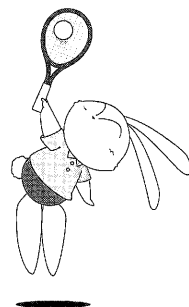


# ソフトテニス



ルール(きまり)とマッチ(試合)の進め方

ありがとう あなたの笑顔と そのマナー  
あくしゅ、あいさつ、ありがとうをひろげましょう

こうえきざいだんほうじん (公益財団法人) にほん 日本ソフトテニス連盟

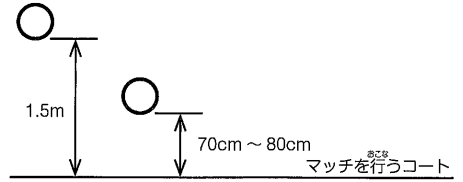
# ソフトテニス

ソフトテニスは、テニスコートでラケットを使い、ゴムボールを打ち合う競技です。

## ルール(きまり)について

### 1 ボール

ボールはマッチを行うコートで、1.5mの高さから落として70cm～80cmはずむボールを使います。



### 2 ゲーム

ゲームは4ポイントを取ると1つのゲームの勝ちとなります。ただし、3ポイントずつ取ったときは「デュース」となります。デュースの後は2ポイント続けて取れば勝ちとなります。続けて取れなかったら「デュースアゲン」となり、デュースのときと同じになります。

5ゲームマッチで両方のペアが2ゲームずつ取ったとき、または7ゲームマッチで3ゲームずつ取ったときは、次のゲームをファイナルゲームとし、7ポイントを取れば勝ちとなります。ポイントカウントが6-6になったときはデュースです。

### 3 マッチ

- ① マッチはふつう5ゲームあるいは7ゲームで行います。
- ② 5ゲームマッチでは3ゲームを、7ゲームマッチでは4ゲームを取った方がマッチの勝ちとなります。

### 4 サービス、レシーブのチェンジとサイドのチェンジ

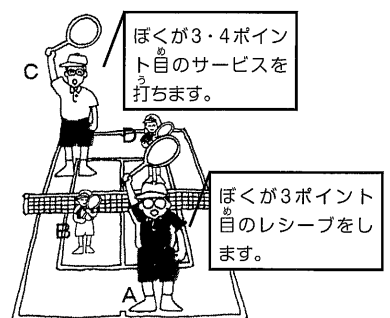
- ① サービスとレシーブは1ゲーム終わるごとに相手と交替します。
- ② サイドのチェンジは、奇数ゲームが終わるごとに行います。
- ③ ファイナルゲームは、相手と2ポイントごとにサービスのチェンジを行います。サイドのチェンジは始めの2ポイントが終わった後で行い、その後は4ポイント終わるごとに行います。

### 5 ファイナルゲームのときのサービスとレシーブの順序

- ① いちばんはじめの2ポイントのサービスをするプレーヤーは、サービスをするペアのうちのどちらかのプレーヤーがします。
- ② 3ポイント目と4ポイント目のサービスは、いちばんはじめにレシーブをしたペアのどちらかのプレーヤーとします。3ポイント目のレシーブは、いちばんはじめの2ポイントをサービスしたペアのどちらかのプレーヤーがします。

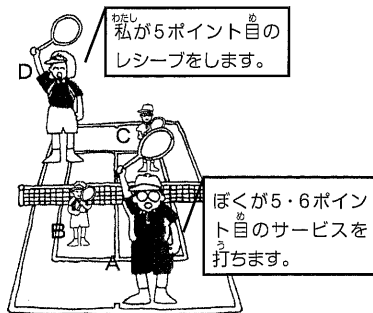


(2ポイント目が終わったらサイドのチェンジ)



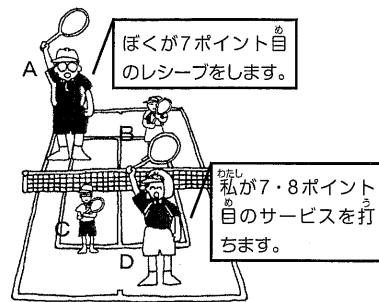
(4ポイント目が終わったらチェンジサービス)

③5ポイント目、6ポイント目のサービスは、1ポイント目、2ポイント目のサービスをしたペアのもう一人のプレーヤーがします。



(6ポイント目が終わったらサイドのチェンジ)

④7ポイント目、8ポイント目のサービスは、3ポイント目、4ポイント目のサービスをしたペアのもう一人のプレーヤーがします。

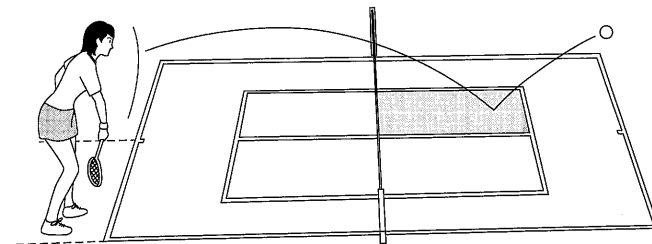


(8ポイント目が終わったらチェンジサービス)

⑤この後はこの順序でサービスとレシーブをします。

## 6 サービスの仕方と順序

- ①サービスは決められた場所(サイドライン及びセンターマークのそれぞれの延長線の間でベースラインの外)で行います。
- ②サービスは、ネットに向かってセンターマークの右側の場所から左側のサービスコートへ、次はネットに向かってセンターマークの左の場所から、右側のサービスコートへかわるがわる行います。
- ③2人のプレーヤーは同じゲーム中に、2ポイントずつかわるがわるサービスを行います。



## 7 サービスのフォルト

- ①サービスがサービスコートに入らなかったときはフォルトになります。
- ②第1サービスが入らなかったときは、第2サービスを行います。
- ③第2サービスも入らなかったときは「ダブルフォルト」となり、1ポイントを失います。

## 8 サービスのレット

サービスしたボールが、ネットやネットポストにあたって正しいサービスコートに入ったときは「レット」となり、そのサービスをやり直します。

## 9 レシーブの仕方と順序

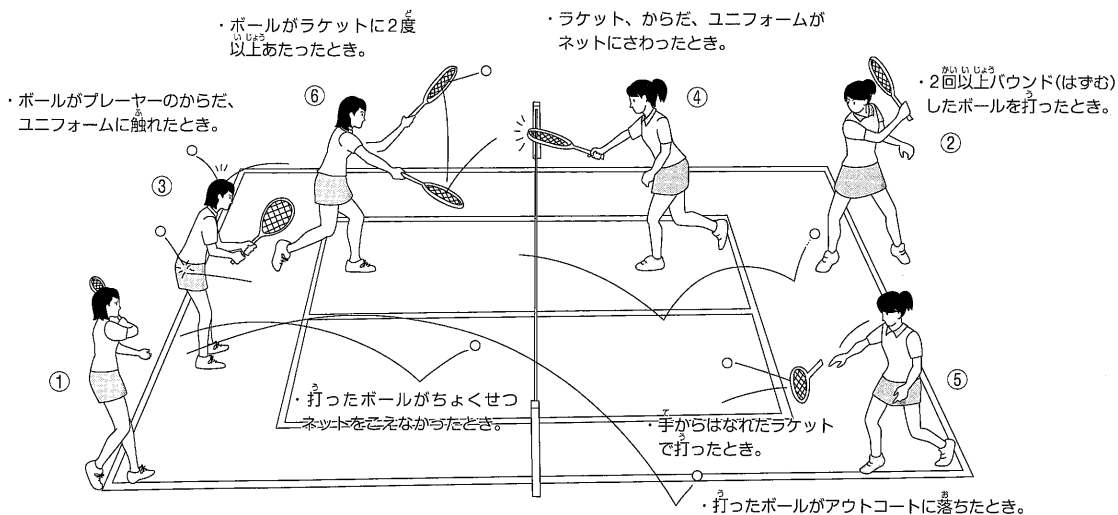
- ①正しいサービスコートに入ったボールが、ツーバウンドする前に相手コートに打ち返します。
- ②1ポイント目のレシーブはペアのうちどちらかが行います。
- ③2ポイント目は1ポイント目でレシーブをしなかったプレーヤーが行います。
- ④この後はこの順序でレシーブを行います。

## 10 レシーブでの失ポイント

- ①レシーブしたボールが相手コートに入らなかったり、空振りしたときは失ポイントとなります。
- ②サービスしたボールが直接レシーバーのラケット、からだ、ユニフォームなどに当たったときは失ポイントになります。「ダイレクト」

## 11 サービス、レシーブを除くインプレーでの失ポイント

- ①打ったボールがネットを越えなかったとき。(コールなし)
- ②打ったボールがアウトコートに落ちたとき。「アウト」
- ③2回以上バウンドしたボールを打ったとき。「ツーバウンドズ」
- ④打ったボールがプレーヤーのからだ、ユニフォームに当たったとき。「ボディタッチ」
- ⑤空振りしてラケットがネットやネットポストを越えたとき。「ネットオーバー」
- ⑥ネット又はネットポストにラケット、からだ、ユニフォームなどが触れたとき。「ネットタッチ」
- ⑦ボールがラケットのフレームにあたって打ち返せなかったとき。「チップ」
- ⑧アンパイヤーや審判台に触れたとき。「タッチ」
- ⑨手から離れたラケットで打ったとき。「インターフェア」
- ⑩ボールがラケットに2回以上あたったとき。「ドリブル」
- ⑪ボールがラケットのいちょうの空いてるところにはさまったとき。「キャリー」



## 12 ノーカウント

アンパイヤーが判定を誤ったためにプレーに影響があったときはノーカウントとなり、第1サービスからやり直します。ただし、サービスがレットになる場合を除きます。

## 13 ポイントおよびゲームのカウントのコール

ポイントやゲームのカウントは正番がサービス側からスコアをコールします。

ポイントカウントの誤りについてはそのゲーム内に、ゲームカウントの誤りについてはそのマッチ内に訂正を行います。

# マッチ(試合)の進め方について

## 1 マッチ前のあいさつ

アンパイヤーとなるときは、ジュニア審判員のワッペンを左胸につけておきます。マッチ前のあいさつは、アンパイヤー、プレーヤーともネット中央付近に集まりあいさつをします。

## 2 トス(サービスかレシーブ、又はサイドを決めます。)

- ①ペアの一人が相手とジャンケンをします。
- ②負けた方がラケットの公認マーク(表)を相手に見せて、ラケットをコート上に立てて回します。
- ③ジャンケンに勝った方はラケットがたおれる前に、「表」か「裏」かを言います。  
言いあてたらトスに勝ち、言いあてなかったら負けて相手が勝ちとなります。
- ④トスに勝った方が、サービスかレシーブ、又はサイドを選びます。
- ⑤トスに負けた方は、相手が選ばなかったものを選びます。  
国際大会では副審がコインでトスを行います。
- ⑥副審(副審を省略するときは正審)がコインのA面とB面を双方のプレーヤーに示してから投げます。
- ⑦A面が上になったら正審の右側のプレーヤーが、B面が上になったら正審の左側のプレーヤーがサービスかレシーブ、又はサイドを選びます。
- ⑧相手のプレーヤーは、選ばれなかったものを選びます。

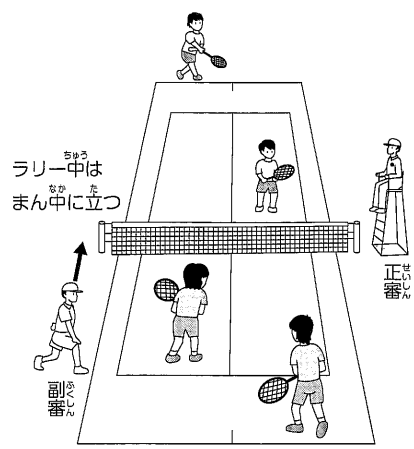
## 3 マッチ前の練習

サービス、レシーブ、サイドが決まったら、プレーヤーは練習をします。練習時間はふつう1分以内です。

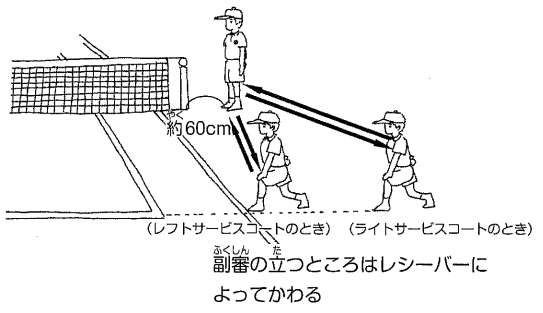
## 4 マッチの開始

- ①正審は「レディ」とコールして練習をやめさせ、プレーヤーをマッチ開始の位置につかせます。
- ②正審は「サービスサイド○○(クラブ名や県名等) □□・△△(プレーヤー名) ペア、レシーブサイド○○(クラブ名や県名等) ☆☆・◇◇(プレーヤー名) ペア、○ゲームマッチ、プレーボール」とコールしてマッチを始めます。
- ③正審は第1ゲームが終わったら「ゲーム、チェンジサイズ」とコールします。
- ④正審は「ゲームカウント○-○」とコールして第2ゲームを始めます。
- ⑤正審は第2ゲームが終わったら「ゲーム、チェンジサービス」、「ゲームカウント○-○」とコールして第3ゲームを始めます。この後は同じように(奇数ゲームが終われば「ゲーム、チェンジサイズ」、偶数ゲームが終われば「ゲーム、チェンジサービス」とコールして)進めます。
- ⑥正審は5ゲーム(7ゲーム)マッチのとき、ゲームカウントが2-2(3-3)となったときは「ゲームカウントツーオール(スリーオール)、ファイナルゲーム」とコールして始めます。
- ⑦正審はマッチが終わったら「ゲームセット」とコールして審判台をおり、副審、プレーヤーもマッチ前のあいさつをした位置に集まります。
- ⑧正審が「○対○で○○ペアの勝ちです」と言った後、プレーヤー同士、そしてプレーヤーとアンパイヤーがあいさつをし、プレーヤー同士あくしゅをして終わります。
- ⑨個人戦のときは、勝った方に勝者サインをもらって解散します。

# 5 マッチ中のアンパイヤーの位置



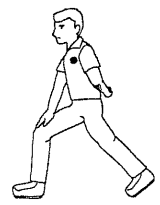
● 正審の姿勢



# 6 副審の構えとサイン

そのほかの判定区分とは、レット、ダイレクト、ツーバウンズ、ボディタッチ、ネットオーバー、ネットタッチ、チップ、タッチ、インターフェア、ドリブル、キャリーなどです。

(ア) 副審のかまえかた



(イ) フォールト



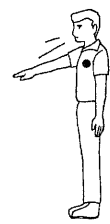
(ウ) レット (コールもする)



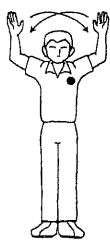
(エ) アウト



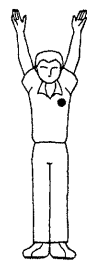
(オ) そのほかの判定区分 (コールもする)



(カ) ノーカウント (コールもする)



(キ) タイム (コールもする)



7 <sup>さいてんひょう きにゅうしかた</sup> 採点票への記入の仕方

- ① サービスのペア(S)、レシーブのペア(R)が決まったらS・Rのところを○で囲みます。
- ② サイドを選んだペアのプレイヤーの欄の下の「サイド」を○で囲みます。
- ③ ポイントを得たとき○、失ったとき×を上の方の左から右に記入します。
- ④ ゲームが終わったら、そのゲームで得たポイント数を中央に記入し、そのゲームを得た方のポイント数を○で囲みます。
- ⑤ マッチが終わったら中央のスコア欄に得たゲーム数を記入し、勝者のゲーム数を○で囲みます。
- ⑥ 勝った方のプレイヤーに勝者サイン欄にサインをしてもらいます。

<sup>きにゅうれい</sup> 【記入例】

ダブルス・シングルス採点票

種別 ジュニア <sup>男</sup> <input type="radio"/> <sup>女</sup> <input type="radio"/>		第 1 コート	正審 中村	副審 小林
第 2 回戦	開始 11:00 分	終了 11:20 分	線審	線審
No. 1	所属 東京ジュニア	(スコア)	No. 3	所属 大阪スポーツ少年団
プレイヤー A 秋田 一郎	③ - 2	④ - 1 - 2	プレイヤー A 長崎 三郎	⑤
プレイヤー B 福島 二郎			プレイヤー B 熊本 四郎	
② サイド ○				
① S R ○ X X O O O			S R X O O X X X	
③ S R O O O X X X O X X O X X	5 - 2 - ⑦		S R X X X O O O X O O X O O	
S R O X X X O O X X	3 - ③ - ⑤		S R X O O O X X O O	
④ S R O X O X X O O O	⑤ - 4 - 3		S R X O X O O X X X	
S R	- ⑤ -		S R	
S R	- ⑥ -		S R	
S R	- ⑦ -		S R	
S R	- ⑧ -		S R	
S R O O X O O O O O * * * *	⑦ - ⑥ - 1		S R X X O X X X X X * * * *	
(警告) Y Y R	タイム	タイム	(警告) Y Y R	
該当事項	A 5 . 5 B 5 . 5	A 5 . 5 B 5 . 5	該当事項	
勝者サイン 秋田	勝者No. 1	進行	点検	記録

公益財団法人 日本ソフトテニス連盟

⑥

## 公益財団法人 日本ソフトテニス連盟

〒140-0014 東京都品川区大井1-16-2-201  
TEL 03-6417-1654 FAX 03-16417-1664

監 修	笠井 達夫						
編 集	審判委員会委員						
委員長	林田 正信	副委員長	今井 史郎				
委 員	荒畑 鈴佳	安藤 正美	上山 親子	川西 齋	北村 和久		
	木下 道夫	木原 晴彦	君塚 亮一	田村 忠士	笛岡 宣明		
	牧 壮一	柳下 秋久	山下 晴海			2015.4.1	