

日本代表選手が教える！

9/23 水

ドッジボールしませんか

ドッジボールイベント開催

日本トップレベルの高い技術を見て体験できるチャンス！！



▶ 初級者向け

10:00～11:45

【対象】未経験の年長～小3・経験者の小1～小2のお子様

定員30名

運動の基本動作である「投げる・構える・受ける」という動作を、身近な遊びであるドッジボールを通して、楽しみながら習得できるクラスです。スポーツを始めるきっかけ作りを目指します！
(ご自身のお子様のサポートとして、保護者様1名同伴参加可能)

▶ 経験者向け

13:15～15:00

【対象】経験者の小3～小6のお子様

定員30名

学校や遊びを通して、ドッジボールの経験がある、またはドッジボール競技に参加経験のあるお子様を対象としたクラスです。レベルアップを目指しましょう！

※どちらのクラスもドッジボールのテクニックを日本代表選手から、直接アドバイスを受けることができます！

開催日	9月23日(水)川崎市民プラザ 体育館
申込受付	8月25日(火) 11:00～受付開始 ※ご家族以外の方による代理申込不可
持ち物	運動できる服装・室内シューズ・タオル・水筒
参加費	2,200円(税込) ※キャンセルの場合、前日・当日の返金はいたしかねます。



講師紹介



篠原 謙生(しのはら けんせい)選手
・2026年度 日本代表選手
(クロスボール)



水野 有輝子(みずの あきこ)選手
・2026年度 日本代表選手
(クロスボール)



《シングルボール》と《マルチボール》の違い

	ボールひとつで戦うシングルボール	ボール5つで戦うマルチボール
試合時間	1セット5分間 1セットマッチか3セットマッチが主流	前、後半各15分 15分間で1セット3分間の『セット』と言われる試合をたくさん行う
勝利条件	- 試合終了時に内野の人数の多いチームが勝ち - 複数セットマッチの場合、獲得セット数の多いチームが勝ち	- 各セット終了時に内野人数の多いチームに2ポイントが追加される - 引き分けの場合はそれぞれに1ポイント 前、後半計30分の試合終了時点で合計ポイント数の多いチームの勝ち
試合開始	- ジャンプボールで試合開始 - ジャンプボール後のボールをジャンパーは捕球できない - ジャンプボール後の1投目でジャンパーを攻撃できない	- ダッシュで試合開始 - センターラインに置かれた5つのボールのうち中央のボールを取り合う（各チーム左側2個のボールは優先的に獲得できる） - 捕ったボールは既定の線より下げることでプレイ有効となる
アウトの条件	- 相手の投球したノーバウンドボールに当たり、床等に接した場合 - 複数人に当たっても最初の1人のみアウト - 頭部に当たった場合はセーフ	- 相手の投球したノーバウンドボールに当たり弾いたとき - 複数人に当たったら全員アウト - 頭部に当たってもアウト - 投球したノーバウンドのボールをキャッチされたとき
アウトになった選手の復帰条件	外野からアウトを取ったとき	上記に書かれた『投球したノーバウンドのボールをキャッチされたとき』にアウトになった順番に1人復帰する
特殊ルール	- ワンタッチ (D-1/D-1G) - 外野の選手が手に触れたボールが外に出た場合、その外野手から再開できる ※《D-X》は小学3年～6年生の部類 ※D-1：男女混合 ※D-1G：女子の略	- ブロッキング - 相手の投げたノーバウンドのボールに対し守備側が持っているボールで弾き返した場合はアウトにならない - ブロッキングの際、ブロッキングに用いた場合はアウトにならないボールを落としたり、手がしっかりホルドされていないとアウトになる

今回のイベントはシングルボールです