

# ふわどっちマニュアル



令和元年 9 月 7 日改定

**柏市スポーツ推進委員協議会**

# ふわどっちガイド

## What is FUWADOCCHI ?

### 1. 名称について

『ふわどっち？ボール』を略して通称『ふわどっち』と呼んでいます。

『ふわどっち』は、ボールがとてもやわらかいことから、『どっち?』は、ドッチボールの「ドッチ」と、強く投げれば投げるほど方向が定まらないため、飛んで行くのは『どっち?』から名付けています。

### 2. どんなボールなの？

見た目は真っ黒で、決して綺麗ではありませんが、膨らませるととてもやわらかく、体に当たっても痛くありません。バレーボールの外皮を貼り付ける前の物で、触った感じは自転車のタイヤチューブのようです。とても軽く、膨らませると空気抵抗が大きいいため、空中で、ゆらゆらと不思議な動きをします。

### 3. 誰が考えたの？

『ふわどっち』は、平成 19 年に柏市体育指導委員（現在は「柏市スポーツ推進委員」という。）のメンバーが考案しました。

福島県須賀川市では、同じボールで行うラバーバレーボールが盛んで、それをヒントに柏市では、ドッチボールとして始めました。

ふわどっちは、低学年のお子さんや、ドッチボールが苦手な方でも楽しめます。「痛い！怖い！」という声が多くなく、誰もが楽しめる安全なドッチボールです。

# ふわどっちルール

## 1 チーム

- ① 原則1チーム 12名とする。但し、最低9名以上で参加人数により変更を認める。
- ② 試合開始時は、原則メンバー3名を外野とし、残りは内野とする。  
但し、参加人数により変更を認め、メンバーが12名に満たないチームとの対戦の場合は、試合開始時の外野を2名以上とし、内野を少数チームの人数に合わせる。

## 2 コートとボール

- ① コート  
バレーボールコートを使用する。但し、小学校1～3年生のみの試合の場合は、バドミントンコート(ダブルス用)を使用する。
- ② ボール  
ボールの円周は、75cmから90cmとする。

## 3 外野

- ① 外野は、相手の内野をアウトにした場合に内野に入ることができる。
- ② 内野に入らなかった試合終了時の外野は、試合開始時の外野も含め、内野の残人数に含めることはできない。

## 4 試合開始

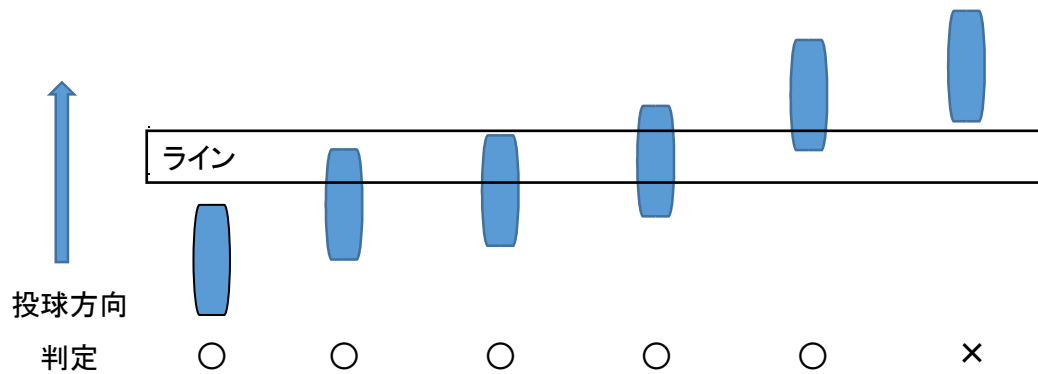
試合は、主審によるジャンプボールで開始する。ジャンパーへの第一球目の攻撃は禁止とする。

## 5 抗議・アピール

試合中、審判にアウト・セーフの判定に抗議はできない。

## 6 攻撃とアウト・セーフ

- ① 内野は、相手からの投球が取れなかったり、体のどの部分に当てられてもアウトとする。アウトになった場合は、速やかに外野へ移動する。
- ② 味方の内野に当たったボールを、地面又は壁に当たる前に味方の内野が取った場合は、セーフとする。(おたすけセーフ)
- ③ 1回の投球で2名以上当たった場合は、最初の1名のみアウトとする。
- ④ 味方の内野同士のパスは禁止とする。外野同士でパスをする場合は、パスは3回以内に攻撃をしなければ相手ボールとする。ただし、内野・外野共に大人から子どもへ手渡しによるパスは可とし、1回に含めない。
- ⑤ 投球の際、ラインクロスはセーフ、完全に足がラインを超えた場合(ラインオーバー)を無効とし、相手ボールで再開する。(投球後も同様とする。)



- ⑥ 投球するときは、どちらかの足が床についていなければならない(ジャンプしての投球は禁止)。
- ⑦ 当てるときは、必ず捕球してから当てなければならない(アタック等は禁止)。

## 7 内・外野への移動

- ① 外野(試合開始時の外野を含む)は、相手の内野をアウトにした場合に、すみやかに内野に入ることができる。
- ② 内野は、アウトになった場合に外野に出る。アウトになったとき以外で外野に出ることはできない。
- ③ 試合中の内・外野の移動は、審判の後ろ、コートの外を通ること。

## 8 ボールの支配権

- ① 当てられた内野の選手は、そのボールを触ってはいけない。触った場合、ボールの支配権は相手の内野ボールとなる。
- ② 相手のコートに転がっているボールをかき寄せてはいけない。ボールのあったところに支配権がある。なお、空中にあるボールの場合は OK とする。

## 9 内野復帰の放棄

- ① 外野がアウトを取ってすぐに内野に戻らない場合は、内野に戻れない。
- ② 外野が相手の内野をアウトにしても、外野の選手が誰もいなくなる場合は、内野に入ることができない。(試合中、外野には 1 名以上残らなければならない)
- ③ 外野が相手の内野をアウトにした直後、外野で再度ボールに触った場合は、権利を放棄したものと見なす。

## 10 5 秒ルール

ボールを取ってから 5 秒以内に投げなければいけない。これはボールを持って外野を行ったりきたりする行為等によって、5 秒以上経ったら遅延行為とみなし、相手の内野ボールとなる。

## 11 メンバーチェンジ

試合中の怪我等による不測の事態が起こった時は、時計を止めて選手の交代を認める。その他は認めない。

## 12 試合時間

1 ゲーム 5 分とする。但し 5 分以内に内野が全員アウトになった場合は、その時点で試合終了とする。

## 13 勝利の定義

- ① 5 分以内(試合終了時間前)に、相手の内野を全員アウトにしたチームとする。
- ② 試合終了時に内野の残り人数が多いチームとする。
- ③ 試合時間終了時の内野の残り人数が同数の場合は次により決する。
  - ア トーナメント方式の場合:内野に残った者全員によるジャンケンで決する。ジャンケンの勝数が同数の場合は、勝者同志のジャンケンで勝負が決するまで行なう。
  - イ リーグ戦の場合:引き分けとする。また、リーグ内の順位は、勝敗数や残内野数等により決する。

## 14 審判

1 コートあたり、主審、副審 各 1 名、線審 2 名、時計係 1 名、記録係 1 名の計 6 名とする。

## 15 審判の役割

### ① 主審の役割

- ア センターライン外側付近に位置する。
- イ ジャンプボールを上げて試合開始とする。
- ウ 試合中のセーフの判定は口頭又はアクションで宣告し、アウト、反則の判定は笛で宣告する。
- エ 選手交代を確認し、許可する。
- オ 時計係の合図コールを聞いて笛を鳴らして試合終了とする。
- カ 試合終了時の勝敗を判定し、宣告する。
- キ 審判間に判定疑義があった場合試合を中断し、必要に応じ審判を集合させ協議のうえ処置する。
- ク その他、試合に関することは、コート担当者(審判等)との連携を図る。

### ② 副審の役割

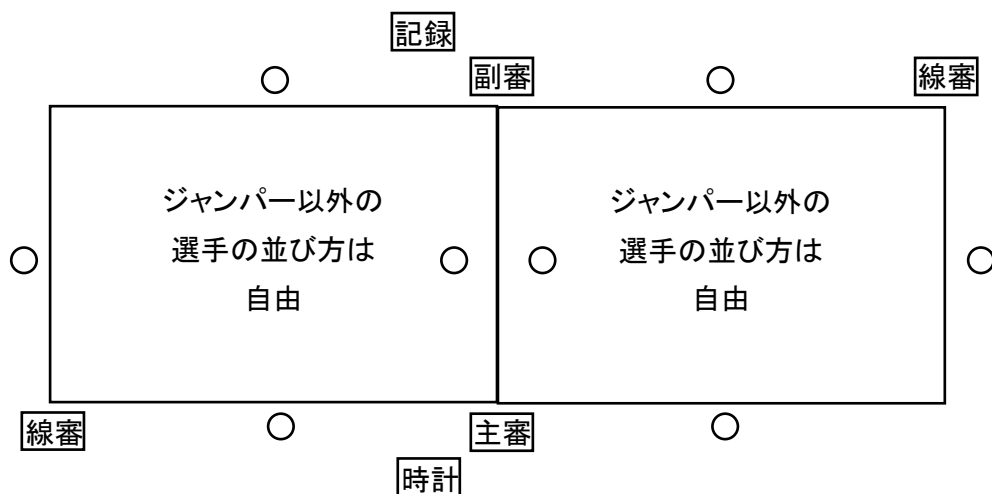
- ア センターライン外側付近の主審の対面側に位置する。
- イ 主審を補佐し、試合中のセーフ、アウト、反則の判定を笛で宣告できる。  
但し、原則として副審は主審の判定に従わなければならない。
- ウ 攻撃を受けアウトになった内野の選手を外に誘導する。

### ③ 線審の役割

- ア 内・外野ラインのコーナー付近に位置し、ポジションは、主審および副審のそれぞれ左手のライン端とする。
- イ ラインオーバーの判定をする。
- ウ 判定の際、旗を大きく振ったオーバーアクションで主審および副審に知らせる。



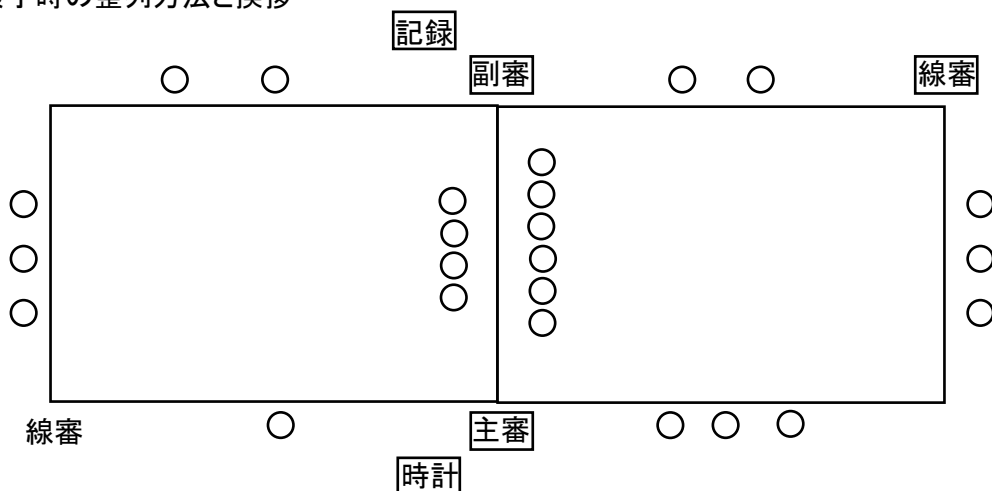
② 試合開始時の並び方と挨拶



ア 上図のように整列する。

イ センターにジャンパーが来て、主審がジャンプボールを上げて、時計係が時計を動かして試合開始になる。

③ 試合終了時の整列方法と挨拶



ア 副審は、内野残選手をセンターラインを挟んで整列させる。

イ 線審は、外野残選手をその場に座らせる。

ウ 主審は、試合終了時の勝敗を判定する。

エ 判定後、試合開始時のように全員を整列させた後、勝敗を宣告し、センターラインに寄って向かい合った選手同士で挨拶し、同時に審判にも挨拶する。

17 注意事項

- ① 試合中の判定は、審判の判定に従わなければならない。
- ② 試合中に他コートのボールがコートに入った場合や、選手が負傷した場合等は、一時ゲームを中断する場合がある。
- ③ このルールの定めによらない事項は、ローカルルールとして設定することができる。
- ④ 柔らかいボールによる競技のため、競技者に対する事前説明段階において、腕時計及びネームプレート等は外すことを徹底する。