

ヨーロッパで誕生！パラリンピック正式種目！『ボッチャ』

「ボッチャ」は障害の有無に関わらず、老若男女誰でも楽しめるスポーツです。ルールが簡単で、イスに座ったままボールを転がすことができ、運動負荷が小さく、高齢者でも気軽にできることから、コミュニケーションツールとしても活用されています。ボッチャで味わう新たな楽しさをあなたも感じてみませんか？

試合の流れ

ボッチャはどれだけボールを的に近づけることができるかを競うシンプルなルールです。ここではどのように試合が進むかを説明します。

1 両選手(ペアやチーム)が6個ずつのボールを使用します

A選手



B選手



試合開始となる第1エンドは常に赤ボールが先攻となります(以降、偶数エンドは青ボール、奇数エンドは赤ボールが先攻)

2 先攻側が的となるジャックボールを投げ、続けて1投目の投球を行います

A選手



最初にジャックボールを投げます

A選手



続けて自分のボールを投げます

3 後攻側が最初の投球を行います

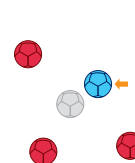
B選手



後攻側がボールを投げます

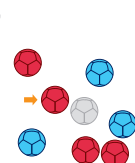
4 以降、ジャックボールからより遠い位置にボールを投げた側の選手がその次の投球を行います

例1



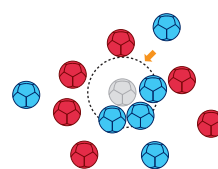
→青の方がジャックボールに近いため、次は赤側の投球となります

例2



→赤の方がジャックボールに近いため、次は青側の投球となります

5 赤、青ともに6球ずつを投げた時点で得点を計算します



エンド終了時、ジャックボールにもっとも近いボールを投げた側のみ得点が入ります。相手側のジャックボールにもっと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点が与えられます。

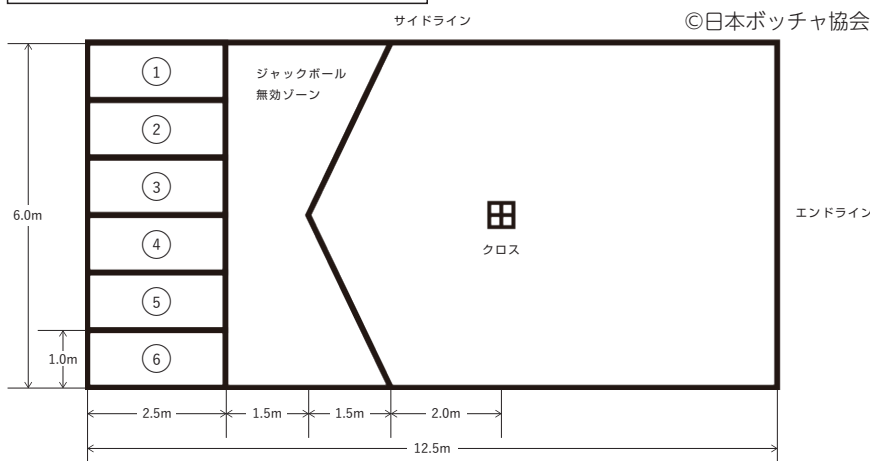
→青の方が赤よりも3つジャックボールに近いため、3点が入ります。

この一連の流れを1エンドとし、個人戦とペア戦は4エンド、チーム戦は6エンドを行います

©日本障がい者スポーツ協会

▲公益財団法人日本障がい者スポーツ協会ウェブページより抜粋

ボッチャの公式競技用のコート



▲一般社団法人日本ボッチャ協会ウェブページより抜粋 URL: <https://japan-boccia.com/>

ボッチャの出前教室を開催しています

茂原市認定市民活動団体「パラスポーツ茂原」では、障害者スポーツ(パラスポーツ)の普及のため、ボッチャの出前教室を開催しています(ボール等必要用具持参で伺います)。興味のある方は、「パラスポーツ茂原」までお問い合わせください。 〇パラスポーツ茂原 井上 ☎ 090(7232)6637



▲一般社団法人日本ボッチャ協会ウェブページ