

# ふれあいニュースポーツ交流大会 要領

## 1 大会規定

- (1) 選手の参加資格は老人クラブ会員及び60歳以上の県内在住者（引率責任者、事務局を除く）とする。
- (2) 参加競技種目は原則として一人1種目とする。
- (3) 競技中は常に80歳以上または女性が1名以上入ること。
- (4) 監督、引率責任者、事務局は選手を兼ねることができる。
- (5) 試合の組み合わせは当日各チーム監督の抽選により行う。

## 2 競技方法

- (1) 競技は別に定める競技要項を適用する。
- (2) 審判は参加選手相互審判とする。なお競技中問題が生じた場合、審判長の判断に従う。
- (3) 予選はブロックごとのリーグ戦を行い順位を決める。決勝は予選ブロックの上位2チームにより順位を決める。予選リーグにおいて勝率が同じ場合は、選手によるじゃんけんで上位2チームを決定する。
- (4) 参加チームが5チーム以下の場合、予選は行わず決勝リーグ選を行い順位を決める。勝率が同じ場合は競技したチーム選手3名の年齢合計の高い順で順位を決める。
- (5) チーム編成ができない場合、その種目の対戦相手を不戦勝とする

## 3 総合順位の決定

総合順位の決定は3種目のポイントの合計で決める。ポイントが同点の場合監督による抽選で決める。

### 【ポイント表】

基礎点	順位	獲得ポイント	合計
10点	優勝チーム	50点	60点
	準優勝チーム	40点	50点
	第3位チーム	30点	40点
	第4位チーム	20点	30点
	上記以外のチーム	0点	10点

## 4 表彰

- (1) 各種目別成績及び3種目総合成績上位（優勝、準優勝、第3位）のチームに賞状と記念品を贈る。
- (2) 参加者全員に参加賞を贈る。

# ふれあいニュースポーツ交流大会 留意事項

## 1 大会運営

- (1) 高齢者の健康維持と相互のふれあいと交流を深めることを目標とし、楽しい大会となるよう心がけること。
- (2) 自分たちによる自分たちのための大会運営を目指し、定められたことを遵守するとともに、参加者同士が可能な限り協力して大会を円滑に進めること。
- (3) 新型コロナウイルス感染拡大防止のため「新しい生活様式」に沿った大会とすること。
- (4) 競技用具設置及び撤去、後片付け、体育館のフローアーマップ清掃等参加者が全員で対応すること。

## 2 体調管理

- (1) 参加者は健康の自主管理に努め、自宅で体温測定し発熱や身体がだるい等の体調不良があれば直ちに参加を見合わせる事。
- (2) 参加者はけが等の予防のため十分な準備運動を行うとともに、こまめな水分補給を心掛け、休憩時間の確保に努めること。

## 3 持参品

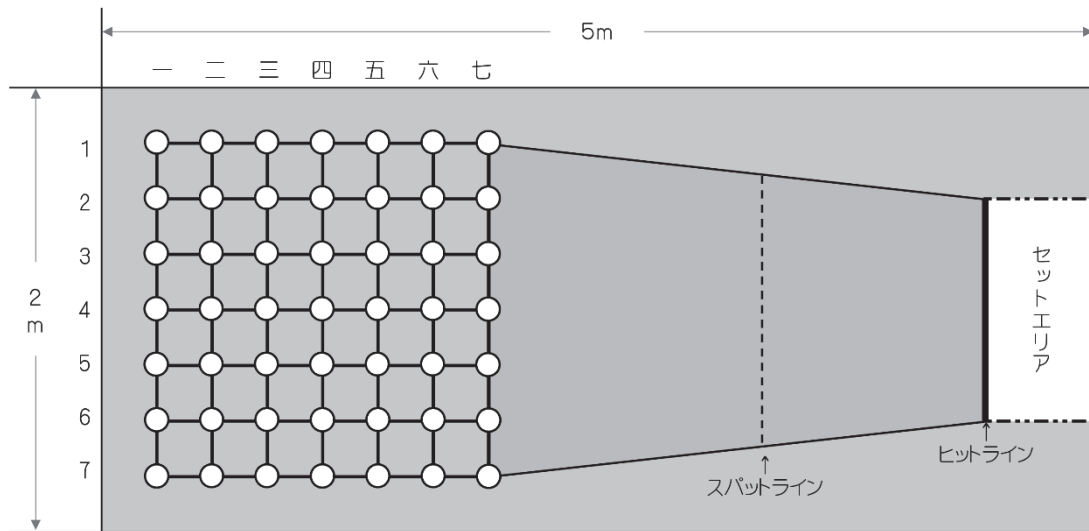
- (1) 参加者は軽スポーツに適した服装とマスクを着用のうえ、室内用シューズ、水分補給用飲料を持参すること。
- (2) 各チームは選手がアリーナ内に待機するため床に敷くためのシート等を持参すること。

## 4 その他

- (1) 決められた場所以外での飲食、喫煙をしないこと。
- (2) 当日の傷害保険（レクリエーション保険）は主催者が加入する。
- (3) 大会に参加する時は、交通事故等に十分注意すること。
- (4) ゴミ類は各自持ち帰ること。
- (5) 参加者アンケートを実施し今後の健康づくり活動の参考資料とすること。

# 囲碁ボール 競技要項

## 用具の設置



- ・囲碁ボールマット
- ・ボール(黒・白 各10個)
- ・スティック2本

## チーム編成

今大会は1チーム5～8名で編成し、プレーヤーの中に80歳以上または女性が1名以上はいること。

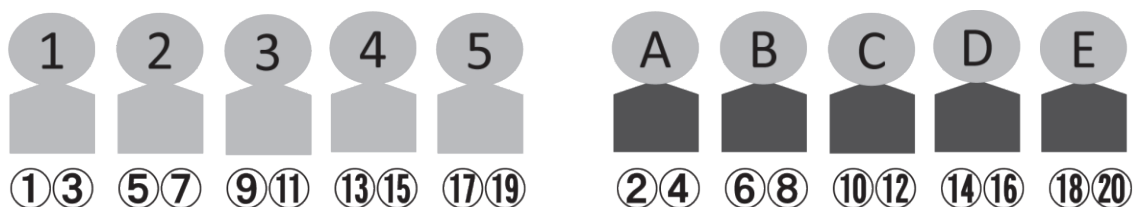
## ゲームの進め方

- ①チームから5名が試合に出場し、2チームによる2局勝負の対抗戦とする。
- ②チーム代表者のジャンケンにより、負けた方が先攻(黒ボール)、勝った方が後攻(白ボール)となる。1局・2局とも使用するボールの色は変わらない。  
※2局目の先攻後攻については後述
- ③競技は、スティックでヒットしたボールを目(穴)に停止させることを競う。
- ④先攻チーム第1競技者が黒ボール1個をセットエリアに配置し、スティックでボールをヒットする。その次に後攻チーム第1競技者が白ボール1個をセットし、ヒットする。
- ⑤その後も黒チームと白チームが1個ずつ交互にボールをヒットする。
- ⑥両チームがすべてのボール(黒・白 各10個)を打ち終わることを「1局」といい、1局が終わればアウトボールを取り除き、セーフボールの得点を記録する。(※セーフボール・アウトボールの判定については後述)

- ⑦2局目は、前の局でライン得点(同じライン得点だった場合はポイント得点)の優位だったチームが先攻となる。同点だった場合は前の局の先攻チームが引き続き先攻となる。
- ⑧2局目もすべてのボールを打ち終わり、得点を記録したらゲーム終了とする。
- ⑨打ったボールがマットの手前の方に停止しても、その局が終わるまではボールをその位置のまま競技を続ける。
- ⑩打ったボールが、すでに打って停止しているボールに触れても反則とならない。逆に、後から打つボールを活かして、相手チームを不利にしたり、自分のチームを有利にしたりすることもできる。

### ボールの打順について

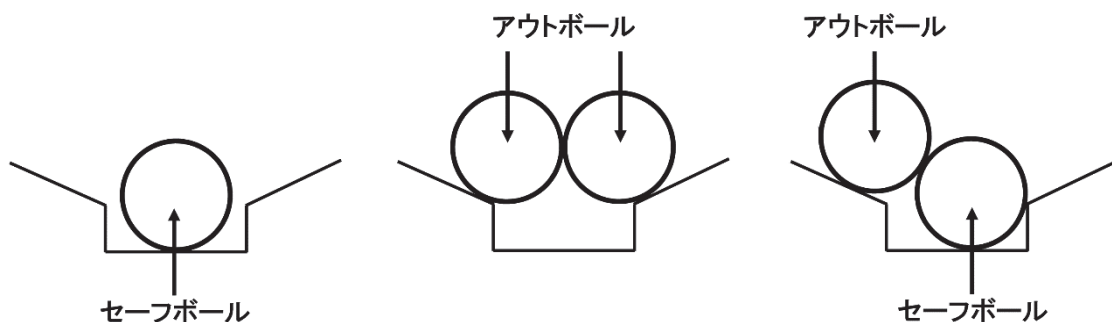
- ①今大会は10球を5名で割り振るため、1人の競技者が2球をヒットできる。
- ②下図が20球(黒10球、白10球)すべてのヒットする順番である。  
(第1競技者が1・2球目を、第2競技者が3・4球目・・・をヒットする流れ)



スムーズな進行となるよう、試合前にヒットする順番を決めておくこと。

### セーフボール・アウトボールの判定

- ①黒・白それぞれ10個のボールを打ち終わった段階でセーフボール・アウトボールの判定を相互審判で行う。
- ②セーフボールは、そのボールが目(穴)の底についていなければならない。複数のボールが1つの目に集まっている場合でも、ボールが目の底についていない場合は全てのボールがアウトボールとなる。
- ③1つの目(穴)に2つのボールがセーフボールになることはない。その反対に、複数のボール全部がアウトボールとなる場合はある。



## 得点とその局の勝敗について

### 【得点】

両チームがすべてのボール(黒・白 各10個)を打ち終わると1局の終了となり、終了を確認したら、相互審判で、アウトボールを除き、判定に入る。

得点には「ライン得点」と「ポイント得点」がある。

### 【ライン得点】

自分のチームのボールが縦・横・斜めのいずれかの目(穴)に3つ以上並ぶとライン得点となる。

並んだ数を「目」といい、できた組数を「連」という。

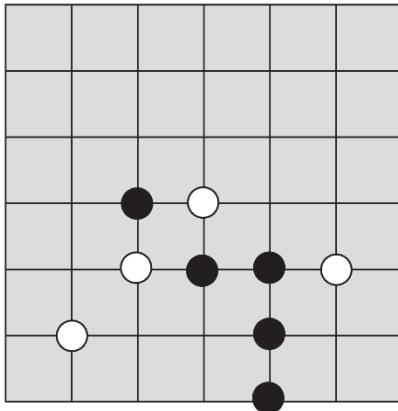
例えば、3つ並んだのが2組であれば、「3目2連」という。

ただし、6目以上は無効でライン得点にならない。

### 【ポイント得点】

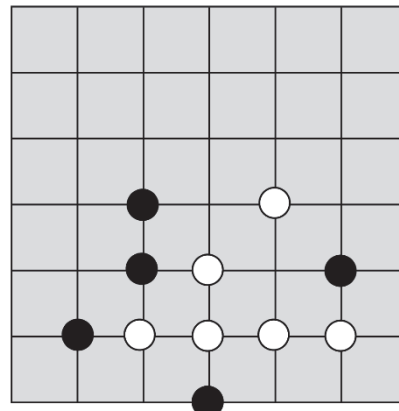
セーフボールとして目(穴)に入っているボールの数がポイント得点となる。

ポイント得点「10」の場合は、ポイント得点のほか、特別にライン得点「5目1連」が与えられる。



黒は ライン得点「3目2連」  
ポイント得点 5点

白は ライン得点「3目1連」  
ポイント得点 4点



黒は ライン得点なし  
ポイント得点 5点

白は ライン得点「4目1連」と「3目1連」  
ポイント得点 6点

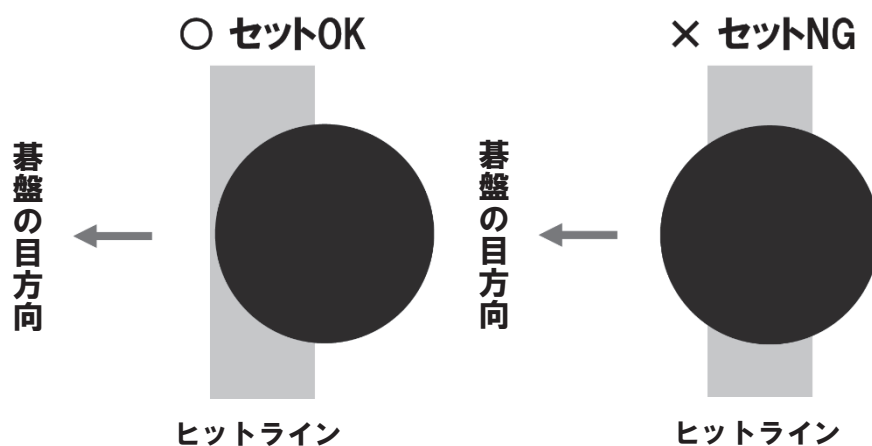
## 1試合の勝敗判定

- ①1試合は2局を合計したライン得点、ポイント得点を以下の順で判定する。
- ②初めにライン得点を見る。  
5目、4目、3目の順に、多い「目」において「連」がいくつあるかを比べる。  
数の多い「目」があるチームが勝利。  
「目」が同じ場合は「連」の多いチームが勝利。
- ③次にポイント得点を見る。  
当然、ポイント得点の多い方が勝利。  
しかし、ライン得点の方が優先されるため、いくらポイント得点が多くても勝ちにならない場合がある。  
ライン得点がすべて同じ場合のみ、ポイント得点の勝負となる。
- ④ライン得点もポイント得点も同じ場合は、いずれかの局で高いポイント得点のあるチームが勝利となる。
- ⑤さらに同じ場合は、プレーヤー5名のジャンケンで決める。

※次頁の勝敗判定例を参照のこと

## 注意事項

### (1)ボールのセット位置について



- (2)ボールをセットエリア内にセットすれば足はどこに設置しても良い。
- (3)スティックは使いやすい方法で持ってよい。
- (4)スパットラインは、幼児や障がいのある方がプレーするときに使用するラインであり、今大会では使用しない。ボールの打つ方向の目安として、スパットラインの点線を目印にすることができる。
- (5)囲碁ボールマット(碁盤の目の部分)は踏まないこと。

### 勝敗判定例

(1)

チーム	局	得点別	目	1局	2局	合計	勝敗
黒	A	ライン得点	5				
			4				
			3	1	1	1	
	ポイント得点	4	6	10			
白	B	ライン得点	5		1	1	
			4				
			3				
	ポイント得点	2	7	9	勝		

B チームが「5目1連」で勝となる。

### 勝敗判定例

(4)

チーム	局	得点別	目	1局	2局	合計	勝敗
黒	A	ライン得点	5				
			4				
			3	2	1	3	
	ポイント得点	7	5	12			
白	B	ライン得点	5				
			4				
			3	2	3	5	
	ポイント得点	6	8	14	勝		

B チームが3目5連で連が多いため B チームの勝となる。

(2)

チーム	局	得点別	目	1局	2局	合計	勝敗
黒	A	ライン得点	5		1	1	
			4	1		1	
			3				
	ポイント得点	6	7	13			
白	B	ライン得点	5	1		1	
			4				
			3		2	2	
	ポイント得点	8	7	15			

どちらも5目があるので4目のある A チームが勝となる。

(5)

チーム	局	得点別	目	1局	2局	合計	勝敗
黒	A	ライン得点	5				
			4				
			3	1	1	2	
	ポイント得点	5	6	11	勝		
白	B	ライン得点	5				
			4				
			3	1	1	2	
	ポイント得点	4	5	9			

どちらもライン得点が同じため、ポイント得点の多い A チームが勝となる。

(3)

チーム	局	得点別	目	1局	2局	合計	勝敗
黒	A	ライン得点	5				
			4		1	1	
			3				
	ポイント得点	3	5	8			
白	B	ライン得点	5				
			4				
			3	2	1	3	
	ポイント得点	6	5	11	勝		

4目がある A チームが勝となる。

(6)

チーム	局	得点別	目	1局	2局	合計	勝敗
黒	A	ライン得点	5				
			4				
			3				
	ポイント得点	5	3	8			
白	B	ライン得点	5				
			4				
			3				
	ポイント得点	4	4	8			

ポイント得点合計が同じため、1局で5ポイントある A チームが勝となる。

# 囲碁ボール スコア表

第\_\_試合\_\_コート

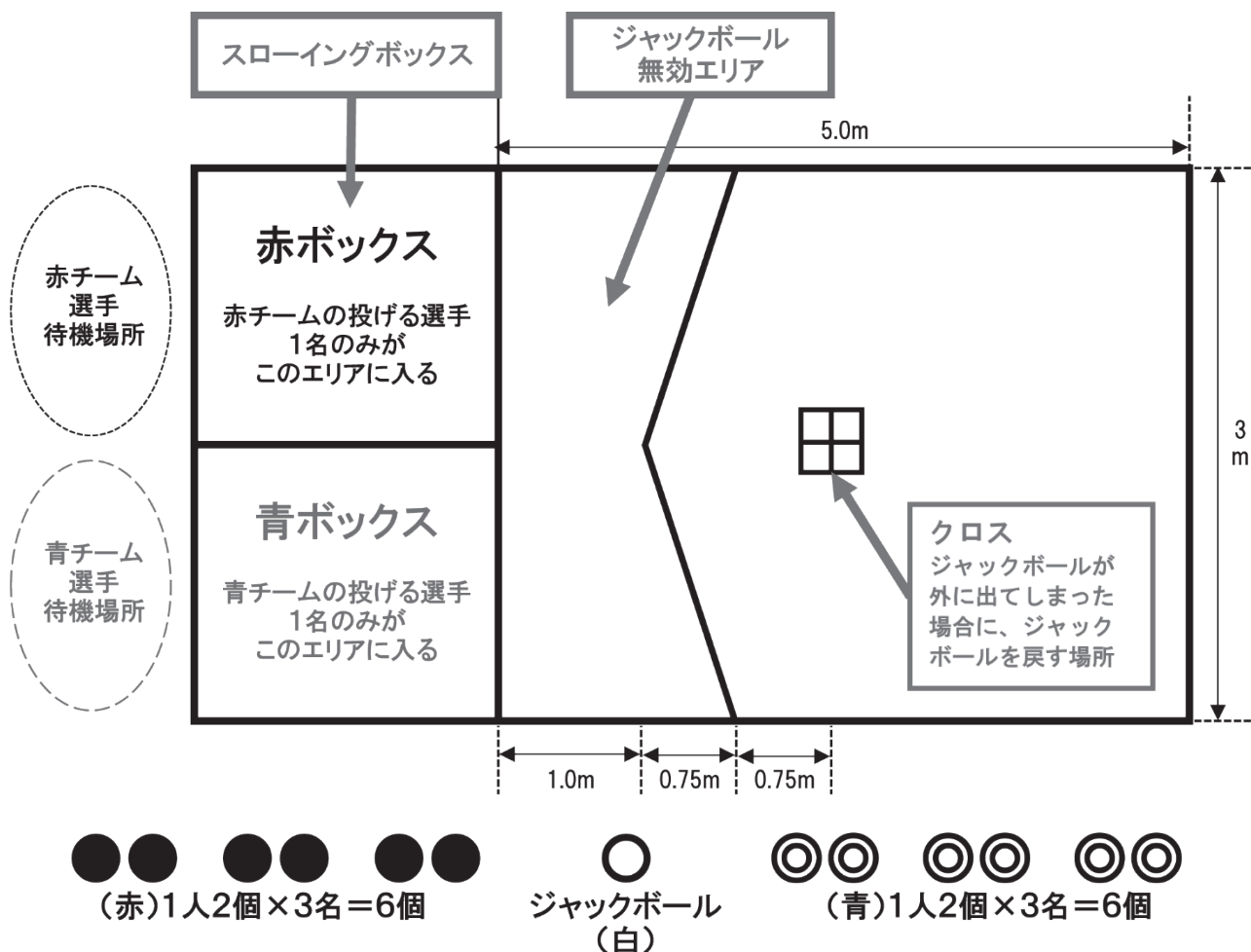
事務局  
チェック

局 チーム	局	目	1局	2局	合計	勝 敗
黒	得点別					
	ライン得点	5 4 3				
	ポイント 得点					
白	得点別					
	ライン得点	5 4 3				
	ポイント 得点					



# ボッチャ 競技要項

## ■コート設置と用具■



## ■チーム編成■

今大会は1チーム3～5名で編成し、プレーヤーの中に80歳以上または女性が1名以上はいること。

## ■競技人数■

今大会は、プレーヤー3人が出場し各自2個のボールを持つ。2チーム対抗戦で3人対3人による4エンドの総得点方式で勝敗を決める。

## ■競技の進め方■

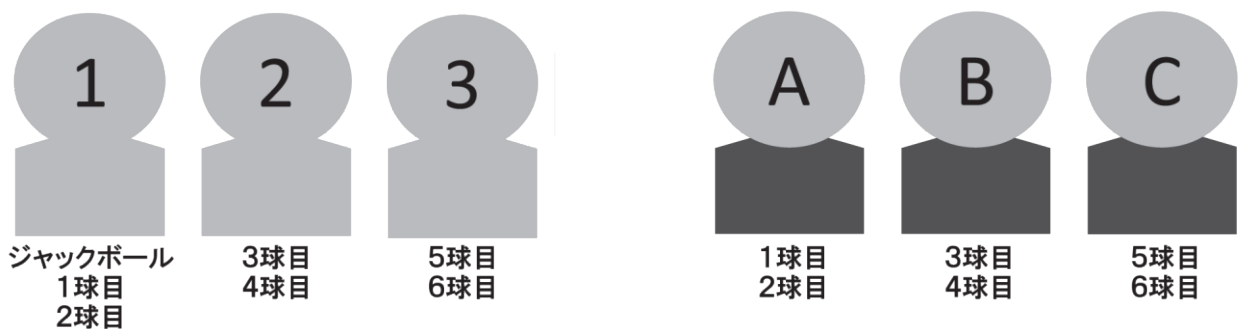
- ①チーム代表者のジャンケンにより、負けた方が赤、勝った方が青となる。ボールの色は4エンドとも同じ色を使用する。
- ②1エンドは、スローイングボックス赤(1人目)がジャックボール(白)をジャックボール無効エリアより遠くのコート内に投げる。

- ③続けてジャックボールを投げた赤(1人目)が赤ボールを1個投げる。
- ④青チーム(1人目)が青ボール1個を投げる。
- ⑤これ以降は、ジャックボールに遠いほうのチームが1個ずつボールを投げる。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。
- ⑥一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。
- ⑦両チームが6球すべてのボールを投げ終えた時点で1エンドが終了し、相互審判で採点を行いスコアシートに記入する。得点はジャックボールが一番近い相手のボールより何個近づいているかを数える。(採点の方法は次頁)
- ⑧2エンドのジャックボールを投げるのは青(1人目)、3エンドは赤(2人目)、4エンドは青(2人目)となる。
- ⑨4エンドの総合得点で勝敗を決める。合計得点が同点だった場合は、試合に出場した選手3名によるジャンケンで勝敗を決めることとする。

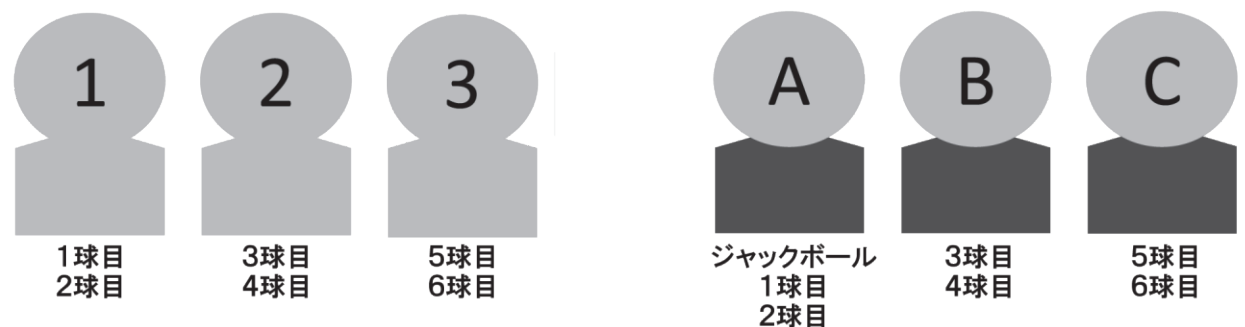
■投球の順番について■

- ①今大会は6球を3人で割り振るため、1人の競技者が2球投げるができる。
- ②ポッチャのルール上、ジャックボールから遠いチームが投げることになるが、各チーム6球の投球順については、1人目がジャックボールと1・2球目を、2人目が3・4球目を、3人目は5・6球目を投げることとする。
- ③各エンドの投球順については下図を参考にし、スムーズな進行となるよう、事前にチーム内で投球順の確認をしておくこと。

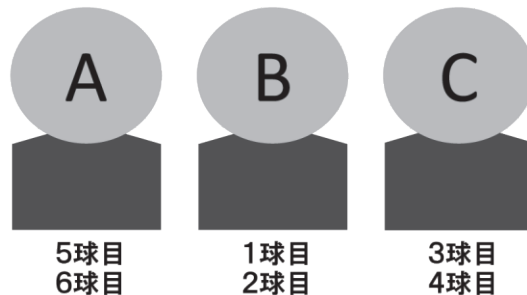
1エンドの投球順



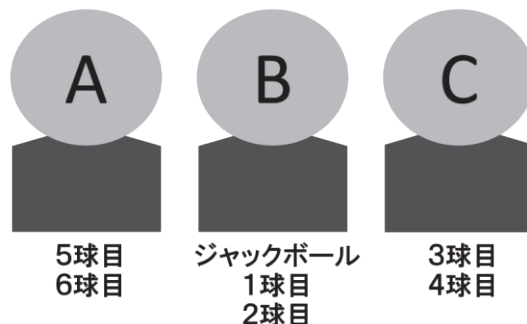
2エンドの投球順



### 3エンドの投球順



### 4エンドの投球順



#### ■ルール補足(選手交代など)■

- ① エンドごとのプレイヤー交代は認める。(上記にあるとおり、80歳以上または女性が1名以上はいること) エンド途中でのプレイヤー交代は認めない。
- ② ジャックボールの投球について、赤(1人目)が失敗した場合は青(1人目)が行う。そのプレイヤーも失敗した場合は赤(2人目)→青(2人目)→赤(3人目)→青(3人目)と交代する。(カラーボールの投球については、そのエンドで本来ジャックボールを投げるプレイヤーから投げる)

#### ■足のファウル位置について■

ラインの外側を境界線とするため  
投盤ライン手前位置すればOK。

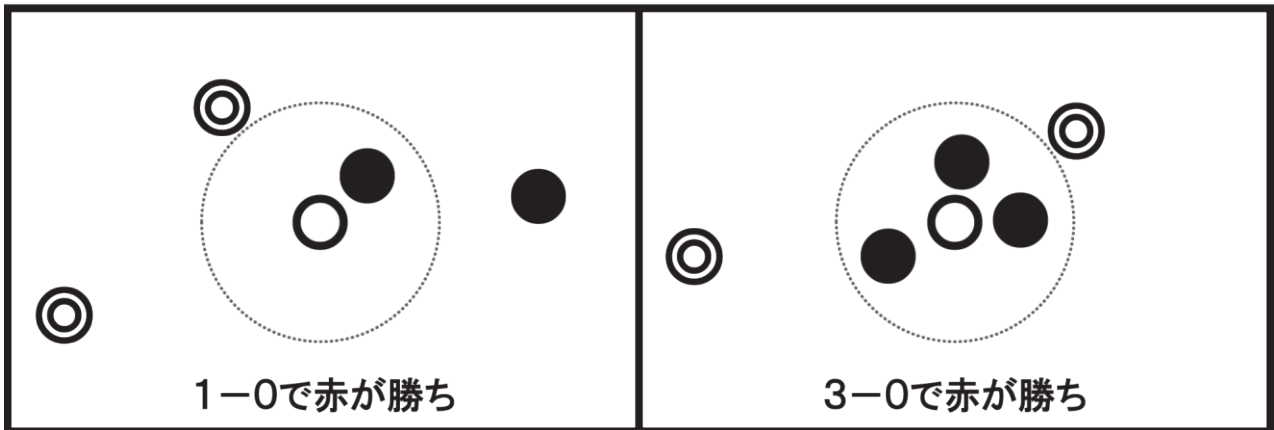
投盤ラインを少しでも  
踏んでいる場合はファウルとする。

★ファウルスローとならないように  
参加者同士で声がけしあうこと。



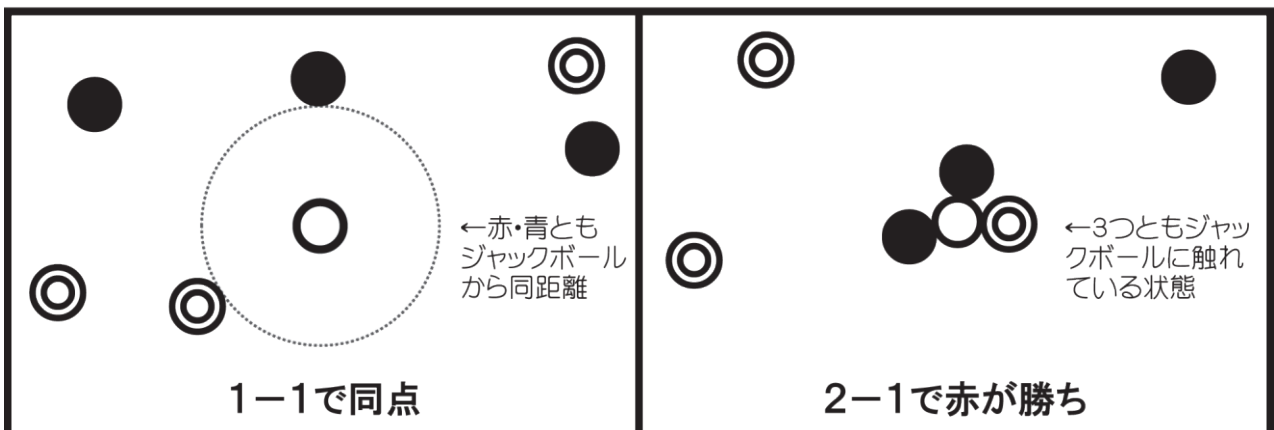
■採点の方法■

○ ジャックボール ● 赤 ◎ 青



ジャックボールに最も近い位置にボールを置いたチームがそのエンドの勝者となる。相手チームのジャックボールに最も近いボールよりも内側にある、自身のチームのボール1個につき1点が得点となる。

○ ジャックボール ● 赤 ◎ 青



ジャックボールから最も近い等距離の位置に、2個以上の異なるボールがある場合は、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。

■注意事項■

- ①投球は選手がスローイングボックスから出ない限り、どんな方法でもよい。  
(上手投げ、下手投げ、転がすなど)
- ②コート外に出たボールは「アウト」とし、得点対象のボールに含まれない。アウトボールは直ちに除去し、1カ所にまとめておく。  
(ラインから完全に出てしまったときにアウトの判定となる。)
- ③ゲーム中、ジャックボール(白)がラインに触れるか外にはじき出た場合、クロス(中央のマーク)に置きなおし、プレイを続行する。オンラインもクロスに置きなおす。

# ボッチャ スコア表

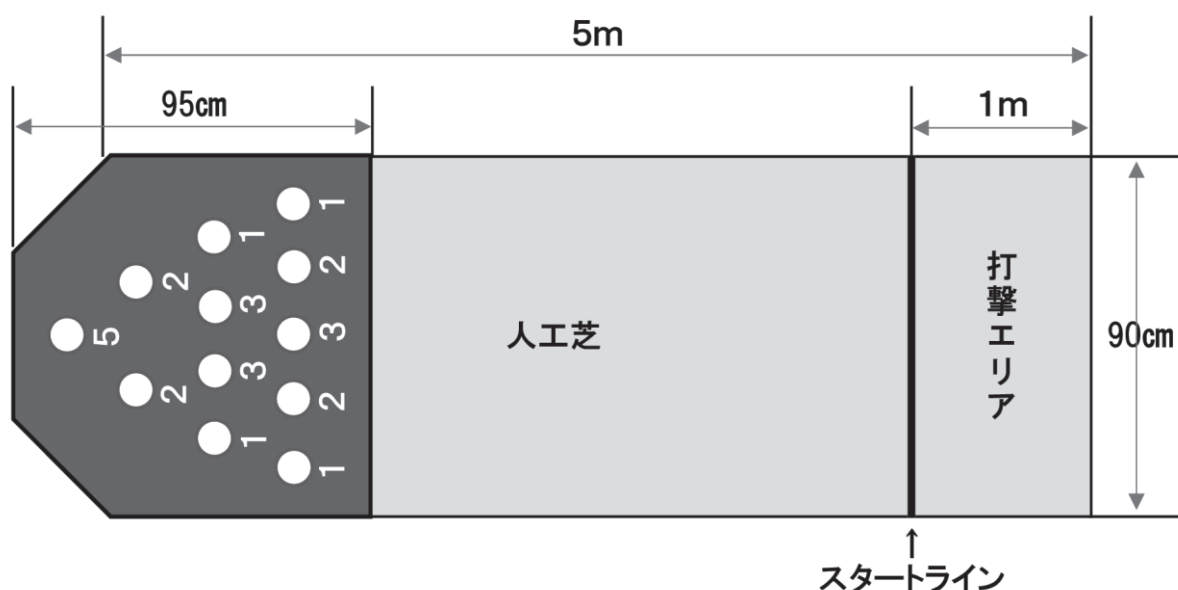
事務局  
使用欄

第\_\_試合 \_\_コート

赤		エンド	青	
チーム名			チーム名	
点	1	点	点	
点	2	点	点	
点	3	点	点	
点	4	点	点	
点	合計	点	点	
		※同点の場合 選手3名によるジャンケン		
		勝敗		

# スカットボール 競技要項

## ■用具の設置について■



- ・スティック2本
- ・ボール10個（赤球5個、白球5個）
- ・スカット台1台
- ・レーンマット（人工芝）

## ■チーム編成■

今大会は1チーム5～8名で編成し、プレーヤーの中に80歳以上または女性が1名以上はいること。

## ■競技方法■

- ①今大会は1チーム5名が出場する2チーム対抗戦。5名対5名による総得点方式で勝敗を決める。
- ②チーム代表者のジャンケンにより、負けた方が先攻（赤球）、勝った方が後攻（白球）となる。
- ③先攻チーム（赤球）の第1競技者が打撃エリア内にボールを1個セットし打撃する。それを5回繰り返す。得点ホールに入った球がすべて得点となる。（書かれてある数字を点数とし加算する。5点・3点・2点・1点の4種類）
- ④得点を計算しスコア表に記入後、赤球をすべて取り除き、後攻チーム（白球）の第1競技者が5球を打撃する。
- ⑤その後、先攻チーム（赤球）第2競技者→後攻チーム（白球）第2競技者→赤3→白3→赤4→白4→赤5→後攻チーム（白球）第5競技者まで打撃を行う。
- ⑥打撃はマット上であれば、スタートライン（スタートラインを含む）から打撃エリアのどの地点から打撃してもかまわない。
- ⑦人工芝上に停止してしまった球はそのままで打撃を続ける。停止した球に打撃した球が当たり得点ホールに入った場合も得点とする。

- ⑧持ち球5球全部が得点ホールに入った場合、パーフェクトチャンスとして、得点ホールに入っている全ての球を取り除いた上で、さらに1回分(5球)打つことができ、得点に加算される。

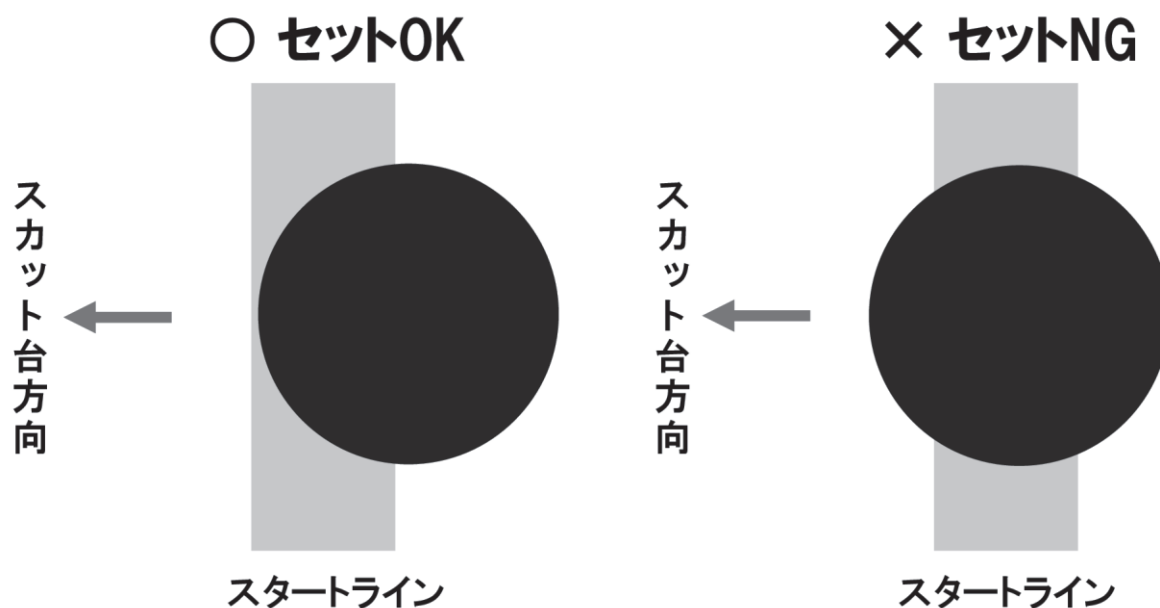
### ■勝敗の決定■

- ①全ての競技を終えたら、総合得点を計算し、得点の高いチームを勝ちとする。  
②総合得点と同じ場合はプレイオフとし、プレーヤー5名(1名1球)による決定戦を行う。

※ジャンケンで先攻後攻を決める。(使用する球の色は、それまでの競技で使用していた色を使用する)先攻チーム5名がそれぞれ1球ずつ5球全て打撃し得点を計算する。次に後攻チームが5名5球全て打撃し得点を計算し、得点の高いチームを勝ちとする。

- ③プレイオフでも得点と同じ場合は、プレーヤー5名によるジャンケンで勝敗を決める。

### ■ボールのセットについて■



### ■注意事項■

- (1) ボールのセットは打撃エリア内に置くこと。足はどこに設置してもよい。  
(2) スティックは使いやすい方法で持ってよい。  
(3) スティックを使うときには周りに人がいないか確かめてから振ること。  
(4) 人に向けてボールを打ったり投げたりしないこと。  
(5) マットの上を走らないこと。

# スカットボール スコア表

第 試合 コート

事務局  
チック

チーム名	得点	パーフェクト チャンス	点
赤玉・白球	No.		
	1		
	2		
	3		
	4		
5			
総得点			点
(同点時) プレイオフ			点
勝敗(勝と記入する)			

チーム名	得点	パーフェクト チャンス	点
赤玉・白球	No.		
	1		
	2		
	3		
	4		
5			
総得点			点
(同点時) プレイオフ			点
勝敗(勝と記入する)			

※ 先攻は、赤球を使用する。