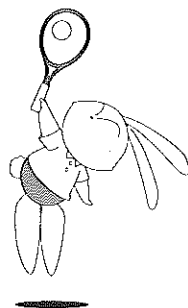


# ソフトテニス



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

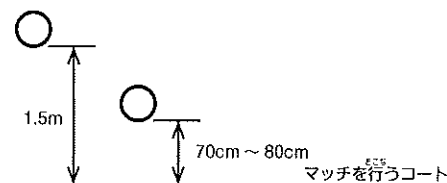
# ソフトテニス

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はす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

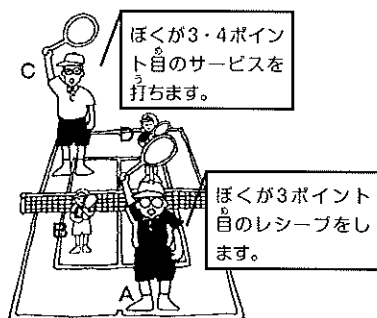
- ① サービスとレシーブは1ゲーム終わるごとに相手と交替します。
- ② サイドのチェンジは、奇数ゲームが終わるごとに行います。
- ③ ファイナルゲームは、相手と2ポイントごとにサービスのチェンジを行います。サイドのチェンジは始めの2ポイントが終わった後で行い、その後は4ポイント終わるごとに行います。

### 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。

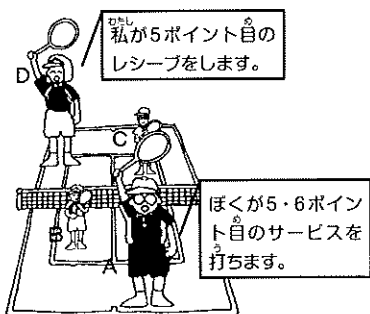


(2ポイント目が終わったらサイドのチェンジ)



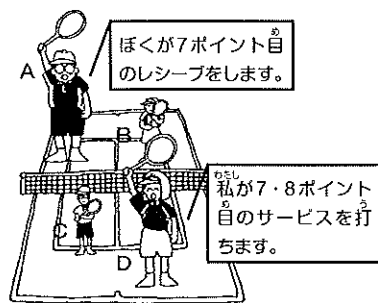
(4ポイント目が終わったらチェンジサービス)

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イヤーがします。



(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イヤーがします。

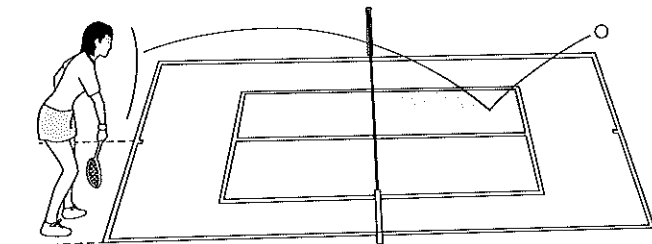


(8ポイント目が終わったらチェンジサービス)

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人のプレイ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イヤーが行います。
- ④この後はこの順序でレシーブを行います。

10

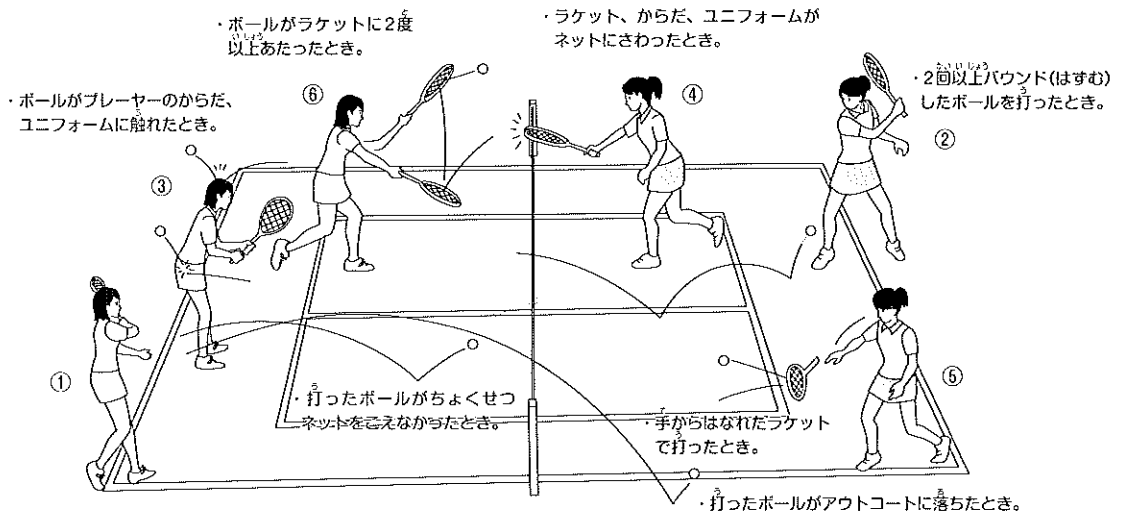
## レシーブでの失ポイント

- 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となります。「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。「ツーバウンズ」
- ④打ったボールがプレイヤーのからだ、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回以上当たったとき。「ドリブル」
- ⑪ボールがラケットのいちより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審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」が「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で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。

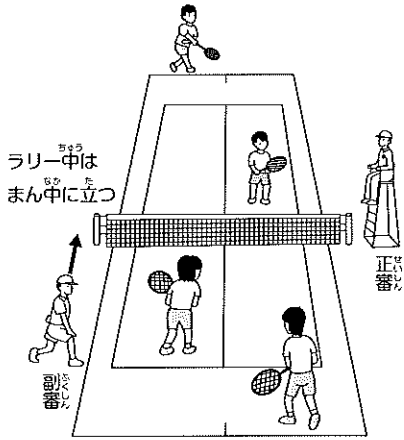
## 3 マッチ前の練習

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。

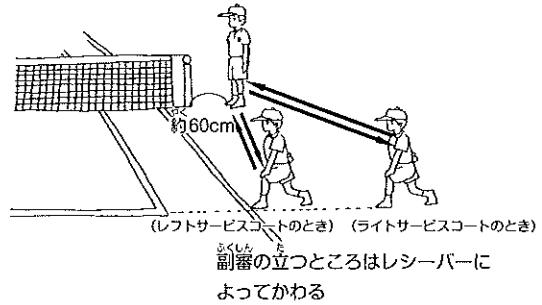
## 4 マッチの開始

- 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、キャリアなどです。

(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



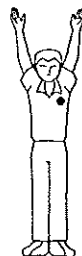
(オ) そのほかの判定区分  
(コールもする)



(カ) ノーカウント  
(コールもする)



(キ) タイム  
(コールもする)



7 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。

【記入例】

ダブルス・シングルス採点票

|  |                             |                          |                             |                           |
|--|-----------------------------|--------------------------|-----------------------------|---------------------------|
| 種別 ジュニア <span style="float: right;">(男) 女</span> |                             | 第 1 コート                  | 正審 中村                       | 副審 小林                     |
| 第 2 回戦   |                             | 開始 11:00 分<br>終了 11:20 分 | 検審                          | 検審                        |
| 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<br>A 秋田 一郎<br>B 福島 二郎                      | サイド                         | ③ - 2                    | プレイヤー<br>A 長崎 三郎<br>B 熊本 四郎 | サイド                       |
|  | ①                           |                          |                             | ②                         |
| S R  | ④ ○ X X ○ ○ ○ ○             | ④ - 0 - 2                | S R                         | X ○ ○ X X X               |
| ③  | S R                         | 5 - 2 - ⑦                | S R                         | X X X ○ ○ ○ X ○ ○ X ○ ○   |
| S R  | ○ X X X ○ ○ X X             | 3 - ③ - ⑤                | S R                         | X ○ ○ ○ X X ○ ○           |
| ④  | S R                         | ⑤ - 0 - 3                | S R                         | X ○ X ○ ○ 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  | ⑦ ○ ○ X ○ ○ ○ ○ ○ * * * * * | ⑦ - ⑥ - 1                | S R                         | X X ○ X X X X X * * * * * |
| (警告)   | Y Y R                       | タイム                      | タイム                         | (警告)                      |
| 試合事項   |                             | A 5 . 5<br>B 5 . 5       | A 5 . 5<br>B 5 . 5          | 試合事項                      |
| 勝者サイン  | 秋田                          | 勝者No. /                  | 進行                          | 点検                        |
|  |                             |                          |                             | 記録                        |

公益財団法人 日本ソフトテニス連盟

## 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 斎  | 北村 和久 |  |          |
|     | 木下 道夫   | 木原 晴彦 | 君塚 亮一 | 田村 忠士 | 笹岡 宣明 |  |          |
|     | 牧 壮一    | 柳下 秋久 | 山下 晴海 |       |       |  | 2015.4.1 |