「6.7 第1球目の投球」以降同様）

#### 6.13 ボールの投球

- 6.13.1 審判から投球指示があるまで、いずれのボールも投げてはならない。
- 6.13.2 ボールをリリースするときには、スロ＝イングボックスから出てはならない。
- 6.13.3 ボールをリリースするときには、スロ＝イングラインに触れてはいけない。また、ラインの前に手やボールを置いたりしてはいけない（1回目は注意とし、同じ行為2回目から反則）。

#### 6.14 コートから出たボールの扱い

- 6.14.1 全てのボール（ジャックボールを含む）は、境界線に触れたり、越えたりした場合、コートの外に出たものとみなされる。
- 6.14.2 一度境界線に触れたり、越えたりした後にコート内に戻ってきたボールはコートの外に出たものとみなされる。
- 6.14.3 投げたボールがコート内に入らなかった場合、コートの外に出たものとみなされる（誤って落とした場合を除く）。
- 6.14.4 コートの外に出たカラーボールはボールデッドとなり、デッドボールコンテナに置かれる。

#### 6.15 コート上から弾き出されたジャックボールの扱い

- 6.15.1 ジャックボールがコートの外あるいはジャックボール無効エリア（Vライン）に弾き出された場合、ジャックボールはクロスの上に置き直される。
- 6.15.2 既にクロス上にボールがあって、ジャックボールの置き直しができない場合、ジャックボールは出来るだけクロス近くで、クロス前面に、両サイドから等距離になるように置く。

- 6.15.3 ジャックボールが置き直された場合、ジャックボールから遠い方のチームから投球する。ジャックボールに対して等距離の場合は、「6.16 等距離のボールの扱い」を参照。
- 6.15.4 ジャックボールが置き直された場合、コート上にカラーボールが1つもなかった場合、ジャックボールを弾き出したチームが投球する。
- 6.16 等距離のボールの扱い  
次に投球するチームを決定するとき、異なった色のカラーボールが等距離にあった場合、よりジャックボールに近いボールが無い限り、最後に投球したチームが再び投球する。その後は、それぞれのチームで等距離の関係が無くなるか、一方のチームが全てボールを投げ切るまで、交互に投球する。
- 6.17 同時に投げられたボールの扱い  
一方のチームの投球で、同時に1個以上のボールが同じチームから投球されたとき、両方のボールがインプレーのボールとみなされ、コート上に残される（故意はボールを除去）。そのようなことにならないように、審判は1球ずつ投球を指示する。投げ切るまで、交互に投球する。
- 6.18 ドロップボール  
誤ってボールを落としてしまった場合、意図的な投球でない限り、再度投球する。判断は審判によるものとする。
- 6.19 審判のミス  
審判のミスが原因で間違ったチームが投球してしまった場合、その投球は戻される。もし、ボールの位置が投球によって崩された場合、そのエンドは無効エンドとして取り扱う。
- 6.20 選手交代/投球順変更  
登録されたメンバーの選手交代や投球順変更（ジャックボール）は、エンドとエンドの間のみ行える。

## 7 得点

- 7.1 得点計算は、両チームのボールが全て適切に投げられた後に、審判によって行われる。
- 7.2 ジャックボールに最も近いボールを投球した方のチームには、相手チームでジャックボールに最も近いボールよりもジャックボールに近いボール1個につき1点が与えられる。
- 7.3 ジャックボールから等しい距離に1個ずつかそれ以上の赤ボールと青ボールがあり、それよりもさらにジャックボールに近いボールが他に無い場合、それらのボール1個につき、1点が双方のチームに与えられる。
- 7.4 各エンドの終了後、審判はスコアシートとスコアボードに誤りがないことを確認しなければならない。
- 7.5 全てのエンドの終了後、各エンドの得点を合計し、総得点の多いチームが勝者となる。
- 7.6 審判はエンドの最後において、計測を必要とする場合や判定が近接している場合、両チームの監督を呼び出すことができる。判定は審判に一任する。
- 7.7 最終エンドを終えて総得点と同点であった場合は、タイブレイク・エンドが行われる。タイブレイク・エンドは勝者を決めるために行われる。
- 7.8 第2エンドを終えて7点以上の差がある場合は、第3エンドを待たずに勝者が決定しているため、審判の判断で試合を終了することができる。但し、大会要項での試合形式（得点差で勝敗を決める等）によっては、その限りでない。

## 8 タイブレイク

- 8.1 タイブレイクは、全てのエンド終了後に行われる追加のエンドである。
- 8.2 試合を行った投球ボックスのままで行う。
- 8.3 タイブレイクでは、じゃんけんの勝者がどちらのチームが先に投球するかを選ぶことができる。
- 8.4 ジャックボールは、クロスの上に置く。
- 8.5 各チームは投球者を決めて1球のみ投球する。ジャックボールに最も近いボールを投げたチームが勝者となる。
- 8.6 タイブレイクでも決着がつかない場合（等距離の場合）、2回目のタイブレイクが行われる。2回目は後攻チームの投球で開始する。その際、投球者は替わってよい。

## 9 コート上での動き

プレーイングボックス内は自由。

## 10 ペナルティ(罰則)

1回目は審判が注意とし、2回目からは以下の通りとする。

## 11 ヴァイオレーション(反則行為)

以下の場合には審判が注意し、連続で2回目から反則行為とすることがある。

- ・スローイングラインを踏んだり、ラインの前に手やボールを置いたりした場合。連続で2回目ラインを踏んだ投球は、アウトボールとする。
- ・相手チームの投球動作に影響するような故意の妨害や、気を散らしたりする行為を行った場合。
- ・審判の決定に従わない場合。

## 12 ティスラフテッド(無効)エンド

### 12.1 審判の過失行為

審判の過失や行為によってコート上のボールが動いてしまった場合、審判の判断（補助審判がいる場合は協議して）で動いてしまったボールを元の位置に戻す（たとえ、正確に元の位置に戻せなくても、審判はできるだけ元の状態になるように努める。現状復帰が難しいと審判が判断した場合、そのエンドはやり直しとなる。その場合、審判が最終決定をする。

## 13 コミュニケーション

- 13.1 エンド中のチーム内の会話は自由とし、投球のアドバイスや声援を送ることも可能。
- 13.2 タイムアウトはない。
- 13.3 自分たちの投球時間に、審判に得点を尋ねたり計測を求めることができる。ボールの位置に関する質問には、審判は答えない。選手は、ボールの位置を確認するために審判に宣言しプレーイングエリアに入る事ができる。

## 14 競技時間

- 14.1 大会ではエンドの制限時間があり、タイマーが時計を管理する。
- ・チーム戦 1チームあたり6分間/1エンド
  - ※くしろパラスポ「ポッチャ競技」は、1チームあたり5分間/1エンド
- 14.2 ジャックの投球時間は、各サイドに割り当てられた持ち時間に含まれる。
- 14.3 各サイドの持ち時間のカウントダウンは、ジャック投球、ボール位置確認も含めて審判がタイマーに投球するサイドを示したときにスタートする。
- 14.4 各サイド持ち時間は、投球したボールがプレーイングエリア内に停止、または出た瞬間に止められる。

## 15 アシティブ・デバイス(補助具)の基準と規則

補助具の基準と制限は設けません。但し、ボールを放つとき、補助員がスロウイングラインより前には出てはいけません。その場合有効投球とするが、審判が注意します。

## 16 問題の解明と抗議の手順

抗議は受け付けません。但し、審判がその対戦の結果に影響するような出来事を見落とした、又は誤った判定をしたと感じた場合、キャプテンが審判に説明を求めることができる。

## 17 キャプテンの責務

チーム登録時に、キャプテンを決めて参加してください。

キャプテンは

- ① チームの代表として行動し、チームをまとめてください。
- ② エンド毎の出場選手と投球順（ジャックボールの投球順）を決めてください。
- ③ 選手の健康・安全に十分留意して、大会中の疾病防止に万全の配慮をしてください。

## 18 ウォームアップ

ウォームアップエリアは設定しません。

## 19 コールルーム

コールルームは大会運営に従ってください。

## 20 メディカルタイムアウト

- 20.1 試合中に具合が悪くなった場合、メディカルタイムアウトを必要に応じて求めることができる。審判は臨機応変に対応し、場合によっては大会事務局と協議する。
- 20.2 体調不良で試合を続けることができなくなったメンバーの残りのボールは、他のメンバーが代わりに投球することができる。また、エンド内でも他のメンバーと入れ替わることができる。



## 21 審判のジェスチャー/サイン

### 投球指示

カラーボールを投げるチームへ  
口頭（赤チーム・青チーム）と  
ジェスチャーで指示する。

\*ジャックボールは、口頭のみ  
で「ジャックボール」



### デッドボール/アウトボール

デッドボール/コートの外に出たボールは、「アウト」または「デッドボール」と言い、出たボールを高く上げる。「アウト」または「デッドボール」は、線審がいる場合は、線審が処理する。



### エンド終了/試合終了

伸ばした両腕を交差して、横に開いて  
離す。  
エンド終了は「エンドフィニッシュ」  
ゲーム終了は「マッチフィニッシュ」



### 得点

得点したサイドの色のパドル（指示板）に指で点数を示す。

図は表示例



3点



7点



10点



12点

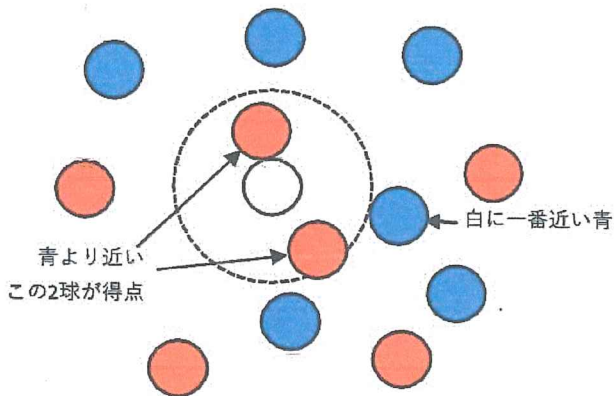
## 22 審判のポジション

審判の立ち位置は、試合開始前、エンド終了時および試合終了時はクロスの前に位置する。  
試合開始後、ジャックボール投球時はサイドラインの外。赤・青ボール投球時は、ボール郡の  
斜め前に位置し、投球の邪魔にならないようにする。



## 【基本ルールの得点計算】

ケース1

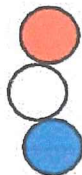


- ①ジャックボールに1番近いボールの色を判断
- ②ケース1の場合、赤なので赤の勝ちとなる

「負けた色のボールからジャックボールまでの半径内に勝側のボールがいくつあるかを数え、その個数が勝った側の得点となる」

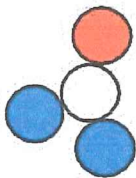
- ③ケース1の場合、負けた青とジャックボールの半径内に赤がいくつあるか。その個数が赤の得点となる。
- ④この場合、赤2点

ケース2



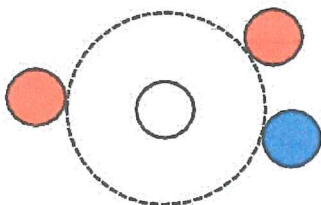
- ①ジャックボールに1番近いボールの色を判断
- ②ケース2の場合、赤・青ともにジャックボールに接触し同距離なので、この場合、赤1点、青1点がそれぞれに入る。

ケース3



- ①ジャックボールに1番近いボールの色を判断
- ②ケース3の場合、赤・青ともにジャックボールに接触し同距離なので、この場合、赤1点、青2点がそれぞれに入る。

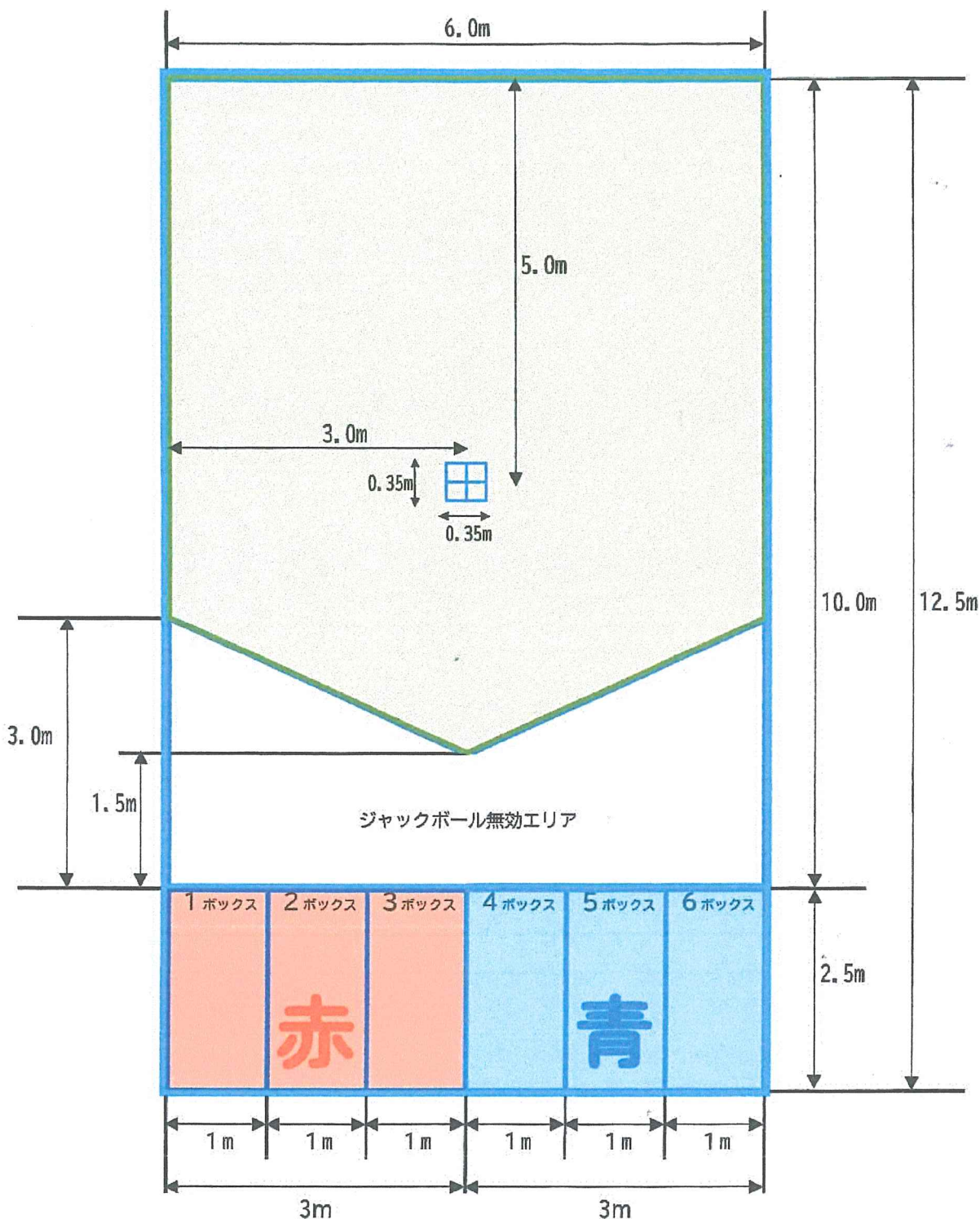
ケース4



- ①ジャックボールに1番近いボールの色を判断
- ②ケース4の場合、赤・青ともにジャックボールに同距離なので、この場合、赤2点、青1点がそれぞれに入る。

国際ボッチャ競技連盟2021-2024 vol.1 公式コートレイアウト

※ くしろボッチャルールにおける、コートレイアウトは1・2・3ボックスを赤、4・5・6ボックスを青の2分割で行う。



計測：コート外枠ラインは、内側の縦横長さで計測  
 スローイングボックスを区切るラインとクロスラインはテープ中心とシクロスの外枠は内側の縦横で計測。  
 スローイングラインとVラインは、ジャック無効エリア内に貼る