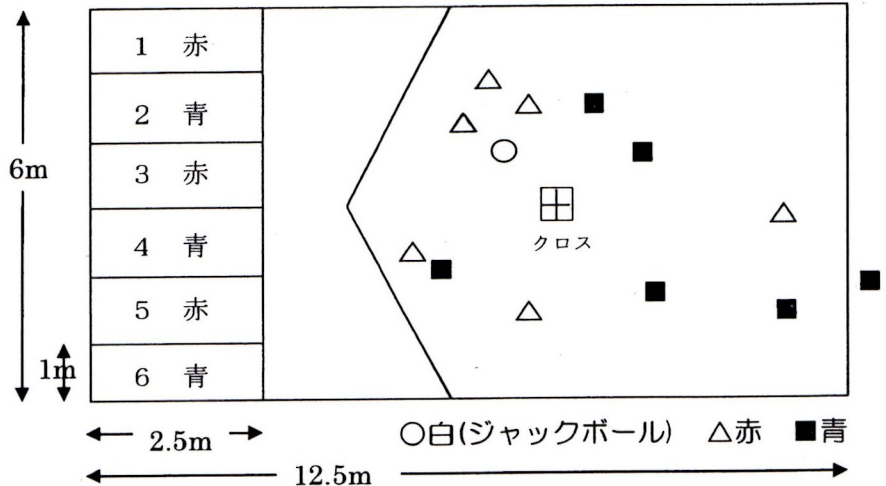
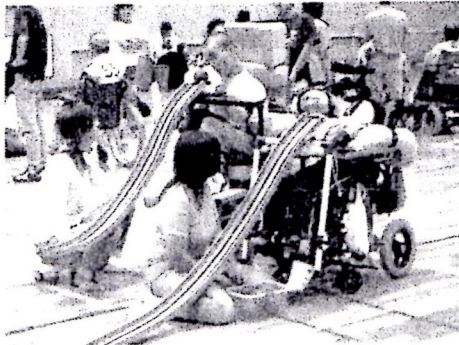


# ポッチャを楽しもう！

【ポッチャサークルコロコロ四日市】

## ポッチャってどんなスポーツ？

- ☆ 誰でもできます（子どもから高齢者まで、男女を問わず、障害のある人も大丈夫！！）
- ☆ ボールを投げてもけても転がしてもOK！ 補助具を使うこともできます
- ☆ 重度脳性麻痺の人のための種目としてパラリンピックで採用されています



## ポッチャのルール

- 1対1で行なう個人戦、2対2で行なうペア、3対3で行う団体戦があります。
- いずれも1チーム6個のボール（赤または青）をジャックボール（白）に近づけるよう投げます。
- 投げる順番は
  - ① 赤チームの左端の人がジャックボール（白）を投げます。  
（2ラウンドめは青チームの左端の人が投げ、後は同じ要領で順番に投げます）
  - ② 同じ人が赤ボールを投げます。
  - ③ 青チームの誰かが青ボールを投げます。
  - ④ これ以降はジャックボールに近い方のチームの誰かが投げます。
  - ⑤ 一方のチームに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ます。
- ジャックボールや他のボールにあたってもそのまま続けます。
- ジャックボールがコート外に出たとき、ジャックボールはクロス位置に戻ってきます。
- 得点は
  - 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判定  
（上記の図の場合：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
  - ③ その円の中に何個の赤ボールがあるかを数えます。その数が得点となります。
  - ④ ①が全く等距離の時のみ1対1となります。

例1) 2対0で赤の得点



例2) 1対0で赤の得点



例3) 1対1で同点



- 個人戦とペア戦は4ラウンド、団体戦は6ラウンド行ない、合計得点を競います。
- ボールを投げられない人は補助具を使うことができ、また介助を受けることもできます。
- ランプの介助者はゲーム中コートを見てはいけません。

※詳しいルールは『日本ポッチャ協会』ホームページ <http://japan-boccia.net/about/> 参照