

ポッチャ部だより

ポッチャとは

ポッチャは、重度障がい者の競技スポーツへの参加を可能にするために考案されたスポーツで、パラリンピックの正式競技です。2016年のリオデジャネイロパラリンピックでは5名の選手が出場し、日本は銀メダルを獲得しました！主として重度の脳性麻痺者および筋ジストロフィーや頸髄損傷のような四肢・体幹に重度の機能障がいがある方、つまり、日常の移動手段として電動車いすを利用している、もしくは自力での電動車いすの駆動能力が非常に低い方が対象のスポーツです。障がいによりボールを投げることができなくても、勾配具（ランフ）を使い、自分の意思を介助者に伝えることができれば参加できます。

ルール

ジャックボール(目標球)と呼ばれる白いボールに、赤・青のカラーボールを投げたり、転がしたり、他のボールに当てたりして、いかに近づけるかを競います。

1人対1人で行う個人戦、2人対2人で行うペア戦、3人対3人で行うチーム戦があります。

カーリングに似たルールですが、目標となるジャックボールもボールが当たることで移動するので、そこが難しく、かつ面白いところでもあります。



ポッチャのおもしろさ

誰でもできる！

1. 重度障がい者が参加できるパラリンピック競技で、自らボールを投げることができない選手も、ランフやリーサーといったアシスティブデバイスを使用することで競技に参加することが可能。

2. 重度障がい者だけではなく、子どもから高齢者まで幅広く、どんな人でも楽しむことができるスポーツ。

3. 自らの意志で競技アシスタントに指示を出すという点においても、重度の障がいがある選手たちの自立心を尊重したスポーツ。

一発逆転がある！

1. シンプルだが奥深い！

2. どこに転がすのか、近づけるのか、あるいは相手のボールを弾くのかなど、相手との駆け引き・戦術が必要！！

3. 最後の一球まで勝負がわからない！！！！

去年の活動報告

期 間	大会名
7月	ボッチャ体験会
11月	フェニックス杯

