

令和8年度那珂市子ども会親睦競技大会

ドッチビー ゲームブック

作成：那珂市子ども会育成連合会事務局



このゲームブックは、日本ドッチビー協会公式ルールから一部抜粋し、那珂市用に編集して作成したものです。

小子連等でゲームを行う場合は、必ずしもこのゲームブックに基づき実施する必要はありません。適宜参考にし、アレンジしながら楽しくゲームを行いましょう。

概 要

ドッチビー（ディスクドッチ）は、ソフトディスクを当てることで相手内野プレイヤーを減らすゲームです。

この競技のポイントは、いかに「相手が捕りにくい、捕られないスロー」ができるかがカギとなります。同時に、そのスローをキャッチすることで、自らが攻撃権を得られるという面白さも存在します。

ソフトディスクを使うことで年齢性別による差が出にくく、誰もが一緒にプレーできるスポーツです。

用 具

使用ディスク：ドッチビー270（直径27cm 規格）

ユニフォーム：指定なし（番号の有無は自由）

ビブス：元外野以外の選手は着用

※ビブスは番号有りのものを着用し、番号が同チームで重複しないようにすること

※事務局によるビブスの貸出可

シューズ：学校指定の上履き

※学校指定以外の上履き（体育館シューズなど）を着用しての試合出場は認めない

※用具の貸出について

ドッチビー270、ビブス（イエロー・ピンク・ブルー・グリーン・ブラック）を貸出できます。事務局までお問い合わせください。

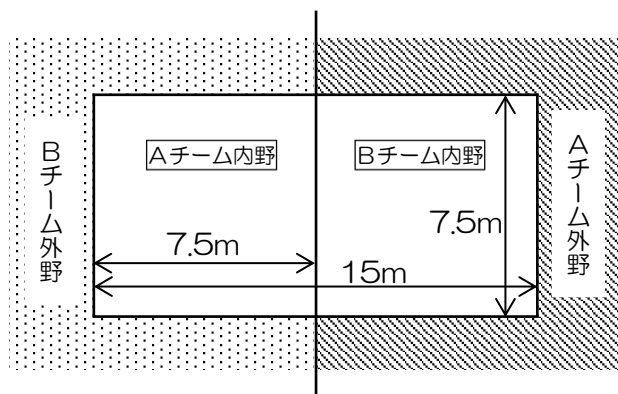
【貸出に関する問い合わせ】

那珂市子ども会育成連合会事務局（那珂市教育委員会生涯学習課内）

TEL：029-298-1111（内線824） E-mail：shougai-g@city.naka.lg.jp

基本事項

①コート



（コートサイズ）

ふたつの7.5m正方形が接した長方形

（センターライン）

センターラインの延長線上には、どこまでも両外野を分ける線が存在します。

②試合時間

- ・1試合3セットとし、1セット7分・セット間休憩2分を確保します（1試合25分程度）。
- ・どちらかのチームの内野が0人となった場合は、その時点でセットを終了します。

第1セット 7分	休憩 2分	第2セット 7分	休憩 2分	第3セット 7分
-------------	----------	-------------	----------	-------------

25分

③勝敗について

- ・1試合3セット行います。セット終了時点で、内野に残っている人数が多いチームがセットを獲得します。第3セット終了時に獲得セット数の多いチームが勝利します。
- ・第3セット終了時点で勝敗がつかない場合（1勝1敗1分けまたは3セット引き分け）
 - （1）主審と各チームの第3セットに出場した選手全員（元外野含む）で一斉にじゃんけんを行い、主審に勝った人数が多いチームが勝ちとする（あいこは勝ちに含めない）。ただし、両チームの第3セットの選手人数が異なる場合は、選手人数の少ないチームに数を合わせ、じゃんけんを行う。
 - （2）決勝戦については、じゃんけんは行わず、勝敗がつくまでセットを追加する（延長セット）。ただし、延長セットについては、体力面、時間面を考慮し、試合時間を4分とする。

※最初の2セットで試合の勝敗が決まった場合も3セット目を行う。

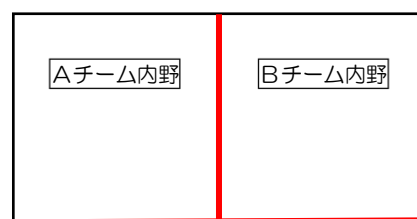
④審判員

主審1人・線審2人・記録員1人・両コート共通タイムキーパー1人を置きます。

※今大会については、市子連役員及び事務局が審判を務めるため、各子ども会への審判員の要請はありません。

【主審】電子ホイッスルを鳴らす回数（アウト：1回、ファール：2回、試合開始時・再開時：長めに1回）

- ・記録員用テーブルの前に立ち、センターラインおよび主審立ち位置手前のライン（赤のライン）に関して、①ディスクが当たった場合、②センターラインに関するオーバーラインがあった場合、③ディスクがセンターラインを越えた場合、④ファールが起きた場合、⑤ファール後の再開に電子ホイッスルを鳴らします。

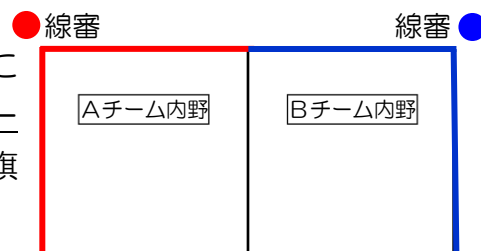


●主審

- ・ファール時に相手チームへディスクを渡すなど、ディスク所有権の移動を管理します。
- ・セット終了時点での内野数のカウントを行います。

【線審】白旗＝ファール、赤旗＝アウト

- ・それぞれコートの角に立ち、担当する2方向のラインに関して、①ディスクが当たった場合（赤旗）、②オーバーラインや、ディスクがラインを越えた場合（白旗）に旗を挙げて、選手や主審に知らせます。



●主審

- ・相手チームへディスクを渡すなど、ディスク所有権の移動を管理します。

【記録員】

- ・記録員用テーブルに着き、各セットの勝敗や内野数の管理をします。

【タイムキーパー】

- ・各試合の試合時間を管理します。試合進行が妨げられる場合（けがなどによる選手交代など）を除き、時間を止めません。

⑤チーム構成

- ・試合は10人で行います。
※控え選手は5人までベンチに入ることができます。
※片方のチームの人数が10人に満たない場合でも、試合人数の調整は行いません。
- ・チームは男女混合編成とし、学年及び男女比率は自由とします。
- ・監督、指導者、保護者などは、3人までベンチに入ることができます（各試合の開始から第3セット終了までは途中交代できません）。

ゲームの進行

①試合の開始

- ・最初の攻撃権は、両チームの選手代表者のじゃんけんで決めます。その後はセットごとに最初の攻撃権を入れ替えて試合を行います。
- ・コートについては、チームの番号が小さい方を本部側のコートとします。
なお、セットごとのコートチェンジは行いません。
- ・元外野以外の選手はビブスを着用します。
なお、ビブスの色が重複した場合は、チーム番号が小さい方のビブスを変更することとします。（事務局からの貸出可）
- ・元外野2人を、それぞれ相手コート側の外野に配置した状態で試合を開始します。

②外野について

- ・セット開始時に、外野を2人配置します（元外野といいます）。
- ・元外野は、相手チームの内野プレイヤーをアウトにした場合を含め、セット中の内野への復帰はできません。
- ・元外野は、セットが終わった後も、内野数にカウントしないものとします（ビブスの着用により、元外野と外野を判別します）。

③選手交代

- ・セット中の交代は原則できません。ただし、けがなどの理由により主審がプレーの続行が不可能と判断した場合は交代出場ができます。
- ・元外野も含め、セットごとのプレイヤーの交代は自由とします。

基本ルール

①内野プレイヤーのアウトについて

- ・相手チームが投げたディスクが身体（顔面も含む）に当たった場合や、相手チームが投げたディスクをキャッチし損ね、そのままコートに落ちた場合はアウトとなります。
- ・内野プレイヤーがアウトになった場合、そのプレイヤーは外野へ行かなければなりません。
- ・相手チームが投げたディスクに対して、複数の味方内野プレイヤーが当たった場合は、そのディスクに触れた味方内野プレイヤー全員がアウトとなります。

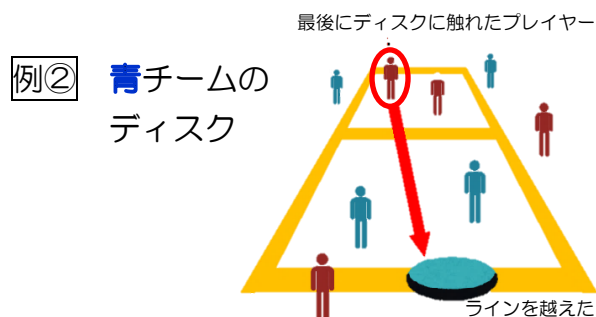
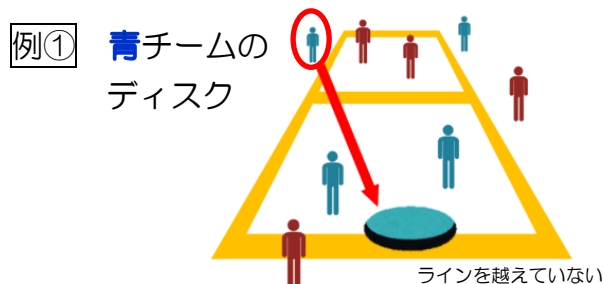
※ディスクがコートに落ちる前に、味方内野プレイヤーがそのディスクをキャッチした場合は、ディスクに当たった味方内野プレイヤー全員がセーフとなります。

②内野へ入る権利について

外野プレイヤー（元外野を除く）は、相手チームの内野プレイヤーをアウトにすることで内野に入ることができます。

③ディスクの所有権について

- ・ディスク全体がコート内に入っている、またはディスクがライン上で静止した場合、そのディスクがあるコートのチームがディスクの所有権を得ます。（例①）
- ・ディスクが、その進行方向から見てラインを越えた場合（越え切った場合を除く）、最後にディスクに触れたプレイヤーの相手チームが所有権を得ます。この際、そのラインを担当する審判が電子ホイッスルを鳴らし、ディスク所有権の移動を管理します。（例②）
- ・空中にあるディスクは、どの時点で触れてもキャッチしてもかまわず、結果的にキャッチしたプレイヤーが所有権を得ます。
- ・ディスクが仕切りのネットを超えたり、観客席に入ったりしてしまった場合は、ディスクはそのままにしておき、主審が予備のディスクを所有権があるチームに手渡します。



④ファールについて

以下の事項がファールの対象となります。ファールがあった場合は、一度主審へディスクを渡し、主審が別チームのコートへディスクを投げ入れて試合を再開します。

- ・内野同士のパス交換：一度キャッチしたディスクを手放した後に、別の味方内野プレイヤーが触れること、または別の味方内野プレイヤーへの手渡し。

- 外野同士のパス交換：同一チームの外野同士でパスをする場合は、必ずコートの中のいずれかのラインを2本以上通過しなければなりません。
- オーバーライン：ディスクを投げる・取る・避けるときにラインを出た場合。ジャンプしながらスローやキャッチをしてラインを出た場合も同様です。

○セーフの例



✕アウトの例



- タ ッ チ ン グ：相手チームの選手またはディスクに触れること。また、所持しているディスクで相手に触れることも同様です。
- フォアハンドスロー：スローはバックハンド※1のみとし、フォアハンド※2で投げたスローはすべて無効となります。
- 5秒以上のディスク保持：ディスクを保持しているプレイヤーは、5秒を目安に手放さなくてはなりません（ディスクの所有権が別のプレイヤーに移動した状態）。

※主審の裁量で、明らかに5秒以上ディスクを保持していると判断される場合にファールとして扱います。

※1 バックハンド…手の甲を相手に見せるように構え、甲側で払うようにして投げる方法

※2 フォアハンド…手のひらを相手に見せるように構え、腕を振り下ろすように投げる方法

【投げ方の例】

○バックハンドスロー



✕フォアハンドスロー（上投げ）



（注意）

- その他のルールについては、審判が協議のうえ判断します。
- ジャッジ等に関する審判への抗議は認めません。みんなで楽しくプレーしましょう。

【番外編】ドッチビーのキホン

ドッチビーのルールは、学校やお友だちと遊ぶドッジボールとほとんど同じです。しかし、那珂市子ども会で行う親睦競技大会では、いろいろな小学校の子ども会が集まってゲームを行うため、ちょっとした決め事を作っています。

このページでは、あいまいになりがちなルールをまとめました。子ども同士で審判を行う場合や、気軽に遊んでみたい場合などに、参考にしてみてください。

キホン1 ラインは越えない！～プレイヤー編～

ディスクを取るときや投げるとき、避けるときに、ラインを少しでも出してしまうとファールになり、攻撃権が相手チームのものになってしまいます。もちろん、とびこえてもダメ。ただし、ラインを少し踏むのはセーフです。コートいっぱいを使って遊びましょう！

キホン2 ラインは越えない！～ディスク編～

ディスクがラインを少しでも越えてしまった場合は、ディスクがコートに入っている面積に関係なく、最後に触ったプレイヤーの相手チームがディスクの所有権を得ることになっています。ライン上に静止した場合は、ディスクが入っているコートのチームが攻撃してオッケー。少し判断が難しいですが、審判が教えてくれたら、その指示に従いましょう。

キホン3 何人当たっても、最後にキャッチできればセーフ！

相手チームが投げたディスクで、複数の味方が当たった場合は、そのディスクに触れた味方全員がアウトとなってしまいます。

ただし、ディスクがコートに落ちる前に味方の誰かがキャッチできれば、それまでに当たった味方は全員セーフとなります。ヒーローになれるかも！？

キホン4 ドッジボールと違って、顔面はアウトになります！

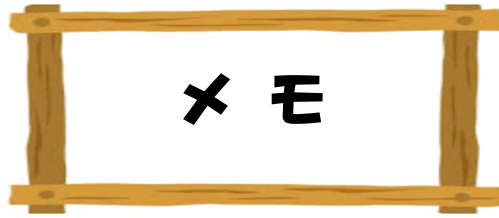
ドッチビーは、からだのどこに当たってもアウトになります。もちろん顔面もアウト！ですが、顔面を集中的に狙うのはダメですよ。顔に当たると、けっこう痛いんです…。

キホン5 元外野は、そのセット中は外野の専門家です！

試合開始前に配置される外野を、元外野といいます。元外野は、そのセットの間は外野専属となり、内野に入ることができません。ピブスで見分けられるようにしておきましょう。

キホン6 ディスクを持ったら、自分で投げる！

内野にいるときにディスクを持ったら、内野同士のパス交換ができません。外野同士についても、隣同士の手渡しは禁止なので、基本的に「ディスクを持ったら自分で投げる」という気持ちでいると良いかもしれませんね。





【お問合せ先】

〒319-2192 那珂市瓜連321
那珂市子ども会育成連合会事務局（那珂市教育委員会生涯学習課内）
TEL：029-298-1111（内線824）
E-MAIL：shougai-g@city.naka.lg.jp