

ボッチャ（ペタンカリング）

プログラムの概要・ねらい

ボッチャは、子どもから高齢者まで男女を問わず、障がいのある人も一緒にでき、ボールを投げて、蹴っても、転がしてもよいユニバーサルスポーツ。1984年にパラリンピックの正式種目になった。

屋外用ボッチャ：ペタンカリング

場所	プレイホール、集いのホール、学習室 AB レクルーム、屋外	3 すべての人に健康と福祉を	4 質の高い教育をみんなに
時間	1 時間 30 分～	10 人や国の不平等をなくそう	16 平和と公正をすべての人に
値段	無料		
季節	年間		
人数	36 人まで		
準備物	【利用 者】 体育館履き（プレイホールを使用する場合）、活動に適した服装、救急用品、メモ用紙、筆記用具など 【自然の家】 ボッチャ用具一式（3 セット） セット内容：ボール 13 個（白 1、赤 6、青 6）、審判用具（パドル 1、スケール 1）、マニュアル		

①準備

サービスセンターで、活動する施設の鍵とボッチャ用具一式を受け取る。

②-1 ボッチャ（屋内限定）実施の流れ

【ボッチャ（屋内限定）】

●ボッチャのルール（自然の家簡易版）

・1 対 1 で行う個人戦、2 対 2 で行うペア、3 対 3 で行う団体戦がありますが、自然の家では最大 6 対 6 で行うゲームも可能。

・1 チーム 6 個のボール（赤または青）をジャックボール（白）に近づけるようになげる

・投げる順番（自然の家簡易版は、スローイングボックスは設定しません）

1. 赤チームの人がジャックボール（白）を設定したコートの中へ投げる。

（2 ゲーム目は青チームの人が投げて、後は同じ要領）

2. 同じ人が赤ボールを投げる。

3. 青チームの人が青ボールを投げる。

4. これ以降はジャックボールに遠いほうのチームの人が投げる。

5. 一方のチームの投げるボールがなくなれば、もう一方のチームが連続して投げる。

・ジャックボールや他のボールに当たっても、そのまま続ける。

・ジャックボールがコートの外に出たとき、ジャックボールを「所定の場所：通常はクロスの位置」に戻す。

「所定の場所」は、各自で設定する。

・得点（右下の図）

1. 双方のチームの最もジャックボールに近いボールを比較し、どちらが近いかを判定（赤）

2. ジャックボールに遠かった方のチーム（青）のジャックボールに一番近いボールとジャックボールを結んだ線を半径とし、ジャックボールを中心とした円を描き、その円の中に何個赤ボールがあるかを数える。その数が得点となる。（右下の場合は赤 3 点）

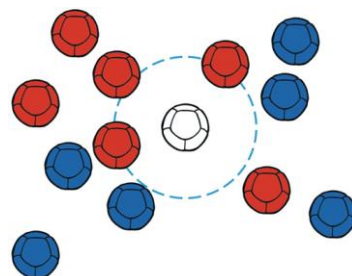
3. 「1」がまったく等距離のときのみ 赤 1 点：青 1 点 となる。

●簡易版：ジャックボールに近いボールのチームが勝ち。一番近いボールが同じ距離だった場合は、二番目に近いボールで判定する。

・個人戦とペア戦は 3 ゲーム、団体戦は 5 ゲーム行い勝敗を競う。

・自然の家では、ランプス（勾配具：補助スロープ）等の準備はありません。

※安全には十分に気を付け、けがのないよう留意する。



②-2 屋外で実施する場合（ペタンカリング：ボッチャ同ルール）

「ボッチャ」は屋内限定の器材のため、屋外で実施する場合は「ペタンカリング」を使用する。

●ゲームの方法

① ボッチャルール

- ・使用する道具に違いがあるが、概ね前頁のボッチャルールで活動可能

ペタンカリング 準備物

【利用者】 体育館履き、スポーツに適した服装
 【自然の家】ペタンカリングセット（最大3セット）、
 （内容：ボール2色×6個、目標球1個）
 フラフープ ※数量については要確認

② 簡易ペタンクルール

- ・1チームの人数は最大で6人で実施することが出来る。

コート：先攻のチームの第1投者が、フラフープの中から「目標」1個を投げる。

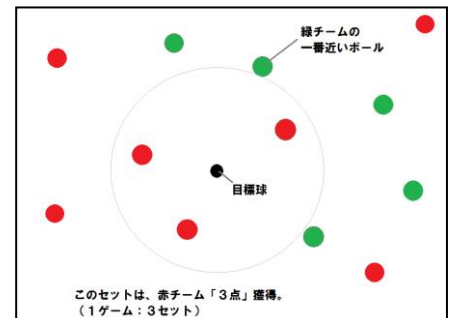
※先攻後攻は、ジャンケン等で決める。

※目標はあまり遠くに投げないように注意。（小学生：5m～程度）

※プレイホール半面で3コート程度実施することが可能。

競技方法：1ゲーム：3セット

- （1）先攻チームの選手はなるべく目標の近くに止まるように、第1投目を投げる。順番は各チームで決めてよい。
 ※安全面注意：投げる方向に人がいないかを確認する。
- （2）次に後攻のチームが第1投目を投げる。
- （3）両チームがそれぞれ1球ずつ投げた後で、どちらのボールが目標に近いかを見る。
- （4）第2投目以降は、目標より遠いチームから投球を行う。
- （5）両チームとも全てのボールを投げ終わってから得点を数えて1セット終了。
 ※テクニックとして、投げたボールで目標や他のボールを弾いても可。



●勝敗と得点の数え方

例①：目標に一番近くボールを配置させたチームが勝ち。

例②右上図参照：ポイントは、負けたチームのボールのうち、目標に一番近いボールより、さらに目標に近い同チーム（勝ったチーム）のボールの数とする。

- （6）勝ったチームが目標を投げ直し、次のセットを始める。
 3セット終了時、ポイントを多くとっているチームの勝ちとなる。

③ 簡易カーリングルール

- （1）養生テープ等で動かせない目標を設定し、ボールが目標の近くに止まるように投げる。
 以降、ペタンクルールと同じ

（参考：NP0 法人 日本ペタンク協会、一般社団法人 日本ボッチャ協会、公益社団法人 日本カーリング協会）

③後片付け

備え付けの掃除用具で、使用した場所の清掃、施錠をおこなう。

使用した場所の鍵と用具一式をサービスセンターへ返却する。

器具や用具に破損や故障があった場合は、サービスセンター受付に連絡する。