



公益財団法人
日本パラスポーツ協会

〒103-0014
東京都中央区日本橋蛸殻町2-13-6-3F

[TEL] 03-5939-7021
[FAX] 03-5641-1213
[HP] <https://www.parasports.or.jp/>
[FB] <https://www.facebook.com/jpsasports>

2022年3月 発行

● パラスポーツの情報や動画は
日本パラスポーツ協会HPへ



● 最新情報を随時更新中!
日本パラスポーツ協会FBへ



かんたん!
車いすラグビーガイド

競技用具



ボール

グローブ

車いすラグビー専用球で、バレーボール5号球を基に開発されました。また、脚が欠損の選手は膝の上でボールを保持することができないため、専用のボール置きを車いすに装着しています。

グリップ面がゴム製でザラザラしているため、ボールが滑りにくくなります。また頸髄損傷など障がいゆえに手の握力がない選手にとっても、このグローブはボール保持や車いすに駆動力を伝えることに役立ちます。

チームワークで得点を狙う

守備型車いす

試合では、障がいの軽い選手がボールを奪い合い、攻撃型車いすを華麗に操作して得点をあげるシーンをよく目にします。しかし、車いすラグビーはチームスポーツ。その裏では、障がいの重い選手が守備型車いすを巧みに操作し、相手守備陣を“壁”となって抑えて、トライへの道を作る役割を担っているのです。守備では、車いす前方から飛び出たバンパーを使って相手を引っかけてブロックします。障がいが重い選手が軽い選手を封じ込めるプレーは、ビッグプレーとしてチームが盛り上がり、士気を高めます。

車いすラグビーでは、障がいの軽い選手の目立つプレーだけではなく、障がいの重い選手による身体を張った献身的なプレーも、重要な見どころなのです。

ス相手守備をブロックし、得点をアシ

備型車いすの

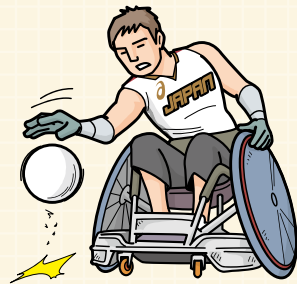
競技者とクラス分け

車いすラグビーは頸髄損傷を中心とする四肢麻痺者のチームスポーツとして始まりました。選手たちはクラス分けを受け、それぞれ持ち点がつけられます。クラス分けは、筋力テストや体幹機能テスト、動作の機能テスト、そして競技観察を実施して決定されます。ここで紹介するのは、それぞれのクラスの特徴や運動能力ですが、あくまで目安です。

障がいが軽い(最大3.5点)

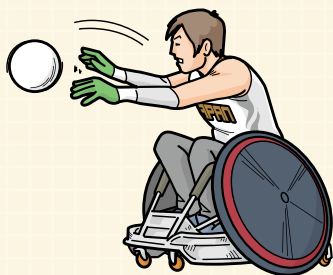
クラス3.5点

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からむ。



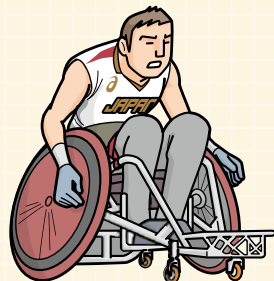
クラス2.0点

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、ある程度強いパスやキャッチもできる。



クラス0.5点

上半身の筋力が低く、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、狭い範囲の弱いパスやキャッチができる。



障がいが重い(最小0.5点)

▶ もっと車いすラグビーを知りたい!

▶ ジャパンパラ競技大会



公益財団法人日本パラスポーツ協会が各競技団体と共催し、強化を目的として開催している大会。車いすラグビー競技大会では、海外代表チームを招いて国際試合を行っています。

▶ 日本選手権大会



1999年から始まり、日本全国にあるクラブチームの日本一を決める大会。予選を勝ち抜いた8チームのみが出場できます。選手にとっては、この大会での活躍が日本代表入りの選考につながることもあり、国内の競技レベルの向上に一役買っています。

車いすラグビーを体験しよう!

国内で行われる上記大会などでは、体験会を実施することがあります。車いすラグビー専用の車いすに乗ってぶつかる衝撃をぜひ体感してみてください!

選手の凄さがよりわかり、競技観戦がさらに楽しくなること間違いありません。



老若男女問わず、ぜひご参加を!