



かんたん!

# 車いすバスケットボールガイド

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蛸殻町2-13-6  
ユニゾ水天宮ビル3階

[TEL] 03-5939-7021

[FAX] 03-5641-1213

[HP] <http://www.jsad.or.jp/>

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

●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



# ◇ 車いすバスケットボールとは？

下肢などに障がいのある選手が車いすに乗って戦うバスケットボールです。巧みな車いす操作、素早いパスワークなど、車いす同士の激しい攻防が魅力です。



車いすバスケットボールは1960年のパラリンピック第一回大会〔ローマ〕から実施競技となっている、障がい者スポーツの中でも世界的に知名度、人気が高いスポーツです。

ルールや使用するコート、リングの高さ、ボールなど、一部を除いては、一般のバスケットボールと変わりはありません。コートの周辺ではタイヤが焦げたにおいがするほど、激しいプレーが見られます。

日本でも長い歴史がある競技で、1964年の東京パラリンピックでも実施されました。近年ではマンガに描かれたことなどにより認知度も上がり、障がいのない人もチームを組んでプレーするなど新たな発展も見せています。

# Contents

◇ 競技の概要	3
◇ 競技者とクラス分け	5
◇ 特有のルール	6
◇ 使用するコート・ルール	7
◇ 競技用車いす	9
◇ 「車いす」ならではの戦い	11
◇ もっと車いすバスケットボールを知りたい!	14

## Column

### 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>

### <競技団体HP> 一般社団法人日本車いすバスケットボール連盟



車いすバスケットボールの最新情報はコチラ!



<http://www.jwbf.gr.jp/>

# ◆ 競技の概要

## チーム編成

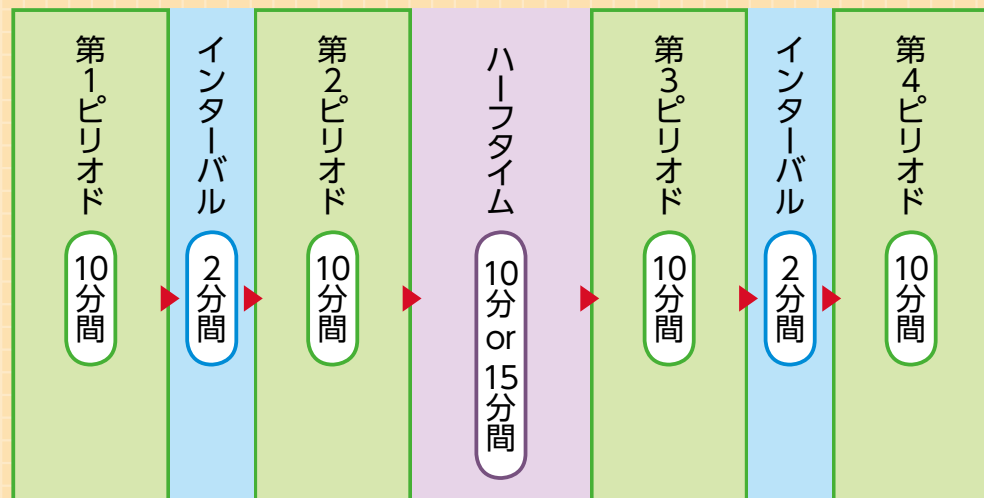
一般のバスケットボールと同じで、1チームは最大12名で構成され、コート上には5名が出場します。

コート上の5名の持ち点の合計点が常に14点以内となるようにチームを編成しなければいけないルールがあります。選手の交代には、回数制限はありません。

## 競技時間

1試合では10分間のピリオドを4回行い、各ピリオド間にはインターバル（ハーフタイム）が入ります。

第4ピリオド終了時点で同点により決着がつかない場合は、1回5分の延長ピリオドを決着がつくまで行います。



## クラス分けシステム

障がいの程度によって、各選手に持ち点が設定されます。持ち点は1.0点から0.5点きざみで4.5点まであります。障がいが軽いほど点数が高く、重いほど点数が低くなります。コート上の5名の合計点を14点以内で編成することで、障がいの軽い選手だけでなく重い選手にも出場機会が生まれます。

障がいが重いほど  
持ち点は小さい

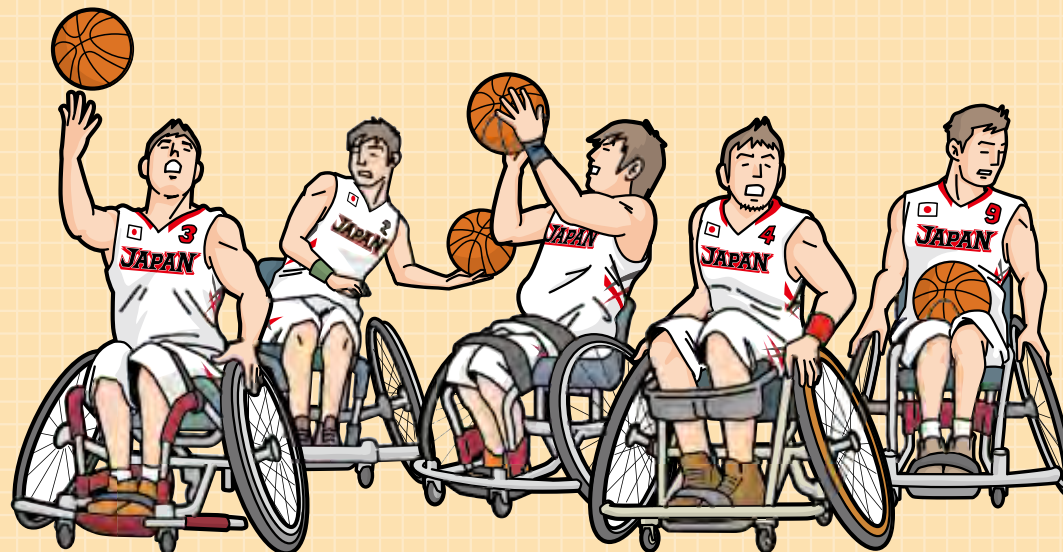
0.5点きざみ

障がいが軽いほど  
持ち点は大きい



最小1.0点

最大4.5点



# ◆ 競技者とクラス分け

車いすバスケットボールの試合に出場するのは脊髄損傷や切断など下肢に障がいがある選手たちで、すべての選手はクラス分けを受け、障がいの程度に応じた持ち点がつけられます。クラス分けは実際に競技観察をして決められます。車いすの操作、ドリブル、パス、ボールコントロール、シュート、リバウンドなどの動作、接触プレイ時の身体の反応など、基本的なバスケットボールの動きで見られる身体能力に応じて分類されます。ここで紹介するのは、それぞれのクラスの特徴や運動機能ですが、あくまで目安となります。

障がいが軽い(最大4.5点)  
障がいが重い(最小1.0点)

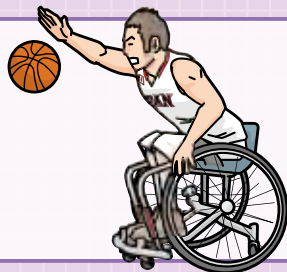
## クラス4.5点

軽度の脊髄損傷や片膝下切断などの選手で、体幹バランスがあり全方向に安定して動くことができます。積極的にボールにからみ、攻守にチームの中心となる存在です。



## クラス3.0点

脊髄損傷や両大腿切断などの選手で、前方への体幹の動きは良く、上体を起こすことができます。ただし、側面への動きはコントロールができません。



## クラス1.0点

重度な脊髄損傷などの選手が該当し、体幹の動きがほとんどないか、コントロールができません。腹筋、背筋が機能しないため、車いすに深く座って背もたれにもたれかかっています。



# ◆ 特有のルール

車いすバスケットボールのルールは一部を除いてバスケットボールと同じです。ここで紹介するのは、車いすバスケットボールならではの代表的なルールです。

## トラヴェリング

バスケットボールではボールを保持した状態で3歩以上歩いてはいけませんが、車いすバスケットボールの場合はボールを保持して車いすを3回連続でプッシュするとトラヴェリングになります(片手でこいでも1回のプッシュとなります)。トラヴェリングにならないためには、2プッシュ以内につき1ドリブルをしなければなりません。



## ダブルドリブルはなし

車いすバスケットボールにはダブルドリブルのルールはありません。トラヴェリングにならないようにドリブルをする必要がありますが、ドリブルとボールの保持を繰り返すことが認められています。



何度  
ドリブル&  
保持を  
繰り返しても  
OK!