

コレだけは覚えておきたい！観戦ルールブック

1. バドミントンとは

コート中央にあるネットをはさんで向かい合い、ラケットでシャトルを打ち合って得点を競う競技。21点先取で1ゲーム獲得となり、2ゲームを先取した方の勝利となる。

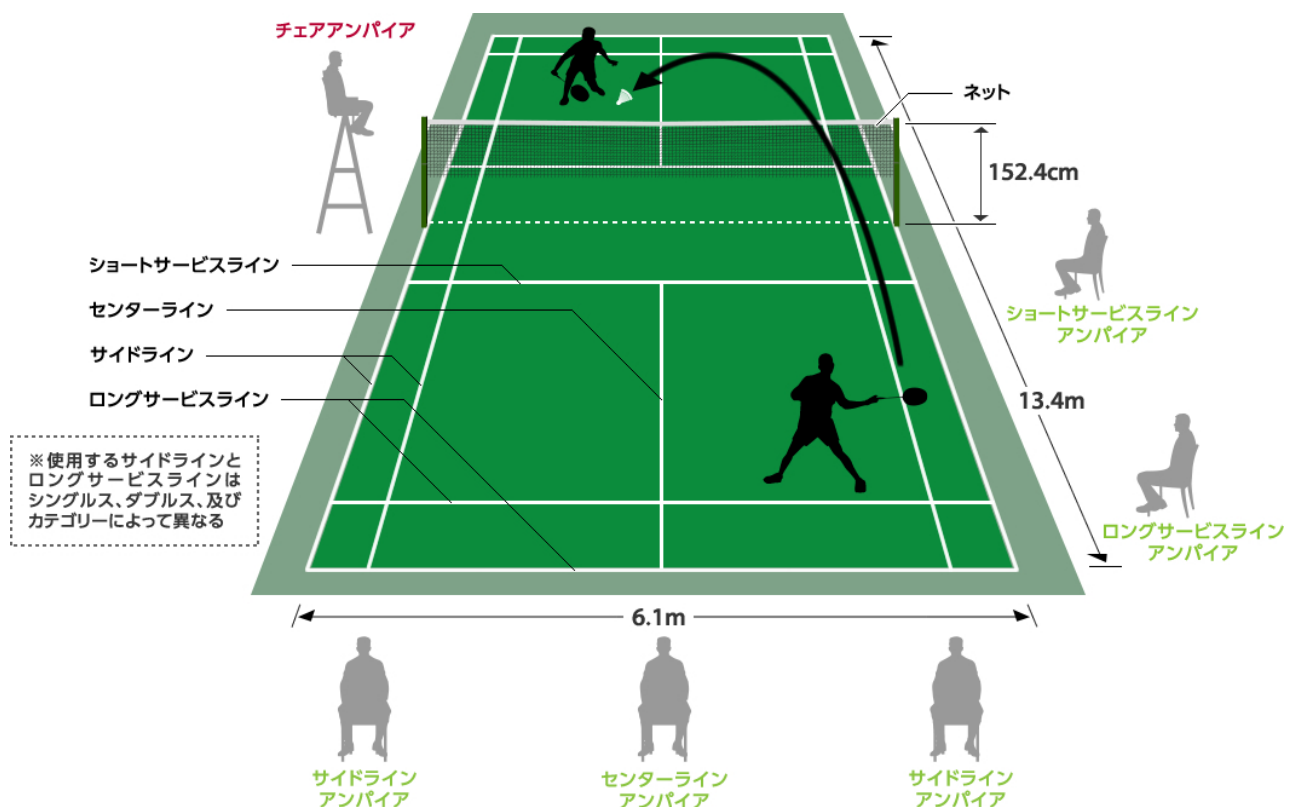
ネットの高さや基本的なルールは一般のバドミントンと同じだが、障がいの種類や程度によって一部変更が加えられている。

男子と女子があり、障がいに応じて大きく車いすと立位のカテゴリーに分けられる。競技は各カテゴリー内で障がいの種類と程度によって更に細かく分けられたクラスごとに行い、順位を競う。それぞれ1対1のシングルスと2対2のダブルスがある。

●コート

一般のバドミントンと同じコートを使用するが、シングルスとダブルス、また障がいの種類と程度によってプレーやサーブの有効となる範囲（インエリア）が異なる。

審判には、ネット横に設置された高い椅子に座って全判定を決めるチェアアンパイア（主審）と、シャトルがライン内に入ったかを判定するラインアンパイア（線審）がいる。



2. パラバドミンントンのルール

ネットの高さや基本的なルールは一般のバドミントンと同じだが、障がいの種類や程度によって一部変更が加えられている。

サーブからスタートし、21点で1ゲーム獲得となり、2ゲームを先取した方の勝利となる。ただし20対20で並んだ場合は、相手に2点差をつけるか、30点を先取した方の勝利となる。

大きくは車いすと立位のカテゴリーがあり、更にその中で障がいの種類と程度に応じて分けられたクラスごとに競技を行い、順位を競う。

それぞれ1対1のシングルスと2対2のダブルスがある。

【用具】

● ラケット

● シャトル

ガット

シャトルを打つ部分。ガットの張り具合によってシャトルの飛び方が全く異なる。選手それぞれの好みに合わせて加減する。

グリップ

ラケットを握る部分。巻くグリップテープの量によって太さを調整することができる。車いすの選手はグリップでブレーキをかけるため、立位の選手よりもテープの消費が早い。

羽

水鳥の羽が使われており、種類も豊富で大会によって使用するシャトルが異なる。



POINT

シャトルは気温や湿度によって飛び方が変わる上、大会によっても使用するシャトルが異なるため、試合前に行うアップでの調整が非常に重要。いかにその試合会場でのそのシャトルの飛び方の感覚をつかみ、試合に臨めるかがゲームの行方を左右するといっても過言ではない。

●車いす

車いすのカテゴリーの選手は、バドミントン専用の競技用車いすを使用する。

接触プレーがないため、車椅子バスケットボール用の車いすのようなバンパーはついていない。シャトルのスピードについていけるよう、女性でも簡単に持ち上げられるほど軽量化されている。

ベルト

身体と車いすを固定するためのもの。腰・太もも・足の甲にある最大3つのベルトでしっかりと固定し、身体と車いすを一体化させる。

座面

選手が座る部分。特に高さの規定はないが、座面の角度は水平もしくは臀部よりも足側を高くしなくてはならない。

背もたれ

後ろに飛んだシャトルを拾う時などに身体の動きを最大限発揮できるよう、低くつくられている。

タイヤ

こぎやすく、かつ転倒しづらいようハの字に取り付けられている。角度は14度～20度を設定するのが一般的。

リアキャスター

後方に取り付けられた小さな車輪。ラケットを上から振りかぶって打つ際など、体重を後ろにかけた時の転倒を防ぐ。通常は1cm～2cm程度地面から浮いている。



【サーブ】

プレーを開始するために相手コートにシャトルを打ち込むこと。

主審のコイントスで、どちらがサーブ権・レシーブ権もしくはコートサイドを選ぶかを決め、サーブ権を取った側のサーブから試合を開始する。

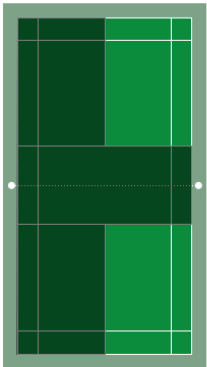
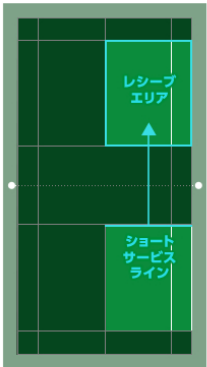
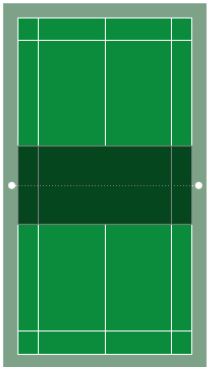
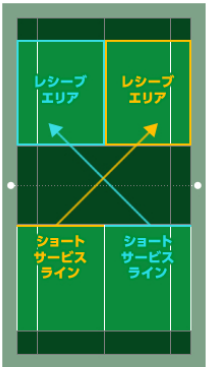
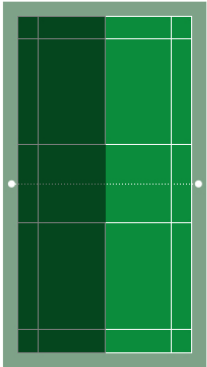
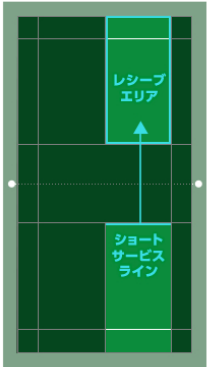
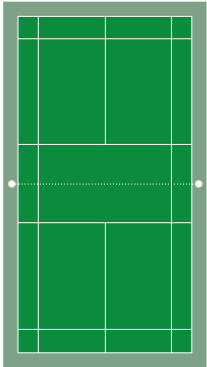
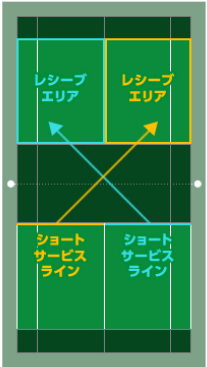
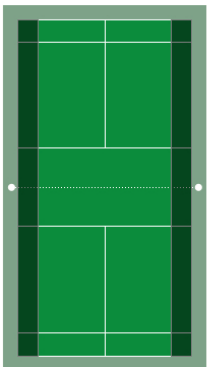
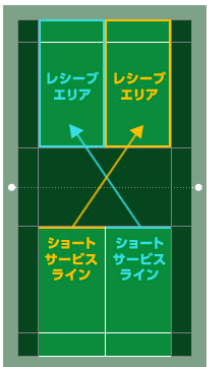
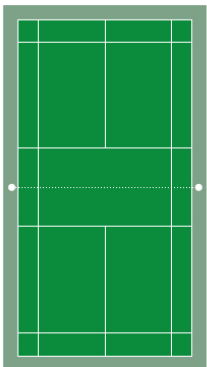
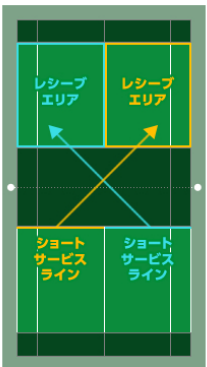
その後はラリーに勝った方が次のサーブを行い、第2・第3ゲームの最初のサーブは前のゲームの勝者が行う。

【インエリア（有効エリア）】

障がいの種類と程度によってプレー中とサーブ時に有効となるインエリアが異なり、基本的に相手のインエリアにシャトルが落ちればプレーヤーの得点となる。

大きな特徴としては、車いすのカテゴリーと立位下肢障がいのカテゴリー内の一部の選手は、コートの半面のみを使ってシングルの試合を行う。

...インエリア
 ...アウトエリア
 ...コート外(全てアウト)

カテゴリー		シングルス		ダブルス	
車いす		プレー中のインエリア	サーブ時のインエリア	プレー中のインエリア	サーブ時のインエリア
					
		・コートの半面だけを使用する。 ・ネットからショートサービスラインまでは常にアウト。	・サーバーは、ショートサービスラインより後ろから対面のレシーブエリアにサーブする。 ・相手コートのショートサービスラインからロングサービスラインの間に入らなかった場合はアウト。	・コートの全面を使用する。 ・ネットからショートサービスラインまでは常にアウト。	・サーバーは、ショートサービスラインより後ろから対角のレシーブエリアにサーブする。 ・相手コートのショートサービスラインからロングサービスラインの間に入らなかった場合はアウト。
立位	重度の下肢障がい	シングルス	ダブルス	シングルス	ダブルス
		プレー中のインエリア	サーブ時のインエリア	プレー中のインエリア	サーブ時のインエリア
					
		・コートの半面だけを使用する。 ・ネットからショートサービスラインの間もインエリアになる。	・サーバーは、ショートサービスラインより後ろから対面のレシーブエリアにサーブする。 ・相手コートのショートサービスラインからロングサービスラインの間に入らなかった場合はアウト。	・一般のパドミントン同様、コート全面がインエリアとなる。	・サーバーは、ショートサービスラインより後ろから対角のレシーブエリアにサーブする。 ・相手コートのショートサービスラインからロングサービスラインの間に入らなかった場合はアウト。
	軽度の下肢障がいと上肢障がい	シングルス	ダブルス	シングルス	ダブルス
		プレー中のインエリア	サーブ時のインエリア	プレー中のインエリア	サーブ時のインエリア
					
		・一般のパドミントン同様、内側のサイドラインまでがインエリアとなる。	・サーバーは、ショートサービスラインより後ろから対角のレシーブエリアにサーブする。 ・相手コートのショートサービスラインからロングサービスラインの間に入らなかった場合はアウト。	・一般のパドミントン同様、コート全面がインエリアとなる。	・サーバーは、ショートサービスラインより後ろから対角のレシーブエリアにサーブする。 ・相手コートのショートサービスラインからロングサービスラインの間に入らなかった場合はアウト。

POINT

選手はシャトルを打った後、すぐ次の動きに入れるよう常に頭を使いながらプレーしている。中でも車いすカテゴリーの選手は、シャトルの落下位置の予測と車いす操作、そして打つという3つの動作を一瞬の間に同時に行わなければならない。それを意識して観戦すると、何気なく進んでいるように見えるゲームの中に改めて選手たちのすごさを感じることができる。

【その他の得点】

以下のミスや反則があった場合は相手サイドに1点が入る。

●サーブ時

- ・ サーバーもしくはレシーバーがサービスラインを踏んでいた場合。
- ・ サーバーのラケットのヘッドが下を向いていなかった場合。
- ・ サーバーが腰より低い位置からシャトルを打たなかった場合。
- ・ 立位カテゴリーにおいて、サーバーもしくはレシーバーの足がコート面から離れていた場合。
- ・ 車いすカテゴリーにおいて、選手の臀部が完全にシートから離れていた場合。

●ラリー中

- ・ シャトルがネットに当たって相手コートに入らなかった場合。
- ・ シャトルがネットを通り抜けたり、ネットの下を通して相手コートに入った場合。
- ・ シャトルがプレーヤーの身体やウェア、車いすなどの用具・装具に触れた場合。
- ・ プレーヤーがラケットや身体などでネットの下などから相手コートに入ったり相手を妨害したりした場合。
- ・ プレーヤーがラリー中にネットに触れた場合。
- ・ プレーヤーのラケットがネットを越えて相手コート内でシャトルを打った場合（オーバーネット）。
- ・ 同じプレーヤーが2回続けてシャトルを打った場合、もしくはダブルスでペアの二人が続けてシャトルを打った場合。

【インターバルとコートチェンジ】

ゲーム中、どちらかが11点を先取した時と、ゲームとゲームの間に休憩が設けられる。

コートチェンジは、第1ゲームと第2ゲームの終了後と、第3ゲームでどちらかが11点を先取した時に行う。

3.パラバドミントンのクラス分け

大きく車いすと立位の2つのカテゴリーに分けられ、更に障がいの程度に応じて分けられたクラスごとに競技を行い、順位を競う。

車いすと立位の下肢障がいのクラスでは、数字が大きいほど障がいの程度は軽い。

カテゴリー	クラス	特徴	シングルのコート
車いす	WH1 重度	主に下肢もしくは上下肢に障がいがあり、立ってプレーすることが困難。	半面
	WH2 軽度		
立位	SL3 重度	切断や麻痺などの下肢障がいがある。試合中、義足や松葉杖を使用しても良い。	全面
	SL4 軽度		
	SU5	切断や麻痺などの上肢障がいがある。義手の使用は認められていない。	
	SS6	低身長症	

POINT

車いすのカテゴリーの中でも、WH1は一般的に腹筋・背筋が機能していない選手が該当する。しかし試合を見ると、とてもそれらが機能していないとは思えないほどの動きをする選手もいる。腹筋・背筋の代わりに身体の他の部分を鍛え上げることで、その動きを可能にしているのだ。

監修：日本障がい者バドミントン連盟