

須賀川市 ラバーバレーボール ルールブック

須賀川市スポーツ推進委員連絡協議会

2019年3月25日 須賀川市ラバーバレーボール規則 制定

本書は、須賀川市ホームページにも掲載されています。

詳しくは <http://www.city.sukagawa.fukushima.jp/15666.htm>

●ラバーバレーボールのはじまり●

ラバーバレーボールは、須賀川市教育委員会主催の冬季スポーツ教室で「冬の寒い時期でも気軽に楽しく運動して欲しい」との願いから、当時の須賀川市体育指導委員と須賀川市の担当者によって考案し、誕生したスポーツです。

やわらかいボールを使いたいということで、最初はビーチバレーボールを使用しましたが冬季で気温が低いとボールがすぐに破れてしまいました。試行錯誤の末に、皮製4号の皮を剥いだところ、感触がよく寒さにも強いゴムが現れました。

そこで、スポーツ店とメーカーの協力を得てゴムの部分だけを購入し、使用したのがラバーバレーボールのはじまりです。

その後、ルールを整備し、昭和63年に第1回ラバーバレーボール大会を開催しました。

毎年開催されているこの大会は、平成30年度で32回目となり、須賀川市の恒例行事となっています。

●ラバーバレーボールの特長●

- ①老若男女問わず世代を超えて行うことができるスポーツです。
- ②突き指をする心配がないやわらかいボールを使用するためシルバー世代にも大人気です。
- ③シルバー世代の健康の保持・増進につながるスポーツです。
- ④変化するボールの動きに翻弄され、思わず笑いが起こります。

●ラバーバレーボールのルール●

この度、須賀川市ラバーバレーボール規則を定めましたが、気軽に楽しめるスポーツとして選手の年齢、性別、男女比などで独自にルールを定めて、プレーすることが可能です。是非、みんなでラバーバレーボールを楽しみましょう！！

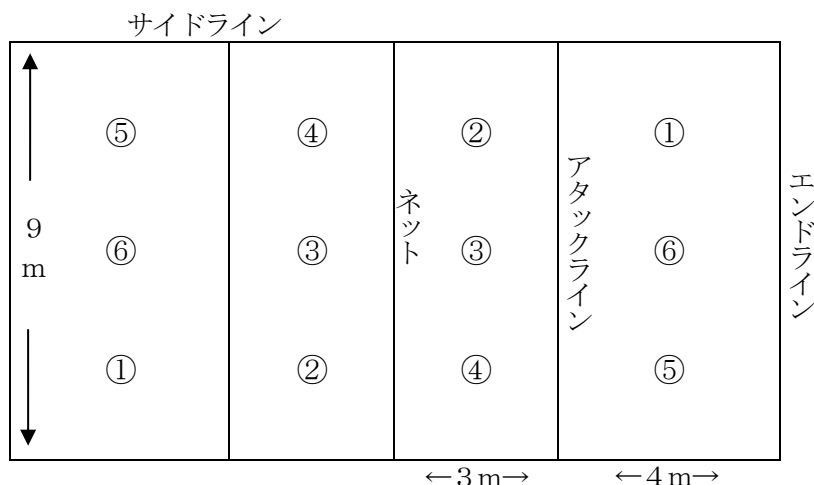


須賀川市ラバーバレーボール
マスコットキャラクター「ラボちゃん」

須賀川市ラバーバレーボール規則

2019年3月25日施行
須賀川市スポーツ推進委員連絡協議会

- 1 コートの広さおよび競技者の位置を下図のように定める。
○の中の数字はサービスの順番を示す。



- 2 ネットの高さを2m30cmとし、サイドマーカーをサイドライン上に、サイドマーカーの外側20cmにアンテナを付ける。
- 3 ボールは、ミカサ製須賀川市ラバーバレーボール使用球を使用する。
なお、ボールの直径は22cmとする。
- 4 チームは、監督1名、マネージャー1名、選手12名よりなり競技は男女混合6名で行う。
試合中コート内には常時プレーヤーとして1名以上2名以内の男子をいれることとする。
- 5 選手は背に背番号をつける。
- 6 1セットは15点とし、15点を先取したチームをそのセットの勝者とする。
両チームが14点を得た場合は、2点を勝ち越したチームをそのセットの勝者とする。
- 7 1試合は3セットラリーポイント制で行い、2セット先取したチームを勝利とする。
また各セット終了後にコートチェンジを行う。3セット目については、8点でコートチェンジを行う。
- 8 両チームのキャプテンは、試合前トスによりサービス権及びコートを選択権を決める。
第3セットを行う場合は、もう一度トスによりサービス権及びコートを選択権を決める。
- 9 両チームのキャプテンは、試合前にチーム名、監督名、出場する選手の背番号を記入した記録用紙を副審に提出する。
- 10 ゲームは、副審が競技者の位置・背番号を確認し、主審がプレーボールを宣することによって始まる。
- 11 サービスは、主審がサイドアウトを宣するまで同じサーバーが続ける。
- 12 サイドアウトが宣せられるとサービス権は相手チームに移り、新たにサービス権を得たチームは、時計まわりにそれぞれ1つずつ位置を移動する。(ローテーション)

- 13 サービスは後衛右のプレーヤーが行う。
サービスの方法は自由とする。
- 14 サーバーが打ち終わるまで、コート内で、前後衛・右・右中・左中・左の順序をかえてはならない。位置を間違えたときは、位置を元に戻して相手チームに1点を与える。
- 15 攻撃に成功し、相手を失敗させたとき、又は相手が反則をおかしたときは1点を得る。
- 16 後衛はアタックラインより前に出て攻撃をしてはならない。
※後衛のプレーヤーが、アタックラインを踏み越えて、ネットより高いボールを返球した時及びネットより低いボールであっても、ジャンプして攻撃をすれば反則となる。
- 17 サービスを含め、アンテナ（想像延長線を含む）の外側を通過したり、アンテナに触れたボールはアウトとなる。
※アンテナの外側のネットプレーも同様に扱う。
- 18 監督またはキャプテンは、1セットに1回に限り主審又は副審を通し、タイムアウトを要求することができる。タイムアウトの長さは30秒とする。
この時、相手チームの監督もコートの外から話しかけることもできるが、この場合はタイムアウトの数には数えない。
- 19 監督またはキャプテンは、ボールがデットの時、1セットに4回に限り、主審か副審を通し、選手の交替を要求することができる。
その際、交替する選手の番号を報告する。交替した選手は、そのセットが終了するまで再び競技に加わることはできない。
- 20 サービス順の間違いが明らかになったときは、相手チームにサービス権を移して1点を与え、間違いをおかしたチームは間違いをおかす前の得点に戻す。選手の位置は、ただちに正しい位置に戻す。
- 21 次の場合は、失敗として、相手チームに1点を与える。
(1) サービスを失敗したとき、又は正しくない方法でサービスしたとき。ただし、サービスのボールが、ネットに触れてコートに入ったときは、もう1度サービスすることができる。
(2) ボールを静止させたり、運んだりしたとき。(ホールディング)
(3) ボールを1人で2度続けてプレーしたとき。(ドリブル)ただし、1度プレーしたボールがネットに触れたときはもう一度プレーすることができる。
(4) 一方のコートでボールを続けて4回以上プレーしたとき。(オーバータイム)ただし、ボールがネットに触れたときは、4回までプレーすることができる。
(5) 競技中に選手の身体がネットにふれたとき。(タッチネット)
(6) ボールが相手方コートにあるときネットを越えてそのボールに触れた時。(オーバーネット)
(7) ネットの上下を問わず、相手に触れてプレーを妨害したとき。(インターフェア)
- 22 ここに規定した事項以外のことについては、日本バレーボール協会制定の9人制ルールを適用する。

附 則

この規則は、2019年3月25日から施行する。

プレー上の動作と反則

1 サービス順

- (1) サービス順の間違いが、ゲームセットが宣せられた後、あるいはサイドアウトになり相手のチームのサービスが開始された後で発見されたときは、規則20は適用されない。
- (2) 記録員がサービス順を誤って指示した場合でも、その間違いはチームの責任として、ルールどおり処置する。
- (3) サービス順の間違いが発見されたときは次のように処置する。
 - ① サービスを行う前に発見されたときは、正当な順番に戻し反則としない。
 - ② 誤った順番のサーバーによってサービスが行われ、プレーが開始された後で発見されたときは、誤ったサーバーによって開始されたプレーをすべて無効とし、相手チームに1点を与え、サイドアウトにする。
〔例〕Aチーム10点、Bチーム8点で、Bチームの3番の順番のとき、誤って4番がサービスを行い、得点がAチーム10点、Bチーム12点になったところで間違いが発見された。この場合は、Aチーム10点、Bチーム8点に戻してからAチームに1点を与え（11点となる）、サービス権もAチームに移す。

2 サーバー

- (1) サーバーは主審のホイッスルがあってからサービスを行う。
ホイッスルの前にサービスを行った場合は、そのサービスは無効となり改めてやり直す。
- (2) 主審のホイッスルがあつたら、すみやかにサービスを打たなければならない。
5秒以上経過してもサービスを行わないときは反則とし、相手チームに1点を与えてサービス権も相手チームに移動する。(ディレーイングゲームとして取り扱う)
- (3) サービスを打ち終わるまでは、エンドラインを踏んだり、サイドラインの想像延長線から外に踏み出したりしてはならない。これをおかしたときは相手チームに1点を与え、サービス権も相手チームに移る。(フットフォールト)
- (4) サービス開始のホイッスル後、ボールを支持手から離した場合は、打つ打たないに関わらず、1回のサービスを行ったものとみなす。(失敗とし相手チームに1点)
- (5) サービス開始のホイッスル後、作戦のために「タイムアウト」あるいは選手交代の要求は受けつけない。
- (6) サービスは1回とし、ネットに触れて相手コートに入った時はもう1回だけやり直すことができる。
- (7) サービスが打たれた瞬間からゲームはインプレーの状態となる。

3 ホールディング

- 選手はボールをプレーするにあたって、ウエストより上の身体のどの部分を使用してもよい。しかし、ボールを明瞭に打たなければならない。したがって、ホールディングは原則として、ボールが選手の手、その他の身体の一部に静止したと認められる事実によって判定されるが、フォームの点から、次のプレーはホールディングとみなされる。
- (1) 左右の手のひらを上下にした、はさみ式のパス及びトス。(はさみパス、はさみトス)
 - (2) 身体の片側から、身体の前方をクロスして反対側へ押し出すパス。
 - (3) 頭上で極端にかぶって前方へ押し出すパス。(オーバーヘッドパス)
 - (4) 腰より低い位置のボールを、身体より後に押し上げるパス。(バックパス)
 - (5) 両チームの選手がネット上において、ボールを相互に且つ同時に押さえて静止した場合は、ボールをデッドとし、ノーカウントとして再びサービスから始める。
※ボールをウエストより下の身体の部分でプレーしたときには反則となる。

4 ドリブル

選手は1度ボールに触れた後、他の選手がこれに触れる前に、再びボールに触れることはできない。ボールがネットに触れた場合に限り、選手はもう1度ボールに触れることができるが、この場合でも連続して3度触れることはできない。

原則として、次のプレーはドリブルとみなす。

- (1) 2度続けてボールに触れた場合。
- (2) 両手がバラバラにボールに触れた場合。
- (3) 1度ボールに触れた後、身体又は衣服にボールが触れた場合。
- (4) 手を開いてアンダーパスをした場合。

5 ボール接触回数

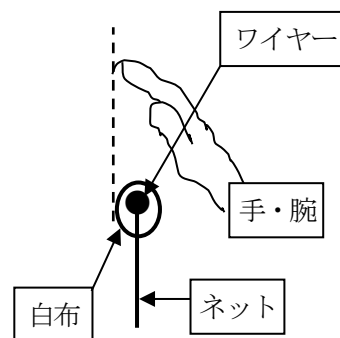
- (1) チームは、ネットを越えてボールを返すために、3度に限ってこれをプレーすることができる。もしボールがネットに触れた場合は、もう1度これをプレーすることができる。従って、1チームがボールをプレーすることができる接触回数は4回が最大限度である。
- (2) 同一チームの2人以上の選手が同時にプレーした場合、そのチームのボール接触回数は1回として数える。この場合、特にそのいずれかの選手が続いてボールに触れても反則（ドリブル）とはならない。
- (3) 両チームの選手がネット上において、ホールディングとならない程度で同時にボールをプレーした場合は、ボールはデッドではなく、ボールがいずれかのコートに返ったときは、そのチームは改めて規程の接触回数のプレーをすることができる。

6 タッチネット

選手はボールがインプレーの状態にあるとき、身体又は衣服のどの部分もネットに触れてはならない。（アンテナ及びアンテナ外側のネットも含む。）ただし、ボールがネットに触れ、その結果自然にネットが反対側選手に触れた場合は反則としない。

7 オーバーネット

- (1) オーバーネットの限界線は、ワイヤーを含む白布のふくらみいっぱいまでとする。
- (2) 手がネットを越えても、ボールに触れなければ反則とはしない。
- (3) フォロー（プレーしたはずみで手がネットを越えること）は反則としない。



8 インターフェア

- (1) 全身が相手コートに転がり込んでも、相手選手のプレーに影響を与えなければインターフェアとはしない。
- (2) 両チームの選手がお互いに身体的な接触をした場合は、その両者のプレーに影響を与えなければインターフェアとはしない。
ただし、相手コートにおいて一方的に接触した場合は、たとえ相手選手のプレーに影響がなくても、インターフェアとする。
- (3) ネット下を通過する直前のボールに、故意に相手方選手が触れた場合は、インターフェアとする。ただし、ボールが自然に相手方選手に触れた場合は、アウト・オブ・バウンズとする。
- (4) 相手方ボールがネットに当たり、そのためネットがふくらんで選手と触れるであろうことを予測して、故意に手や腹を尽きだして触れた場合はインターフェアとする。

- 9 次の行為は好ましくない行為として、相手チームに1点を与えるか、あるいはその選手をそのセット又は、ゲームから除名することがある。
- (1) 審判員の判定に対して執拗に抗議した場合。
 - (2) 審判員に対して好ましくない批判をした場合。
 - (3) 審判員の判定に影響を及ぼすような不快な動作や態度を示した場合。
 - (4) 相手チームの選手に対して、不快な言動あるいは人身攻撃を行った場合。
- ※プレー中の選手が除名された時は、直ちに補欠選手と交替させる。
- 10 審判に対する抗議は一切受けつけられない。ただし、競技停止中選手は、チームのキャプテンを通じてのみ主審に対して発言することができる。(ルール又は判定に対する質問等)
- 11 主審は、正当でない選手の出場を発見した場合及び1チームの選手が6名以下になった場合は、理由のいかんに関わらずそのゲームを没収する。
- 12 試合開始時刻を15分経過してもコートに参集しないチームは、不戦敗として取り扱う。

ラバーバレーボール審判員の任務

ラバーバレーボール審判員については、主審1名、副審1名、線審4名、記録員2名、得点員2名で行う。

なお、審判員の配置については、別紙コート規格図と審判団及び補助員の位置とする。

1 主 審

- (1) 主審は競技を監督し、進行させ、その最終判定を行う。
- (2) 主審は競技の開始から終了まで全ての役員及び競技者を支配する権能をもっている。
- (3) 主審は規則に明示されていない一切の問題を解決する権能をもっている。
- (4) 主審は、副審及び線審の判定を誤審と判断したときは、それを覆すこともできる。
- (5) 申し合わせ事項に従って、主審は競技者のおかした違反行為に制裁を下す権限をもっている。
- (6) ホイッスルにより競技が停止されると同時に、主審は反則の種類を示した後、反則をおかした選手、そして得点したチームを示さなければならない。

2 副 審

- (1) 各セットのはじめに、各チームから提出された記録用紙どおりに競技者が正しく位置しているかどうかを確認する。
- (2) サービスが打たれる毎に、レシーブ側チームの競技者の位置に注意する。
- (3) タイムアウトの公式計時をする。
- (4) チームの主将又は監督の要求による競技者交替を許可する。
- (5) コート外の監督及び交替競技者の行為を統御する。
- (6) ネット白帯あるいは、その上部に起こる事項を除いたネットに関する判定にあたる。
- (7) ネット上を通過するボールが副審側のアンテナに触れた場合、あるいはアンテナの外側を通過した場合は指摘し、主審に合図する。
- (8) 主審の要求に従って、主審を補佐する。

3 線 審

- (1) 線審はそれぞれ自分の受け持つラインを監視し、ボールがアウトのときは旗を上げ、ボールがコート内に落ちたときは旗を下げる。
- (2) 主審の要求があれば、ボールがアウトであっても、レシービングチームの競技者が落下前のボールに触れたかどうか（ワンタッチ）を合図する。
- (3) ボールがアンテナに触れたり、アンテナの外側を通過した場合は指摘し、主審に合図する。

4 記録員

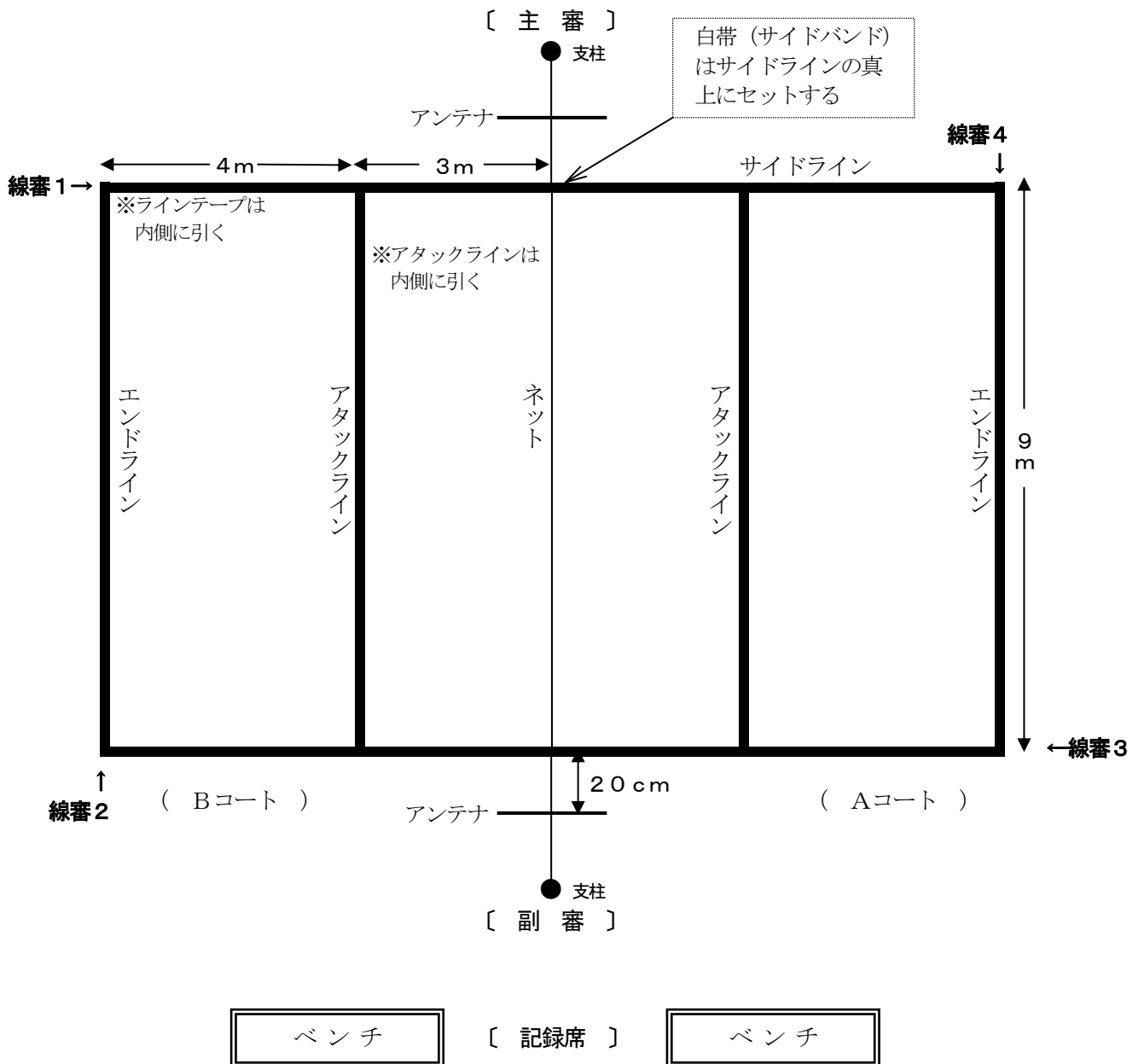
- (1) 両チームの得点を記録し、得点板が常に正しい得点を示しているかどうか確認する。
- (2) 両チームのサービス順を統御し、誤りがあればサービスが打たれた直後に合図する。

5 得点員

- (1) 得点員は、得点板の左右に1人ずつ座り、得点経過を表示する。
- (2) 得点の表示は、常に公式記録に従わなければならない。

別紙

コート規格図と審判団及び補助員の位置



※ ラインテープの幅 : 5 cm

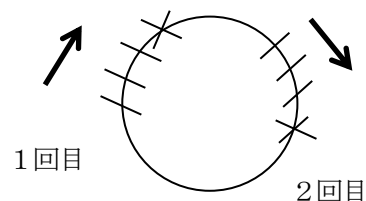
※ サイドバンドの幅 : 5 cm

記録のつけ方

1 試合開始になったら主審の指示により、ポジションの確認をして副審に合図する。

2 得点のチェック

- 得点したチームの得点欄の数字を○で囲む。
ただし、主審が得点のハンドシグナルを示した後に記入する。
記録員の判断で勝手に記入しない。



3 サービスチェック

- サービスが打たれたら、打った選手のポジションの○の上部左側から／（斜線）で時計回りに記入する。（サービスを打たないうちにチェックしない。）
- 相手にサービス権が移ったときは、最後に打ったサービスの／（斜線）に重ねて＼（逆斜線）を記入し、×印を記入する。（新たに×印を記入しない。）
- 2度目にサービス権が回ってきたら、その×の下側から改めてチェックする。
- ネットインで打ち直したサービスチェックは1回とする。（2回はチェックしない。）
- ラインクロス、5秒ルールの反則の場合は、サービスミスとして記録する。（×印）

4 タイムを取った場合の記録

- タイムの欄に×印を記入する。（タイムは1セットに1回）

5 メンバーチェンジの場合の記録

- 先発の選手の番号を×印で消し、交替する選手の番号を記入する。次に、補欠番号欄の交替した選手の番号を×印で消す。次のセットで補欠番号を復活させる。

6 サービス順の間違いに気づいた場合の記録

- サービスを打った次点で速やかに副審に報告する。正当なサーバーに△印をつけ、正しいサービス順に戻して再開する。（特記事項欄に事情を記入しておく。）

7 セット終了後の処理

- 記入者が担当したチームの得点を記入する。（相手チームの得点は記入しない。）
- 2セット開始前にポジション変更の有無と補欠番号の復活を確認する。
- 3セットの場合は、改めて行ったトスで決まったコートとサービス権を記入する。
- 試合終了後は記録員の欄にサインをし、主審及び副審の確認のサインをもらう。

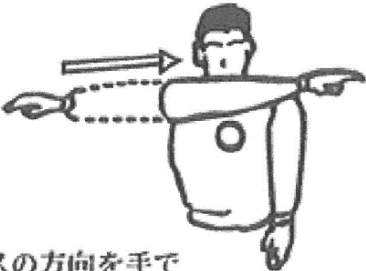



8 その他

- チーム員にサービス順を聞かれたら、何回教えてもよい。
- セット開始の第1サービスは、サービス権によるサーブなので得点には数えない。
- 記録員も審判員であることから、記録の誤りなどのないように心がける。
（得点板と点数が違っていた場合は、記録の点数に合わせる。）

※ 試合開始時間 …… 1セット目の第1サービスが打たれたとき。（インプレー）

※ 試合終了時間 …… ゲームセットが宣せられたとき。

審判員ハンドシグナル

審判員	主：主審	副：副審
主副	サービス許可	
 <p>サービスの方向を手で指示する。</p>		
主副	ポイント	
 <p>サービスをするチーム側の腕を横にあげる。</p>		
主副	ボール・イン (グッド)	
 <p>フロアー指す</p>		
主副	アウト・オブ・バウンズ 他の競技者や物体に当たった場合も同じ	
 <p>手のひらを自分の方に向け両手をあげる。</p>		
主副	ダブル・ファウル (ノー・カウント)	
 <p>両手の親指を立てて、両腕をあげる。</p>		

審判員	主：主審	副：副審
主	オーバーネット	
 <p>片方の手のひらを下に向け、ネット上方に伸ばす。(副審は同様の動作で合図する。)</p>		
主副	オーバー・タイムス	
 <p>指を4本伸ばし、その手をあげる。</p>		
主副	サービス・ボール、 選手のタッチネット	
 <p>ネットの上方または側面に、反則を犯した側の片方の手で触れる。</p>		
主副	ワン・タッチ	
 <p>片方の手を上げ、その手の指先を他の指先でブラッシをかけるようにさする。</p>		
主副	ホールディング	
 <p>片方の手のひらを上に向け、前腕をゆっくり持ち上げる。</p>		

審判員 主：主審 副：副審

主副・ダブルコンタクト（ドリブル）



指を2本伸ばし片方の手を上げる。

主副・サービス時にボールをヒットしなかったか、または、トスしないで打った時



腕を伸ばし、片方の手のひらを上に向けて上げる。

主副・フットフォールト



サーバーを片方の手で指して、次に足もとを指す。

主副・パッシング・ザ・センターライン



片方の手でセンター・ラインを指さす。

主副・アタックラインクロスとアタックラインより前でのジャンプアタックの反則



腕を前に伸ばし、片方の手のひらを伸ばした腕にそえる。

主副・アタック・ヒットの反則



片方の手を上に伸ばし、前腕を振り下ろす動作。

審判員 主：主審 副：副審

主副・ブロックの反則



両手のひらを前に向け両腕を上方に向ける。

主副・アウト・ポジション



片方の手の人差し指で身体の前に円を描く。

主副・チェンジ・コート



左腕は前から後ろへ、右腕は後ろから前へ弧を描く。

主副・選手交代



両腕の前の部分を、お互いにくるくる回す。

主副・タイムアウト



片腕を立て、その上に反対側の腕を横にしてT字を形作る。

審判員 **主**:主審 **副**:副審


主副・セットおよび試合の終了



手のひらを自分の方に向けて両腕を胸の前で交する。


線審 **線**:線審

線・グッド




旗を下げる

線・アウト




旗を上げる

線・ワン・タッチ




旗を立て、他方の手のひらを旗の先端にのせる。

線・ボールがアンテナおよびその外側の用具に接触するか、その上方外側を通過したときおよびフット・フォールト



アンテナまたはエンド・ラインを片方の手で指し頭上の旗を左右に振る。

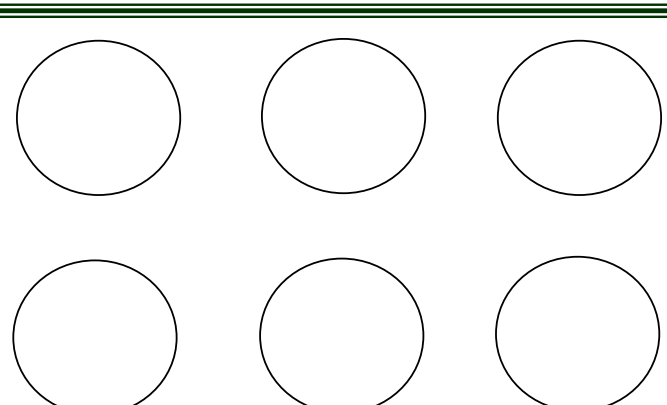
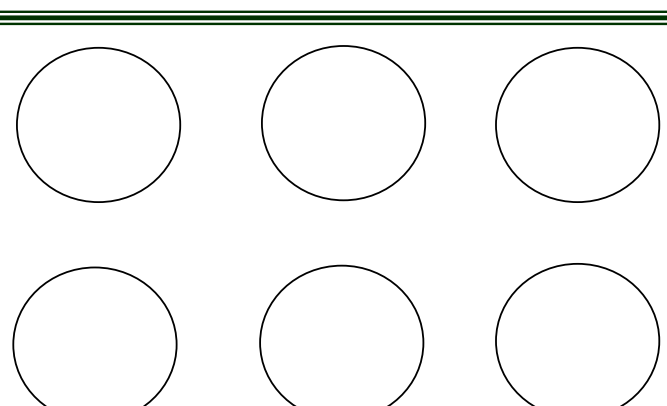
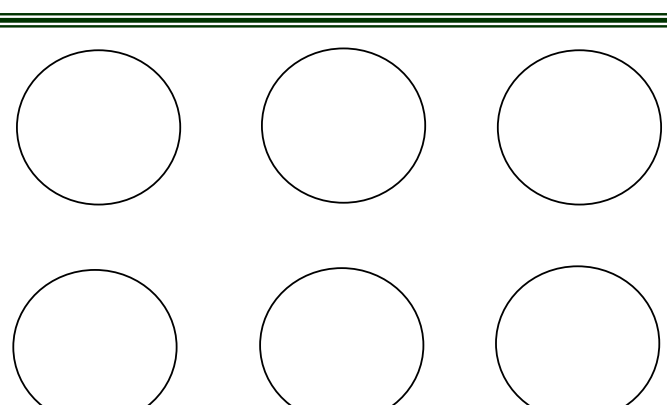
線・判定不能



両手を上げ、両手を胸の前で交差する。

ラバールボール記録用紙

(スコアシート兼サービス・オーダー表)

チーム名														
対戦チーム														
試合 No.	—	監督名				主将名								
第 1 セ ツ ト						1	9	サーブ						
	2	10	コート											
	3	11		タイム										
	4	12	得点											
	5	13												
	6	14												
	7	15												
	8	15												
						補欠 No.								
第 2 セ ツ ト						1	9	サーブ						
	2	10	コート											
	3	11		タイム										
	4	12	得点											
	5	13												
	6	14												
	7	15												
	8	15												
						補欠 No.								
第 3 セ ツ ト						1	9	サーブ						
	2	10	コート											
	3	11		タイム										
	4	12	得点											
	5	13												
	6	14												
	7	15												
	8	15												
						補欠 No.								

主審		副審		記録	
※特記事項					

ラバーバレーボール試合結果表

○試合開始時間 () 時 () 分

○試合終了時間 () 時 () 分 試合時間 () 分

コート 第 () 試合

チーム名

対

チーム名

総獲得セット数

セット総得点

セット総得点

総獲得セット数

() 1セット

()

() 2セット

()

() 3セット

()

主 将

主 将

主 審

副 審

記 録

記 録

勝利チームサイン:



ラバーバレーボールマスコットキャラクター「ラボちゃん」

気軽に楽しめるスポーツです
ぜひチャレンジしてみませんか？

発行：須賀川市スポーツ推進委員連絡協議会
須賀川市文化スポーツ部生涯学習スポーツ課