

ソフトボール 知的 ■男女混合 ■9人制



一般のソフトボールとルールは同じですが、振り逃げ、スクイズ、パスボール、盗塁はできません。塁間距離と投球距離は女子の規格と同じです。試合は5回制で、試合開始後80分を経過した後は新しい回には入りません。3回終了以降、10点以上の得点差が生じたら、コールドゲームとなります。

練習風景紹介



2チームに分かれての実践練習。本番ながら、熱が入ります！



コーチの指導を受けながら、繰り返し投球練習を行います。



佐賀県ソフトボールチーム



打撃練習の様子。みんなで切磋琢磨しながら頑張っています!!

みんなのソフトボール教室はじめます!! 詳細はこちら▶



活躍する女子選手!

ソフトボールは男女混合なので、男性に力負けしないように、日々、筋トレや体幹トレーニングに励んでいます。練習を通して、体力面だけでなく精神面も鍛えられているように感じます。地元、太良の方にも頑張っている姿を見たい!



背番号5 宮本 麗選手

プレーの中でも、特にピッチャーとして投げるのが好きです。試合に出場できることがとても嬉しいので、家でも投げ込みの練習などを頑張っています。地元開催となる、SAGA2024では、いろいろな人にプレーを見てもらいたいです。



背番号18 副島 彩選手

ボッチャ 身体



重度の脳性まひ者や四肢まひ者のために考えられたスポーツです。ジャックボールと呼ばれる白い目標球に、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールをいかに近づけるかを競います。シンプルながら、技術・戦略は奥深い競技です。「立位」と「座位」の選手二人一組のペア戦で、男女の区別なく構成されます。

いろいろな投げ方でOK!

ボールは、上から投げて、下から投げて、足で蹴ってもOK!投げるのが難しい選手は、投球補助具(ランプ)を使って、投球することができます。また、ボールの投球や車いすの操作が難しい選手には、競技アシスタントのサポートを受けることができます。

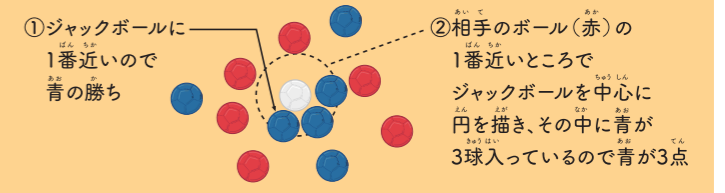


試合の流れ

- ①先攻の選手がジャックボール(白い目標球)を投げます。
- ②その後、一人3球ずつ(ペアで6球)のボール(赤か青)を投げ合い得点を計算します。
- ③相手ボールよりジャックボールの近くにあるボールの数が点数になります。

投球補助具(ランプ)

ボールを投げるができない選手が使用します。高さや向きの修正は選手の指示によりランプオペレーターが行います。高さを調節して、ボールのスピードを速くするなど、バリエーションのある投球ができます。



すべての感覚を研ぎすませて...

私は、選手とともに競技する「ランプオペレーター」として大会に出場しています。姉は自分ではボールを投げるができないので、ランプを使って投球しています。私は姉が指示する通りにランプの長さや向きを調整する役割です。ランプオペレーターは一切コートを振り返ることができないので、全身の感覚を研ぎ澄ませて試合の状況を判断します。姉の表情を見逃さず、観客の反応もその貴重な材料にしています。ボッチャの醍醐味は、最後の一球まで勝敗が分からないところ、一球で逆転もできることです。皆さんの声援が力になるので、しっかり声を出して応援してほしいです。



ランプオペレーター 陣内英子さん