

公益財団法人 日本障がい者スポーツ協会

₸ 103-0014

東京都中央区日本橋蛎殻町 2-13-6 ユニゾ水天宮ビル3階

[TEL] 03-5939-7021 [FAX] 03-5641-1213

[FB] https://www.facebook.com/jpsasports

2017年12月 発行

写真提供:小金澤周平(苫小牧市体育協会)

●障がい者スポーツの情報や動画は 日本障がい者スポーツ協会HPへ



●最新情報を随時更新中! 日本障がい者スポーツ協会FBへ







パラアイスホッケーとは?

「スレッジ」と呼ばれるスケートの刃を二枚つけた 専用のそりに乗って自由自在に氷上を滑り、 両手のスティックで氷をかいてパックを操る。 アイスホッケーと同様に 激しいぶつかり合いが魅力の団体競技です。



パラリンピックでは1994年のリレハンメル大会から正式競技として実施されている団体競技です。

下肢障がいのある選手が出場し、アイスホッケーさながらの激しいボディチェックが認められていて、「氷上の格闘技」とも呼ばれています。

CONTENTS

競技の概要	3
アイスリンク	5
主なルール	7
使用される用具	11
●パワープレーとキルプレー ●もっとパラアイスホッケーを知りたい!	10 14

日本障がい者スポーツ協会公式YouTube

ジャパンパラをはじめ障がい者スポーツ動画が充実!





https://www.youtube.com/user/jsadchannel

一般社団法人日本パラアイスホッケー協会

パラアイスホッケーの最新情報はコチラ





http://www.sledgejapan.org/

競技の概要

パラアイスホッケーは国際アイスホッケー連盟 (IIHF) が定める規則に準じて行われますが、一部ルールを変更しています。

一般のアイスホッケーと最も大きく異なるのは「スレッジ」と呼ばれるそりに乗ってプレーすること。スティックもアイスホッケーでは長いものを1本持ってプレーしますが、パラアイスホッケーでは短いスティックを2本使用します。







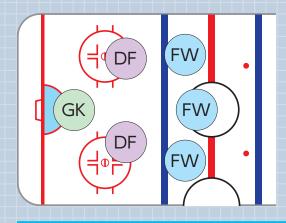
出場できる選手

パラアイスホッケーに出場できるのは、切断や脊髄損傷、麻痺、機能 障がいなどで下肢に障がいがあり、World Para Ice Hockeyに認定さ れた選手です。また女子選手の出場も認められています。

チーム編成

1チームは17名の選手で構成し、そのうちリンクの上で戦うのはゴールキーパー1名を含む6名となります。

選手交代はアイスホッケーと同様、試合がストップしたタイミングだけでなく試合中も行います。



多くの場合は、

ゴールキーパー (GK) 1名 ディフェンス (DF) 2名 フォワード (FW) 3名 でセットを組みます。

競技時間

1試合は各ピリオド15分の3ピリオドで合計45分間を戦います。ピリオド間は15分ずつのインターバルを挟みます。3ピリオド戦って同点の場合は、延長戦を戦い先に得点したチームが勝者となります。延長戦でも決着がつかない場合はシュートアウト (ペナルティショット)を行い、勝敗を決めます。

第 1 ピ リ	インター	第 2 ピリ	インター	第 3 ピリ
オド	バルル	オド	バルル	オド
15分	15分	15分	15分	15分

アイスリンク

アイスホッケーと同じアイスリンクを使用します。ゴールの大 きさや使用するパックも同じです。

リンクの周囲には透明なアクリル板があり、パッ

クが客席に飛ばないようになっています。プレー

ヤーズベンチとペナルティボックスのフェンスに

ペナルティボックス

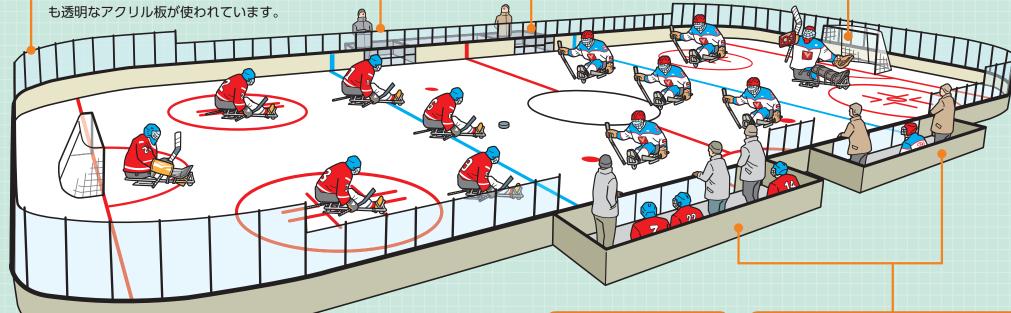
反則を犯した選手は一定時 間このボックス内に拘束 されます(反則については P9を参照)。



ゴールの大きさ



ゴールは高さ122cm、 幅183cmの大きさです。



ルライン

56m~61m

リンクの大きさ

ラインとセンターライン、ゴー ルラインが引かれています。

ベンチ

一般のリンクを使用し、ブルー 両チームのベンチには試合に出ていない選手や 監督、コーチが待機します。World Para Ice Hockeyの競技規則では、ベンチとリンクはフラ ットであることが義務付けられています。

「フェイスオフスポット」とは?

フェイスオフが行われる場所で、5つある各サークルの中央と、ブルーラインとセンターラ イン間にある4か所(左リンク図の赤点)を合わせた合計9か所あります(「フェイスオフト についてはP8を参照)。

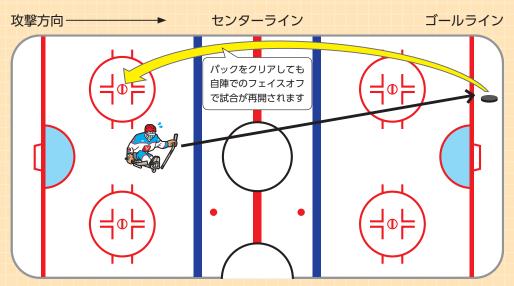
主なルール

パラアイスホッケーは、アイスホッケーとほとんど同じルールで行われます。ルールは大きく分けて、ペナルティが課される反則と課されない反則があります。ここでは代表的なルールをご紹介します。

ペナルティが課されない反則

アイシング・ザ・パック

センターライン手前からパックを出し、誰にも触れずに相手側のゴールラインを超えた場合、「アイシング・ザ・パック」という反則になります。この反則を犯してしまうと、試合がストップして自陣側のフェイススポットでフェイスオフになり、試合が再開されます。



守備で攻め込まれている際、パックをクリアしたとしてもそのまま「アイシング・ザ・パック」でパックが自陣に戻され、フェイスオフから試合再開になるケースがよく見られます。

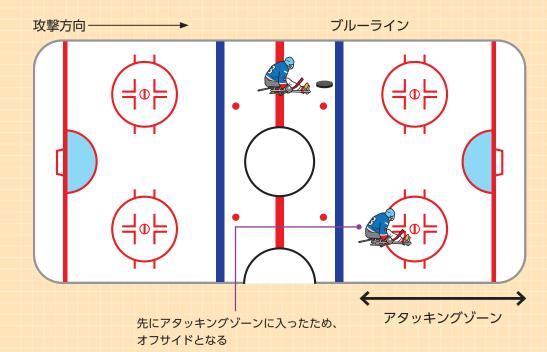
フェイスオフとは?

各ピリオドの開始時や試合が中断された際、リンクに9か所あるフェイスオフスポットにおいて、両チーム1名ずつが向かい合ったところに審判がパックを落とし、奪い合うところから試合を再開すること。パックの所有権を奪うことでより多くの攻撃回数を行うことができ、セットプレーを行うチャンスでもあると言えます。



オフサイド

攻撃側の選手がパックを持つ選手より先にブルーラインを完全に越えて、アタッキングゾーンに入ってしまった場合、オフサイドの反則となります。ブルーライン付近のフェイススポットでフェイスオフになり試合再開となります。



ペナルティが課される反則

パラアイスホッケーではボディチェックが認められていますが、危険 な行為などには反則としてペナルティが課されます。

ペナルティが課されるプレーとは?

以下のようなプレーが反則となりますが、その程度をレフリーが判断し下表 のようなペナルティが課されます。

● 主な反則

- ・スレッジの前面で相手に突進した場合 (チャージング)
- ・手やスティックで相手の身体やスレッジを押さえた場合 (ホールディング)
- ・スティックで相手を叩いたりした場合(スラッシング)
- ・パックを持っていない相手に対する妨害行為 (インターフェアランス)
- ・GK以外の選手が故意にパックの上に倒れたり、隠したりした場合 (フォリングオンザパック)
- ・ 肘を使っての妨害行為 (エルボーイング)
- ・殴り合いの喧嘩になった場合(ラッフィング)
- ・相手選手のスレッジに対し、直角に衝突する危険行為 (ティーイング)
- ※パラアイスホッケー特有のペナルティ

など

COLUMN パワープレーとキルプレー

選手がペナルティボックスに入っている間、リンクの上では数的不利、優位 の戦いが繰り広げられます。相手チームより多い人数で戦うことを「パワープレ ー1、逆に相手チームよりも少ない人数で戦うことを「キルプレー」と言います。



▲ 青チームの選手が1名ペナルテ ィボックスに入っているケース

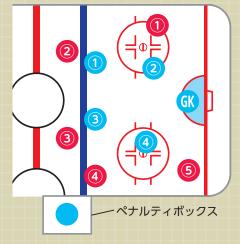
赤チーム→

パワープレー

(人数が多い)

青チーム→

(人数が少ない)



パワープレー・キルプレーの間は、人数の多いチームが攻めて得点するケー スがよく見られます。特に拮抗したゲームの中では、攻める方も守る方もハラ ハラドキドキする攻防となります。勝負の分かれ目となるパワープレー・キル プレーにぜひ注目してみてください。

反則の種類	説明		ペナルティの内容	
マイナーペナルティ	 相手を不当に倒したり、パックを掴んだりした場合など、 	比較的軽度な反則	2分間ペナルティボックスへ退場(欠員のまま試合続行)	
メジャーペナルティ	 相手に激しく後方からぶつかるなど危険なプレーに課さ 	れる反則	5分間ペナルティボックスへ退場(欠員のまま試合続行)	
ミスコンダクトペナルティ	リンク以外にスティックを投げたり、レフリーに暴言を れる反則	吐くなどの行為等に課さ	10分間の退場 (交代選手の出場可)	
ゲームミスコンダクト ペナルティ	故意に相手を負傷させるような悪質で危険なプレーに課	される反則	退場となり、残り時間の出場が不可 (交代選手の出場可)	
ペナルティショット	ゴール前の半円内において、攻撃側の選手を不当にひっ 妨げた場合に課される反則	かけるなどしてプレーを	ペナルティショット (GK との 1 対 1) が相手に与えられる	

使用される用具

パラアイスホッケーではスレッジと2本のスティックを使用し ます。用具を使いこなすことも良い選手のあかしと言えます。

スレッジ(そり)

選手の動きを支えるスレッジは、フレームとバケット、ブレード (スケ ートの刃) で構成しています。



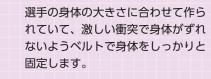
フレームの先端には激しいぶつかり 合いを物語る痕が!

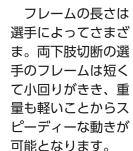


2枚の専用刃を装着していて、バラ ンス感覚の良い選手ほど2枚の刃の 感覚が狭く、小回りがきく仕様にな っています。

可能となります。







スティック

選手が両手に持つスティックはブレード部分とピック部分があります。スティックでパックを扱って移動もするため、パラアイスホッケーではスティックさばきが重要なテクニックになります。





ブレード部分でパックをとらえてパスを出したり、 シュートを打ちます。

ブレード部分を持ち、ピックで氷をかくことで前進します。







きっとパラアイスホッケーを知りたい!

国内で開催される大会

国内に存在するクラブチームの日本一をかけた大会として、国内クラブ選手権が開催されています。また日本代表チームの強化のため、海外チームを招いた国際大会も不定期で開催されています。





2016 ジャパンアイススレッジホッケーチャンピオンシップ大会の様子

その他

全国各地で体験会も行っていて、競技の普及や選手の発掘にも力を入れています。大会やイベントの情報は日本パラアイスホッケー協会のHPやSNSをご確認ください。

