



車いすラグビーをやってみたい!生で見たい!
ラグ車ってどんな感じ?そんなあなたの参加を待っています!



Photo by Megumi Masuda, Shinya Tanaka/JWRF

第2回

車いすラグビー体験会 in 岡山

3月1日(日) 10:00-15:30 2026

参加費無料
事前登録必要

開催場所 国立吉備高原職業リハビリテーションセンター 体育館

〒716-1241 岡山県加賀郡吉備中央町吉川7520

体験・見学のお申し込み

体験者、見学者等含め、Googleフォームからの登録をお願いします

申込締切 2月19日(木)23:59まで

※体験は障害がある方が優先となります

お申込みはこちら →



用意するもの

体験者の方

・グローブ

(手の平、指先がゴムで覆われたもの)

・体幹固定用のベルト

(持っている方)

車いすユーザー以外の方

上履き

主催 一般社団法人日本車いすラグビー連盟

助成 公益財団法人日本財団パラスポーツサポートセンター

#車いすラグビー応援



Follow us on



@JWRF2020



JWRF.jp



車いすラグビー体験



日本代表の動画



japan_wrf



| 詳しくは日本車いすラグビー連盟公式HPへ | JWRF 検索 | <https://jwrf.jp/>



かんたんルールガイド

車いすラグビーとは・・・

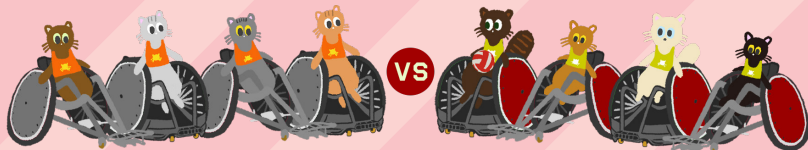
1977年に手と足に障害がある人がチームスポーツを行うためにカナダで考案され1996年のアトランタパラリンピックにデモンストレーション競技として初登場しました。2000年のシドニーパラリンピックから正式種目となりました。

日本では、1996年11月に正式に競技が紹介され1997年4月に「日本ウィルチェアラグビー連盟」が設立され、2019年4月から競技名の変更と共に現在の「日本車いすラグビー連盟」となりました。



試合の人数

試合は4対4で行われ、選手交代に回数制限はありません。選手にはそれぞれ障がいの程度によって持ち点がつけられており、4人の持ち点の合計がルールで決められた点数以下になるようにチームを編成します。



ペナルティボックス

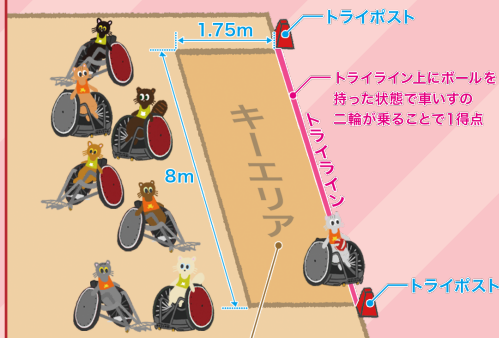
反則によっては、このスペースで30秒のペナルティが課せられます
・ファウルを犯した選手に科せられるペナルティ 30秒

車いすラグビーのコート

車いすラグビーのコートは、バスケットボールコートと同じ28m×15mの大きさです。

キーエリアについて

ボールを持った選手の車いす前後4輪のうち2輪が相手側のトライライン上に達するか通過している状態で得点となります

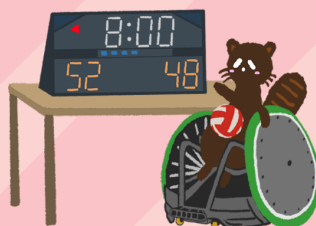


キーエリアに、守備中のチームは3名までしか入れません。
キーエリアに、攻撃中のチームはボールを持って入ってから8秒経過すると相手チームにボールの所有権が移ります

競技時間

1ピリオドは8分間で4ピリオド行われます。

第4ピリオド終了後に勝敗が決まらなかった場合は、3分間のインターバル後、3分間の延長ピリオドを行います。勝敗が決まるまで2分間のインターバルと3分間の延長ピリオドを繰り返します。



車いすラグビーのタックル

車いすラグビーでは車いす同士のタックルが認められています。ただし、車輪の中心より後ろへのタックルは禁止されています。また、競技中は手で他の選手の車いすや体に触れることは反則となります。



クラス分けについて

車いすラグビーの選手には障がいの程度により、それぞれ「持ち点」が付けられます。コート上4人の持ち点の合計を8点以下で構成しなければなりません。

ただし、コート上に女性選手が加わる場合は、持ち点の合計に、2.0～3.5点の女性選手1人につき「1.0点」、0.5～1.5点の女性選手1人につき「0.5点」が追加されます。持ち点に判別が付きやすいように女性選手には「F」の表示が数字の後ろに付きます。

クラス分けは、筋力テスト・体幹機能テスト・動作の機能テスト・競技観察を実施して決定されます。



例

3.0F 女性 1.0 男性 3.0 男性 2.0 男性

このチームは... **合計 9.0 点**

3.0点の女性選手が1名いるので持ち点(8点)に1.0点が追加され9.0点で出場が可能になる。

競技用の車いすラグビー(通称:ラグ車)

競技用の車いすには、攻撃型と守備型の2種類があります。攻撃型は主にハイポインターの選手、守備型は主にローポインターの選手が使用します。



ボール運び

ボールを保持している選手は膝の上にボールを乗せて車いすを何回でもこぐことが出来ます。ただし、8秒以内にドリブルまたはパスをしなければなりません。一般のラグビーと違い、前方へのパスも認められています。

ちなみに、使用するボールは、バレーボールの5号球を基に作られた専用球です。



審判・TOにも注目!!

審判は試合をルール(競技規則)に則って厳密かつ円滑に進行・成立させる役割を担います。テーブルオフィシャル(TO)は車いすラグビーの試合を運営する上で、審判と協力し、試合時間の管理や記録を行います。

審判ジェスチャー集はJWRFの公式ホームページで紹介しています。ぜひ、試合観戦のご参考にご覧ください。

