

なかにくろ RULE BOOK
長靴アイスホッケー

R u b b e r B o o t s I c e h o c k e y



はじめに

^{ながくつ}長靴アイスホッケーは、皆さんに冬期間積極的に戸外で体力づくりに取り組んでいただけるよう、アイスホッケー競技のルールを簡易化し、気軽に親しみ楽しめるゲームとして、昭和53年に北海道釧路町で誕生したオリジナルスポーツです。その後、昭和62年に秋田県でもスタートするなど、全国各地に愛好者の輪が広がっています。皆さんでルールを覚え、身近な場所で地域や職場、学校の仲間と一緒に楽しんで下さい。

秋田県ながくつホッケー連盟

目次

C O N T E N T S

1.競技場(リンク)	1	8.ペナルティー(罰則)	7-9
2.氷域	2	マイナーペナルティー	
3.ゴールポスト		マッチペナルティー	
4.ゴールクリーズ		9.ペナルティーショット	10
5.チーム	3	10.ゴールキーパー	11
チーム編成		11.得点(ゴール)	12
監督及びコーチ		12.役員	
キャプテン		レフェリーとラインズマン	
6.用具	4	タイムキーパー	
スティック		ペナルティータイムキーパー	
^{ながくつ} 長靴			
防具			
パック			
7.競技規則	5-6		
試合の成立			
試合時間			
サイドの決定			
試合開始			
フェイスオフ			
パックの移動			
違反行為			
アウトオブバウンズ			
レフェリーに当たったパック			

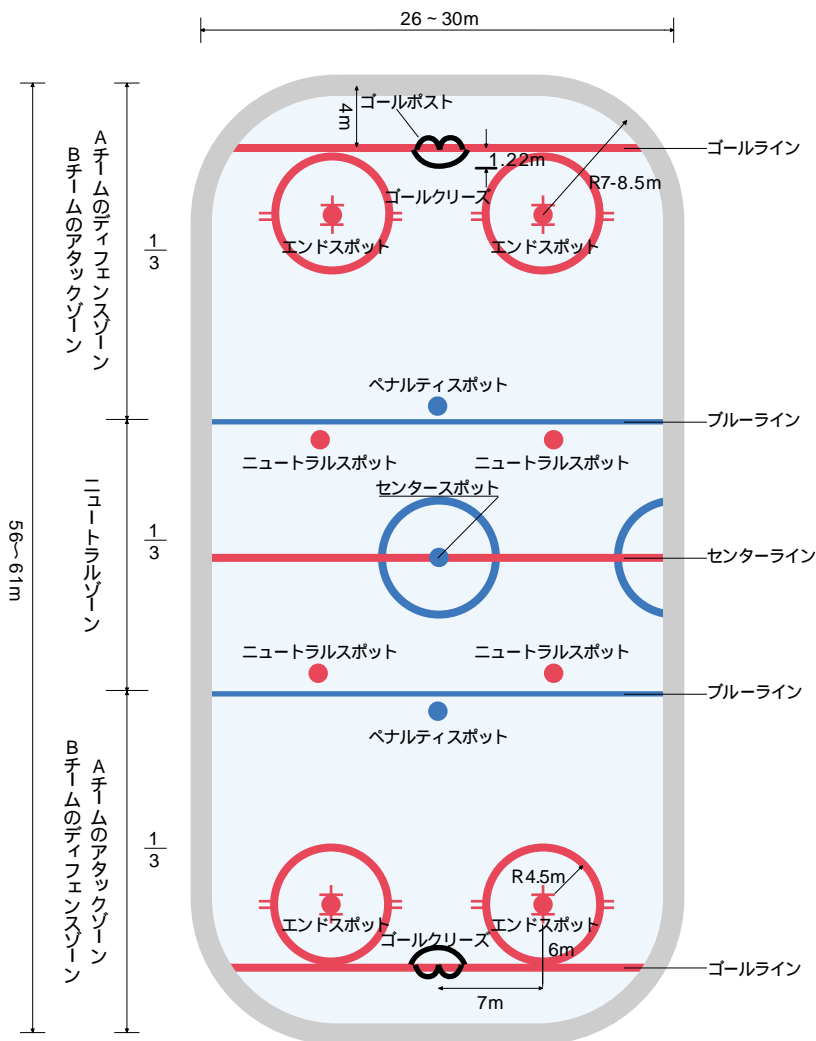
このルールブックは、北海道釧路町のルールに基づいています。秋田県独自のローカルルールを適用しているところには 印を表示しています。



1

競技場(リンク)

ながくつ
 長靴アイスホッケーは、氷の上の「リンク」で行われます。リンクの広さは、アイスホッケー競技の規則に定められている長さ56m～61m、幅26m～30mの長方形で、高さ1.15m～1.22mの「フェンス」によって囲まれていることを標準とします。尚、広場・空地の雪上や陸上など、身近な場所に特殊なリンクを作るときは、長さが幅の2倍程度となるように設計し、そのリンクに見合った特別ルールを設けて下さい。



2

氷域)

ゴールライン間の氷域は、ゴールラインに平行して、2本の青ライン(ブルーライン)によって3つの氷域に等分割され、それぞれ次のように呼んでいます。

ディフェンディングゾーン

自チームが守備する氷域です。

アタッキングゾーン

自チームが攻撃する氷域です。

ニュートラルゾーン

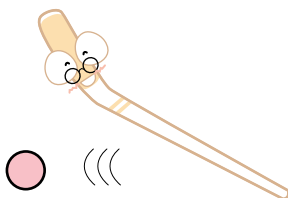
前記 ・ 以外の中央の氷域です。

センターライン(レッドライン)

リンク中央に引かれている赤ラインです。

ゴールライン

リンクの両端より4mのところ引かれている赤ラインです。



センタースポット及びサークル

リンク中央にある青色の点とそれを中心に描かれた半径4.5mの青ラインの円です。

エンドスポット(エンドゾーンフェイスオフスポット)及びサークル

ゴールポストの両側にある赤色の点4個と、それを中心に描かれた半径4.5mの赤ラインの円4個です。

ニュートラルスポット

(ニュートラルゾーンフェイスオフスポット)

ブルーラインの近くにある赤色の点4個です。

ペナルティースポット

ブルーラインの近くにある青色の点2個です。

3

ゴールポスト

ゴールライン中央におかれている、高さ1.22m・幅1.83m・奥行き0.6~1mのポストにネットが張られています。

4

ゴールクリアーズ)

ゴールポストの前にある横2.43m・縦1.22mの長方形の氷域です。

チーム編成

キャプテン(C)ゼッケン1番 1名



フォワード(FW)ゼッケン2~4番 3名



ディフェンス(DF)ゼッケン5~7番 3名



ゴールキーパー(GK)ゼッケン8番 1名



補欠 2名

注

試合に出場できるのは1チーム8名で、プレーヤーが負傷のとき以外、当該試合中の交代は認められません。

監督及びコーチ

監督及びコーチは、1名ずつプレーヤーズベンチに入ることが出来ます。

監督及びコーチが、試合に出場するときは選手として登録していなければなりません。

キャプテン

チームは、1名のキャプテンを任命して下さい。ただし監督・コーチ及びゴールキーパーは任命できません。

試合中発生した解釈上の疑問に関してのみ、キャプテンだけがレフェリーに質問が許されます。

ペナルティーショットを与えられた時、ショットを行う者を指名して下さい。

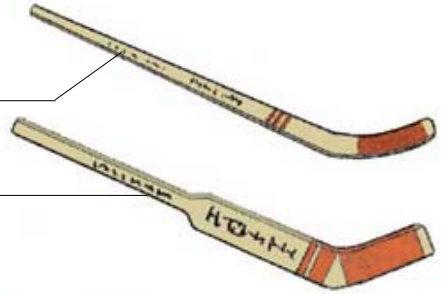
キャプテンがペナルティーで退場したときは、ディフェンスのゼッケン5番・6番・7番の順で代理することができます。

ゴールキーパーがペナルティーをおかしたとき、代替りの退場者を指名して下さい。

スティック

FW及びDFは、アイスホッケー用のスティックを使用します。

GKは、専用のスティックを使用します。

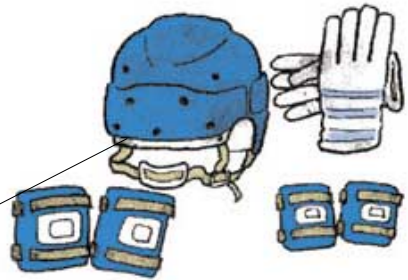

ながぐつ
長靴

ゴム又は合成ゴムのながぐつ長靴以外のものや滑り止め(金具等)付のものは使用禁止です。



防具

キャプテン・FW・DFは、ヘルメット・エルボ・ニーパット及び手袋を必ず着用します。

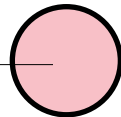


ゴールキーパーは、ヘルメット・ワイヤーマスク・エルボ・レガース及びグローブを必ず着用します。()



パック

ノーパンクボールを使用します。



試合の成立()

試合開始の10分前に、両チームそれぞれ8名全員がそろうことを原則とし、これ以外の場合は両チームの協議により決定します。ただしチーム5名未満のときには試合は成立しません。

試合時間()

試合は、ロスタイムを含めて10分間とし、5分経過時にサイドチェンジをして、その時間はロスタイムに含めません。その間に得点の多いチームが勝ちとなります。

サイドの決定

試合開始前に、両チームのキャプテンのトスによりサイドを決定します。

試合開始

レフェリーの合図で自チームサイドのプレーライン上に全プレーヤーが整列をして挨拶をします。

挨拶の後、それぞれのポジションについて試合を開始します。



フェイスオフ

試合開始のフェイスオフ



センタースポットで、レフェリーの合図により両チームのキャプテンが行います。

試合中のフェイスオフ



一番近くのフェイスオフスポットでキャプテンが行います。

パックの移動

パックの移動 1



パックは常に移動させなければなりません。

パックの移動 2



パックはスティック又は身体で移動させることができます。

違反行為

オフサイド



攻撃側のプレーヤーが、バックよりも先に攻撃ゾーンに入ることです。この違反があったときは中央氷域の一番近くのスポットでフェイスオフを行います。

パスオフサイド



攻撃側のプレーヤー同士がパスを行ってオフサイドになった時です。この違反があったときは、パスが出された一番近くのスポットでフェイスオフを行います。

故意のオフサイド



攻撃側のプレーヤーが故意にオフサイドを行った時です。この違反があったときは、バックを出したチームのディフェンディングゾーンのエンドスポットでフェイスオフを行います。

アイシング・ザ・パック (アイシング)



センターライン手前のゾーンから出されたパックが、両チームのプレーヤーに触れることなくゴールラインを越えることです。この違反があったときは、パスを出したチームのディフェンディングゾーンのエンドスポットでフェイスオフを行います。

ハンドパス



手を使ってパックを自チームのプレーヤーにパスをすることです。この違反があった時は、パスが出された場所の一番近くのスポットでフェイスオフを行います。

バッシング・ザ・ライン



フェイスオフの前にプレーヤーがサークル内に入ったリスポット中央延長線を越えて相手側に入ることです。この違反があったときは、1回目はフェイスオフをやり直します。2回目以降はペナルティーとなります。

アウトオブバウンズ

バックがリンク外に出ることです。この時は、出た位置の一番近くのスポットでフェイスオフを行います。ただし、攻撃側のプレーヤーによりアタッキングゾーン内でこの違反があった時は、ニュートラルゾーンが一番近くのスポットでフェイスオフを行います。



レフェリーに当たったパック

ゲーム中レフェリーにパックが当たっても試合は継続されますが、当たったパックがリンク外に出たときはアウトオブバウンズになります。

マイナー ペナルティー

プレーヤーに次の反則行為があったとき、2分間の退場が課せられる罰則で、相手チームにペナルティーショットが与えられます。

ハイスティック



自分のスティックをバックに対して肩より上にあげること。

スラッシング



スティックを振り回すこと。

トリッピング



スティックや身体で相手をつまづかせ倒すこと。

クロススティッキング



スティックを両手で握り氷上より離して相手を押ししたり静止させること。

チャージング



相手に対して危険な走り込みや飛び込みをすること。

エルボーイング



相手を肘でつついたり叩いたりすること。

ホールディング



相手をつかんだり抱きついたりすること。

フッキング



スティックで相手をひっかけること。

インターフェアランス



パックを持っていない相手の進路を妨害すること。

フォーリング・オンザ・バック



ゴールキーパー以外のプレーヤーが故意にバックの上に倒れたり、倒れたときにバックを身体の下にかき寄せること。

ハンドリング



ゴールキーパー以外のプレーヤーがバックを手でキャッチしたり、氷上より持ち上げること。

キーパーチャージ



ゴールキーパーがゴールクリーズ内に位置しているとき、又はバックを押えているときに攻撃を加えること。

エマイナー
(アンスポーツマンライフコダクト)



プレーヤー同士で口論や暴言を吐いたり、スポーツマンらしくならぬ行為をすること。

メンバーオーバー



フォワードが自チームのディフェンディングゾーンに入ること。

スロウイング・ザ・スティック



スティックを故意に投げること。

ブロークンザ・スティック



破損したスティックを使用したとき。

競技の遅延

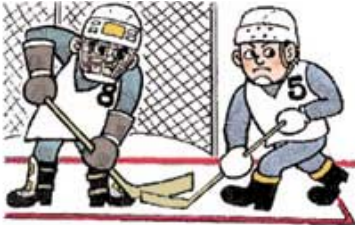


プレーヤーが故意に試合進行を遅らせたり、中断を目的とする行為をしたとき

違反用具の使用



相手のアピールにより違反用具が発覚したとき。



ゴールキーパー以外のプレーヤーがゴールクリーンズ内で故意に守備をしたとき。



キャプテンがレフェリーに30秒以上の質問をしたとき。

その他レフェリーが危険なプレーと判断したとき。

マッチペナルティー

プレーヤーが 次の反則行為をしたときは、試合の残り時間が全て退場となり、相手チームにペナルティースhotsが与えられます。

マッチペナルティー1



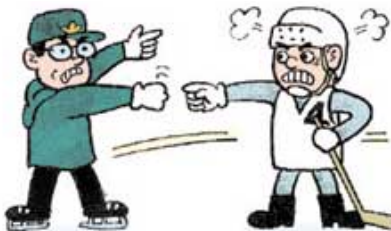
相手プレーヤーを負傷させたとき

マッチペナルティー2



殴り合い又は乱暴な行為をしたとき。

マッチペナルティー3



レフェリーに対して口論や暴言を吐いたとき。

マッチペナルティー4



見物人に対して口論や暴言を吐いたとき。

その他レフェリーが非常に危険な行為と判断したとき。

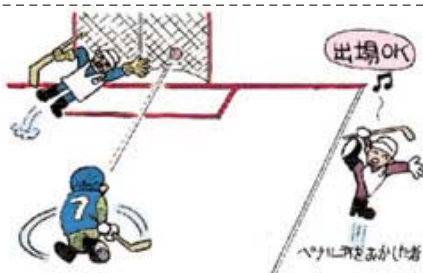
プレーヤーがマイナーペナルティー又はマッচেペナルティーをしたとき、相手チームにフリーで得点する機会が与えられます。



ペナルティーショットを行うプレーヤーは、ペナルティースポットよりレフェリーの合図で相手ゴールに向けてバックを連続して移動させます。この時、2回以上のショットを行うことは出来ません。



ショットが成功したときは1点が与えられ、マイナーペナルティーをおかしたプレーヤーは出場することが出来ます。試合再開はセンタースポットからのフェイスオフとなります。()



ショットが失敗したときはマイナーペナルティーをおかしたプレーヤーは2分間の退場となります。試合再開は、一番近くのエンドスポットからのフェイスオフとなります。()



ペナルティーショット中、他のプレーヤーはセンターライン後方に位置し、次のプレーに備えます。



ゴールクリアーズ外でプレーした場合は他のプレーヤーとして扱います。

ゴールキーパーのペナルティー

ペナルティーに規定する反則の他、次の反則行為をしたときマイナーペナルティーとなりキャプテンの指名する他のプレーヤーが退場となります。



相手チームの攻撃がないのにバックを3秒以上持っていたとき。



バックを故意にゴールネットに上げたとき。



バックを故意にリンク外に投げ出したとき。



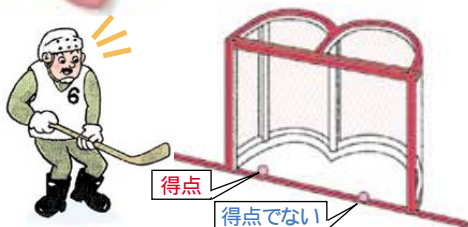
ゴールクリアーズ外で、フォーリングオンザバック又はハンドリングをしたとき。



ブルーラインより前に出て、プレーをしたとき。



ペナルティーショットの時、ショットするプレーヤーを驚かせたり、ゴールクリアーズ外に出て守備をしたとき。なお、この反則をしたときはやり直しますが、2回目は相手チームに得点を与えます。



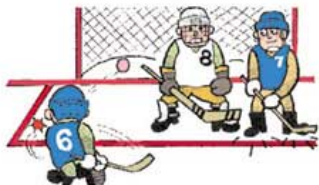
ゴールポスト間のゴールラインをパックが完全に通過したときに得点となります。



故意にスティック以外で入れたときは得点になりません。



守備側チームのプレーヤーが自チームのゴールにいかなる方法で入れても相手チームの得点となります。



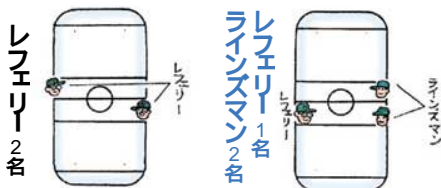
攻撃側のプレーヤーがゴールクリーズ内にあるときは、得点となりません。ただし、シュート後や守備側のプレーヤーに接触妨害を受けてゴールクリーズ内にやむを得ず入ったときは、得点となります。



レフェリーとラインズマン

レフェリー2名、または、レフェリー1名とラインズマン2名の計3名、どちらかでジャッジします。

レフェリーは、試合全般に対して絶対的な支配権があり、試合中の危険防止と円滑な進行を図ります。ラインズマンは、オフサイド・パスオフサイド・アイシング・アウトオブバーズ・その他反則行為をレフェリーが見逃した事項について判定することが出来ます。



タイムキーパー

試合の経過時間をチェックし、試合終了をレフェリーに合図します。

ペナルティータイムキーパー

ペナルティー時間の経過をチェックし、ペナルティーの終了をペナルティーベンチのプレーヤーに告げ出場させます。



みんなが楽しめる「^{ながくつ}長靴ホッケー」

ここが面白さのポイント!



ポイント1

アイスホッケーと同じように、氷の上でプレーします。「けがをしないで、安全に、楽しく。」がモットーのオリジナルスポーツです。

POINT 1



ポイント2

転んでも平気。転ぶことが楽しくなってしまいます。手袋、そしてスパイクのついていない^{ながくつ}長靴をはきます。ヘルメット、肘あて、膝あてが選手をけがから守ります。

POINT 2



ポイント3

スポンジのボールを使います。身体に当たっても痛みありません。女性や子供たち、お年寄りも、危険を感じることなく、楽しめます。

POINT 3



ポイント4

立っているだけで信じられないほどの汗をかきます。健康づくり、体力づくり、ダイエットに抜群の効果を発揮します。

POINT 4



ポイント5

ポピュラーなスポーツでは味わえない、何とも言えない、和気あいあいとした雰囲気を楽しめます。人の珍プレーに笑い、自分のプレーでも場内を沸かしましょう。

POINT 5



さあ、あなたも氷点下の世界へどうぞ。
スティックを持って、相手のゴールめざして、氷の上を駆け回りましょう。

ながぐつTM RULE BOOK

長靴アイスホッケー

発行 秋田県ながぐつホッケー連盟

連絡先 〒010-0973

秋田市八橋本町三丁目3-13(事務局長 山田)

TEL 018-863-9436

URL <http://www.geocities.co.jp/Athlete-Crete/1475/>

E-mail nagagutu_akita@hotmail.com

編集 秋田活版印刷株式会社

