

長野県社会福祉協議会主催
「長野県まちづくりボランティアフォーラム2023」2日目 分科会 兼

令和5年度諏訪ブロック社会福祉協議会「ボランティア交流研究集会」

簡単ルールで！ ボッチャ体験リーグ戦



12月2日(土)

受付/11:45～ ※軽食11:00～

開始/12:00 終了/14:00

長野県福祉大学校(体育館)にて

パラリンピック正式種目ボッチャ
を見学後、簡単ルールで交流！

長野県ボッチャ協会による
正式ルール体験コートもあるよ

★ ボッチャって何？

ボッチャ(Boccia:イタリア語でボール)は、年齢、性別、障がいのあるなしにかかわらず、すべての人が一緒に競い合えるスポーツです。ヨーロッパで重度脳性麻痺者もしくは同程度の四肢重度機能障がい者のために考案され、1988年ソウル大会からパラリンピックの正式種目になっています。

持物

・上はき
(スニーカー)

参加費

無料



★ 募集

チーム参加(2～6名)または個人参加の計16チーム

分科会「簡単ルール！ボッチャ体験リーグ戦」担当：諏訪ブロック社会福祉協議会

長野県社会福祉協議会主催「まちづくりボランティアフォーラム 2023」 2 日目 分科会 『かんたんルールで！ ボッチャ体験リーグ戦』

兼 令和 5 年度 諏訪ブロック社協「ボランティア交流研究集会」 企画書



1 趣旨

ボッチャ(Boccia:イタリア語でボール)は、年齢、性別、障がいのあるなしにかかわらず、すべての人が一緒に競い合えるスポーツです。ヨーロッパで重度脳性麻痺者もしくは同程度の四肢重度機能障がい者のために考案され、1988年ソウル大会からパラリンピックの正式種目になっています。当日は基本ルールをより簡略化したルールで交流を目的に行います。諏訪地域では、高齢者クラブの活動や、地区サロンで取り入れられ、高齢者の健康増進につながっていることから、この体験を通じ、各市町村でボッチャが広がってゆく事を期待します。

2 分科会担当 諏訪ブロック社会福祉協議会 3 参加費 無料

4 日時 令和5年12月2日(土) 12時00分～14時00分 (受付開始 11時30分)

5 会場 諏訪市清水 2-2-1 (長野県福祉大学 体育館 :飲食可能)

6 内容

- ・パラスポーツ・ボッチャの基本ルールをより簡単にしたルールにて実施します。
- ・1チーム2～6名でチームを編成し(市町村ごと 全16チームを予定)リーグ戦を行います。
1チーム最低3試合は体験できます。チーム割りは事務局(原村社協)が行います。

7 持物・服装 動きやすい服装(寒さ対策)、上はき(スニーカー) ※マスクは個人の判断が基本です

8 日程 ※灰色部分は自由参加です。12時までに昼食・受付を済ませ、体育館へお集まりください

10:00～	11:00～	11:45～	12:00～	12:15～	13:45～	14:00	14:15～
まちづくりボラン ティアフォーラム / 他の分科会開始 (自由に入出可能)	軽食 ※無料 当日ご案内 します	受付開始	開会式	ルール 説明・ 競技開始	結果発表・ 閉会	終了	分科会まとめ ※お時間許す 方は参加をご 検討ください

9 対象者 ボランティア活動者・地域活動者・民生児童委員・興味関心がある人・社会福祉協議会職員等
※ まちづくりフォーラムは全県から参加者を募集するため、諏訪圏域外からの参加者・スタッフもいます。

9 申込み 申し込み締め切り: 11月12日(日) (必着)

- ・別紙「参加申込書」に必要事項を記入し、最寄りの社会福祉協議会へお申し込みください。
- ・諏訪圏域の定員は84名、先着順とします。人数に限りがありますので、早めにお申し込みください。
個人でも団体(チーム:2～6名)でのお申し込みでも可能です。

10 その他

・中止の判断は「まちづくりボランティアフォーラム」に準じ、各市町村社協より連絡いたします。

11 問合せ

原村社会福祉協議会 諏訪郡原村 6649-3 原村地域福祉センター内
電話:0266-79-7228 担当:関

ボッチャ(Boccia)基本ルール説明

概要

- ① 赤球チームと青球チームに分かれる。
- ② 白球に向かって球を投げる。(転がす)
- ③ 白球に近い球の多いチームの勝ち。

ゲームの流れ

1. チーム分け(色分け 先攻・後攻)

じゃんけん(正式にはコイントス)で赤球 Or 青球を選ぶ。

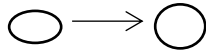
赤球・先攻、青球・後攻

2. 投球練習

1人数回、球の転がり具合などを練習してみよう。

球が歪んでいるかもしれません。

揉んで丸くしたいと思います。



* 上から投げて、下から投げて問題はありません。

手を使えない選手は蹴っても構いません。

自分のコントロールの良い投球方法を見つけましょう!

3. ゲーム開始

赤チームがジャックボール(白球)を投げる。

4. 赤チームの攻撃

ジャックボールを投げた人は赤球を1つジャックボールに向かって投げる。(近づける)

5. 青チームの攻撃

ジャックボールに向かって1つ青球を投げる。(近づける)

6. ジャックボールから遠いチームが球を投げる。(図1)

3投目以降はジャックボールから球が離れているチームが投げます。よって連投する場合があります。

(ヒント)コート内にある球に当ててみよう!

7. ゲーム終了

すべての選手が球を投げ終えたらゲーム終了。

得点計算をします。

1セット目終了です。6セットまでやります。

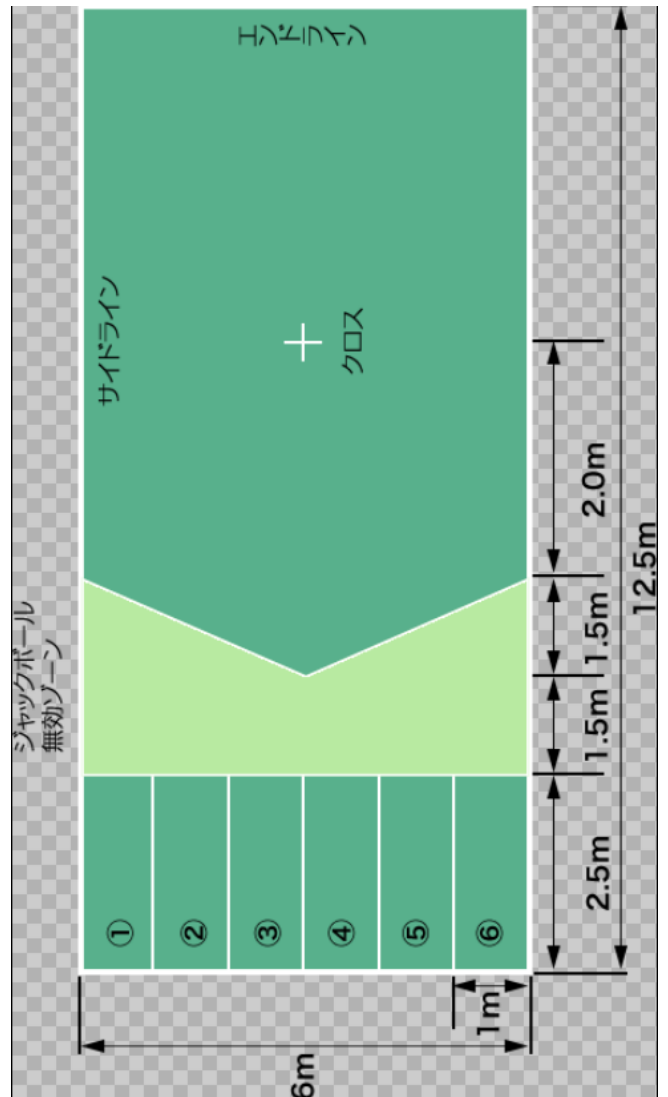
★ジャックボールを投げる選手は1セット毎右の選手に変わります

2セット目・青チーム(②の選手)、3セット目・赤チーム(③の選手) …

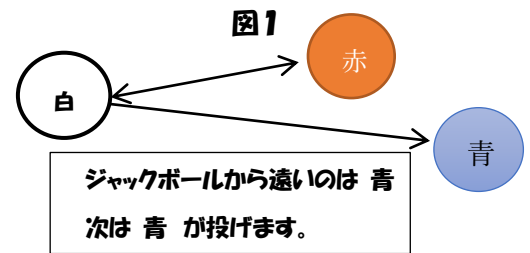
★得点計算

* 白球に近い球のチームが勝ち

得点は白球から一番近い「負けチーム」の球までの距離を半径とした円を作り、その円の中に「勝ちチーム」の球が何個あるかで決まる。



①③⑤・・・赤チーム ②④⑥・・・青チーム
6セット終了まで場所は変わりません!



参考:長野県障がい者スポーツ協会

※当日は基本ルールをより簡単にしたルールで体験リーグ戦を行います。