

はじめての

# パラスポーツ観戦

かんせん



©ちばてつや

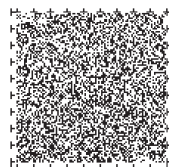
Wheelchair Rugby

くるま  
車いすラグビー



みんなで観に行こう、  
パラスポーツ。

おうえん  
応援のコツがわかると、かんせん  
観戦はもっと楽しくなる！  
たの





# もう 猛スピードでぶつかる車いすの金属音、トライラインに漂う焦げたタイヤの匂い。 パラスポーツの中でも一、二を争う激しい戦いから目が離せない！

01

## 競技概要

四肢に障がいのある人向けに考案された、車いすで競技するチームスポーツです。相手の攻撃を阻止したり、防御を打破するため、パラリンピックで唯一車いす同士のタックルが認められています。



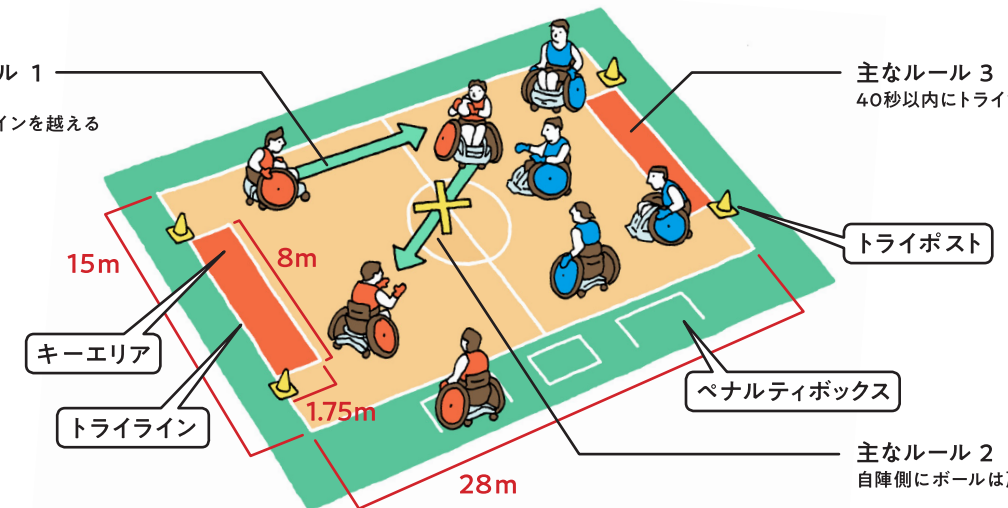
02

## ルール説明

1チーム4人で構成され、試合は1ピリオド8分で4ピリオドの合計得点で競い合います。バスケットボールのコートを使用し、専用ボール(球型)をトライラインまで運びます。健常者のラグビーと異なり、前方へのパスが認められているのが特徴です。投げたり、転がしたり、ドリブルや膝の上に乗せるなどして進み、ボールを持った選手の車いす車輪が、トライラインを越えると得点になります。車いすのタイヤの中心より後ろへのタックル、手で他の選手の車いすや体に触れることは反則となります。

主なルール 1  
12秒以内に  
センターラインを越える

主なルール 3  
40秒以内にトライする



主なルール 2  
自陣側にボールは戻せない

03

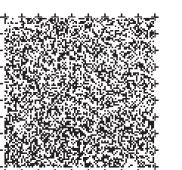
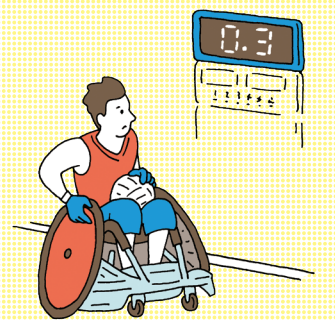
## 見どころ&応援方法

別名「マダーボール」「車いすの格闘技」とも呼ばれる車いすラグビーの車いすは、まるで戦車のように。猛スピードでぶつかり合うことを想定して設計された特注品です。それでも試合中はタイヤのチューブがパンクしたり、車いすごと倒れたりすることもしばしば。一方、そんな激しいぶつかり合いの中で、ローポイントと呼ばれる障がいの重い選手たちはゴール前の攻防を先読みし、簡単に突破されないために様々な駆け引きをしています。スピード、パワー、駆け引き、どこからも目が離せません。車いすラグビーには、他のパラスポーツのように、試合中に声を出してはいけない等の特別な応援マナーはありませんので、コートで戦う選手たちに大きな声援を送りましょう。

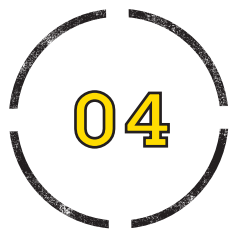
車いすラグビー  
観戦がもっと  
おもしろくなる  
コラム

COLUMN

激しさが目立つ競技ですが、単に“いけいけどんどん”でゴールに飛び込んでいるわけではありません！そこには勝敗を分ける“緻密さ”が秘められています。試合中、ときおり見られるのがゴールできるのに、なかなかゴールラインを割ろうとせずに、ボールをキープしているシーン。実はこれ、大事な戦略。例えば、ピリオドの最後に得点し1点リードで終わると、次のピリオドで攻撃から始まり、最初の得点をした場合、2点差にすることができます。ターンオーバーがない限り、お互いに1点ずつ加えられていくことが多い車いすラグビーでは、この“2点差”が命取りに。結局、同点にできないまま敗れることもしばしば。だからこそ、どちらが最後に得点するように試合を運ぶか、選手は常に残り時間を意識してプレーしているのです。







## クラス分け

四肢麻痺など、比較的重い障がいのある選手が対象です。上下肢障がいの程度によって、持ち点が0.5から3.5まで7クラスに分けられます。競技中のコート上の4選手の持ち点(0.5~3.5まで7クラス)の合計は8.0までと定められています。また、4人の選手に女子選手が含まれる場合は、女子選手1人につき合計点数上限に0.5ずつ加算されます(例・女子選手1名を含む4選手の場合は合計8.5まで)。

| クラス                                  | 障がいの程度                                                                                                                                     |
|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ↑<br>(障がい最大3.5点)<br>↓<br>(障がい最小0.5点) | <b>クラス 3.5点</b><br>片手でどの位置でもドリブルができ、体幹機能がしっかりしていて、腰をひねってプレーができる。攻守にわたってコートを動き回り、ボール争いに積極的に絡む。                                              |
|                                      | <b>クラス 2.0点</b><br>腕の力で車いすのプッシュが可能。どの方向にもストップ、スタート、ターンができる。プレー中に身体を乗りだすこともあり、弱いパスやキャッチもできる。                                                |
|                                      | <b>クラス 0.5点</b><br>上半身の筋力が弱く、腹筋、背筋の体幹機能がない。車いすのプッシュ時には、頭を上下に揺らしながら前屈みになる。ストップ、スタート、ターンなど車いすの操作では手首から下が使えず、前腕を使用する。手首の力が弱く、ボールのキャッチやパスが難しい。 |

一般社団法人 日本車いすラグビー連盟  
<https://jwrf.jp/>



## TEAM BEYONDについて

パラスポーツ(障がい者スポーツ全体を指して使用しています)を応援する人を増やすため、東京都が2016年から展開しているプロジェクトです。スポーツをする人も、観る人も、支える人も、あらゆるメンバーがひとつのチームとなってパラスポーツを盛り上げていきます。



みんなで観に行こう、  
パラスポーツ。

サイトへのアクセスはこちらから

[www.para-sports.tokyo/](http://www.para-sports.tokyo/)



SNSも  
こうしんちゅう  
更新中!



@parasports.tokyo



@tokyoparasports



@tokyoparasports



TOKYO  
METROPOLITAN  
GOVERNMENT