令和７年度版

チャレンジくん

静岡市
ニュースポーツガイド

静岡市役所
スポーツ振興課

ニュースポーツについて

- ニュースポーツとは？

定義は様々でありますが、「**今までのスポーツ競技の道具やルールを簡単にして初心者でも気軽にできるようにしたもの**」と言うことが出来ます。球技が苦手な人や体力に自信がない人でも、すぐに始められるように工夫されているものです。

- ☆道具を軽くする。→老若男女どんな方でもプレーできる。
- ☆道具の材質・大きさを変える。→スピードや飛距離が落ちたり、当たりやすくなったり強度が落ちる。
- ☆コートの広さを変える。→体力に自信のない人でも対応できる。
- ☆ルールを変える。→簡単にすることで取り組みやすくなる。大勢が一度にできたり、協力できたりするようになる。

グラウンドゴルフ

今更説明不要のニュースポーツの代名詞！年配の方を中心に競技者数を増やしています。簡単なルールと運動強度もあって、毎週どこかで大会が開かれています。

スカイクロス

ゴルフの要素と輪投げが組み合わさった種目、相手の輪の上に重ねるとプラス一打されるなど、そのゲーム性は楽しい。

ターゲットバードゴルフ

羽のついたボールをクラブ(ﾋﾟｯﾁﾝｸﾞｳｪｯｼﾞ)で打ち、打数を競います。傘を逆さまにしたようなホールが特徴です。

ペタンク

「ビュット」と呼ばれる木製の小さな目標球に、鉄球を投げ合いより近づけることで得点を競います。相手をはじきとばしたり、間をすり抜けたり、ゲームとして楽しめます。

タスポニー

名古屋で開発されたタスポニーは、手でスポンジ製のボールを打ち合うテニスのような競技、テニスよりも狭いコート、ダブルスが基本で、どなたにも取り組みやすい競技です。

キンボール

カナダ生まれのニュースポーツ！直径120ｃｍの大きなボールを４人でヒット・レシーブの繰り返しをしながら得点を競います。チームワークの試されるスポーツです。

ラダーゲッター

２個のボールがヒモで繋がっているラダー・ボールを投げ、３段のラダー（ハシゴ）に引っ掛けるスポーツです。
３人１チームで時間を競うスピードラダーゲッターもあります。

ディスコン

ペタンクと同様のスポーツ。やや小さいディスク（オセロのように両面に赤青色）を目標物（黄色いポイント）にめがけて投げます。とてもゲーム性が高く、高齢者にも小さな子どもにも始めやすいスポーツです。

モルック

木の棒（モルック）を投げて、木のピン（スキットル）を倒して得点を競うスポーツです。２チーム以上で対戦し、先に50点ちょうどになったチームの勝ちです。

ファミリーバドミントン

バドミントンの羽にスポンジボールを付けたシャトルを、シャフトの短いラケットを使い３人対３人で打ち合うスポーツです。２回以内に相手コートに返球します。

ボッチャ

赤と青のチームに分かれて、ジャックボール（目標球）と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ６級ずつのボールをいかに近づけるかを競うスポーツです。

フーバ

ふくしバレー「**ふ**だんの**く**らしを**し**あわせにする**バレー**ボール」
平成19年に菊川市で考案されたスポーツです。バドミントンのダブルスコートを使い、４人対４人で、ビニール製のボールを使うバレーボールです。必ず３人で３回でボールを返します。

ビーチボール

富山県朝日町で考案されたスポーツです。
バドミントンのダブルスコートを使い、ネット越しにビーチボールをボレーで打ち合います。