ニュースポーツ

……みんな一緒にLet's Try

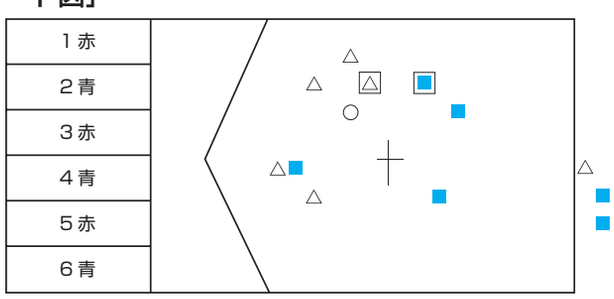
のもいいですが、家に閉じこもってばかりいると身体もなまってしまい、気持ちも暗くなりが

のではないでしょうか？
決してハードなものではなく、どちらもレクリエーションスポーツですので、仲間とコミュニ

ボッチャ

決められたコートの中でジャックという白いターゲットボールに個人、ペア、団体に分かれ、赤、青それぞれ６個のボールを投球し合い、ジャックボールにどれだけ自分のボールを近づけられるかを競うスポーツです。

[コート図]



○白（ジャックボール）　△赤　■青

・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。
・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）に近づけるようになげます。
・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ゲーム目は青チームの左端の人が投げて、後は同じ要領。）
　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遠いほうのチームの誰かが投げます。
　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ます。
・ジャックボールや他のボールに当たっても、そのまま続けます。
・ジャックボールがコートの外に出たとき、ジャックボールはクロスの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、どちらが近いかを判定（赤）し、
　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がまったく等距離のときのみ１対１となります。
・個人戦とペア戦は４ゲーム、団体戦は６ゲーム行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。
・介助者はゲーム中コート内を見てはいけません。

しています。ご希望の方はお問合せください。

特集 誰でも楽しめる

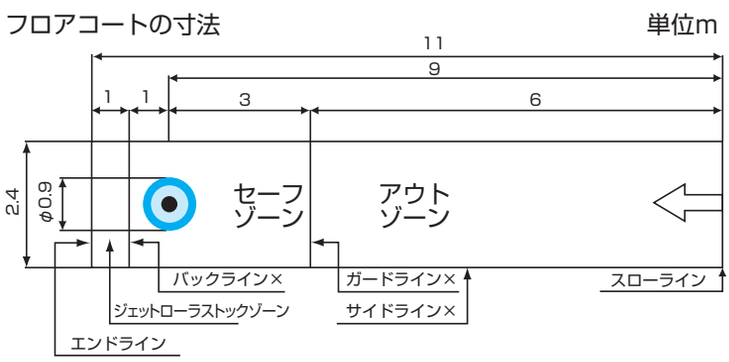
子どもから高齢者、障害者も健常者も

寒い日が続きますが、皆さん元気に過ごしていますか？やはり、冬は暖かい部屋でゆっくりするちです。
そんな時は学校、職場、地域の仲間と一緒に体を動かして、気持ちよく汗をかいてみるのも良いそこで今回は屋内で誰もが気軽にできるニュースポーツを２つ紹介します。スポーツといってもケーションを図りながら気軽に楽しむことができるので、ぜひチャレンジしてみましょう。

カローリング

フロアコートの中にあるポイントゾーンを目標にジェットローラーという円盤を投球し、どれだけ近くに寄せられるかを１チーム３人または４人で相手チームと得点を争う競技です。ちょうど冬季オリンピック種目にもある氷上で行うカーリングを体育館などの床の上でおこなうスポーツです。

［コート図］



［ルール］※ジュニア競技の場合

●投球順序は、相手チームと1個づつ交互に投球します。

ファーストプレイヤー、セカンドプレイヤー、副主将、主将の順序で相手チームのプレイヤーと1個づつ交互に投球します。

●先攻、後攻は両チームの主将が、じゃんけんで決めます。

各イニングに於て、勝ちチームは、次のイニングで先攻になります。両チームのジェットローラを全部（8個）投球して1イニングを終了し、両チームの副主将が、得点計算を確認します。ポイントゾーンの中心に最も近い位置にジェットローラを停止させたチームが勝ちとなり、このジェットローラに順次、連続した位置にある勝ちチームのジェットローラは、すべて得点の対象となり加算されます。負けチームのジェットローラがポイントゾーン上に何個存在していても、得点はすべて0点です。

※カローリング、ボッチャの道具は社会福祉協議会　木曽川支部（TEL87－2000）で貸出