

＜
(公社) 神奈川県理学療法士会 湘南西部ブロック主催

(公社)神奈川県理学療法士会 湘南西部ブロック主催
3X3車いすバスケット大会
2025 (ビギナー向け)

**「ウエインズパーク海老名」で初開催！
(大会後にはバーベキュー企画も)**



見学・応援だけでも大歓迎！



(公社)神奈川県理学療法士会 湘南西部ブロック 主催

3X3車いすバスケットボール大会（ビギナー向け）

開催要項

目的	車いすバスケットボールを“身近なスポーツ”にすること	
日時	2025年11月2日（日）10:00～13:00（9:00準備開始、14:00完全撤収） ＊小雨決行	
場所	ウエインズパーク海老名 3X3バスケットコート （神奈川県海老名市中新田3289-40）	
内容	～10:00 10:00～11:00 11:00～13:00	会場設営、受付 挨拶・選手紹介・ルール説明、エキシビジョンマッチの後、体験・練習の時間 3X3トーナメント戦 ＊決勝戦はプレイヤーチームとのハンデマッチ
大会参加資格	未経験者から実際のプレイヤーまで、年齢や障がいの有無を問わず誰でもOK！ ＊ルール説明や体験・練習の時間を設けますので、初めてでも大丈夫ですよ	
募集人数	1チーム3名以上とし、8チームを限度とする ＊8チームを超えた場合でも、別枠で試合ができるよう調整します！	
応募方法	大会チラシあるいは本冊子の表紙のQRコードより応募（締切：2025年10月26日） 友だちや家族、同僚とチームを組んでエントリーしても、一人でエントリーしてもOK コート内の持ち点の合計は12点以内（健常4.5点、女性と15歳未満-1.5点、50歳以上-0.5点）	
表彰	上位3チーム	
集客人数	約50名（参加者25名、選手6名、運営・アシスタント25名、ほか）	
宣伝方法	・湘南西部スポーツクラブ、日本車いすバスケットボールアカデミー関係者へのアナウンス ・チラシ配布（会場、隣接コンビニ、社会福祉協議会、スポーツ協会、理学療法士養成校など） ・インターネット（Instagram、公式LINE、HP） ・タウンニュース海老名・座間・綾瀬 ほか	
費用	・会場使用料（4時間）、リース料 6,500円 ・参加費 キッズ500円、大人1,000円（1DAYレジャー保険料、会場使用料、リース料、ほか）	
準備する物品 参加者の持ち物	・バスケットボール（3X3オフィシャルボール）、競技用車いす16台、ジャンボリングゴール1台、 ビブス、看板2枚、Bluetoothスピーカー、景品（上位3チーム）、救急箱は主催者で用意 ・各種ボール、得点板、テント、テーブル、イスは会場でのリース ・参加者の持ち物は「運動しやすい服装、タオル、着替え、飲み物、参加費」など	
協力	ウエインズパーク海老名 様、公認審判員の皆様 湘南スポーツクラブ、湘南西部スポーツクラブ、日本車いすバスケットボールアカデミー	

車いすは
貸し出します

3X3車いすバスケットボール大会（ビギナー向け） | 競技規則



チーム編成	1チーム3人以上（コート内は3名まで）、コート内の持ち点の合計は12点以内 持ち点のつけ方は「国際車いすバスケットボール競技規則」に準ずる 健常者は4.5点。女性と15歳未満は-1.5点、50歳以上は-0.5点とする
コートとボール、ゴール	コートは原則、横15m、縦11m（だが、会場に合わせる） 3X3オフィシャルボールを使用。小学生以下はジャンボリングゴールも使用できる
競技時間・内容	1試合5分間流しの1ピリオド制（ファウル、フリースローは止める） 終了時に得点が同点だった場合、オーバータイム（2点先取したチームの勝利）
ゲーム開始時の攻撃権	じゃんけん（勝ったチームがオフェンスかディフェンスかを選択）
得点	アークの内側からのショットは1点、外側からは2点
タイムアウト	設けない
トラベリング	ボールを持って車いすをプッシュする動作は2回まで（緩く適用）
3秒ルール	オフェンスのチームは制限区域内に3秒以上留まることはできない（緩く適用）
ショットクロック	設けない
シューティングファウル後のフリースロー	1本のフリースロー アークの外側でファウルがあった場合は2本のフリースロー
チームファウル制限	設けない
フィールドゴールが成功した後の攻撃権	ディフェンスのチームに攻撃権が移る バスケットの真下から、ボールをドリブルまたはパスでアークの外側まで運ばなければならない。新たにディフェンスするチームは、ボールがノーチャージセミサークルの外に出るまでボールに対してディフェンスしてはならない
ボールがデッドになった後	アークの外側（トップ）でチェックボール
ディフェンスのチームがリバウンドをコントロール、またはスティールした後	ボールをドリブルまたはパスでアークの外側に運ばなければならない
ジャンプボールシチュエーションの後	ディフェンスのチームに攻撃権が移る
交代	ボールがデッドかつチェックボールの前に可能 交代は審判やテーブルオフィシャルによる指示や合図を必要としない

車いすバスケット

基本のルール



ルールは
ほぼ同じ!

車いすバスケットボールは一般のバスケットボールのルールとほぼ同じです。

10分間を4ヒリオド、合計40分間の試合です。

違いは、**トラベリング**・**ダブルドリブル**・**持ち点制の3つ**です。

2つの違い

トラベリング

ボールを持ちながら3回以上フツシュすると

トラベリングに。

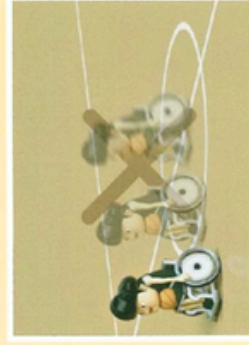
※フツシュ=車いすをこくこと。

ダブルドリブル

車いすバスケットにダブルドリブルはありません。

フツシュ2回以内であれば、

何度でもドリブルできます。



サントリーホールディングス株式会社制作 動画「車いすバスケットボールのルール for ビギナーズ」より
動画は「サントリーチャレンジ・スポーツプロジェクト」HPでご覧いただけます

<https://www.youtube.com/watch?v=5dkVnqEVtj8>

ボールのルール

選手とチームの 持ち点について

1.0~4.5の
クラス分け

持ち点表示ゼッケン一覧



1.0・1.5点

赤



2.0・2.5点

緑



3.0・3.5点

青



4.0・4.5点

紫



●の数と
ゼッケンの色で
持ち点が
わかる!

身体を動かせる範囲によって、**1.0~4.5**にクラス分けされています。

選手はそれぞれ、もともと障がいの重い**1.0点**から、

もともと障がいの軽い**4.5点**まで、0.5点きざみにクラス分けされています。

合計は
14点まで*

14.0

$$1.0 + 2.0 + 2.5 + 4.0 + 4.5$$



そして、コートに出ている選手5人の合計持ち点は**14.0点以内**。

これがチームの持ち点です。このルールがあることによって

障がいの重い選手も軽い選手も平等に参加ができます。

*女子は同時に2名までプレー可、1名につきチームの持ち点の合計から1.5点減点

優勝

⑩

⑨

⑦

⑧

①

②

③

④

湘南スपोर्टクラブ

⑤

⑥



湘南スポーツクラブ 所属

おさだ りゅうじ
長田 龍司 Osada Ruji

PeptiDream（ペプチドリーム）アスリート雇用。若手育成や各地での体験会・イベントなどで活躍。湘南スポーツクラブキャプテン。



相模フォース 所属

くまがい まさと
熊谷 昌飛 Kumagai Masato

日本車いすバスケットボールアカデミー代表。各地の体験会での活躍のほか、車いすテニスプレイヤーとして国も内外で挑戦中。



湘南スポーツクラブ 所属

よねだ けい
米田 敬 Yoneda Kei

若手の俳優。筋肉ムキムキでストイックな健常プレイヤー。

2025年度

魅力的な選手たち、大集合！

出場選手 6名 をご紹介します

挑戦するみんなをサポートしてくれるよ！



湘南スポーツクラブ 所属

たかの ひろき
高野 裕基 Takano Hiroki

若手の優しいお兄ちゃん。最近では少しずつ美容師の仕事を再開したり、新しくサーフィンに挑戦したりしています。



湘南スポーツクラブ 所属

ほかその しりゅう
外園 子竜 Hokazono Siryu

キャプテンとの出会いを通じていつの間にかスポーツマンに。今ではスクールでコーチを務めるまでに成長しました。



湘南スポーツクラブ 所属

まつもと はるひ
松本 晴陽 Matsumoto Haruhi

根っからのバスケ好き。中でもチームプレーに価値を感じるタイプ（…だと思う）。先日のMATSUNAGA CUPでは「ALL STAR 5」に選出。



海と太陽に一番近い
子供たちの成長のステージ



新しい世界をひらく



その一歩が

やってみたら気づいた
車いすバスケットは
助け合うスポーツだった



はじめての一步を踏み出した瞬間
コートが一つになる



3×3のワクワクがある



挑戦した人にしか味わえない

これまでの大会の様子

前回・前々回大会の会場はひらつかビーチパーク。ロケーションは最高!!
…でしたが、134を超えて競技用車いすやミニゴールを運ぶのは大変でした。
その節は皆さん、ご協力ありがとうございました!

海老名駅・厚木駅方面からのアクセスマップ



右折での入庫はご遠慮ください

* 小田急小田原線「厚木駅」より徒歩10分程度

主催者からのメッセージ

「車いすバスケットボールって難しそう」
「自分にできるかな」
——そう感じる方も多いと思います。

安心してください。この大会は“はじめの一步”を応援するビギナー向けのイベントです。
経験も体力も年齢も性別も障がいの有無も関係なく、誰でも安心して挑戦できます。

もし「やってみたい」と思えたなら、どうぞお気軽にご参加ください。
もし「ちょっと見てみたい」と思えたなら、ぜひ会場で一緒に応援してください。

その一步が、きっとあなたに新しい世界をひらいてくれるはずです。

(公社) 神奈川県理学療法士会 湘南西部ブロック長 安藤 岳彦