

誰もができるスポーツ『ボッチャ』

北斗市ボッチャ協会



みなさんは、「ボッチャ」というスポーツをご存じでしょうか？

ボッチャは、ヨーロッパ生まれのスポーツで、重度脳性麻痺者または同程度の四肢重度機能障がい者のために考案されたスポーツで、パラリンピックの正式種目にもなっています。

ボッチャという競技は、年齢、性別、障がいの有無にかかわらず、すべての人が一緒に競い合えるスポーツで、障がいによりボールを投げることができなくても、ランプ（勾配具）を使い、自分の意思をランプオペレーターに伝えることができれば参加できます。

誰もが楽しめる「ユニバーサルスポーツ」として近年、競技人口が増加しています。

ボッチャとは？

赤と青のボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当てたりして、目標となる白いボール（ジャックボール）に、どれだけ近づけるかを競うスポーツです。



赤ボール
6個



ジャックボール
(白い目標球)
1個



青ボール
6個

だれでも
楽しめる！

シンプルだけど奥が深い！

ボッチャのルール

ボッチャは、年齢や性別、障がいのあるなしにかかわらず、すべての人が一緒に楽しめるスポーツです。



① ジャックボールを投げる

先攻チームが、ジャックボール（白）をコートのエンドに投げ入れます。



② ボールを投げる（転がす）

いずれかのチームが、自分のボール（赤または青）を投じます。



③ 交互に投げ合う

ジャックボールに近づけるように、両チームが交互にすべてのボールを投げ合います。



④ 得点を数える

すべてのボールを投げ終えたら、ジャックボールに一番近いチームのボールの数が得点になります。



北斗市ボッチャ協会
会長 山口 裕夏

北斗市ボッチャ協会は、ボッチャを通じた地域のスポーツ振興や交流を目的に活動しています！

各種体験会や土曜授業の講師など、地域活動にも取り組んでいます。

「地域の方に恩返しをしたい」という思いから、身近にボッチャを楽しめる場を設けています。外出や交流のきっかけになれば幸いです。

ぜひ、ボッチャを体験してみたいかがでしょうか？

対象年齢：小学生～
年会費：18歳以上 1000円
定例練習日：火曜日、木曜日
☎ 080-6904-4778
hoku10boccia@yahoo.co.jp
Instagram : hok10boccia



スポーツのつどいでは44名が参加

