

ホ  
ッ  
ケ  
ー  
競  
技  
規  
則



# ホッケー競技規則

## 2011年

国際2011年1月1日 施行  
(国内 2011年4月1日施行)

2  
0  
1  
1  
年

社  
団  
法  
人  
日  
本  
ホ  
ッ  
ケ  
ー  
協  
会

発行 2011年4月1日

社団法人 日本ホッケー協会 技術委員会審判部  
〒150-8050 東京都渋谷区神南1-1-1 岸記念体育会館  
TEL 03-3481-2330 FAX 03-3481-2329

原 著 国際ホッケー連盟  
翻訳・発行 社団法人 日本ホッケー協会  
技術委員会審判部



# ホッケー競技規則

解釈付き

2011年4月1日施行

著作権©FIH2010

The International Hockey Federation

Rue du Valentin 61

CH-1004 Lausanne

Switzerland

TEL: ++41 (21) 641 0606

FAX: ++41 (21) 641 0607

E-mail: [info@worldhockey.org](mailto:info@worldhockey.org)

Internet: [www.worldhockey.org](http://www.worldhockey.org)

## 責任と義務

ホッケー競技へ参加する者は、本規則書記載のホッケー競技規則およびその他の情報を知っておかなければならない。そして、本規則書に従って行動することを要求するものである。

安全ということを、第一に強調する。試合に関わる人はすべて、自分以外の人の安全に十分配慮して行動しなければならない。

関連する国内規則を制定する必要がある。プレイヤーは、自分の装備が、品質、材質およびデザインの点で、自分自身および相手プレイヤーに危険を及ぼさないように確認しておかなければならない。

国際ホッケー連盟 (FIH) は、施設のいかなる不備あるいは法律的不適合についても責任を取らないし、また、その使用から発生したいかなる結果についても責を負わない。試合前に行われる施設や装備についての確認も、法律的適合およびスポーツ実施上の要求基準について全体の外見を確認することに留まる。

アンパイアは、試合をコントロールし、フェアプレイが確実に実行されるようにするという大事な役割を果たす。

## 施行と著作権

ホッケー競技規則は、ホッケーのすべてのプレイヤーおよび役員に適用される。各国の協会は、国内レベルの実施日を自由に決定してかまわない。

国際大会のための本規則適用実施日は、  
2011年1月1日とする。

ホッケー競技規則は、国際ホッケー連盟の権威の元に、ホッケー競技規則委員会によって発行されるものである。

著作権は、国際ホッケー連盟が保有する。

## 規則書の入手

FIHのインターネットによる本規則の入手について、および本規則書の購入についての情報は、本規則書の最後に記している。

## 目次

序文	i
2011年の規則変更	ii
ホッケー用語	vii
試合を行うこと	
1 競技フィールド	1
2 チームの構成	2
3 主将	7
4 プレイヤーの服装と装備	8
5 試合と結果	12
6 試合の開始と再開	13
7 ボールがフィールド外に出た時	15
8 得点となる条件	17
9 プレイの細則：プレイヤー	17
10 プレイの細則：ゴールキーパー 及びゴールキーパーの特権をもつプレイヤー	24
11 プレイの細則：アンパイア	26
12 罰則	28
13 罰則の実施手順	31
14 個人に対する罰則	44
アンパイアリング	
1 目的	46
2 規則の適用	48
3 審判技術	52
4 アンパイアのシグナル	57
フィールド及び装具についての規格	
1 フィールド及びフィールド備品	60
2 スティック	70
3 ボール	77
4 ゴールキーパー装具	77

# 序 文

## 競技規則の改訂サイクル

この最新刊の競技規則は、2011年1月1日から国際レベルで適用することになる。国内大会での適用については、各国の実情に応じて決定して差し支えない。(日本国内においては、2011年4月1日から実施、適用することとする。)

前回版の競技規則書には、規則の適用開始日は明記していたが、その期限までは明らかにしていなかった。我々は、2012年のオリンピックよりも前、そしてその後も規則を改正することは避けたいと考えている。但し、競技性を正す必要性があって、特例的に規則を変更したならば、国際ホッケー連盟(FIH)は、その変更を各国協会へ知らせると共に、次に示したFIHのウェブサイトに掲載することとする。: [www.worldhockey.org](http://www.worldhockey.org)。

## 競技規則の再検討

我々は、このホッケー競技は、試合をすることはもちろん、競技役員をしたり観戦をしたりして楽しむことができる、楽しいスポーツであるという自負もっている。ホッケーのゲームは進化・発展を続けていくが、それに伴って規則も安定していくことになると考えている。従って、直近の規則検討において、HRB(ルールボード)は、ゲームを改善していくための必要最小限の変更のみとすることにした。

2009年に導入した強制的実験規則は、再検討を集中的に行ったので、大きな変更となった。ゲームの流れを今まで以上にスムーズで自由にすることを推進していくための規則として、「セルフパス」を取り入れた。さらに大きな規則変更は、サークル内での見境のない、潜在的に危険を内包したハードなプレイを避けるために、攻撃側の23mエリアにおけるフリーヒットで直接サークルにボールを入れることを禁止したものである。従って、HRB(ルールボード)は、ゲームの流れを重視した「セルフパス」と「フリーヒットによる直接の打ちこみ禁止」の2つのルールが好結果をもたらすように、今後も熟慮していくようにしている。

## 競技規則の変更点

今回版の規則変更は、基本的にはホッケーの根本的な特性を変えることなく、より簡易でわかりやすくすることを模索してのものである。「プレイヤーは、相手が反則をしようとしていないのに(その気がないにも関わらず)、反則を犯すような状態に追い込んではならない。」というこの規則は削除した。なぜなら、この種の行為はすべてほかの規則によってカバーできるからである。また、規則13.1に示したとおり、サークル内で守備側に与えられたフリーヒットは、「サークル内のどこからでも行うことができる。」という規則はフリーヒットの簡素化をするために削除した。

新しい規則(この改訂版の13.7)として、ペナルティコーナー実施中における反則行為に対する罰則の適用について、分かりやすくするために統一化した。同じくペナルティストロークにおける反則行為に対する罰則の適用(規則13.10)についても、より

公正で分かりやすくするという観点で統一化した。

他のいくつかの規則についても、明確化した部分がある。これらの変更点が、たとえ微細でわずかの変更であったとしても、毎回のとおりに各ページの余白部分に線を引いて示しているので、注意して確認していただきたい。

## 競技規則の適用

HRB（ルールボード）は、フェアなゲームを行うための鍵となるのは、規則の適用の仕方如何であるということに重要視している。つまり、時に不合理的に罰則が適用されている2つの規則があるということである。

規則 7.4.c では、「守備側選手によってボールをバックラインに向けて故意に出して、それが得点でない場合は、ペナルティコーナーとなる。」と書かれている。もしも、アンパイアがその行為を故意であると明確に確認したならば、躊躇することなくペナルティコーナーを与えなければならない。

規則 9.7 では、「プレイヤーは、スティックのどの部分であっても、それを肩より上で使ってはならない。云々・・・。」いうことを具体的に記している。ならば、一貫して公正を保つために「肩より上」ということを厳格に守らせなくてはならない。

世界中のホッケーが、この規則書に従ってプレイされなければならない。そうすることによって、一貫したゲームが行われ、ス

ポーツとしての独自性が保たれるのである。世界レベルの大会の認知度を高めていくために、FIH のトーナメントレギュレーション（競技運営規定）が、ホッケーの規則変更の足がかりとなっているということも知っていてほしい。その変更は、アンパイア委員会と HRB が共に協議した内容を得て、FIH 大会委員会によって行われている。

このようなレギュレーション（規定）は、トーナメントや試合の中で同意を得ることによってのみ、具体的に規定されていくものである。；つまり、ホッケーの競技規則がホッケーのプレイの中で調和されていくということである。

もしも地域（大陸）連盟、もしくは各国協会での関係する大会等において、規則にも関係を及ぼすことから、用具規定の入手を希望するならば、実際必要な日の最低 8 週間前までに FIH に申し出ていただければ、準備が可能である。

## 規則の将来性

HRB（ルールボード）は、規則を見直して変更に向けて熟慮する際、その根拠となるあらゆる根源(元となる原因や考え方)を情報として活用している。この根拠たる根源となるのは、：規則を変えての試み；それを実施した大会や各ゲームのレポート；ビデオ分析；観客・メディア関係者・競技役員・コーチ・プレイヤーからの感想、等々である。従って、我々は、各国協会から特に現行の規則に関して、さらに明確にしていくことや規則の発展に向けての助言をいただければ大いに歓迎したい。各国協会自体が重要なアドバイ

スやガイドランスの情報源である。従って、助言や提案、質問等があれば、**FIH** のポストアドレスの「[info@worldhockey.org](mailto:info@worldhockey.org)」までお送りいただきたい。特に、**HRB**（ルールボード）は、ペナルティコーナーの規則についての情報を引き続き得たいと思っている。そして、規則見直しの目的で、各種国際大会において変則規則で試行された試合等のデータも 2010 年中に多くいただいている。**HRB**（ルールボード）は、ペナルティコーナーの規則について、我々の規則改正の目的を理解し、その支援をしてくれるような情報を求めている。特に、国内で実施した試合の中でのメリットやデメリット等についての情報をいただきたい。

この「序文」の最初の文節部分でも述べているが、ホッケー競技は、試合をすることはもちろん、競技役員をしたり観戦をしたりして楽しむことができる、楽しいスポーツである。しかしながら、**HRB**（ルールボード）は、それで自己満足をしているわけではない。我々は、参加者すべての人にとって独自性に富んで魅力的なホッケーのゲームを作り上げ、すべての人がもっともっと楽しめるような競技へと発展していくように、規則を含めて追求し続けていることを最後に書き加えておく。

## MEMBERSHIP OF THE HOCKEY RULES BOARD 2010:

Chairman : David Collier

Secretary : Roger Webb

Members :

Richard Aggiss Richard Akpokavie

Jorge Alcover Petsuda Chianthianthong

Eric Donegani Peter Elders

Margaret Hunnaball Michael Krause

Alain Renaud Peter von Reth

Pargat Shin

## ホッケー用語

### プレイヤー

チームに所属する参加者の一人。

### チーム

チームは、最大 11 名のフィールド内のプレイヤーと 5 名までの交代要員とから成る最大 16 名で構成されている。

### フィールドプレイヤー

ゴールキーパー以外のフィールド内にいる参加者の一人。

### ゴールキーパー

フィールド上にいる各チームの試合に関わる者の一人で、少なくともヘッドギア、レガードとキッカーズのフル装備防具を装着した人のことをいう。ゴールキーパーは、ハンドプロテクターやその他の防護用装具を身につけることが許されている。

### ゴールキーパーの特権を持ったフィールドプレイヤー

フィールド上にいる各チームの試合に関わる者の一人で、フル装備防具を装着していないが、ゴールキーパーとしての特権をもった人のことをいう。;このプレイヤーは、チームのほかのメンバーとは違った色のシャツを着ることになる。

### 攻撃側 (攻撃側のプレイヤー)

得点をあげようとしているチーム (またはそのプレイヤー)。

### 守備側 (守備側のプレイヤー)

得点があげられることを防ごうとしているチーム (またはそのプレイヤー)。

### バックライン

短い方 (55m) の外周ライン。

### ゴールライン

ゴールポストの間のバックライン。

### サイドライン

長い方 (91.40m) の外周ライン。

### サークル

2 つの 1/4 円とバックラインの中央側のフィールドで、その円の各々の端を結ぶラインで囲まれたエリアで、そのライン自体を含むエリア。

### 23m 地域

各バックラインから 22.90m のフィールドを横切るラインと当該サイドラインとバックラインで囲まれ、それらのラインを含むエリア。

### ボールをプレイすること : フィールドプレイヤー

スティックを使ってボールを止めたり、ボールの方向を変えたり、動かしたりすること。

### シュート

攻撃側のプレイヤーによって、サークル内で得点を得ようとするためにゴールに向けてボールをプレイする動作のこと。

*ボールがゴールをはずれたとしても、もしもそのプレイヤーの意識がゴールに向かってシュートしようとしていたのであれば、それは「シュート」である。*

### ヒット

スティックをスイングする動作が伴い、ボールを打つことをいう。

### ブッシュ

スティックをボールにつけて置いた後、そのスティックの押

## 試合を行うこと

し出す動きにより、グラウンドに沿ってボールが動かされることである。プッシュが行われる際には、ボールもスティックのヘッドも共にグラウンドに触れた状態となる。

### フリック

プッシュして空中にボールを上げることをいう。

### スクープ

スティックのヘッドをボールの下側に置いて、持ち上げる動作を用いてボールを空中に上げること。

### フォアハンド

前進するプレイヤーの右側にあるボールを、進行方向に向けてプレイすること。

### プレイ可能な距離

ボールをプレイすることができるリーチ範囲内にいるプレイヤーとボールとの距離。

### タックル

ボールを保持している相手方を止める行為。

### 反則

規則違反の行為で、アンパイアによって罰則が与えられることがある。

## 1 競技フィールド

下記は、**競技フィールドの簡単な説明文**である。フィールドと**装備の詳細な仕様は、本規則書の最後に付して説明している。**

- 1.1 競技フィールドは長方形であり、長さ 91.40m、幅 55.00m である。
- 1.2 フィールドの外周で、長い方のラインをサイドラインといい、短い方のラインをバックラインという。
- 1.3 バックラインの中央部、ゴールポストの間（ゴール内）のラインは、ゴールラインという。
- 1.4 センターラインは、フィールドの中央を横切って引かれる。
- 1.5 両方の各バックラインから内側 22.90m の位置に、フィールドを横切ってバックラインと平行に引かれたラインを、23m ラインという。
- 1.6 サークルと呼ばれるエリアは、両方のゴールの周辺とバックライン中央のフィールド内に示される。
- 1.7 直径 150mm のペナルティスポットが示される。これは、

各ゴールの中心点で、ゴールラインのフィールド内側の端からスポットの中心までの距離が 6.40m である。

- 1.8 すべてのラインは、幅 75mm で、フィールドの一部として含まれる。
- 1.9 フラッグポストは、高さ 1.20m から 1.50m であり、フィールドの各コーナーに立てられる。
- 1.10 ゴールは、各バックラインの中央に、そのラインの外側に接して、競技フィールドの外側に置かれる。

## 2 チームの構成

- 2.1 試合中ではどのような状況であっても、プレイに加わることができるプレイヤーの人数は各チームとも最大 11 名である。

もしも、許された人数より多く (12 人以上) のプレイヤーがフィールド上にいた場合は、その状況を修正するために時間を停止しなければならない。そして、その行為があったチームのキャプテンに対しては、個人的な罰則 (カード) が与えられなければならない。しかし、時間停止前に下されていた判定を変えることはできない。

このような状況に対してペナルティを与えるため時間を停止した時に、反則を犯したチームに対して、カー

ド以外に何も罰則が与えられていなかったならば、相手チームのフリーヒットによって時間とプレイが再開されることになる。

- 2.2 各チームは、フィールド上に 1 名のゴールキーパーを置くか、ゴールキーパーの特権をもつプレイヤーを置くか、又はフィールドプレイヤーとしてのみプレイするプレイヤーを置く。

各チームは、以下のチーム構成によってプレイすることができる。

- 少なくともヘッドギア、レガード、キッカーズから成るフル装備の防具を身につけて、チームのプレイヤーとは違った色のシャツを着ているゴールキーパーを置いてプレイすることができる。;このプレイヤーのことを規則上ゴールキーパーと規定する。  
もしくは、
- ヘッドギアだけを身につけて、チームのプレイヤーとは違った色のシャツを着ているフィールドプレイヤーを置く。そのプレイヤーは、自陣守備側 23m エリア内でゴールキーパーの特権を有してプレイすることができる。(しかし、レガードやキッカーズ、その他の防具は身につけないこと);このプレイヤーは、ペナルティコーナーやペナルティストロークの時には、必ずヘッドギアを身につけなければならない。;このプレイヤーのことを規則上、ゴールキーパーの特権をもったプレイヤーと規定する。

もしくは、

- フィールドプレイヤーのみでプレイすることができる。；その場合、だれもゴールキーパーの特権をもたないし、違う色のシャツを着ることもない。；どのプレイヤーもペナルティコーナーやペナルティストロークの時着用するフェイスマスク以外に防護用ヘッドギアを身につけることはできない。；全てのプレイヤーは同じ色のシャツを着ることになる。

チームはプレイヤーの交代をすることにより、上記のようなチーム構成を選択することができる。

2.3 各チームは、フィールド上にいないプレイヤーの中から、交代することができる。

- a. 交代は、いつでも許される。ただし、ペナルティコーナーが与えられてからそれが完了するまでの間は交代が許されない。；しかし、守備側のゴールキーパーかゴールキーパーの特権をもったプレイヤーが怪我をするか、退場させられた場合にのみ、その交代が認められる。

与えられたペナルティコーナーが終了する前にさらに次のペナルティコーナーが与えられた場合にも、守備側のゴールキーパーかゴールキーパーの特権をもったプレイヤーが怪我をするか、退場させられた場合にのみ、続いて起こったペナルティコーナーが終了していても、その交代は認められる。

ペナルティコーナーの時、守備側ゴールキーパー（フル装備着用）が怪我をするか退場させられた場合には、フル装備のゴールキーパーかゴールキーパーの特権をもつプレイヤーと交代することができる。

ペナルティコーナーの時、守備側のゴールキーパーの特権をもつプレイヤーが怪我をするか退場させられた場合には、ゴールキーパーの特権をもつプレイヤーと交代することができるが、フル装備のゴールキーパーとの交代はできない。

フィールドプレイヤーのみでプレイしているチームは、ペナルティコーナーの場合それが終了するまで、プレイヤーの交代はできない。

もし、フル装備のゴールキーパーかゴールキーパーの特権をもったプレイヤーが退場しているのなら、そのチームは1名少ない状態でプレイすることになる。

- b. 一度に交代できるプレイヤーの数は、無制限に認められる。また、どのプレイヤーも何回でも交代することが無制限に認められる。
- c. プレイヤーの交代は、そのチームのプレイヤーがフィールド外に出た後に初めて行うことができる。
- d. 退場処分を受けているプレイヤーの交代は、その退場時間中は認められない。

- e. 退場時間が終了した時、そのプレイヤーがフィールド内に戻らなくても、すぐにそのプレイヤーに代わって交代プレイヤーを送り出すことができる。
- f. フィールドプレイヤー交代の目的によるフィールドへの出入りは、アンパイアが認めたサイドのフィールドのセンターラインから 3 メートル以内の場所で行わなければならない。
- g. ゴールキーパー（フル装備）の交代では時間が停止されるが、その他の交代のために時間を停止させることはない。

*ゴールキーパーの交代の時、装具着用のための短い時間であれば時間の停止は認められるが、けがや退場の場合も含めて、交代プレイヤーのための装具の取り外しや着用については、その停止時間を延長することは認めない。もし必要であれば、試合は続行させて、交代ゴールキーパーの装具着用の間は、違う色のシャツを着たゴールキーパーの特権をもったプレイヤーか、フィールドプレイヤーを入れておくようにすること。*

- 2.4 けがの手当て、給水、装具の交換または交代以外の何らかの理由でフィールドを離れたフィールドプレイヤーは、交代をすることが認められているサイドの 23 メートル地域の間（中央部）のところからのみ、再入場が認められる。
- 2.5 フィールドプレイヤー、ゴールキーパーの特権をもったプ

レイヤーもしくはゴールキーパーおよびアンパイア以外の者は、誰であろうとアンパイアの許可なしに試合中にフィールド内に立ち入ることはできない。

- 2.6 試合中、プレイヤーはフィールドの内外を問わず、ハーフタイムの休憩時間を含めて、アンパイアの管轄下にある。
- 2.7 けがをしたり出血したりしているプレイヤーは、医学的理由で動かせない場合を除き、フィールドを離れなければならない。さらに、傷が覆われた後でなければ復帰できない。プレイヤーは、血の付いた衣服を身に着けてはならない。

### 3 キャプテン（主将）

- 3.1 各チームは、1名のプレイヤーをキャプテンに指名しなければならない。
- 3.2 キャプテンが退場になった時は、代替りのキャプテンを指名しなければならない。
- 3.3 キャプテンは、上腕または肩に、キャプテンであることが認識できる腕章または同様の目立つものを着けなければならない。
- 3.4 キャプテンは、自チームの全プレイヤーの行動、およびプレイヤーの交代が正しく行われることについて、責任をもつ。

キャプテンがこれらの責任を果たさない場合は、個人的罰則（カード）が科せられる。

## 4 プレイヤーの服装と装備

FIH 事務局で入手可能な「競技運営規定」に、プレイヤーの服装、個人的装具および広告についての追加情報と F I H が要求する項目を規定している。各大陸の協会および各国協会は、その「競技運営規定」を参考にして実態に見合う「競技運営規定」を作成することとする。

- 4.1 同一チームのフィールドプレイヤーは、(同一の)ユニフォームを着用しなければならない。
- 4.2 プレイヤーは、他のプレイヤーに対して危険と思われるものは、いかなるものも身につけてはならない。

フィールドプレイヤーは、

- 手の通常大きさを著しく大きくしないような保護用手袋を着用してもよい。
- すねあて、足首を保護するもの、およびマウスピースの着用を推奨する。
- 医学的な理由があれば、試合時間中ずっと、顔に密着

するようなフェイスマスク、柔らかい頭部保護用のヘッドカバーや目を保護するためのプラスチックゴーグルの装着が許される。フェイスマスクは、表面がなめらかなもので、色は透明か白、ほかの色の場合は単色であればよい。(ゴーグルは、たとえば、周囲が柔らかい素材でカバーされ、プラスチックのレンズのものである。)

医学的理由を認める場合とは；装具を着用すればコンディションを整えてプレイすることが可能になるということが理解でき、そのことを公式責任者（大会のTD等）が許可した場合である。（チームは、その明確な理由を大会責任者に説明すること）

- ペナルティコーナー及びペナルティストロークの実施中、その守備をおこなう場合、顔に密着するようなフェイスマスクの装着が許される。フェイスマスクは、表面がなめらかなもので、色は透明か白、ほかの色の場合は単色であればよい。
  - ゴールキーパーの特権をもつプレイヤー以外は、いかなる場合であっても、保護用のヘッドギア（フェイスマスクやその他の保護用ヘッドカバー）の装着は許されない。
- 4.3 ゴールキーパーもしくはゴールキーパーの特権を持つプレイヤーは、単色のシャツ又は上着を身につけなければならない。そしてその色は、両チームの色と違うものでなければならない。

**ゴールキーパー（フル装備）は、シャツまたは上着を着用することによって、身体に付けている防具をすべて覆わなければならない。**

- 4.4 ゴールキーパーは、少なくともヘッドギア、レガード、キッカーズから成る防具を身につけなければならないが、ペナルティストロークの攻撃を行う時に限り、ヘッドギアとハンドプロテクターのみ、はずしてもかまわない。

**以下に上げるものは、フル装備ゴールキーパーの防具としてのみ着用が許される。：ボディ、上腕、肘、前腕、手および大腿のプロテクター、レガードおよび、キッカーズである。**

- 4.5 ゴールキーパーの特権をもつプレイヤーは、自陣守備側 23m エリア内にいる時は、防護用のヘッドギアを身につけることができる。；ペナルティコーナー及びペナルティストロークの守備を行うときには、ヘッドギアは必ず装着しなければならない。

**顔面全体を保護するように固定でき、頭部全体と喉を覆うものが一体化されたフルフェイス型のものをゴールキーパー及びゴールキーパーの特権をもつプレイヤー用ヘルメットとして勤める。**

- 4.6 身体や守備範囲の自然な大きさを著しく増大させるような衣類や防具の着用は許されない。

- 4.7 スティックは、グリップ部分があり、ヘッド部分の左側が平らで湾曲している伝統的な形状である；

- a. スティックは、すべての部分が滑らかなものでなければならず、荒くまたは鋭いところがいかなる部分にもあってはならない。
- b. スティックは、それを覆う保護材を含めて、内径 51mm のリングを通過できる幅でなければならない。
- c. スティック全体のしなり具合（熊手や弓のような湾曲状態）は、平面部でも後ろ部分でもそのスティック全体の長さの範囲内でスムーズな弧を描き、湾曲の深さは、25mm を越えてはならない。
- d. スティックは、HRB 発行の仕様書にある認可基準に合致していなければならない。

- 4.8 ボールは球状で、堅くて白色（または、グラウンド表面の色と対照的な色で合意されたもの）であること。

**スティック、ボールとゴールキーパーの装具についての詳しい仕様は、本規則書の最後に付して説明している。**

## 5 試合と結果

- 5.1 試合は、各 35 分の前・後半と 5 分のハーフタイム（休憩時間）から成る。

特別の大会で規則に定められた場合を除き、両チームの合意によって、前・後半および休憩時間を別に定めてもよい。

前半もしくは後半の終了間際（直前）に、アンパイアが再確認を要求するような事態が発生した場合、たとえ競技時間が終了し、終了合図が示された後であったとしても、その事態の再確認は行われるべきである。再確認は即座に行われなくてはならないし、最初の判定が間違っただけのものであったならば正しい判定結果に戻さなければならない。

- 5.2 より多くの得点を上げたチームが勝者となる。両チームとも無得点の場合、または同点の場合、その試合は引分けとする。

引分けの試合の勝敗を決める方法となる延長戦およびペナルティストローク戦の詳細については、**FIH 事務局**において入手可能な競技運営規定に記載している。

## 6 試合の開始と再開

- 6.1 コイントスにより、
- トスに勝ったチームが、試合の前半に攻撃するゴールか、センターパスで試合を始めるかのいずれかを選択できる。
  - もしも、トスに勝ったチームが試合の前半に攻撃するゴールを選択した場合は、もう一方のチームが試合開始のセンターパスを行うことになる。
  - もしも、トスに勝ったチームが試合開始のセンターパスを行うことを選択した場合は、もう一方のチームは、試合の前半にどちらのゴールに向かって攻撃するのかわかるとなる。
- 6.2 攻める方向は、試合の後半では前半とは逆方向になる。
- 6.3 センターパスは、
- トスに勝って、センターパスを選択したチームのプレイヤーによって、試合を開始するために行われる。トスに勝ったチームが攻める方向を選択した場合は、反対側のチームのプレイヤーによってセンターパスが行われる。
  - ハーフタイムの後には、試合開始時にセンターパスを

行わなかった方のチーム（反対チーム）のプレイヤーによって行われる。

- c. 得点の後には、その得点を入れられた側のチームのプレイヤーによって行われる。

#### 6.4 センターパスをする場合は、

- a. フィールドの中央で行う。
- b. どんな方向にボールをプレイしてもかまわない。
- c. センターパスを行う者以外のすべてのプレイヤーは、センターラインよりも自分達を守るべきゴール側自陣内にいなければならない。
- d. フリーヒットを行う手順が適用される。

#### 6.5 けがやその他の理由によって、何の反則も起こっていないのに時間や競技が停止された時、試合を再開するためにフリーが行われる。

- a. プレイが中断した時にボールがあった位置の近い地点で行われる。ただし、バックラインから **15m** 以内の地域を除く。
- b. ボールは、両チーム **1** 名ずつのプレイヤーの間に置かれ、その **2** 名のプレイヤーは、互いに自陣ゴールが右

側になるような位置で向き合う。

- c. **2** 名のプレイヤーは、最初に自分のスティックをボールの右側のフィールド上に置き、それからボールの上方でお互いのスティックの平らな面を軽く一回打ち合わせる。その後、両プレイヤーがボールをプレイする。

- d. 他のプレイヤーは、全員ボールから少なくとも **5m** 以上離れていなければならない。

#### 6.6 ペナルティストロークが終了し、得点が入らなかった場合は、ゴールラインの中央部でラインから **15m** 前方の地点で、試合再開のため、守備側プレイヤーによってフリーヒットが行われる。

## 7 ボールがフィールド外に出た時

#### 7.1 ボールがサイドラインまたはバックラインを完全に越えた時、ボールはアウト・オブ・プレイ（プレイ中断）になる。

#### 7.2 アウト・オブ・プレイ（プレイ中断）になる直前にボールに触れたりプレイしたりしたチームの相手側プレイヤーによってプレイが再開される。

#### 7.3 ボールがサイドラインを越えた場合、ボールがそのラインを横切った地点でプレイが再開され、その再開にはフリーヒットを行う手順が適用される。

7.4 ボールがバックラインを越えて、かつ得点でない場合は、

- a. 攻撃側によってプレイされた場合、ボールが越えた地点の延長上で、バックラインから 15m の地点までの所（15m 以内の地点ならその線上であればどこでもよい）にボールを置いてプレイが再開され、フリーヒットを行う手順が適用される。
- b. 守備側のプレイヤーによって故意でなくプレイされたか、またはゴールキーパーかゴールキーパーの特権をもつプレイヤーによって方向を変えられた場合、ボールがバックラインを横切った地点に近い方のサイドライン上の、コーナーフラッグから 5m の所にあるマークにボールを置いてプレイが再開され、フリーヒットを行う手順が適用される。
- c. ゴールキーパーかゴールキーパーの特権をもったプレイヤーが方向を変えた場合を除いて、守備側のプレイヤーによって故意にプレイされた場合は、ペナルティコーナーによってプレイが再開される。

## 8 得点となる条件

- 8.1 攻撃側のプレイヤーによってサークル内でプレイされたボールが、サークル外に出ることなく、クロスバーの下でゴールラインを完全に越えた場合、1 点が与えられる。

*ボールが攻撃側のプレイヤーによってサークル内でプレイされる前または後に、守備側のプレイヤーがボールをプレイしたり、守備側プレイヤーのスティックや身体に触れたりしてもかまわない。*

## 9 プレイの細則：プレイヤー

*プレイヤーに対しては、常に責任ある行動が望まれている。*

- 9.1 試合は、2 チームの間で行われる。各チームのプレイヤーは、フィールド上に同時に 11 人を越えていてはならない。
- 9.2 フィールド上のプレイヤーは、スティックを持っていないなければならない。また、危険なスティックの用い方をしてはならない。

*プレイヤーは、他のプレイヤーの頭上にスティックを*

### 振りかざしてはならない。

- 9.3 プレイヤーは、他のプレイヤーの身体及びスティックや衣服を触ったり、つかんだり、妨害したりしてはならない。
- 9.4 プレイヤーは、他のプレイヤーを脅かしたり、邪魔をしたりにしてはならない。
- 9.5 プレイヤーは、スティックの裏側を使ってボールをプレイしてはならない。
- 9.6 プレイヤーは、スティックのフォア側エッジを使って、強くボールをヒットしてはならない。

これは、スティックのフォア側エッジの使用をすべて禁止するというものではない。タックルの動作をしようとしてスティックを出したとき、相手のスティックやグラウンドに横たわっているゴールキーパーもしくはゴールキーパーの特権をもったプレイヤーをかわすためにボールを上げようとしたとき、あるいはグラウンドに沿って長くプッシュの動作でボールを放とうとしたときなどにフォア側エッジを使うことはかまわない。

一方、バックハンドで（逆サイド）のエッジの使用についても、熟練された高度な技術として許される行為であるが、危険でないということが前提である。

- 9.7 プレイヤーは、自分のスティックの如何なる部分であっても、それを使って肩より上のボールをプレイしてはならない。ただし、シュートに対しては、どんな高さのボールでも守備側のプレイヤーがスティックを用いてこれを止めたり方向を変えたりすることは許される。

ゴールに向かってくるボールを防ごうとする時、そのシュートを止めたり、方向を変えたりするにあたって、ボールに向かってスティックを振りかざすモーションをかけたり（動かすような動作があった）、スティックを静止させていなかったりしたからといって、その守備側プレイヤーは、罰せられる必要はない。肩より上の位置にあるボールをまさにヒットした時に限り、ペナルティストロークが科せられる。

もし守備側のプレイヤーが、ゴールに向かって飛んでいるが実際にはゴールをはずれるようなボールに対し、止めようとしたり方向を変えようとしたりした場合、肩より上でスティックを用いることによって、ペナルティストロークではなく、ペナルティコーナーの罰則が与えられなければならない。

合法的な止め方や方向の変え方をした結果として、危険な状態になった場合は、ペナルティコーナーが与えられなければならない。

- 9.8 プレイヤーは、ボールを危険なやり方でプレイしたり、危険を誘発したりするようなプレイ（危険にむすびつくと思

われるような方法でプレイ)をしてはならない。

避けるのが妥当と思われる避け方を相手プレイヤーにさせた場合、そのボールは危険と見なされる。

危険を誘発する行為をした場合、罰則が与えられる。

- 9.9 プレイヤーは、ゴールに向かってシュートする場合を除き、ヒットによって故意に空中にボールを上げてはならない。

ヒットによって上げられたボールについては、それが故意であったか否かということが明確に判定されなければならない。フリーヒットを含んで、ヒットによってフィールドの何処でも、故意でなくボールを上げたことは違反ではない。ただし、それが危険球である場合を除く。

たとえサークル内であっても、プレイヤーのスティックやフィールド上に倒れているプレイヤーの身体を越えるようにボールをあげたとしても、危険と判定されなければ、それは許される行為である。

プレイヤーは、危険でない限り、フリックまたはスクープでボールを上げてかまわない。ただし、5m 以内にいる相手プレイヤーに向かって上げたフリックまたはスクープは、危険と見なされる。もしも、相手（フリックやスクープを防ごうとする側）プレイヤーが、スティックを使ってプレイする意志もなく、ボールを

上げようとしているプレイヤーやシュートボールに向かって走り込んできたことが明確な場合、そのことは危険行為として罰せられなければならない。

- 9.10 上げられたボールが落下してくる時、そのボールを受けたり、コントロールしたり、グラウンド上に戻そうとしたりしているプレイヤーがいる時は、相手側はそのプレイヤーから 5m 以内の距離に近づいてはならない。

最初にボールを受けようとしたプレイヤーがボールをプレイする権利を持っている。どちら側プレイヤーが初めの受け手が明らかでない場合は、ボールを上げたチームのプレイヤーは、相手側がボールを受けることを認めてやらなければならない。

- 9.11 フィールドプレイヤーは、身体のいかなる部分を用いても、ボールを止めたり、蹴ったり、押し進めたり、拾い上げたり、投げたり、運んだりしてはならない。

ボールがフィールドプレイヤーの足や手や身体に当たったからといって、それが常に反則となるわけではない。フィールドプレイヤーが、自発的に、手、足、身体を使ってボールをプレイしようとした時や、ボールを止めようとしてプレイヤー自身が故意にそのような位置取りをした時に反則となる。

たとえボールがスティックを持っている手に当たったとしても、その手に当たらなければスティックに当た

ったであろうと判断される場合は、反則とはならない。

- 9.12 プレイヤーは、ボールをプレイしようとしている相手プレイヤーの邪魔（オブストラクション）をしてはならない。

プレイヤーは、次の場合にオブストラクションの反則をしていることになる：

- 後ずさりしながら相手を押すこと。
- 身体を使って相手のスティックや身体を妨害すること。
- スティックや身体の一部を使って合法的タックルからボールをかばうこと。

止まった状態でボールを受けようとするプレイヤーは、どの方向を向いていてもよい。

ボールを保持しているプレイヤーは、ボールを持ちながらどの方向に動いて行ってもよいが、相手に身体をぶつけてはならないし、まさにプレイしようとしているプレイ可能な範囲にいる相手プレイヤーとボールの間に入り込むような動きをしてはならない。

ボールをプレイしているかプレイしようとしているプレイヤーに対して、そのボールを合法的に奪おうとしている相手プレイヤーの前に走りこんだり、その相手をブロックしたりすることは、オブストラクションの

反則である。（これを、第三者のオブストラクションまたはシャドーフォーオブストラクションという。）このことは、ペナルティコーナー実施中に、攻撃側が守備側（ゴールキーパーを含む）に対して、その前を横ぎるように走ったり、ブロックしたりした場合にも適用される。

- 9.13 プレイヤーは、ボールを持っている相手プレイヤーに対して、身体接触をしないでボールがプレイできる位置でなければ、タックルをしてはならない。

- 9.14 プレイヤーは、相手が守っているゴール（相手側ゴール）の中に故意に入ってはならないし、自陣、相手側の両方のゴールの後ろを回って走り抜けてはならない。

- 9.15 スティックが規則上の仕様に適していない場合を除き、ペナルティコーナーやペナルティストロークが与えられてから完了するまでの間に、スティックを交換してはならない。

- 9.16 フィールドやボール、他のプレイヤーやアンパイア、あるいは他の人に向かって、装具を含めてどんなものであっても投げつけてはならない。

- 9.17 プレイヤーは、利益を得るために、時間浪費を意図してプレイを遅らせてはならない。

## 10 プレイの細則：ゴールキーパー およびゴールキーパーの特権をも ったプレイヤー

10.1 少なくともヘッドギア、レガード、キッカーズの防具から成るフル装備の防具を身につけたゴールキーパーは、ペナルティストロークを得てそのペナルティストロークを実施するとき以外は、守っているフィールドの自陣 23m エリアを越えて試合に参加してはならない。

**ゴールキーパーは、ペナルティストロークを実施するとき以外は、防護用ヘッドギアを常に装着していなければならない。**

10.2 ゴールキーパーの特権をもったプレイヤーは、そのヘッドギアを身につけているときは、守っているフィールドの自陣 23m エリアを越えて守備をしてはならないが、そのヘッドギアをはずせば、フィールドのどこであっても試合に参加してもかまわない。

**ペナルティコーナーとペナルティストロークの守備をするときは、ヘッドギアを身につけておかなければならない。**

10.3 ボールが守備側のサークル内にあり、以下にあげる者が自分のスティックを手を持っているとき、次のことが許される。:

a. フル装備のゴールキーパーは、自分のスティック、足、キッカーズ、脚、レガードを使って、ボールを動かすことができるし、自分のスティック、足、キッカーズ、脚、レガードのほか、身体のあらゆる部分を使って、ボールを止めたり、バックラインを含むどんな方向にでもボールをそらせたりすることができる。

**ゴールキーパーは、自分の身につけている防具の有利さを利用して、ほかのプレイヤーに対して危険となるような接触をすることは許されない。**

b. ゴールキーパーの特権をもったプレイヤーは、自分のスティック、足または脚を使ってボールを動かすことができるし、自分のスティック、足または脚のほか、身体のあらゆる部分を使って、バックラインを含むどんな方向にでもボールをそらせたり、ボールを止めたりすることができる。

c. フル装備のゴールキーパー及びゴールキーパーの特権をもったプレイヤーは、腕や手、その他身体のあらゆる部分を使って、ボールを自分の身体から離れたところへ押し放す（押し出す）ことができる。

**この規則 C に示している内容は、相手チームから得点を防ぐためにボールを自分の身体から離そうとして動かす行為、ゴールセイビングの行為の一部としてのみ認められることである。ゴールキーパーやゴールキーパーの特権をもったプレイヤーが腕や手、身体などを**

**使って、遠くへボールを移動（クリア）したり、ボールをカー杯押し進めたりすることは認められない。**

- 10.4 ゴールキーパーやゴールキーパーの特権をもったプレイヤーは、ボールの上にかぶさるように寝てはならない。
- 10.5 ゴールキーパーやゴールキーパーの特権をもったプレイヤーは、自分が守っているサークルの外のボールをプレイするためには、自分のスティックしか使用できない。

**ゴールキーパーの特権をもったプレイヤーは、自陣サークルの外側では、フィールドプレイヤーとしてプレイすることになる。**

## 11 プレイの細則：アンパイア

- 11.1 二人のアンパイアが試合をコントロールする。コントロールとは、規則を適用し、フェアプレイの判定をすることである。
- 11.2 それぞれのアンパイアは、試合が行われている間、フィールドの半分ずつを主たる判定責任区域として担当する。
- 11.3 それぞれのアンパイアは、自分の担当する半分のフィールドにおける、サークル内のフリーヒット、ペナルティコーナー、ペナルティストロークおよび得点の決定に責任をもつ。

- 11.4 アンパイアは、得点および使用された警告カードや退場カードの記録を書き留める責任をもつ。
- 11.5 アンパイアは、確実に全競技時間が実施されるようにすること、前後半の終了を示すこと、そして前後半の各時間が延長された時は、ペナルティコーナーの完了を示すことのもつ。
- 11.6 アンパイアは、以下の場合に笛を吹く：
- a. 試合の前・後半それぞれの開始と終了の時。
  - b. ブリーの開始。
  - c. 罰則を与える時。
  - d. ペナルティストロークの開始と終了の時。
  - e. 得点を示す時。
  - f. 得点が入った後に、試合を再開する時。
  - g. ペナルティストロークにおいて、得点が入らなかった後に試合を再開する時。
  - h. フル装備のゴールキーパーの交代（中に入る場合や外に出る場合）のために試合を止める時と、その交代が完了して試合を再開する時。

- i. 他の何らかの理由で試合を中断する時と、そのような中断の後に試合を再開する時。
- j. ボールがフィールドの外に完全に出了たことを示す必要がある時。

11.7 アンパイアは、試合中、コーチングに関わってはならない。

11.8 ボールが、フィールド上のアンパイア、フィールドに入つてはいけな人または固定されてない物体に当たった時は、プレイは続行される。

## 12 罰 則

12.1 アドヴァンテージ：プレイヤーまたはチームが、相手側の規則違反によって不利益をこうむった場合のみ、罰則が適用される。

**罰則を適用することが、規則違反をしてないチームの利益にならない場合は、プレイは続行されなければならない。**

12.2 フリーヒットは、以下の場合に相手チームに与えられる。：

- a. 23m エリアの間（中央部）におけるプレイヤーの反則があった場合。

- b. 相手方 23m エリア内において、攻撃側プレイヤーの反則があった場合。
- c. 相手方 23m エリア内のサークル外で、守備側プレイヤーの故意でない反則があった場合。

12.3 ペナルティコーナーは、以下の場合に与えられる。：

- a. サークル内において守備側のプレイヤーに反則があった場合。ただし、その反則がなくても得点にはならなかったと判断された場合に限る。
- b. サークル内で、ボールを保持していないし、ボールをプレイする機会もない攻撃側のプレイヤーに対する守備側プレイヤーによる故意の反則があった場合。
- c. 自陣 23m エリア内のサークル外で、守備側プレイヤーによる故意の反則があった場合。
- d. 守備側プレイヤーによって、故意にボールが自陣バックラインを越えるようにプレイされた場合。

**ゴールキーパーは、自分のスティック、防具または身体のいかなる部分を使つても、バックラインを越えることを含むいかなる方向にもボールをそらせることが許される。**

- e. 守っているサークル内で、守備側プレイヤーの衣服や

装具の中にボールが入って止まった場合。

12.4 ペナルティストロークは、以下の場合に与えられる。:

- a. 守備側のプレイヤーによるサークル内の反則で、そのことによりおそらく入っていたと思われる得点が妨げられた場合。
- b. 守備側プレイヤーによるサークル内での故意の反則で、攻撃側のプレイヤーが実際にボールを保持したり、保持しようとしていたりしているのを妨げられた場合。
- c. ペナルティコーナーにおいて「球出し」が行われる前に、守備側のプレイヤーが繰り返しバックラインを越えた場合。

12.5 与えられた罰則が行われる前に、さらに別の反則や不当行為があった時には:

- a. フリーヒットであった場合には、10m まで前方に進めることができる。

**攻撃でのフリーヒットは、サークルの中まで前進させることはできない。**

- b. 更に厳しい罰則を与えてもよい。
- c. 個人的罰則を与えてもよい。

- d. 最初に罰則を得たチームが、すぐ後に反則をした場合には、その判定を相手チームにくつがえすこともできる。

## 13 罰則の実施手順

13.1 フリーヒットは、以下のように実施する:

- a. 反則の起った場所に近い所から行われる。

**「近い所」という表現は、反則が起こった場所からプレイ可能な範囲内のことで、これは、攻撃側があまり有利になりすぎないように意図するものである。**

**フリーヒットが行われる場所は、23m エリア内では、さらに正確でなければならない。**

- b. サークルの外 5m 以内でフリーヒットが与えられた場合は、サークルラインから 5m 外で、そのポイントに最も近い場所で行う。
- c. バックラインから 15m 以内の守備側のフリーヒットは、反則の起こった地点を通る、バックラインから 15m 以内の地点までのサイドラインと平行の線上から行われる。

13.2 フリーヒット、センターパス及びフィールド外にボールが

出た後ボールを中に入れて再開する場合の方法

**この項の規則は、フリーヒット、センターパス及びフィールド外にボールが出た後にボールを中に入れて試合を再開する場合のすべてにおいて適用される。**

- a. ボールは、静止されなければならない。
- b. 相手チームのプレイヤーは、少なくとも 5m 離れなければならない。

**相手チームのプレイヤーが、ボールから 5m 以内に立っていたとしても、そのプレイヤーがフリーヒットを妨げていない場合、あるいはボールをプレイしたりプレイしようとしていたりしていない場合は、そのフリーヒットを遅らせる必要はない。**

- c. 攻撃側 23m エリア内で攻撃側がフリーヒットを行う場合は、フリーヒットを行うプレイヤー以外のプレイヤーは、すべてボールから少なくとも 5m 以上離れていなければならない。
- d. ボールは、ヒットかプッシュで動かさなければならない。
- e. フリーヒットでは、直接故意にボールを浮かしてはならない。

- f. もし、フリーヒットをしたプレイヤーが続けて次にボールをプレイする場合は、フリーヒットの動作と、ボールをプレイする動作の区別された 2 回の動作をしなければならない。
- g. フリーヒットが行われた後に、他のプレイヤーがボールをプレイする場合は、必ずボールは 1m 以上動かさなければならない。

**フリーヒットをしたプレイヤーが再び続けてボールをプレイする場合は、ボールを 1m 動かす必要はない。**

- h. 攻撃側 23m 以内のエリアで攻撃側に与えられたフリーヒットでは、ボールが 5m 以上動かされるか、フリーヒットを実施したプレイヤー以外のプレイヤーによって触れられるまでは、サークル内にボールが入るようにプレイしてはならない。

**フリーヒットを行ったプレイヤーが、続いてボールをプレイするならば；  
(他のプレイヤーがそのボールをプレイしていない時も含めて)**

- フリーヒットをしたプレイヤーは、何度でもボールに触ることができるが、
- ボールを少なくとも 5m 以上動かさなければ、

- そのプレイヤーが、ヒットやプッシュなどでサークルにボールを打ち込むことはできない。

選択の余地として（二者択一）；

- ボールをサークルに入れる前に、合法的にプレイできるどちらかのチームの他のプレイヤー（フリーヒットしたプレイヤー以外）が、方向を変えたり、ヒット又はプッシュしたりしなくてはならない。もしくは、
- 合法的にプレイできるどちらかのチームの他のプレイヤーがボールに触った後であれば、フリーヒットを行ったプレイヤーを含むすべてのプレイヤーは、そのボールをサークルに持ち込むことができる。

ボールが、攻撃側サークルの上方を通過してサークル外へ落ちるといような場合は許される。これは、危険行為の規則に照らして、ボールが空中にあるときにサークル内にいるプレイヤーが合法的にプレイできないのであれば問題ない。（サークル上空をボールが飛んでも、そのことでサークル内にボールが入ったとはみなさないということである。）

13.3 ペナルティコーナーは、以下のように実施される。：

- a. ボールは、攻撃側チームが選択したゴールポストの左右どちらかの側で、ゴールポストから少なくとも 10m 離れたサークル内のバックライン上に置かれる。

- b. 攻撃側がプッシュまたはヒットによる「球出し」をする際に、故意にボールを空中に上げてはならない。
- c. バックラインからプッシュまたはヒットによる「球出し」をするプレイヤーは、少なくとも一方の足をフィールドの外に出しておかなければならない。（ボールの引きずり防止のため、両足がフィールド内にあることを禁止している。）
- d. 「球出し」をするプレイヤー以外の攻撃側プレイヤーは、サークル外のフィールド上に位置し、サークル内のグラウンドにスティックや手や足が触れていてはならない。
- e. プッシュまたはヒットによる「球出し」が行われる時、守備側のプレイヤー全員およびバックラインからプッシュまたはヒットによる「球出し」をするプレイヤー以外の攻撃側のプレイヤーは、ボールから 5m 以内にはならない。
- f. 守備側は、もし 1 名のゴールキーパーかゴールキーパーの特権をもったプレイヤーがいれば、その者を含めて 5 名以下のプレイヤーがバックラインの後方に位置する。その際スティックや手や足がフィールド内のグラウンドに触れていてはならない。

ペナルティコーナーの守備側チームが、フィールドプレイヤーだけでプレイすることを選択していた場合は、

ゴールキーパーの特権を持ったプレイヤーを置かないで、5名以下のフィールドプレイヤーがバックラインの後方に位置して守備を行う。

- g. 残りの守備側のプレイヤーは、センターラインよりも向こう側にいなければならない。
- h. ボールがプレイされるまでは、バックラインからプッシュまたはヒットによる「球出し」を行うプレイヤー以外は、すべての攻撃側プレイヤーはサークル内に入ることはできないし、守備側プレイヤーも、センターラインやバックラインを越えることはできない。
- i. ボールがプレイされた後、バックラインからプッシュまたはヒットによる「球出し」を行ったプレイヤーは、そのボールが他のプレイヤーによってプレイされるまでは、再びボールをプレイしたり、プレイ可能な範囲に近づいたりしてはならない。
- j. ボールをサークルの外に出さなければ、得点は認められない。
- k. 最初のシュートがヒットで行われた場合、(プッシュ、フリックまたはスクープではなく) 得点が認められるためには、ボールがゴールラインを通過する時に、浮いたボールの高さが 460mm 以下 (バックボードの高さ) でなければならない。また、ゴールラインへ向かう途中でも、誰かに触られないかぎり 460mm 以下の

高さでゴールラインを横切ると思われる軌跡で飛んでいかなければならない。

この規則は、たとえ、ゴールに向けて最初にシュートを打つ前に、守備側のスティックや身体に触れたりしても適用することを要求している。

ゴールに向けた最初のシュートがヒットである場合、ボールがゴールラインを通過する時、高すぎるか、高すぎるようになりそうな時、たとえその後ボールが他のプレイヤーのスティックや身体に当たってそれらされたとしても、罰せられなければならない。

ボールが危険でなく、かつ、ゴールラインを通過する前に自然に 460mm 以下に下がるならば、ゴールラインを通過する前に、460mm より高い所を飛んでいても差し支えない。

ボールをスラップで打つことは、ボールに当たる前にスティックをある程度の距離押したり、横に払ったりする動作を含むので、ヒットと見なされる。

- l. フリックやタッチシュート及びスクープによるシュート及びヒットによる2打目以降のシュートにおいては、危険でない限りボールはいかなる高さに上がってもかまわない。

守備側プレイヤーが、スティックでプレイしようとする

る意志がなくシュートコースやシュートしようとしているプレイヤーに対して走り込んできたということが明確に判断される場合は、その行為は危険と見なして罰せられなければならない。

しかしながら、ペナルティコーナー実施中において、最初にシュートされたボールが 5m 以内にいる守備側プレイヤーの膝から下に当たった場合は、もう一度ペナルティコーナーが与えられなければならないし、ボールが 5m 以内にいて通常の構え方で立っている守備側プレイヤーの膝もしくは膝より上に当たった場合は、そのシュートは危険とみなして、守備側チームにフリーヒットが与えられなければならない。

- m. ボールがサークルから 5m 以上外に移動した場合には、それ以降は、ペナルティコーナーの規則は適用されないものとする。

13.4 前半及び後半の終了時間は、ペナルティコーナー、引続いでペナルティコーナーおよびペナルティストロークを完遂するために引き延ばされることが許される。

13.5 ペナルティコーナーは以下の場合に終了となる。:

- a. 得点が入った時。
- b. 守備側チームにフリーヒットが与えられた時。

- c. ボールが、サークルから 5m 以上外に出た時。
- d. ボールがバックラインから外へ出され、ペナルティコーナーが与えられなかった時。
- e. 守備側が反則を犯したが、その反則に対するペナルティコーナーが与えられなかった時。  
(サークル外での守備側の故意でない反則などをさす。)
- f. ペナルティストロークが与えられた時。
- g. ブリーが与えられた時。

**ペナルティコーナー実施中、けがやその他の理由でプレイが止まったが、何も罰則が与えられなかった場合、それが前半もしくは後半が終了した時であったならば、再びペナルティコーナーが与えられなければならない。**

13.6 「球出し」の後、ボールがサークルから 2 度目に外に出た時、プレイヤーの交代と前後半終了時のペナルティコーナーが終了したことになる。

13.7 ペナルティコーナーの時の反則に対しては、以下のような罰則が適用される。:

- a. バックラインからブッシュまたはヒットによる「球出し」をするプレイヤーが、少なくとも一方の足をフィ

ールドの外に出していなかった場合。

： 再びペナルティコーナーが行われる。(アゲインとなる。)

- b. バックラインからプッシュまたはヒットによる「球出し」をするプレイヤーの上記以外の反則があった場合。  
： 守備側にフリーヒットが与えられる。
- c. ボールがプレイされる前に、守備側プレイヤーがセンターラインやバックラインを越えてしまった場合。  
： 再びペナルティコーナーが行われる。(アゲインとなる。)
- d. ボールがプレイされる前に、攻撃側プレイヤーがサークル内に入ってしまった場合。  
： 再びペナルティコーナーが行われる。(アゲインとなる。)
- e. 上記以外の攻撃側の反則があった場合。  
： 守備側にフリーヒットが与えられる。

**上に記載した詳細事項以外のことについては、フリーヒットやペナルティコーナー、ペナルティストロークのそれぞれの箇所に記述している内容に従って、規則を適用することとなる。**

13.8 ペナルティストロークは、以下のように実施される。:

- a. ペナルティストロークが与えられた時、競技時間とプレイは停止される。
- b. ストロークを行うプレイヤーとその守備をするプレイヤー以外の両チームのすべてのプレイヤーは、**23m** エリアの外に位置し、ペナルティストロークに影響を及ぼしてはならない。
- c. ボールは、ペナルティスポットの上に置かれる。
- d. ペナルティストロークを行うプレイヤーは、ストロークを開始する前にボールの後方で、しかもボールに対してプレイ可能な範囲に立たなければならない。
- e. 守備側プレイヤーは、両足をゴールライン上に乗せて立たねばならないが、ボールがプレイされるまでは、ゴールラインを離れたり、どちらの足も動かしたりしてはならない。
- f. 守備をするプレイヤーがゴールキーパーもしくはゴールキーパーの特権をもったプレイヤーの場合は、防御用のヘッドギアをつけなければならない。;また、守備をするプレイヤーがフィールドプレイヤーである場合は、防具としてフェイスマスクのみを着用することができる。

**ペナルティストロークの守備側チームがフィールドプレイヤーのみでプレイすることを選択している、ゴー**

ルキーパーかゴールキーパーの特権をもったプレイヤーとの交代を行わなかった場合は、守備者はその守備のためにスティックだけを使用することができる。

- g. ストロークを行うプレイヤーおよび守備者が位置についた時、笛が吹かれる。
- h. ストロークを行うプレイヤーは、笛が吹かれるまでストロークを行ってはならない。

**ストロークを行うプレイヤーも守備側プレイヤーも、ペナルティストロークの実施を遅らせてはならない。**

- i. プレイヤーは、ボールをプレイする際にフェイントをかけてはならない。
- j. ストロークを行うプレイヤーは、ボールをプッシュ、フリックまたはスクープしなければならないが、いかなる高さに上げてよい。

**ペナルティストロークにおいて、ボールをプレイする時、「引きずり」の技術を用いることは許されない。**

- k. ストロークを行うプレイヤーは、一度しかボールに触れることができない。そして、その後はボールや守備側プレイヤーに近づいてはならない。

13.9 ペナルティストロークは、以下の場合に終了する。:

- a. 得点が入ったか、認定された時。
- b. ボールがサークル内で停止したり、ゴールキーパーの防具の中に入ったり、ゴールキーパーもしくはゴールキーパーの特権をもったプレイヤーによって掴まれたり、サークルの外に出たりした時。

13.10 ペナルティストロークを行う時の反則に対しては、:

- a. 笛が吹かれる前にストロークが行われ、得点が入った場合: 再びペナルティストロークが行われる。
- b. 笛が吹かれる前にストロークが行われ、得点が入らなかった場合: 守備側にフリーヒットが与えられる。
- c. ペナルティストロークを行うプレイヤーによる上記以外の反則があった場合: 守備側にフリーヒットが与えられる。
- d. 守備側プレイヤーが、ボールがプレイされる前にどちらかの足を動かすことを含めて、あらゆる反則をした場合: 再びペナルティストロークが行われる。

**守備側プレイヤーが、ボールがプレイされる前にどちらかの足を動かして得点を防いだ場合は、そのプレイヤーには警告が与えられなければならない。(グリーンカード) また、その後のあらゆる反則に対しては、退**

場処分を科さなければならない。(イエローカード)

守備側プレイヤーによる反則があり、もしもその反則がなければおそらく得点になっていたであろうと思われる場合には、得点が認められる。

- e. 守備側チームのプレイヤーによる反則があつて、得点が入らなかった場合：再びペナルティストロークが行われる。
- f. ペナルティストロークを行うプレイヤー以外の攻撃側チームのプレイヤーによる反則があつて、得点が入った場合：再びペナルティストロークが行われる。

## 14 個人に対する罰則

14.1 いかなる反則に対しても、反則を犯したプレイヤーは：

- a. 注意される。(口頭で注意される。)
- b. 警告される。(グリーンカードで指示される。)
- c. 試合時間中、最低5分間の一時的退場処分にされる。(イエローカードで指示される。)

フィールドの中か外のプレイヤーにかかわらず、一時退場の処分が科せられるたびに、そのチームは一人少

ない状態でプレイすることになる。

- d. 当該試合（レッドカードを出されたその試合）から永久に退場させられる。(レッドカードで指示される。)

レッドカードによる退場の処分が科せられるたびに、そのチームは一人少ない状態でプレイすることになる。

個人的罰則は、通常の罰則に加えて与えられてもよい。

14.2 一時的退場処分にされたプレイヤーは、プレイを続けることを禁止した当該アンパイアによって許可されるまで指定された席に留まっていなければならない。

14.3 一時的退場処分にされたプレイヤーは、ハーフタイムに自分のチームに合流することを許されるが、退場の時間が終わっていない場合は、ハーフタイムの後にもとの席に戻らなければならない。

14.4 一時的退場処分ですべて最初に考えられていた処分時間は、退場中のプレイヤーに不当行為があった場合、延長されてかまわない。

14.5 永久的に退場させられたプレイヤーは、フィールドおよびその周辺の地域から離れなければならない。

# アンパイアリング

## 1 目的

1.1 ホッケーのアンパイアをすることは、試合に参加する方法のひとつである。チャレンジ精神を必要とするが、自分のやったことが報われる、やりがいのあることでもある。

1.2 アンパイアは、次の点で試合に貢献する。:

- a. プレイヤーが確実に競技規則を遵守するように仕向けることによって、あらゆるレベルの試合の水準を高めることを支援する。
- b. どの試合も確実に正しい精神のもとでプレイされるようにする。
- c. プレイヤー、観客、その他の人々が、試合を楽しめるように手助けする。

1.3 これらの目的を達成するためにアンパイアは次のことを行うべきである。:

- a. 一貫性： アンパイアは一貫性を保つことによってプレイヤーからの信頼を維持できる。

b. 公正さ： 判定は、正義と権威の精神をもってなされなければならない。

c. 準備： アンパイアは、いかに経験が豊富であっても、その与えられた試合のために万全の準備をすることが大切である。

d. 集中力： 競技時間すべてにわたって集中力を維持しなければならない。アンパイアはどんなことにも注意を散漫にすることがあってはならない。

e. 親しみやすさ： 規則を十分理解して、プレイヤーとの良い信頼関係を築いていかなければならない。

f. 向上心： アンパイアは、自分に与えられたすべての試合ごとに、より一層上手くなろうとする向上心がなければならない。

g. 自然体： アンパイアは、他人の真似をせず自然体で常に自分らしくあらねばならない。

1.4 アンパイアの義務：

- a. ホッケー規則について完全な知識を持っていることはいうまでもないが、規則の裏付けとなる精神と一般常識が、規則解釈の支えとなることを心に留めておくこと。

- b. 高度な技術のプレイを支援し、プレイヤーを勇気づけるためにも、反則に対しては迅速にかつ断固としてこれを処理し、適切な罰則を適用すること。
- c. 試合の間は常にゲームをコントロールし、それを維持すること。
- d. コントロールのために、可能な限りのあらゆるテクニックを使うこと。
- e. 流れがあり見ていて楽しいゲームにするために、ゲームコントロールを失わない程度にできるだけ多くアドヴァンテージルールを適用すること。

## 2 規則の適用

### 2.1 高度な技術のプレイを保護し、反則を罰すること。:

- a. 反則の重さ（重大性）は相対的に判断されなければならないが、危険であったり乱暴であったりするプレイのような重大な反則は、試合の早期に断固とした態度で処理されなければならない。
- b. 故意の反則は、確実に（必ず）罰せられなければならない。
- c. プレイヤーが協力すれば、高度な技術のプレイは保護

され、試合の管理上必要な時だけ試合が中断されるのだということを、アンパイアが実践して示すべきである。

### 2.2 アドヴァンテージ:

- a. すべての反則を罰する必要はないことを理解する。例えば、その反則行為によって、反則者に何の利益も得られないような場合である。試合の流れを不必要に中断することは、不当な遅延をもたらすとともに、いらだちを募らせるものである。
- b. 規則に違反した時、アンパイアは、アドヴァンテージを適用することが最もきびしい罰である場合、アドヴァンテージを適用しなければならない。
- c. ボールを保持しているからといって、それがアドヴァンテージになるというわけではない。つまり、ボールを持っているプレイヤーやそのチームのプレイが、うまく展開していく可能性があって初めてアドヴァンテージを適用しなければならない。
- d. いったんアドヴァンテージを適用したら、最初に科すべきであった罰則に戻すようなことをして、二度目の機会を与えるようなことをしてはならない。
- e. 試合の流れを予測する。その瞬間に起きていることの見通し、試合中に起こりうる事態を察知できるこ

とは重要なことである。

### 2.3 コントロール：

- a. 判定は、迅速に、かつ確固たる信念のもとに明瞭になされ、そして一貫性がなくてはならない。
- b. 試合の初期の厳しい判定は、通常、プレイヤーにその反則を繰り返す気をなくさせるものである。
- c. プレイヤーが、相手チーム、アンパイアもしくは他の競技役員に対して、直接発した罵倒・雑言は、言葉であれ、ボディランゲージや態度であれ、これを容認してはならない。アンパイアは、この種の罵倒・雑言を確固たる信念のもとに処理し、状況に応じて、注意を与え、警告し（グリーンカード）、または一時的（イエローカード）か、永久的（レッドカード）の退場処分を科さなければならない。注意、警告および退場は、その罰則だけでも良いし、他の罰則と合わせて科すことができる。
- d. 注意は、試合を止めることなく、プレイヤーの近くに寄って与えることができる。
- e. 同じ試合の中で、同一のプレイヤーの異なる反則行為に対して、再度グリーンカード或いはイエローカードさえも出すことが可能であるが、一度カードが出されたのと同じ反則行為が再び行われた時には、同じ色

のカードを再び使うべきではなく、より厳しい罰則が与えられねばならない。

- f. 二度目のイエローカードが出された時には、その退場時間は一度目の退場よりもかなり長くするのが普通である。
- g. 軽い反則に対するイエローカード退場の継続時間と、より悪質なまたは身体を使った反則に対する退場の継続時間との間にはっきりした違いがあつて然るべきである。
- h. あるプレイヤーが、故意に、マナーに反する暴力行為を他のプレイヤーに向かって行った場合には、アンパイアもしくは他の当該試合競技役員によって、直ちにレッドカードが出されるべきである。

### 2.4 罰則：

- a. 罰則の適用に幅があつてもさしつかえない。
- b. 悪質なまたは度重なる反則に対しては、二つの罰則が同時に科せられてもよい。

### 3 審判技術

3.1 主たる審判技術の領域項目は、以下のとおりである：

- a. 試合に向けての準備
- b. 協 力
- c. 機動性と位置取り
- d. 笛の吹き方
- e. シグナル

3.2 試合に向けての準備：

- a. アンパイアは、十分なゆとりをもってフィールドに到着し、その担当する試合に対して十分な準備をするべきである。
- b. 試合の始まる前に、両アンパイアは、フィールドのマーク、ゴールとゴールネットを点検しなければならない。また、プレイに関する用具やフィールドの備品が危険でないかどうかについても、点検しなければならない。
- c. 二人のアンパイアは、お互いに似た色のユニフォームを着なければならないが、両チームの色とは異なっ

ていること。

- d. コンディションに合ったユニフォームを着なければならない。
- e. 靴は、フィールドコンディションに合ったもので、機動性をもっていなければならない。
- f. 装具は、現行のルールブック、音量が大きく明瞭な音色の笛、ストップウォッチ、個人的罰則を科すためのカード（グリーン・イエロー・レッドのカード）および試合の明細（得点や警告・退場者の詳細）を記録するもの等である。

3.3 協 力

- a. アンパイア相互の良好なチームワークと協力が最も重要である。
- b. 試合に先立って、アンパイアは、お互いがどのように助け合って協働していくかについて話し合い、お互いが十分理解しあっていなければならない。アンパイア同士のアイコンタクトは、訓練して実際に生かされなければならない。
- c. アンパイアは、相手アンパイアのブラインド部分や、フィールドのある部分の見えにくい場所を、責任をもって見なければならないし、手助けする心構えをもつ

ていなければならない。必要ならば、(また機動性がある場合には、) アンパイアは、センターラインを越えて、フィールドの相手アンパイア担当ハーフエリアの中で適切な距離まで入り込む心構えでいなければならない。そうすることは、判定が正しいとプレイヤーに納得させるために役立つ。

- d. 得点や出されたカードの記録は、両アンパイアが保持し、試合終了時に確認しなければならない。

### 3.4 機動性と位置取り

- a. アンパイアは、一試合を通して適切な位置取りができるように、機動的にしっかり動かなければならない。
- b. 動かないアンパイアは、常に正しい判定を下すために試合を注視することは不可能である。
- c. 活発によく動き、よい位置にいるアンパイアは、試合の流れや下す必要のある判定に対して、より一層集中できるものである。
- d. アンパイアは、本来それぞれ、センターラインを左手にして、フィールドの半分を受けもつ。
- e. 通常アンパイアにとって最も適切な位置とは、攻撃側のライトウイングの位置かその少し前方である。

- f. アンパイアは、センターラインと 23m ラインとの間のプレイに対しては、自分の側のサイドライン付近に在るべきである。
- g. アンパイアは、プレイが自分の側 23m エリア又はサークル内にある時には、サイドラインを離れてフィールドの中に入り、必要に応じてサークル内にも入るべきである。そうすることによって、重大な反則やシュートが合法であるかどうかも見やすくなる。
- h. アンパイアは、ペナルティコーナーの実施、あるいはペナルティコーナーでボールがフィールドの外へ出ることなど、起こり得るプレイヤーの行為の全てをはっきりと見ることができるような位置を取らなければならない。
- i. アンパイアは、ペナルティストロークにおいては、ストロークを行うプレイヤーの右後方に位置を取らなければならない。
- j. アンパイアは、プレイの流れを妨げるような位置にいてはならない。
- k. アンパイアは、常にプレイヤーの方を向いていなければならない。

### 3.5 笛の吹き方

- a. アンパイアが、プレイヤーや相手のアンパイア、試合に参加する他の人々とコミュニケーションをとるための主たる手段こそは、笛である。
- b. 笛は、試合に参加している全ての人々に聞き取れるように、はっきりと大きく吹くべきである。これは、どんな時でも長く大きな笛を吹くことを意味するものではない。
- c. 笛の音色や長さは、プレイヤーに反則の重さの程度を伝えるために、変化させるべきである。

### 3.6 シグナル

- a. シグナルは、すべてのプレイヤーと相手のアンパイアに対して判定が明確にわかるように、十分長く提示すべきである。
- b. 公式のシグナルだけを使用しなければならない。
- c. シグナルを出す時には、動きを止めることが望ましい。
- d. 方向を示すシグナルは、腕が身体を横切るような形で出すべきではない。
- e. シグナルを出したり判定をしたりする時に、プレイヤ

ーから目をそらすことは悪い方法である。続いて起る反則行為を見逃すことになったり、集中力を失ったり、自信のなさを示したりすることにもなり得る。

## 4 アンパイアのシグナル

### 4.1 競技時間を示すこと：

- a. 競技時間の開始：相手のアンパイアに向いて、片腕を真上に伸ばして上げる。
- b. 競技時間の停止：相手のアンパイアに向いて、一杯に伸ばした両腕の手首を頭上で交差させる。
- c. 残り競技時間 2 分：人さし指を立てた両手を真上に伸ばして上げる。
- d. 残り競技時間 1 分：人さし指を立てた片手を伸ばして上げる。

**一旦、時間のシグナルが確認されたら、シグナルを終えてよい。**

4.2 ブリー：身体の正面で、両手のひらを向き合わせ、上げたり下げたりする。

4.3 アウトオブプレイのボール：

- a. サイドラインから出たアウトオブプレイのボール：片腕を水平に上げ方向を示す。
  - b. 攻撃側によりバックラインから出たアウトオブプレイのボール：両腕を真横に水平に上げる。
  - c. 故意でなく守備側によりバックラインから出たアウトオブプレイのボール：ボールが横切ったバックラインに近い側のコーナーフラッグを片腕で指し示す。
- 4.4 得点：両腕をフィールド中央に向かって水平に上げる。
- 4.5 プレイの細則：

**判定の理由が疑わしい時、どんな反則があったかをシグナルにより示されなければならない。**

- a. 危険なプレイ：一方の前腕を斜めに胸に当てる。
- b. 悪行および／短気的な悪い行為：プレイを中断し、両手を身体の正面に水平に上げ、手のひらを下に向けてゆっくり上下動し、静めるような動作をする。
- c. キック：片脚をわずかに上げて足先か足首の付近を手で触る。
- d. 空中に上げられたボール：身体の前に両手のひらを下に水平に出し、約 150mm 離して向き合わせる。

- e. オブストラクション：胸の前で前腕を交差させて保持する。
- f. 第 3 者の、または、シャドーオブストラクション：胸の前で交差させた前腕を、開いたり閉じたりする。
- g. スティックによるオブストラクション：片腕を身体の正面で斜め下に伸ばし、もう一方の手で、その前腕部を握る。
- h. 5m 離れること：片腕を真上にまっすぐ上げ、全部の指を開いた手を示す。

#### 4.6 罰 則

- a. アドヴァンテージ：利益を得ているチームがプレイして行く方向に、片腕を肩から高く伸ばす。
- b. フリーヒット：片腕を水平に上げ、方向を示す。
- c. フリーヒットの 10m までの前進：片腕を垂直に上げ、握り拳を作る。
- d. ペナルティコーナー：両腕を水平にゴールの方向に向ける。
- e. ペナルティストローク：片腕でペナルティスポットをさし、もう一方の腕を真上に上げる。このシグナルが、

同時に時間の停止を示す。

ックライン側 3m、サイドライン側 2mが必要となる。) これらは、あくまでも最低必要の制限であって、バックライン側は 4m プラス 1m、サイドライン側は 3m プラス 1m (トータルでエンドは 5m、サイドは 4m) の空間をとることを勧める。

## フィールド及び装具についての規格

図は、フィールドや装具仕様の解釈の説明補助として掲載するが、必ずしも正確な縮尺のもとに描かれていたものではない。原本(仕様書)記載のものが、最終的に正しい様式である。

### 1 フィールド及びフィールド備品

- 1.1 プレイフィールドは、幅 55m のバックラインと長さ 91.4m のサイドラインで仕切られた長方形である。

走り抜けるためのエリア[ラインから外のエリア]は、競技場の表面(人工芝等)と同質のものでなければならない。その同質素材の範囲は、外のスペースにバックライン側は少なくとも 2m、サイドライン側は少なくとも 1m とし、それ以外の材質でもよいが、さらにその外側に 1m (四方) のエリアをとっておかなければならない。(したがって、走り込みエリアは、最低バ

- 1.2 マークは：

- フィールド上には、この競技規則に記載されているもの以外のマークはいかなるものもつけてはならない。
- ラインの幅は 75mm で、完全に規定された長さどおりに、はっきりと示されなければならない。
- サイドライン、バックライン及びそれらの周囲にあるすべてのマークは、すべてフィールドの一部である。
- すべてのラインとマークは、白色でなければならない。

- 1.3 ラインとその他のマークは：

- サイドライン：長さ 91.4m の外周ラインを指す。
- バックライン：長さ 55m の外周ラインを指す。
- ールライン：バックラインの一部で、ゴールポストの間部分を指す。

d. センターライン：フィールドの中央を横切るラインを指す。

e. 22.90m ラインは、バックラインと 22.90m ラインの外側同士の長さが 22.90m でフィールドを横切って印される。

**22.90m ラインとバックライン及びその間のサイドラインで囲まれたエリアは、そのラインを含み、23m エリアと呼ばれる。**

f. 各サイドラインの外側に向かってバックラインと平行に、長さ 300mm のマークが印される。これは、バックラインの外側の縁から、マークの遠い側の縁までの長さが 14.63m である。

g. 各サイドラインの外側に向かってバックラインと平行に、長さ 300mm のマークが印される。これは、バックラインの外側の縁から、マークの遠い側の縁までの長さが 5m である。

h. 各バックラインの外側に向かって長さ 300mm のマークが印される。それは、近い方のゴールポスト外側の縁から両側に、マークの遠い側の縁までの長さが 5m と 10m の地点である。

**本競技規則、1.3 の f、g および h のマークに関する記述については、2001 年発行の規則書より、フィールド**

**の内側に記すものから外側に記すように変更した。1.3 の h の項については、同時に距離表示をメートル法に変更した。これらの変更したマークについては、新たにフィールドに記し直すことを要求した。しかし、変更以前からのマークについては、そのまま使用してもかまわないこととしている。**

i. 各バックラインの外側に向かって長さ 150mm のマークが印される。これは、バックラインの中心からそれぞれ、このマークの近いほうの側の縁までの長さが 1.83m の地点である。

j. 直径 150mm のペナルティスポットが、各ゴールの中央部からセンターラインに向かって 6.40m の地点に印される。これは、ゴールラインのスポットに近い側の縁からスポットの中心までの長さが 6.40m となるように記されることになる。

1.4 サークルは：

a. バックラインの中央から 14.63m のフィールド内に、バックラインと平行に長さ 3.66m のラインが引かれる。バックラインの外側の縁からこのラインのセンターライン側の縁までを 14.63m とする。

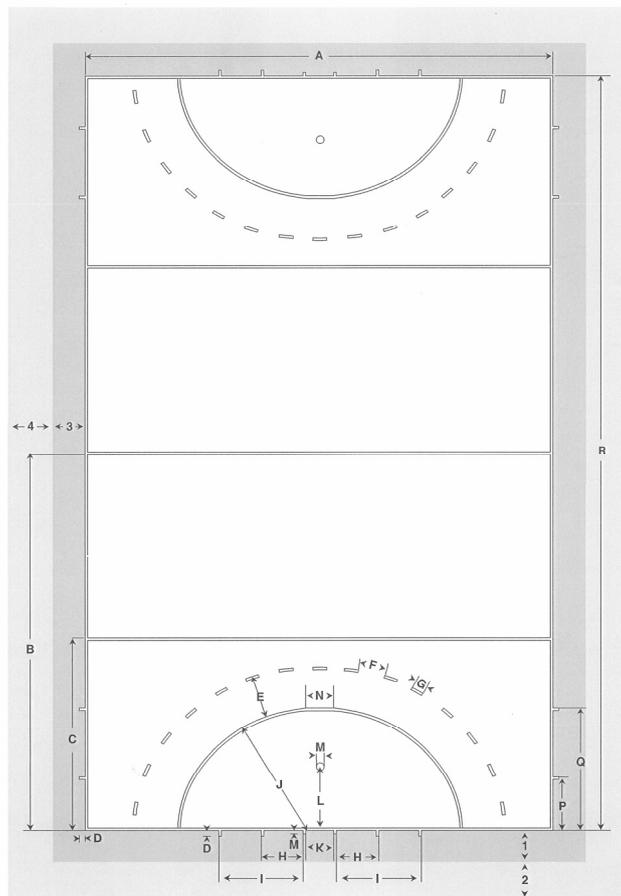
b. このライン (a で示したライン) から引き続き両バックラインの方向にバックラインまでラインを伸ばす。これは、近いサイドのゴールポストの内側から 14.63m の

距離の弧となる  $1/4$  円である。

- c. この 3.66m のラインと弧の部分のラインを、サークルラインと呼ぶ。ライン自体も含めてこのラインで囲まれたエリアを、サークルと呼ぶ。
- d. サークルの 5m 外側に破線が印される。この破線は、サークルラインの外側の縁から破線の外側の縁までの長さを 5m とする。この破線の引き始めはサークルラインの中央部からとし、各々の線の長さは 300mm で、その間隔は 3m とする。

**破線に関する強制的実験は、国際大会においては、2000年6月1日から実施されるようになった。その他の試合においては、各国協会の決定により採用される。**

Figure 1 : 競技フィールド図



### 競技フィールド図の寸法

Code	Metres	Code	Metres
A	55.00	M	0.15
B	45.70	N	3.66
C	22.90	P	5.00
D	0.30	Q	14.63
E	5.00	R	91.40
F	3.00	1	minimum 2.00
G	0.30	2	1.00
H*	4.975*	(1+2)	minimum 3.00
I*	9.975*	3	minimum 1.00
J	14.63	4	1.00
K	3.66	(3+4)	minimum 2.00
L	6.4		

上の表のHおよびIの寸法については、ゴールポスト自体からの長さではなく、ゴールポストラインからの長さを示したものである。従って、ゴールポストからの長さとしてはそれぞれ、5m並びに10mということになる。

#### 1.5 ゴールは：

- 地面と平行になっているクロスバーと合わせた地面と垂直の2つのゴールポストが、バックラインに示されたマークの上に設置される。

- ゴールポストとクロスバーは、白色で、接触部分を含めて矩形とし、幅 50mm、奥行き 50mm から 75mm とする。
- ゴールポストは、クロスバーの高さを越えて上方に突き出ているはならないし、クロスバーは、ゴールポストよりも側方に突き出ているはならない。
- ゴールポストの内側縁同士の間隔は 3.66m で、クロスバーの低い側の縁からグラウンドまでの間隔は、2.14m とする。
- ゴールの奥行きは、クロスバー側（上方）は最低 0.90m、グラウンド側（下方）は、最低 1.20m の長さをとらなければならない。また、このポストとバーは、上記の奥行きに沿ってサイドボード、バックボード及びネットで囲まれていることとする。

#### 1.6 サイドボードとバックボードは：

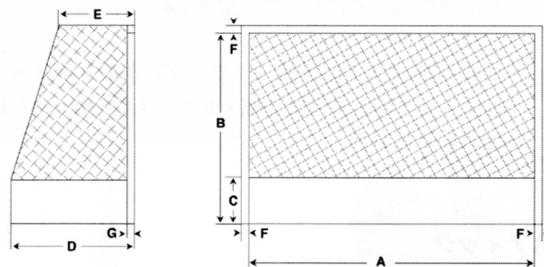
- サイドボードは、高さ 460mm、長さは最低 1.20m とする。
- バックボードは、高さ 460mm、長さ 3.66m とする。
- サイドボードは、グラウンド上でバックラインの端に直角に置かれ、ゴールポストの幅よりはみ出ないように固定される。

- d. バックボードは、グラウンド上で両サイドボードの端に直角に置かれ、バックラインと平行になるようにして、両サイドボードからはみ出さないようにしておく。
- e. サイドボードとバックボードの内側は、濃い色のものとする。

1.7 ネットは：

- a. 網の目の大きさは、最大 45mm とする。
- b. バックボード及びゴールポストへの取り付けの間隔は 150mm 以内とする。
- c. ネットは、バックボードとサイドボードの後ろ側に吊り下げるように取り付ける。
- d. ネットは、ゴールポスト、クロスバー、サイドボード及びバックボードからボールが抜け落ちることがないように、しっかりと固定されていること。
- e. ネットは、ボールが跳ね返ってこないように余裕があり、しかもゴールに合ったものであること。

Figure 2 : ゴール図



ゴール図の寸法

Code	Metres	Code	Metres
A	3.66	E	minimum 0.90
B	2.14	F	0.050
C	0.46	D	0.050 to 0.075
D	minimum 1.20		

1.8 フラッグ-ポストは：

- a. フラッグ-ポストの高さは、1.20m から 1.50m とする。
- b. フラッグ-ポストは、フィールドの各コーナーに置かれる。
- c. フラッグ-ポストは、危険なものであってはならない。

- d. 折れたり破損したりしないものであれば、できる限り取り付け部がバネ式のもの望ましい。
- e. フラッグ-ポストには旗（フラッグ）を取り付ける。そのフラッグの大きさは、幅・長さともに 300mm を越えないものとする。

## 2 スティック

この項に示すスティックの仕様については、すべてのホッケーに適用する内容である。ただし、*FIH* 主催の世界大会で使用するスティックの仕様項目については改訂した。その改訂した世界大会のレベルで使用するスティックの制限に関する仕様書のコピーは、*FIH* 事務局で入手可能である。

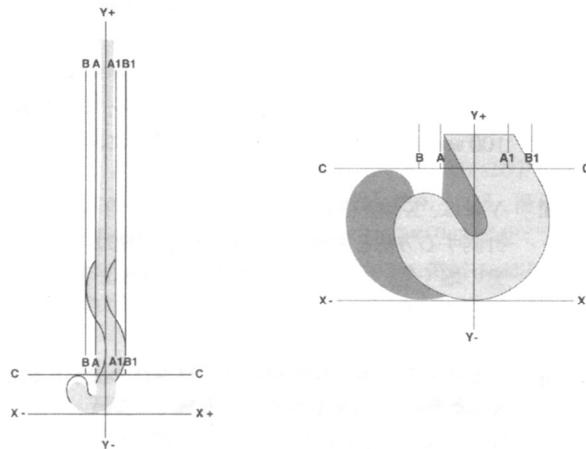
スティックに固定的に取り付けてある付加物や覆ってあるものすべては、それを付けた状態でその寸法と形状を計測審査する。（フィールド上で実際に使用する状態のスティックということである。）

### 2.1 スティックは：

- a. スティックは、伝統的な形状をして、それは今後もずっと維持されていくものである。
- b. 特殊な形状をしたヘッドやハンドル（グリップ）の形

及び特殊なデザインのスティック以外は公認する。しかし、現在認可している特殊な形状やデザインのものでも、仕様書に記載している形状の湾曲部分等の数値に合致していないものは認めない。

Figure 3 : スティック全体 Figure 4 : スティックのヘッド図



### 2.2 スティックの図は：

- a. この規則に記載する内容は、図 3 と 4 に示し描くこととする。
- b. スティックは、ヘッドとハンドル（グリップ）の 2 つの部分から形成される。

- c. スティックは、平らな表面が直角に折れ曲がっており、その延長上にハンドル（グリップ）があるという形状を図に示している。（図の X 軸の部分）
- d. ヘッドの曲がり具合は図の X 軸部分に置いた状態で、湾曲の始まり部分を示している。（図の Y 軸部分）
- e. ヘッドの終わりの部分は、X 軸と平行の C-C の線で示している。これは、Y 軸の方向に曲がって、X 軸から 100mm 以内でなければならない。（Y+に向かって）
- f. Y 軸は、X 軸と直角を成している。スティックの長さを計測する方法を明確にする目的で、Y 軸は、ハンドルの端（グリップエンド）の中心を通るように引くようにしている。
- g. ハンドル（グリップ）部分は、C-C の線から始まり、Y+まで続いている。

### 2.3 スティックの形状と寸法は：

- a. 完全なスティックとは、鋭利な部分や荒立った部分があってはならず、滑らかな表面をしていなければならない。
- b. C-C のライン部分のヘッドとハンドル（グリップ）の接合部分は一体となって滑らかでなければならない。

- c. ヘッドの湾曲部分は C-C のラインまでしか認められず、「J」か「U」の文字のような形状でなければならない。
- d. ヘッドの下限が、X 軸ということではない。
- e. ヘッドは、その左側だけが平面でなければならない。（プレイヤーが通常スティックを手にした時にそのスティックのヘッドが上向き状態で、左側ということになる。スティックの図では、その平面部分を示している。）
- f. ヘッドのプレイする側の平面部やその他ハンドル部分を含めてスティックのどんな部分であっても、滑らかで、一連のスムーズな形状を保ち、凹面や凸面がなく、そのくぼみは、どんな方向から見てもその差が 4mm 以内でなければならない。

ヘッド部分の凹凸の差は、まっすぐなエッジ部分を下にして置き、計測器を使用して測る。まっすぐなエッジ部分の凹凸は、4mm を越えることがあってはならず、エッジ部分から上部のスティックの端の部分までに関しては、その凹凸が 8mm を越えてはならない。

- g. スティックを覆うあらゆる保護材を含めて、スティックは、内径 51mm のリングが通過する幅でなければならない。

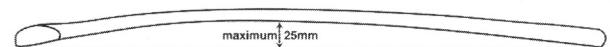
- h. 図の A-A 線と A1-A1 線の間隔が 51mm で、Y 軸からの間隔も等間隔となり、平行線となっている。
- i. 図の B-B と B1-B1 は、それぞれ A-A 線と A1-A1 との間隔が 20mm である。
- j. ハンドル部分の湾曲やカーブについては、Y 軸を基準にして A-A からはみ出てもその曲がり具合が、B-B のラインを越えてはならない。

スティックの形状や寸法については、**figure3** の図に従って平らな表面の線に則りテストされる。平らな部分を下にした状態で置かれる。

- k. スティック全体のしなり具合（くま手や弓のような状態）については、平面部でも後ろ部分でもそのスティックの長さの中でスムーズな弧を描き、湾曲の深さは、25mm を越えてはならない。

弓なりの状態のテストは、平らな土台の上に置いた状態で 25mm の計測器か、円柱状のシリンダーを使って行われる。スティックは、平らな状態の面に自然な状態でそのプレイする側を下向きにした状態で置いて計測する。そして、その 25mm 計測器もしくはシリンダー状の計測器は、スティックのどの部分も完全に通過することがあってはならない。

Figure 5 : スティックの弓なり図



- 2.4 スティックのプレイングサイド（プレイで使われる側）は：

- a. プレイできる側は、図 3 及び図 4 で示されている側全体と、その面のエッジ部分である。
- b. エッジ部分とプレイしてはならない側は、丸みを帯びていなければならない、滑らかな状態でなければならない。

スティックは、エッジを使ってボールを打つことを主たる目的にして作られたものではないので、エッジを使ってボールを打つことによって、スティックが痛みたり壊れたりした場合に業者が交換を拒否するということを、プレイヤーは知っておくべきである。

- 2.5 スティック全体の重さは、737g を越えてはならない。
- 2.6 ボールのスピードは、以下のテストコンディションの下で、スティックのヘッドスピードの 98% を越えてはならない。

ボールスピードは、**FIH** が認可した実験室の模擬実験装置により、80km/時間 (5回) のスティックスピード

で測定される。ボールスピードは、2箇所計測した地点でパスするのに要した時間から計算し、前述のスティックスピードの比率によって表される。

**FIH** 公認のボールが使用される。

テストは、信頼性のある実験室の条件の下で実施される。：それは、気温約 20℃で、適切な湿度は約 50%である。

2.7 材質は：

- a. スティックそのものと可能な付加物については、ホッケーのプレイをするのにふさわしく、かつ危険を及ぼさない限り、金属及び金属質の成分をもったもの以外は、どんな材質でも良い。
- b. テープや合成樹脂の使用は、仕様書に規定している表面のなめらかさを維持していれば許される。

2.8 **FIH** は、試合の進行に有害な影響を与える恐れがあったり、安全でなかったりするあらゆるスティックの使用を禁止することについて、**HRB** の意見を受けて条件整備を行う用意がある。

### 3 ボール

3.1 ボールは：

- a. 球状であること。
- b. 周径が、224mm から 235mm であること。
- c. 重さが、156g から 163g であること。
- d. どんな材質のものでもよいが、白色であること。(もしくは、チームで同意があった場合、競技場表面と対比する色のものでもよい。)
- e. 表面は硬く滑らかでなければならないが、細かいくぼみ (ディンプル) は認められる。

### 4 ゴールキーパーの装具

4.1 ハンドプロテクターは：

- a. いわゆる手袋の表面(手のひら)部分は、長さ 355mm、幅 228mm 以内でなければならない。
- b. 握らなくてもスティックがハンドプロテクターから離れないようにするためのいかなる付属品もつけてはならない。

- 4.2 レガードは：ゴールキーパーが足に装着した状態で、300mm の幅を越えてはならない。

ゴールキーパーのハンドプロテクターとレガードのサイズ計測は、規定の計測器具を使って計測される。

## 付録 有益情報

FIH は、スポーツやホッケーに関係する方々を援助するために、以下の様々な情報を提供することができます。

### インドアホッケー

別冊で情報提供している：

- インドアホッケー競技規則

### 競技場（フィールドを含む）と照明の情報（アウトドア）

情報は以下の点で有効である：

- 施工上の必要条件に関する事
- メンテナンスとケアのガイドライン

- 認可された競技場施工業者に関する事
- 人工照明に関する事

### 大会規則（競技運営規定）と大会マネージメント

情報として以下のことが含まれている：

- 競技役員役割と責任（責務）に関する事
- チームユニフォーム（着衣）や装具及びその色の詳細説明
- 広告に関する事
- 試合の中断に関する事
- 抗議の取り扱いの緒手続きと処置に関する事
- 競技会の企画（計画）やランキングの手続きに関する事  
(ペナルティストローク戦に関する事も含む)

### アンパイアリング

審判のおもしろさに関する情報も含まれる：

- FIH アンパイアのグレード基準
- インターナショナルアンパイアのためのハンドブック及びアンパイア技術についての情報、大会前の心の準備（精神的な構築）、大会前の体力向上計画（体力維持）
- アンパイアマネージャーの大会での義務、チェックリスト、アンパイアの指導、体力テスト、パフォーマンスフィードバック（採点表）と採点のための様式

## ホッケー発展のための方策

メ モ

ホッケーに関わる人々の様々な方面での企画、各国で活用できるビデオやCDのコピーなども含む：

- － 初心者、これから伸びようとするプレイヤー、エリートそれぞれのコーチング
- － 学校教育、ユースプレイヤーに対する指導計画
- － ミニホッケー
- － コースマニュアルの作成

上記の情報等は、FIH ウェブサイトに掲載している

[www.worldhockey.org](http://www.worldhockey.org)

もしくは、FIH 事務局からでもアクセスできる。

The International Hockey Federation

Rue du Valentin 61

1004 Lausanne

Switzerland

TEL: ++41 (21) 641 0606

FAX: ++41 (21) 641 0607

E-mail: [info@worldhockey.org](mailto:info@worldhockey.org)

Copyright FIH2010



# 6人制ホッケー競技規則

**2011年**

(2011年4月1日施行)

発行 社団法人 日本ホッケー協会 技術委員会審判部

## 目 次

ホッケー用語	x
試合を行うこと	
1 競技フィールド	81
2 チームの構成	85
3 主 将	90
4 選手の服装と装備	91
5 試合と結果	94
6 試合の開始と再開	95
7 ボールがフィールド外に出た時	97
8 得点となる条件	98
9 プレイの細則：選手	99
10 プレイの細則：ゴールキーパー	105
11 プレイの細則：アンパイア	107
12 罰 則	109
13 罰則の実施手順	111
14 個人に対する罰則	124
アンパイアリング	
1 目 的	126
2 規則の適用	128
3 審判技術	131
4 アンパイアのシグナル	136
付録	
1 フィールド及び装具についての規格	140
2 ペナルティストローク戦の規定	140

## ホッケー用語

### 選手

チームに所属する参加者の一人。

### チーム

チームは、6名のフィールド内の選手と6名までの交代要員とから成る最大12名で構成される。

### フィールドプレイヤー

ゴールキーパー以外のフィールド内にいる参加者の一人。

### ゴールキーパー

フィールド上にいる各チームの試合に関わる者の一人で、ヘッドギア、レガードとキッカーズフル装備防具を装着した人のことをいう。ゴールキーパーは、ハンドプロテクターやその他の防護用装具を身につけることが許されている。

### 攻撃側（攻撃側の選手）

得点を上げようとしているチーム（またはその選手）。

### 守備側（守備側の選手）

得点が上げられることを防ごうとしているチーム（またはその選手）。

### バックライン

短い方（30m）の外周ライン。

### ゴールライン

ゴールポストの間（3.66m）のバックライン。

### サイドライン

長い方（50～55m）の外周ライン。

### サークル

2つの1/4円とバックラインの中央側のフィールドで、その

円の各々の端を結ぶラインで囲まれたエリアで、そのライン自体を含むエリア。

#### **ボールをプレイすること：フィールドプレイヤー**

スティックを使ってボールを止めたり、ボールの方向を変えたり、動かしたりすること。

#### **シュート**

攻撃側の選手によって、サークル内で得点を得ようとするためにゴールに向けてボールをプレイする動作のこと。

**ボールがゴールをはずれたとしても、もしもそのプレイヤーの意識がゴールに向かってシュートしようとしていたのであれば、それは「シュート」である。**

#### **ヒット**

スティックをスイングする動作が伴い、ボールを打つことをいう。

#### **プッシュ**

スティックをボールにつけて置いた後、そのスティックの押し出す動きにより、グラウンドに沿ってボールが動かされることである。プッシュが行われる際には、ボールもスティックのヘッドも共にグラウンドに触れた状態となる。

#### **フリック**

プッシュして空中にボールを上げることをいう。

#### **スクープ**

スティックのヘッドをボールの下側に置いて、持ち上げる動作を用いてボールを空中に上げること。

#### **フォアハンド**

前進する選手の右側にあるボールを、進行方向に向けてプレイすること。

#### **プレイ可能な距離**

ボールをプレイすることができるリーチ範囲内にいる選手とボールとの距離。

#### **タックル**

ボールを保持している相手方を止める行為。

#### **反則**

規則違反の行為で、アンパイアによって罰則が与えられることがある。

## 試合を行うこと

### 1 競技フィールド

#### 1 競技フィールド

1.1 競技フィールドは長方形であり、長さ 50～55m、幅 30m である。

1.2 すべてのラインは 75mm であり、フィールドの一部である。規定の長さを（4m ライン以外）実線で描く。

- a. 長い方の線をサイドライン、短い方の線をバックラインと呼び、バックラインの中央部、ゴールポストの間（ゴール内）のラインは、ゴールラインという。

1.3 その他のマーク

- a. センターラインは全長を直線で引く。
- b. バックラインより 12m のサイドライン上に、フィールドの外側にむかって 30cm のマークをしるす。（4ヶ所）
- c. ペナルティコーナーを行う時のために、バックライン

上に、近い方のゴールポストから、それぞれ両側に、4m と 8m のところに、フィールドの外側に向かって 30cm のマークをしるす。

- d. 各ゴールの中央前 6m の地点に、直径 15cm の丸いマークをしるす。スポットの中心から、ゴールラインのセンターライン側の縁までを 6m とする。

#### 1.4 サークル

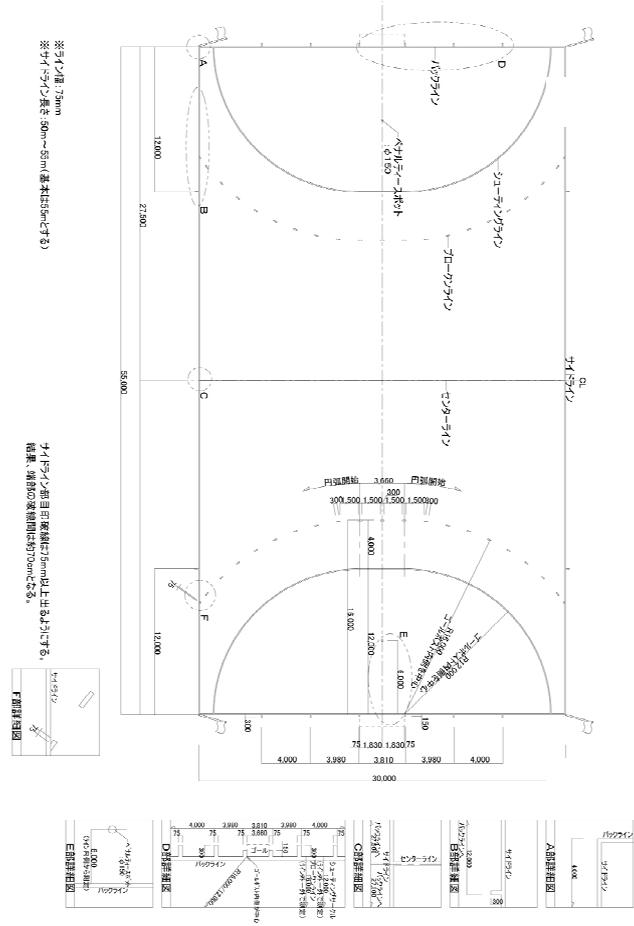
- a. 各ゴール前方に、ゴールラインから 12m 隔てた所に平行に 3.66m（4 ヤード）の長さの直線のラインを引く。両ゴールポストの前面内側の角から、そのラインの外線までを 12m とする。
- b. このラインは、両ゴールポスト前面内側の角を中心とした 1/4 円がバックラインに接するまで完全に描かれる。
- c. これらのラインによって囲まれた地域を、ライン自体を含めて、シューティング・サークルと呼ぶ。（以下「サークル」と呼ぶ。）
- d. 破線はサークルの外側 4m のところに引かれる。

この破線は、サークルラインの外側の縁から破線の外側の縁までを測って 4m とする。各々の線の長さは 30cm で、その間隔は 1.5m とする。破線は、サークル

トップの中央から両側に引くようにし、サイドラインにかかるとする。(コーナーポイント)

- 1.5 平面図で示されている以外のいかなるマークもフィールドの表面に描いたり、しるしたりすることは許されない。
- 1.6 フィールドの各コーナーに、高さ 1.2m 以上 1.5m 以下のフラッグポストをたてる。
- 1.7 ゴールは、各バックラインの中央に、そのラインに接して競技フィールドの外側に置かれる。

図 1：競技場



## 2 チームの構成

- 2.1 試合中はどうのような状況であっても、プレイに加わることができる選手の人数は各チームとも最大6名である。また、何らかの理由（退場やけが等）で3名以下になった場合は没収試合とする。

もしも、許された人数以上（7人以上）の選手がフィールド上にいた場合は、その状況を修正するために時間を停止しなければならない。そして、その行為があったチームのキャプテンに対しては、個人的な罰則（カード）が与えられなければならない。時間停止前に下された判定を正すために、その判定を変えることはできない。

このような状況に対してペナルティを与えるため時間を停止した時に、反則を犯したチームに対して、カード以外に何も罰則が与えられていなかったならば、相手チームのフリーヒットによって時間とプレイが再開されることになる。

- 2.2 各チームは、試合中常に1名のゴールキーパーをフィールド上に置いておかなければならない。
- a. ゴールキーパーが競技不能になったり、退場させられたりした場合は、他のゴールキーパーに交代するか、フィールドプレイヤーが装具を着用してゴールキーパーとしてプレイしなければならない。

- b. ゴールキーパーの退場中は、当該チームのフィールドプレイヤーは1名少ないことになる。

一時退場が終了した時、主将は次のことが許される：

一時退場のゴールキーパーを再起用することまたは代理のゴールキーパーでプレイを続けること、この場合、もう1名のフィールドプレイヤーをフィールドに入れることができる。

- 2.3 各チームは、最大12名の選手の中から交代が許される。

- a. 交代は、いつでも許される。ただし、ペナルティコーナーが与えられてからそれが完了した後でなければ交代は許されない。ただし、次の時間は除く：ペナルティコーナーが与えられてからそれが完了するまで。この間の交代は、守備側のゴールキーパーが怪我をするか、退場させられた場合にのみ、その交代が認められる。

与えられたペナルティコーナーが終了する前にさらに次のペナルティコーナーが与えられた場合にも、守備側のゴールキーパーが怪我をするか、退場させられた場合にのみ、続いて起こったペナルティコーナーが終了していなくても、その交代は認められる。

- b. 一度に交代できる選手の数は、無制限に認められる。また、どの選手も何回でも交代することが無制限に認

められる。

- c. 選手の交代は、そのチームの選手がフィールド外に出た後に初めて行うことができる。
- d. 退場処分を受けている選手の交代は、その退場時間中は認められない。
- e. 退場時間が終了した時、その選手がフィールド内に戻らなくても、すぐにその選手に代わって交代選手を送り出すことができる。
- f. フィールドプレイヤーは、交代のためのフィールドへの出入りは、アンパイアが認めた側のフィールドのセンターラインから 3m 以内の所で行わなければならない。
- g. ゴールキーパーは、交代のため、その守備側ゴールの近くからフィールドへの出入りが認められる。
- h. ゴールキーパーの交代では、時間が停止されるが、フィールドプレイヤーの交代のためには、停止されない。

**ゴールキーパーの交代の時、装具着用のための短い時間であれば時間の停止は認められるが、けがや退場の場合も含めて、交代選手のための装具の取り外しや着用については、その停止時間を延長することは認めない。もし必要であれば、試合は続行させて、交代ゴー**

**ルキーパーの装具着用の間は、違う色のシャツを着たゴールキーパーの特権をもったプレイヤーを入れておくようにすること。**

2.4 以下の場合をペナルティコーナーが終了したものとして、選手交代が可能となる。:

- a. 得点が入った時。
- b. 守備側チームにフリーヒットが与えられた時。
- c. ボールが、サークルから 5m 以上外に出た時。
- d. ボールがバックラインから外へ出され、ペナルティコーナーが与えられなかった時。
- e. 守備側が反則を犯したが、その反則に対するペナルティコーナーが与えられなかった時。  
(サークル外での守備側の故意でない反則などをさす。)
- f. ペナルティストロークが与えられた時。
- g. ブリーが与えられた時。

**ペナルティコーナー実施中、けがやその他の理由でプレイが止まったが、何も罰則が与えられなかった場合、それが前半もしくは後半が終了した時であったならば、**

**再びペナルティコーナーが与えられなければならない。**

- h. ボールが、サークルの外へ2度目に出た時。
- 2.5 けがの手当て、給水、装具の交換または交代以外の何らかの理由でフィールドを離れるフィールドプレイヤーは、サイドラインのところからだけ、再入場が認められる。
- 2.6 フィールドプレイヤー、ゴールキーパーおよびアンパイア以外の者は、アンパイアの許可なしに試合中にフィールド内に立ち入ることはできない。
- 2.7 試合中、選手はフィールドの内外を問わず、ハーフタイムの休憩時間を含めて、アンパイアの管轄下にある。
- 2.8 けがをしたり出血したりしている選手は、医学的理由で動かせない場合を除き、フィールドを離れなければならない。さらに、傷が覆われた後でなければ復帰できない。選手は、血の付いた衣服を身に着けてはならない。

### **3 キャプテン (主将)**

- 3.1 各チームは、1名の選手をキャプテンに指名しなければならない。
- 3.2 キャプテンが退場になった時は、代わりのキャプテンを指名しなければならない。
- 3.3 キャプテンは、上腕または肩に、キャプテンであることが認識できる腕章または同様の目立つものを着けなければならない。
- 3.4 キャプテンは、自チームの全選手の行動、および選手の交代が正しく行われることについて、責任をもつ。

**キャプテンがこれらの責任を果たさない場合は、個人的罰則 (カード) が科せられる。**

## 4 選手の服装と装備

- 4.1 同一チームのフィールドプレイヤーは、(同一の)ユニフォームを着用しなければならない。
- 4.2 選手は、他の選手に対して危険と思われるものは、いかなるものも身につけてはならない。

フィールドプレイヤーは、

- 手の通常の大きさを著しく大きくしないような保護用手袋を着用してもよい。
- すねあて、足首を保護するもの、およびマウスピースの着用を推奨する。
- 医学的な理由があれば、試合時間中ずっと、顔に密着するようなフェイスマスク、柔らかい頭部保護用のヘッドカバーや目を保護するためのプラスチックゴーグルの装着が許される。フェイスマスクは、表面がなめらかなもので、色は透明か白、ほかの色の場合は単色であればよい。(ゴーグルは、たとえば、周囲が柔らかい素材でカバーされ、プラスチックのレンズのものである。)

医学的理由を認める場合とは；装具を着用すればコンディションを整えてプレイすることが可能になるということが理解でき、そのことを公式責任者(大会のT

D等)が許可した場合である。(チームは、その明確な理由を大会責任者に説明すること)

- ペナルティコーナーの実施中、その守備をおこなう場合、顔に密着するようなフェイスマスクの装着が許される。フェイスマスクは、表面がなめらかなもので、色は透明か白、ほかの色の場合は単色であればよい。
- ゴールキーパー以外は、いかなる場合であっても、保護用のヘッドギア(フェイスマスクやその他の保護用ヘッドカバー)の装着は許されない。

- 4.3 ゴールキーパーは、単色のシャツ又は上着を身につけなければならない。そしてその色は、両チームの色と違うものでなければならない。

ゴールキーパーは、シャツまたは上着によって身体に付けている防具をすべて覆わなければならない。

- 4.4 ゴールキーパーは、ペナルティストロークの攻撃を行う時以外は、安全な防御用のヘッドギア、レガード、キッカーズから成る防具を身につけなければならない。

以下に上げるものは、フル装備ゴールキーパーの防具としてのみ着用が許される。：ボディ、上腕、肘、前腕、手および大腿のプロテクター、レガードおよびキッカーズである。

顔面全体を保護するように固定でき、頭部全体と喉を覆うものが一体化されたフルフェイス型のものをゴールキーパー用ヘルメットとして勧める。

- 4.5 身体や守備範囲の自然な大きさを著しく増大させるような衣類や防具を着用してはならない。
- 4.6 スティックは、グリップ部分があり、左側が平らで湾曲したヘッドをもつという伝統的な形状をしている；
- a. スティックは、滑らかなものでなければならず、荒くまたは鋭いところがいかなる部分にもあってはならない。
  - b. スティックは、それを覆う保護材を含めて、内径 51mm のリングを通過できる幅でなければならない。
  - c. スティック全体のしなり具合（熊手や弓のような湾曲状態）は、平面部でも後ろ部分でもそのスティック全体の長さの範囲内でスムーズな弧を描き、湾曲の深さは、25mm を越えてはならない。
  - d. スティックは、HRB 発行の仕様書にある認可基準に合致していなければならない。
- 4.7 ボールは球状で、堅くて白色（または、グラウンド表面の色と対照的な色で合意されたもの）であること。

スティック、ボール、ゴールキーパーの装具についての詳しい仕様は、11 人制規則書の最後に付して説明している。

## 5 試合と結果

- 5.1 試合は、各 15 分（スポ少 10 分）の前・後半と 5 分以内のハーフタイム（休憩時間）から成る。

特別の大会で規則に定められた場合を除き、両チームの合意によって、前・後半および休憩時間を別に定めてもよい。

前半もしくは後半の終了間際（直前）に、アンパイアが再確認を要求するような事態が発生した場合、たとえ競技時間が終了し、終了合図が示された後であったとしても、その事態の再確認は行われるべきである。再確認は即座に行われなくてはならないし、最初の判定が間違っただけのものであったならば正しい判定結果に戻さなければならない。

- 5.2 より多くの得点を上げたチームが、勝者となる。両チームとも無得点の場合、または同点の場合、その試合は引分けとする。

引分けの試合の勝敗を決める方法であるペナルティストローク戦の詳細については、本規則書の最後に付し

て説明している。

## 6 試合の開始と再開

- 6.1 コイントスにより、トスに勝ったチームが、試合の前半に攻撃するゴールを選択する。攻める方向は、試合の後半では前半とは逆方向になる。
- 6.2 前・後半の試合を開始する時はブリーを行う。
- センターライン中央において、両チーム各 1 名のプレイヤーが、お互いに自陣バックラインを右手にしてセンターラインをまたぎ向き合う。
  - 2 名の選手は、自分のスティックでボールの右側のフィールドを軽くたたき、続いてボールの上方で相手のスティックの平らな面に軽く打ち合わせる。この動作を交互に 3 回繰り返す。その後、両選手がボールをプレイする。
  - ブリーを行う選手以外は、ブリーを行う選手が、ブリーを終了するまでは、ボールより 4m 以上離れ、かつ自陣内にいなければならない。
- 6.3 得点の後には、その得点を入れられた側のチームの選手によってセンターパスが行われる。

- 6.4 センターパスをする場合は、
- フィールドの中央で行う。
  - いかなる方向にでもボールをプレイすることができる。
  - センターパスを行う者以外のすべての選手は、自分達を守るべきゴール側（自陣内）にいなければならない。
  - フリーヒットを行う手順が適用される。
- 6.5 けがやその他の理由によって、何の反則も起こっていないのに時間や競技が停止された時、試合を再開するためにブリーが行われる。
- プレイが中断した時にボールがあった位置の近い地点で行われる。ただし、バックラインから 12m 以内の地域を除く。
  - ボールは、両チーム 1 名ずつの選手の間置かれるが、その 2 名の選手は、互いに自陣ゴールが右側になるような位置で向き合う。
  - 2 名の選手は、最初に自分のスティックをボールの右側のフィールド上に置き、それからボールの上方でお互いのスティックの平らな面を軽く打ち合わせる。この動作を交互に 3 回繰り返す。その後、両選手がボールをプレイする。

d. 他の選手は、全員、ボールから少なくとも 4m 離れていなければならない。(自陣側にいる必要はない)

6.6 ペナルティストロークが終了したが、得点が入らなかった場合は、ゴールラインの中央から 12m 前方の地点で、試合再開のため、守備側選手によってフリーヒットが行われる。

## 7 ボールがフィールド外に出た時

7.1 ボールがサイドラインまたはバックラインを完全に越えた時、ボールはアウトオブプレイ（プレイ中断）になる。

7.2 ボールがアウトオブプレイ（プレイ中断）になる直前にボールに触れたりプレイしたりしたチームの相手側選手によってプレイが再開される。

7.3 ボールがサイドラインを越えた場合、ボールがそのラインを横切った地点でプレイが再開され、その再開にはフリーヒットを行う手順が適用される。ただし、ボールが外に出た位置が破線とサイドラインの交点よりバックライン寄りの場合は、ボールはすべて破線とサイドラインの交点の上に置かれて、プレイが再開される。

7.4 ボールがバックラインを越えて、かつ得点でない場合は

a. 攻撃側によって出された場合、ボールが越えた地点を通る線上で、バックラインから 12m の地点までの所

(12m 以内の地点ならその線上であればどこでもよい)にボールを置いてプレイが再開され、フリーヒットを行う手順が適用される。

b. 守備側の選手によって故意でなくプレイされたか、またはゴールキーパーによって方向を変えられた場合、ボールがバックラインを横切った地点に近い方のサイドライン上で、サークルから 4m 外のサイドライン（破線とサイドラインの交点の上）にボールを置いてプレイが再開され、フリーヒットを打つ手順が適用される。

c. ゴールキーパーが方向を変えた場合を除いて、守備側の選手によって故意にプレイされた場合は、ペナルティコーナーによってプレイが再開される。

## 8 得点となる条件

8.1 攻撃側の選手によってサークル内でプレイされたボールが、サークル外に出ることなく、クロスバーの下でゴールラインを完全に越えた時、1 点が与えられる。

**ボールが攻撃側の選手によってサークル内でプレイされる前または後に、守備側の選手がボールをプレイしたり、守備側選手のスティックや身体に触れたりしてもかまわない。**

## 9 プレイの細則：選手

選手に対しては、常に責任ある行動が望まれている。

9.1 試合は、2チームの間で行われる。各チームの選手は、フィールド上に同時に6人を越えていてはならない。

9.2 フィールド上の選手は、スティックを持っていなければならない。また、危険なスティックの用い方をしてはならない。

プレイヤーは、他の選手の頭上にスティックを振りかざしてはならない。

9.3 選手は、他のプレイヤーの身体及びスティックや衣服を触ったり、つかんだり、妨害したりしてはならない。

9.4 選手は、他の選手を脅かしたり、邪魔をしたりしてはならない。

9.5 選手は、スティックの裏側を使ってボールをプレイしてはならない。

9.6 選手は、スティックのフォア側エッジを使って、強くボールをヒットしてはならない。

これは、スティックのフォア側エッジの使用をすべて禁止するというものではない。タックルの動作をしよ

うとしてスティックを出したとき、相手のスティックやグラウンドに横たわっているゴールキーパーをかわずのためにボールを上げようとしたとき、あるいはグラウンドに沿って長くプッシュの動作でボールを放とうとしたときなどにフォア側エッジを使うことはかまわない。

一方、バックハンドで(逆サイド)のエッジの使用についても、熟練された高度な技術として許される行為であるが、危険でないということが前提である。

9.7 選手は、自分のスティックの如何なる部分を用いても、肩より上のボールをプレイしてはならない。ただし、シュートに対しては、どんな高さのボールでも守備側の選手がスティックを用いてこれを止めたり方向を変えたりすることは許される。

ゴールに向かってくるボールを防ごうとする時、そのシュートを止めたり、方向を変えたりするにあたって、ボールに向かってスティックを振りかざすモーションをかけたり(動かすような動作があった)、スティックを静止させていなかったりしたからといって、その守備側選手は、罰せられる必要はない。肩よりも上の位置にあるボールをまさにヒットした時に限り、ペナルティストロークが科せられる。

もし守備側の選手が、ゴールに向かって飛んでいるが実際にはゴールをはずれるようなボールに対し、止め

ようとしたり方向を変えようとしたりするならば、肩より上でスティックを用いることは、ペナルティストロークではなく、ペナルティコーナーの罰則が与えられなければならない。

合法的な止め方や方向の変え方をした結果として、危険な状態になった場合は、ペナルティコーナーが与えられなければならない。

- 9.8 選手は、ボールを危険なやり方でプレイしたり、危険を誘発したりするようなプレイ（危険にむすびつくと思われるような方法でプレイ）をしてはならない。

避けるのが妥当と思われる避け方を相手プレイヤーにさせた場合、そのボールは危険と見なされる。

危険を誘発する行為をした場合、罰則が与えられる。

- 9.9 選手は、ゴールに向かってシュートする場合を除き、ヒットによって故意に空中にボールを上げてはならない。

上げられたヒットは、それが故意に上げられたか否かについて、明快に判定されなければならない。フリーヒットを含み、ヒットによって、フィールドの何処でも、故意でなくボールを上げたことは違反ではない。ただし、それが、危険球である場合を除く。

たとえサークル内であっても、プレイヤーのスティ

ックやフィールド上に倒れているプレイヤーの身体を越えるようにボールをあげたとしても、危険と判定されなければ許される行為である。

選手は、危険でない限り、フリックまたはスクープでボールを上げてかまわない。ただし、4m以内にいる相手選手に向かって上げたフリックまたはスクープは、危険と見なされる。もしも、相手（フリックやスクープを防ごうとする側）選手が、スティックを使ってプレイする意志もなく、ボールを上げようとしている選手やシュートに向かって走り込んできたことが明確な場合、そのことは危険行為として罰せられなければならない。

- 9.10 上げられたボールが落下してくる時、そのボールを受けたり、コントロールしたり、グラウンド上に戻そうとしたりしている選手がいる時は、相手側はその選手から4m以内の距離に近づいてはならない。

最初にボールを受けようとした選手がボールに対する権利を持っている。どちら側の選手が初めの受け手か明らかでない時は、ボールを上げたチームの選手は、相手側がボールを受けることを認めてやらなければならない。

- 9.11 フィールドプレイヤーは、身体のいかなる部分を用いても、ボールを止めたり、蹴ったり、押し進めたり、拾い上げたり、投げたり、運んだりしてはならない。

ボールがフィールドプレイヤーの足や手や身体に当たったからといって、それが常に反則となるわけではない。フィールドプレイヤーが、自発的に手、足、身体を使ってボールをプレイしようとしたときや、ボールを止めようとしてプレイヤー自身が故意にそのような位置取りをしたときは反則となる。

たとえボールがスティックを持っている手に当たったとしても、その手に当たらなければスティックに当たったであろうと判断される場合は、反則とはならない。

9.12 選手は、ボールをプレイしようとしている相手プレイヤーの邪魔（オブストラクション）をしてはならない。

選手は、次の場合にオブストラクションの反則をしていることになる：

- 後ずさりしながら相手を押すこと。
- 身体を使って相手のスティックや身体を妨害すること。
- スティックや身体の一部を使って合法的タックルからボールをかばうこと。

止まった状態でボールを受けようとする選手は、どの方向を向いてもよい。

ボールを保持している選手は、ボールを持ちながらど

の方向に動いて行ってもよいが、相手に身体をぶつけてはならないし、まさにプレイしようとしているプレイ可能な範囲にいる相手選手とボールの間に入り込むような動きをしてはならない。

ボールをプレイしているかプレイしようとしている選手に対して、そのボールを合法的に奪おうとしている相手選手の前に走りこんだり、その相手をブロックしたりすることは、オブストラクションの反則である。（これを、第三者のオブストラクションまたはシャドーオブストラクションという。）このことは、ペナルティコーナー実施中に、攻撃側が守備側（ゴールキーパーを含む）に対して、その前を横ぎるように走ったり、ブロックしたりした場合にも適用される。

9.13 選手は、ボールを持っている相手選手に対して、身体接触をしないでボールがプレイできる位置でなければ、タックルをしてはならない。

9.14 選手は、相手が守っているゴール（相手側ゴール）の中に故意に入ってはならないし、自陣、相手側の両方のゴールの後ろを回って走り抜けてはならない。

9.15 スティックが規則上の仕様に適していない場合を除き、ペナルティコーナーやペナルティストロークが与えられてから完了するまでの間に、スティックを交換してはならない。

9.16 フィールドやボール、他の選手やアンパイアあるいは他の人に向かって、装具を含めてどんなものであっても投げつけてはならない。

9.17 選手は、利益を得るために、時間浪費を意図してプレイを遅らせてはならない。

## 10 プレイの細則：ゴールキーパー

10.1 ゴールキーパーは、ペナルティストロークを得たときを除き、守っているフィールドの半分を越えた地域で試合に参加してはならない。

10.2 ボールがゴールキーパーの守っているサークル内にあり、ゴールキーパーが自分のスティックを手を持っている時、ゴールキーパーには、次のことが許される。：

- a. 自分のスティック、足、キッカーズ、脚、レガードを使って、ボールを動かすことができるし、自分のスティック、足、キッカーズ、脚、レガードのほか、身体のある部分を使って、バックラインを含むどんな方向にでもボールをそらせたり、ボールを止めたりすることができる。

*ゴールキーパーは、自分の身につけている防具の有利さを利用して、ほかのプレイヤーに対して危険となるような接触をすることは許されない。*

- b. 自分のスティック、足または脚を使ってボールを動かすことができるし、自分のスティック、足または脚のほか、身体のある部分を使って、バックラインを含むどんな方向にでもボールをそらせたり、ボールを止めたりすることができる。

- c. 腕や手、その他身体のある部分を使って、ボールを自分の身体から離れたところへ押し放す（押し出す）ことができる。

*この規則cに示している内容は、相手チームから得点を防ぐためにボールを自分の身体から離そうとして動かす行為、ゴールセイビングの行為の一部としてのみ認められることである。ゴールキーパーやゴールキーパーの特権をもったプレイヤーが腕や手、身体などを使って、遠くへボールを移動（クリア）したり、ボールをカー杯押し進めたりすることは認められない。*

10.3 ゴールキーパーは、ボールの上にかぶさるように寝てはならない。

10.4 ゴールキーパーは、自分が守っているサークルの外にボールがある時、ボールをプレイするために、自分のスティックしか使用できない。

## 11 プレイの細則：アンパイア

11.1 二人のアンパイアが試合をコントロールする。コントロールとは、規則を適用し、フェアプレイの判定をすることである。

11.2 それぞれのアンパイアは、試合が行われている間、フィールドの半分ずつを主たる判定責任区域として担当する。

11.3 それぞれのアンパイアは、自分の担当する半分のフィールドにおける、サークル内のフリーヒット、ペナルティコーナー、ペナルティストロークおよび得点の決定に責任をもつ。

11.4 アンパイアは、得点及び使用された警告や退場カードの記録を書き留める責任をもつ。

11.5 アンパイアは、確実に全競技時間が実施されるようにすること、前後半の終了を示すこと、そして前後半の各時間が延長された時は、ペナルティコーナーの完了を示すことの責任をもつ。

11.6 アンパイアが、笛を吹く時は以下の場合である：

- a. 試合の前・後半それぞれの開始と終了の時。
- b. ブリーの開始。

c. 罰則を与える時。

d. ペナルティストロークの開始と終了の時。

e. 得点を示す時。

f. 得点が入った後に、試合を再開する時。

g. ペナルティストロークにおいて、得点が入らなかった後に試合を再開する時。

h. ゴールキーパーの交代のために試合を止める時。

i. 他の何らかの理由で試合を中断する時と、そのような中断の後に試合を再開する時。

j. ボールがフィールドの外に完全に出了ことを示す必要がある時。

11.7 アンパイアは、試合中、コーチングに関わってはならない。

11.8 ボールが、フィールド上のアンパイア、フィールドに入ってはいけない人または固定されていない物体に当たった時は、プレイは続行される。

## 12 罰 則

12.1 アドヴァンテージ：選手またはチームが、相手側の規則違反により不利益をこうむる場合にのみ、罰則が適用される。

*罰則を適用することが、規則違反をしていないチームの利益にならない場合は、プレイは続行されなければならない。*

12.2 フリーヒットは次の場合に相手チームに与えられる。：

- a. サークル外のエリアにおける選手の反則があった場合。  
(センターラインより自陣側のサークル外での守備側選手の故意の反則を除く)
- b. サークル内において、攻撃側選手の反則があった場合。

12.3 ペナルティコーナーは、以下の場合に与えられる。：

- a. サークル内において守備側の選手に反則があった場合。  
ただし、その反則がなくても得点にはならなかったと判断された場合に限る。
- b. サークル内で、ボールを保持していないし、ボールをプレイする機会もない攻撃側の選手に対する守備側選手の故意の反則があった場合。
- c. センターラインより自陣側のサークル外で、守備側選

手の故意の反則があった場合。

- d. 守備側選手によって、故意にボールが自陣バックラインを越えるようにプレイされた場合。

*ゴールキーパーは、自分のスティック、防具または身体のいかなる部分を使っても、バックラインを越えることを含むいかなる方向にもボールをそらせることが許される。*

- e. 守っているサークル内で、守備側選手の衣服や装具の中にボールが入って止まった場合。

12.4 ペナルティストロークは、以下の場合に与えられる。：

- a. 守備側の選手によるサークル内の反則で、そのことによりおそらく入っていたと思われる得点が妨げられた場合。
- b. 守備側選手によるサークル内での故意の反則で、攻撃側の選手が実際にボールを保持したり、保持しようとしていたりしているのを妨げられた場合。
- c. ペナルティコーナーにおいて「球出し」が行われる前に、守備側の選手が繰り返しバックラインを越えた場合。

12.5 与えられた罰則が行われる前に、さらに別の反則や不当行

為があった時には：

- a. フリーヒットであった場合には、8m まで前方に進めることができる。

**攻撃でのフリーヒットは、サークルの中まで前進させることはできない。**

- b. 更に厳しい罰則を与えてもよい。
- c. 個人的罰則（カードなど）を与えてもよい。
- d. 最初に罰則を得たチームが、すぐ後に反則をした場合には、その判定を相手チームにくつがえすこともできる。

### 13 罰則の実施手順

13.1 フリーヒットは、以下のように実施する：

- a. 反則の起った場所に近い所から行われる。

**「近い所」という表現は、反則が起った場所からプレイ可能な範囲内のことで、これは、攻撃側があまり有利になりすぎないように意図するものである。**

**フリーヒットが行われる場所は、センターラインを越**

**えたエリア内で、攻撃側に与えられたフリーヒットではさらに正確でなければならない。**

- b. 攻撃側サークルの外 4m 以内で攻撃側にフリーヒットが与えられた場合は、サークルから 4m 外（破線の外）で、そのポイントに最も近い場所で行う。

- c. バックラインから 12m 以内の守備側のフリーヒットは、反則の起こった地点を通る、バックラインから 12m 以内の地点までのサイドラインと平行の線上から行われる。

13.2 フリーヒット、センターパス及びフィールド外にボールが出た後ボールを中に入れて再開する場合の方法

**この項の規則は、フリーヒット、センターパス及びフィールド外にボールが出た後にボールを中に入れて試合を再開する場合のすべてにおいて適用される。**

- a. ボールは、静止されなければならない。
- b. 相手チーム選手は、少なくとも 4m 離れなければならない。

**相手選手が、ボールから 4m 以内に立っていたとしても、プレイに影響を与えていなければ、そのフリーヒットを遅らせる必要はない。**

- c. センターラインを越えたエリア内で、攻撃側に与えられたフリーヒットを行う場合は、フリーヒットを行う選手以外は、すべてのボールから少なくとも 4m 以上離れていなければならない。
- d. ボールは、ヒットかプッシュで動かさなければならない。
- e. ボールを故意に空中に上げてはならない。
- f. もし、フリーヒットをした選手が続けて次にボールをプレイする場合は、フリーヒットの動作と、ボールをプレイする動作の区別された 2 回の動作をしなければならない。
- g. フリーヒットが行われた後に、他の選手がボールをプレイする場合、必ずボールは 1m 以上動かさなければならない。

フリーヒットをした選手が再び続けてボールをプレイする場合は、ボールを 1m 動かす必要はない。

- h. センターライン以内の攻撃側に与えられたフリーヒットでは、ボールが 4m 以上動かされるか、フリーヒットを実施したプレイヤー以外のプレイヤーによって触れられるまでは、サークル内にボールが入るようにプレイしてはならない。

フリーヒットを行ったプレイヤーが、続いてボールをプレイするならば；

(他のプレイヤーがそのボールをプレイしていない時も含めて)

- フリーヒットをした選手は、何度でもボールに触ることができるが、
- ボールを少なくとも 4m 以上動かさなければ、
- そのプレイヤーは、ヒットやプッシュなどでサークルにボールを打ち込むことはできない。

選択の余地として (二者択一)；

- ボールをサークルに入れる前に、合法的にプレイできるどちらかのチームの他のプレイヤー (フリーヒットしたプレイヤー以外) が、方向を変えたり、ヒット又はプッシュしたりしなくてはならない。もしくは、
- 合法的にプレイできるどちらかのチームの他のプレイヤーがボールに触った後であれば、フリーヒットを行ったプレイヤーを含むすべてのプレイヤーは、そのボールをサークルに持ち込むことができる。

ボールが、攻撃側サークルの上方を通過してサークル外へ落ちるというような場合は許される。これは、危

険行為の規則に照らして、ボールが空中にあるときにサークル内にいるプレイヤーが合法的にプレイできないのであれば問題ない。(サークル上空をボールが飛んでも、そのことでサークル内にボールが入ったとはみなさないということである。)

13.3 ペナルティコーナーは、以下のように実施される。:

- a. ボールは、攻撃側チームが選択した側の、ゴールポストから少なくとも 8m 以上離れたサークル内のバックライン上に置かれる。
- b. 攻撃側がプッシュまたはヒットによる「球出し」をする際に、故意にボールを空中に上げてはならない。
- c. バックラインからプッシュまたはヒットによる「球出し」をする選手は、少なくとも一方の足をフィールドの外に出しておかなければならない。(両足がフィールド内にあることを禁止している)
- d. 「球出し」をする者以外の攻撃側の選手は、サークル外のフィールド上に位置し、サークル内のグラウンドにスティックや手や足が触れてはならない。
- e. プッシュまたはヒットによる「球出し」が行われる時、守備側の選手全員およびバックラインからプッシュまたはヒットによる「球出し」をする選手以外の攻撃側の選手は、ボールから 4m 以内にいてはならない。
- f. 守備側はゴールキーパーを含めて 4 名以下の選手が、バックラインの後方に位置する。その際スティックや手や足がフィールド内のグラウンドに触れてはならない。
- g. 残りの守備側の選手は、センターラインの向こう側にいなければならない。
- h. ボールがプレイされるまでは、バックラインからプッシュまたはヒットによる「球出し」を行う選手以外は、すべての攻撃側の選手も、サークル内に入ることではできないし、守備側の選手も、センターラインやバックラインを越えることはできない。
- i. ボールがプレイされた後、バックラインからプッシュまたはヒットによる「球出し」を行った選手は、そのボールが他の選手によってプレイされるまでは、再びボールをプレイしたり、プレイ可能な範囲に近づいたりしてはならない。
- j. ボールがサークルの外に出されるまでは、ゴールに向けてシュートすることは許されない。
- k. 最初のシュートがヒットで行われた場合、(プッシュ、フリックまたはスクープではなく) 得点が認められるためには、ゴールラインを横切る時に 460mm 以下の高さ (バックボードの高さ) でなければならない。また、ゴールラインへ向かう途中でも、誰かに触られな

いかぎり 460mm 以下の高さでゴールラインを横切ると思われる軌跡で飛んでいかなければならない。

この規則は、たとえ、ゴールに向けて最初にシュートを打つ前に、守備側のスティックや身体に触れたりしても適用することを要求している。

ゴールに向けた最初のシュートがヒットである場合、ボールがゴールラインを横切る時、高すぎるか、高すぎるようになりそうな時、たとえその後ボールが他の選手のスティックや身体に当たってそらされたとしても、罰せられなければならない。

ボールが危険でなく、かつ、ゴールラインを横切る前に自然に 460mm 以下に下がるならば、ゴールラインを横切る前に、460mm より高い所を飛んでいても差し支えない。

ボールをスラップで打つことは、ボールに当たる前にスティックをある程度の距離押したり、横に払ったりする動作を含むので、ヒットと見なされる。

1. フリックやタッチシュートやスクープによるシュート及びヒットによる 2 打目以降のシュートにおいては、危険でない限りボールはいかなる高さに上がってもかまわない。

守備側選手が、スティックでプレイしようとする意志

がなくシュートコースやシュートしようとしている選手に対して走り込んできたということが明確に判断される場合は、その行為は危険とみなして罰せられなければならない。

しかしながら、ペナルティコーナー実施中において、最初にシュートされたボールが 4m 以内にいる守備側選手の膝から下に当たった場合は、もう一度ペナルティコーナーが与えられなければならないし、ボールが 4m 以内にいて通常の構え方で立っている守備側選手の膝もしくは膝より上に当たった場合は、そのシュートを危険とみなして、守備側チームにフリーヒットが与えられなければならない。

- m. ボールがサークルから 4m 以上移動した場合には、それ以降は、ペナルティコーナーの規則は適用されないものとする。

- 13.4 前半及び後半の終了時間は、ペナルティコーナー、引続いでペナルティコーナーおよびペナルティストロークを完遂するために引き延ばされることが許される。

- 13.5 ペナルティコーナーは以下の場合に終了となる：

- a. 得点が入った時。
- b. 守備側チームにフリーヒットが与えられた時。

- c. ボールが、サークルから 4m 以上外に出た時。
- d. ボールがバックラインから外へ出され、ペナルティコーナーが与えられなかった時。
- e. 守備側が反則を犯したが、その反則に対するペナルティコーナーが与えられなかった時。(サークル外での守備側の故意でない反則などをさす。)
- f. ペナルティストロークが与えられた時。
- g. ブリーが与えられた時。

**ペナルティコーナー実施中、けがやその他の理由でプレイが止まったが、何も罰則が与えられなかった場合、それが前半もしくは後半が終了した時であったならば、再びペナルティコーナーが与えられなければならない。**

13.6 「球出し」の後、ボールがサークルから 2 度目に外に出た時、選手の交代と前後半終了時のペナルティコーナーが終了したことになる。

13.7 ペナルティコーナーの時の反則に対しては、以下のような罰則が適用される。:

- a. バックラインからプッシュまたはヒットによる「球出し」をするプレイヤーが、少なくとも一方の足をフィールドの外に出していなかった場合。

: 再びペナルティコーナーが行われる。(アゲインとなる。)

- b. バックラインからプッシュまたはヒットによる「球出し」をするプレイヤーの上記以外の反則があった場合。  
: 守備側にフリーヒットが与えられる。

- c. ボールがプレイされる前に、ゴールキーパーがセンターラインやバックラインを越えてしまった場合。  
: 再びペナルティコーナーが行われる。(アゲインとなる。)

- d. ボールがプレイされる前に、攻撃側プレイヤーがサークル内に入ってしまった場合。  
: 再びペナルティコーナーが行われる。(アゲインとなる。)

- e. 上記以外の攻撃側の反則があった場合。  
: 守備側にフリーヒットが与えられる。

**上に記載した詳細事項以外のことについては、フリーヒットやペナルティコーナー、ペナルティストロークのそれぞれの箇所に記述している内容に従って、規則を適用することとなる。**

13.8 ペナルティストロークは、以下のように実施される。:

- a. 競技時間は、ペナルティストロークのシグナルが出さ

れた時に停止される。

- b. ストロークを行う選手と守備側のゴールキーパー以外の両チームの全選手は、センターラインの向こう側に位置し、ペナルティストロークに影響を及ぼしてはならない。
- c. ボールはペナルティスポットの上に置かれる。
- d. ペナルティストロークを行う選手は、ストロークを開始する前にボールの後方で、しかもボールに対してプレイ可能な範囲に立たなければならない。
- e. 守備側のゴールキーパーは、両足をゴールライン上に乗せて立たねばならないが、ボールがプレイされるまでは、ゴールラインを離れたり、どちらの足も動かしたりしてはならない。
- f. ストロークを行う選手およびゴールキーパーが、位置についた時、笛が吹かれる。
- g. ストロークを行う選手は、笛が吹かれるまでストロークを行ってはならない。

**ストロークを行う選手も守備側ゴールキーパーも、ペナルティストロークの実施を遅らせてはならない。**

- h. 選手は、ボールをプレイする際にフェイントをかけて

はならない。

- i. ストロークを行うプレイヤーは、ボールをプッシュ、フリックまたはスクープしなければならないが、いかなる高さにも上げてよい。

**ペナルティストロークにおいて、ボールをプレイする時、「引きずり」の技術を用いることは許されない。**

- j. ストロークを行う選手は、一度しかボールに触れることができない。そして、その後はボールや守備側ゴールキーパーに近づいてはならない。

13.9 ペナルティストロークは、以下の場合に終了する。:

- a. 得点が入ったか、認定された時。
- b. ボールがサークル内で停止したり、ゴールキーパーの防具の中に入ったり、ゴールキーパーによって掴まれたり、サークルの外に出されたりした時。

13.10 ペナルティストロークを行う時の反則に対しては、:

- a. 笛が吹かれる前にストロークが行われ、得点が入った場合：再びペナルティストロークが行われる。
- b. 笛が吹かれる前にストロークが行われ、得点が入らな

かった場合：守備側にフリーヒットが与えられる。

- c. ペナルティストロークを行うプレイヤーによる上記以外の反則があった場合：守備側にフリーヒットが与えられる。
- d. ゴールキーパーが、ボールがプレイされる前にどちらかの足を動かすことを含めて、あらゆる反則をした場合：再びペナルティストロークが行われる。

*ゴールキーパーが、ボールがプレイされる前にどちらかの足を動かして得点を防いだ場合は、そのプレイヤーには警告が与えられなければならない。(グリーンカード) また、その後のあらゆる反則に対しては、退場処分を科さなければならない。(イエローカード)*

*ゴールキーパーによる反則があり、もしもその反則がなければおそらく得点になっていたであろうと思われる場合には、得点が認められる。*

- e. 守備側チームのプレイヤーによる反則があって、得点が入らなかった場合：再びペナルティストロークが行われる。
- f. ペナルティストロークを行うプレイヤー以外の攻撃側チームのプレイヤーによる反則があって、得点が入った場合：再びペナルティストロークが行われる。

## 14 個人に対する罰則

14.1 いかなる反則に対しても、反則を犯した選手は：

- a. 注意される。(口頭で指示される。)
- b. 警告される。(グリーンカードで指示される。)
- c. 試合時間中、最低3分間の一時的退場処分にされる。(イエローカードで指示される。)

*フィールドの中か外のプレイヤーにかかわらず、一時退場の処分が科せられるたびに、そのチームは一人少ない状態でプレイすることになる。*

- d. 当該試合(レッドカードを出されたその試合)から永久に退場させられる。(レッドカードで指示される。)

*レッドカードによる退場の処分が科せられるたびに、そのチームは一人少ない状態でプレイすることになる。*

*個人的罰則は、通常の罰則に加えて与えられてもよい。*

14.2 一時的退場処分にされた選手は、プレイを続けることを停止したアンパイアによって許可されるまで指定された席に留まっていなければならない。

- 14.3 一時的退場処分にされた選手は、ハーフタイムに自分のチームに合流することを許されるが、退場の時間が終わっていない場合は、ハーフタイムの後にもとの席に戻らなければならない。
- 14.4 一時的退場処分ですべて最初に考えられていた処分時間は、退場中の選手に不当行為があった場合、延長されてかまわない。
- 14.5 永久的に退場させられた選手は、フィールドおよびその周辺の地域から離れなければならない。

## アンパイアリング

### 1 目的

- 1.1 ホッケーのアンパイアをすることは、試合に参加する方法のひとつであり、チャレンジ精神を必要とするが、自分のやったことが報われる、やりがいのあることでもある。
- 1.2 アンパイアは、次の点で試合に貢献する。:
- a. 選手に確実に競技規則を遵守するようにさせることによって、あらゆるレベルの試合の水準を高めることを支援する。
  - b. どの試合も確実に正しい精神のもとでプレイされるようにする。
  - c. 選手、観客、その他の人々が、試合を楽しめるように手助けする。
- 1.3 これらの目的を達成するためにアンパイアは次のことを行うべきである。:
- a. 一貫性：アンパイアは一貫性を保つことによって選手からの信頼を維持できる。

- b. 公正さ：判定は、正義と権威の精神をもってなされなければならない。
- c. 準備：アンパイアは、いかに経験が豊富であっても、その与えられた試合のために万全の準備をすることが大切である。
- d. 集中力：競技時間すべてにわたって集中力を維持しなければならない。アンパイアはどんなことにも注意を散漫にすることがあってはならない。
- e. 親しみやすさ：規則を十分理解して、選手との良い信頼関係を築いていかなければならない。
- f. 向上心：アンパイアは、自分に与えられたすべての試合ごとに、より一層上手くなるとうとする向上心がなければならない。
- g. 自然体：アンパイアは、他人の真似をしないで、自然体で常に自分らしくあらねばならない。

#### 1.4 アンパイアの義務：

- a. ホッケー規則について完全な知識を持っていることはいうまでもないが、規則の裏付けとなる精神と一般常識が、規則解釈の支えとなることを心に留めておくこと。

- b. 高度な技術のプレイを支援し、選手を勇気づけるためにも、反則に対しては迅速にかつ断固としてこれを処理し、適切な罰則を適用すること。
- c. 試合の間は常にゲームをコントロールし、それを維持すること。
- d. コントロールのために、可能な限りのあらゆるテクニックを使うこと。
- e. コントロールを失うことなく、流れがあり見ている楽しいゲームにするために、ゲームコントロールを失わない程度にできるだけ多くアドヴァンテージルールを適用すること。

## 2 規則の適用

### 2.1 高度な技術のプレイを保護し、反則を罰すること。：

- a. 反則の重要性は相対的に判断されなければならないが、危険であったり乱暴であったりするプレイのような重大な反則は、試合の早期に断固とした態度で処理されなければならない。
- b. 故意の反則は、確固として罰せられねばならない。
- c. 選手が協力すれば、高度な技術のプレイは保護され、

試合の管理上必要な時だけ試合が中断されるのだという  
ことを、アンパイアが実践して示すべきである。

## 2.2 アドヴァンテージ：

- a. すべての反則を罰する必要はないことを理解する。例えば、その反則行為によって、反則者に何の利益も得られないような場合である。試合の流れを不必要に中断することは、不当な遅延をもたらすとともに、いらだちを募らせるものである。
- b. 規則に違反した時、アンパイアは、アドヴァンテージを適用することが、最もきびしい罰である場合、アドヴァンテージを適用しなければならない。
- c. ボールを保持しているからといって、それがアドヴァンテージになるというわけではない。つまり、ボールを持っているプレイヤーやそのチームのプレイが、うまく展開していく可能性があって初めてアドヴァンテージを適用しなければならない。
- d. いったんアドヴァンテージを適用したら、最初に科すべきであった罰則に戻すような二度目の機会を与えるようなことをしてはならない。
- e. 試合の流れを予測する。その瞬間に起きていることの先を見通し、試合中に起こりうる事態を察知できることは重要なことである。

## 2.3 コントロール：

- a. 判定は、迅速に、確固として、明瞭になされ、そして一貫性がなくてはならない。
- b. 試合の初期の厳しい判定は、通常、選手にその反則を繰り返す気をなくさせるものである。
- c. 選手が、相手チーム、アンパイアもしくは他の競技役員に対して、直接発した罵倒・雑言は、言葉であれ、ボディランゲージや態度であれ、これを容認してはならない。アンパイアは、この種の罵倒・雑言を確固として処理し、状況に応じて、注意を与え、警告し（グリーンカード）、または一時的（イエローカード）か、永久的（レッドカード）の退場処分を科さなければならない。注意、警告および退場は、その罰則だけでも良いし、他の罰則と合わせて科すことができる。
- d. 注意は、試合を止めることなく、選手の近くに寄って与えることができる。
- e. 同じ試合の中で、同一の選手の異なる反則行為に対して、再度グリーンカード或いはイエローカードさえも出すことが可能であるが、一度カードが出されたのと同一の反則行為が再び行われた時には、同じ色のカードを再び使うべきではなく、より厳しい罰則が与えられねばならない。

- f. 二度目のイエローカードが出された時には、その退場時間は一度目の退場よりもかなり長くするのが普通である。
- g. 軽い反則に対するイエローカード退場の継続時間と、より悪質なまたは身体を使った反則に対する退場の継続時間との間にはっきりした違いがあって然るべきである。
- h. ある選手が、故意に、マナーに反する暴力行為を他の選手に向かって行った場合には、直ちにレッドカードが出されるべきである。

#### 2.4 罰則：

- a. 罰則の適用に幅があってもさしつかえない。
- b. 悪質なまたは度重なる反則に対しては、二つの罰則が同時に科せられてもよい。

### 3 審判技術

#### 3.1 主たる審判技術の領域項目は、以下のとおりである：

- a. 試合に向けての準備
- b. 協力

- c. 機動性と位置取り
- d. 笛の吹き方
- e. シグナル

#### 3.2 試合に向けての準備：

- a. アンパイアは、十分なゆとりをもってフィールドに到着し、その担当する試合に対して十分な準備をするべきである。
- b. 試合の始まる前に、両アンパイアは、フィールドのマーク、ゴールとゴールネットを点検しなければならない。また、プレイに関する用具やフィールドの備品が危険でないかどうかについても、点検しなければならない。
- c. 二人のアンパイアは、お互いに似た色のユニフォームを着なければならないが、両チームの色とは異なっていること。
- d. コンディションに合ったユニフォームを着なければならない。
- e. 靴は、フィールドコンディションに合ったもので、機動性をもっていなければならない。

- f. 装具は、現行のルールブック、音量が大きく明瞭な音色の笛、ストップウォッチ、個人的罰則を科すためのカード（グリーン・イエロー・レッドのカード）および試合の明細を記録するもの等である。

### 3.3 協 力

- a. アンパイア相互の良好なチームワークと協力が最も重要である。
- b. 試合に先立って、アンパイアは、お互いがどのように助け合って協働していくかについて討論し、お互いが十分理解しあっていなければならない。アンパイア同士のアイコンタクトは、訓練して実際に生かされなければならない。
- c. アンパイアは、相手アンパイアのブラインド部分や、フィールドのある部分の見えにくい場所を責任もって見なければならないし、手助けする心構えをもっていなければならない。必要ならば、（また機動性がある場合には、）アンパイアは、センターラインを越えて、フィールドの相手アンパイア担当ハーフエリアの中で適切な距離まで入り込む心構えでいなければならない。そうすることにより、判定が正しいと選手に納得させるのに役立つ。
- d. 得点や出されたカードの記録は、両アンパイアが保持し、試合終了時に確認しなければならない。

### 3.4 機動性と位置取り

- a. アンパイアは、一試合を通して適切な位置取りができるように、機動的にしっかり動かなければならない。
- b. 動かないアンパイアは、常に正しい判定を下すために試合を注視することは不可能である。
- c. 活発によく動き、よい位置にいるアンパイアは、試合の流れや下す必要のある判定に対して、より一層集中できるものである。
- d. アンパイアは、本来それぞれ、センターラインを左手にして、フィールドの半分を受けもつ。
- e. 通常アンパイアにとって最も適切な位置とは、攻撃側のライトウイングの位置かその少し前方である。
- f. アンパイアは、センターラインとサークルトップ付近まで間のプレイに対しては、自分の側のサイドライン付近にいるべきである。
- g. アンパイアは、プレイが自分のサークル付近又はサークル内にある時には、サイドラインを離れてフィールドの中に入り、必要に応じてサークル内にも入るべきである。そうすることによって、重大な反則やシュートが合法であるかどうかも見やすくなる。

- h. アンパイアは、ペナルティコーナーの実施、あるいはペナルティコーナーでボールがフィールドの外へ出るなど、起こり得る選手の行為の全てをはっきりと見ることができるような位置を取らねばならない。
- i. アンパイアは、ペナルティストロークにおいては、ストロークを行う選手の右後方に位置を取らねばならない。
- j. アンパイアは、プレイの流れを妨げるような位置にはならない。
- k. アンパイアは、常に選手の方を向いていなければならない。

### 3.5 笛の吹き方

- a. アンパイアが選手や相手のアンパイアや試合に参加する他の人々とコミュニケーションをとるための手たる手段こそは、笛である。
- b. 笛は、試合に参加している全ての人々に聞き取れるように、はっきりと大きく吹くべきである。これは、どんな時でも長く大きな笛を吹くことを意味するものではない。
- c. 笛の音色や長さは、選手に反則の重さの程度を伝えるために、変化させるべきである。

### 3.6 シグナル

- a. シグナルは、すべての選手と相手のアンパイアに対して判定が明確にわかるように、十分長く提示すべきである。
- b. 公式のシグナルだけを、使用しなければならない。
- c. シグナルを出す時には、動きを止めることが望ましい。
- d. 方向を示すシグナルは、腕が身体を横切るような形で出すべきではない。
- e. シグナルを出したり判定をしたりする時に、選手から目をそらすことは、悪い手法である。続いて起る反則行為を見逃すことになったり、集中力を失ったり、自信のなさを示したりすることにもなり得る。

## 4 アンパイアのシグナル

### 4.1 競技時間を示すこと：

- a. 競技時間の開始：相手のアンパイアに向いて、片腕を真上に伸ばして上げる。
- b. 競技時間の停止：相手のアンパイアに向いて、一杯に伸ばした両腕の手首を頭上で交差させる。

c. 残り競技時間 2 分：人さし指を立てた両手を真上に伸ばして上げる。

d. 残り競技時間 1 分：人さし指を立てた片手を伸ばして上げる。

**一旦、時間のシグナルが確認されたら、シグナルを終えてよい。**

4.2 ブリー：身体の正面で、両手のひらを向き合わせ、上げたり下げたりする。

4.3 アウトオブプレイのボール：

a. サイドラインから出たアウトオブプレイのボール：片腕を水平に上げ方向を示す。

b. 攻撃側によりバックラインから出たアウトオブプレイのボール：両腕を真横に水平に上げる。

c. 故意でなく守備側によりバックラインから出たアウトオブプレイのボール：ボールが横切ったバックラインに近い側のコーナーフラグを、片腕で指し示す。

4.4 得点：両腕をフィールド中央に向かって水平に上げる。

4.5 プレイの細則：

**判定の理由が疑わしい時、どんな反則があったかをシグナルにより示されなければならない。**

a. 危険なプレイ：一方の前腕を斜めに胸に当てる。

b. 悪行および／短気的な悪い行為：プレイを中断し、両手を身体の正面に水平に上げ、手のひらを下に向けてゆっくり上下動し、静めるような動作をする。

c. キック：片脚をわずかに上げて足先か足首の付近を手で触る。

d. 空中に上げられたボール：身体の前に両手のひらを上下に水平に出し、約 150mm 離して向き合わせる。

e. オブストラクション：胸の前で前腕を交差させて保持する。

f. 第 3 者の、または、シャドーオブストラクション：胸の前で交差させた前腕を、開いたり閉じたりする。

g. スティックによるオブストラクション：片腕を身体の正面で斜め下に伸ばし、もう一方の手で、その前腕部を握る。

h. 4m 離れること：片腕を真上にまっすぐ上げ、4 本の指を開いた手を示す。

#### 4.6 罰則

- a. アドヴァンテージ：利益を得ているチームがプレイして行く方向に、片腕を肩から高く伸ばす。
- b. フリーヒット：片腕を水平に上げ、方向を示す。
- c. フリーヒットの 8m までの前進：片腕を垂直に上げ、握り拳を作る。
- d. ペナルティコーナー：両腕を水平にゴールの方向に向ける。
- e. ペナルティストローク：片腕でペナルティスポットをさし、もう一方の腕を真上に上げる。このシグナルが、同時に時間の停止を示す。

### フィールド及び装具についての規格

ホッケー競技規則 2011 年 (11 人制競技規則) フィールド及び装具についての規格に準ずる。

### ペナルティストローク戦の規定

以下の規定は、F I Hの技術マニュアルから抜粋したものであり、ペナルティストローク戦に関与する人々への指針として提示されるものである。

- 1 a) 両チームの監督によって、メンバー表に記載されている選手の中から 3 名を選ぶが、大会競技委員長（トーナメント・ディレクター）により出場停止処分を受けている選手や、その試合中にアンパイアによるレッドカードによる退場処分を受けた選手は除外される。ペナルティストロークは、各チーム 3 名、全部で 6 名のストローカーによって、相手チームのゴールキーパーに対して交互に実施される。選手は、ペナルティストローク戦の始まる前に監督から当該テクニカルオフィサーに申し出て、登録され順に従って、ペナルティストロークを行わなければならない
- b) ペナルティストローク戦の行われている間に、選手（ストロークを行う選手またはゴールキーパー）が退場処分を受けた場合には、その選手はそれ以降、そのペナルティストローク戦に参加することはできない。守備

のためのゴールキーパー以外は、他の選手と交代することもできない。

ストロークを行う選手が退場処分を受けた場合には、その選手が行うはずであったペナルティストロークにおいては、得点がなされなかったものとみなされる。ゴールキーパーが退場処分を受けた場合には、そのチームから申告されたストロークを行う選手の中の 1 名のみがその代わりに努めることができる。

ゴールキーパーの代わりに努める者は、引き続きペナルティストロークを行うことができるが、ペナルティストロークの守備を行う時には、必ずヘッドギアを着用しなければならない。ゴールキーパー用の他の防具も装着することができる。

- 2 アンパイアは、当該テクニカルオフィサーと審査協議の上、ペナルティストローク戦に用いるゴールを選び、両チームの主将にトスさせて、先攻か後攻かを選択させる。より多く得点をあげたチームを勝者とする。勝敗が明らかになった時点で、ペナルティストローク戦は終了する。
- 3 両チームの得点が同一であった場合には、同じ選手によって第 2 回戦目のペナルティストローク戦が行われる。守備をするためのゴールキーパーがプレイ不可能になっている場合には、交代が認められる。両チーム同じ回数のペナルティストローク（最小の回数も最多の回数も定めない）を行った時点で、相手チームより 1 点多くの得点判定を受け

たチームがでた時点で、ペナルティストローク線は終了する。そのチームが、第 2 回戦目のペナルティストローク戦の勝者となる。

ストロークを行う順番は、前のシリーズ（1 回戦目）と同じでなくてもよい。監督が、最初にストロークするために登録した選手の中から、それぞれのストロークごとに（1 回ずつ）自由に指名してかまわない。この、第 2 回戦目のペナルティストローク戦（回数制限なし）において、登録された 3 名の選手は、先にストロークした選手が、まだストロークを行っていない選手より前に、またストロークを行うことはできない。

- 4 最初のシリーズで先攻であったチーム(上記 1a 参照)は、第 2 回戦目のペナルティストローク戦（回数制限なし）においては、後攻でなければならない。
- 5 チームの監督、守備をするためのゴールキーパー、そして登録されたストロークを行う選手のみが、ペナルティストローク戦の間、フィールド内に立ち入ることができる。これらの者のうち、アンパイアまたは当該テクニカルオフィサーにより、ペナルティストロークやその守備を認められた選手以外は、コートの外にいないなければならない。

メ モ

メートル法換算表

100	ヤード	91.40	メートル
60	"	55.00	"
25	"	22.90	"
16	"	14.63	"
7	"	6.40	"
5	"	4.55	"
4	"	3.66	"
2	"	1.83	"
1	"	0.91	"
7	フィート	2.14	"
5	"	1.50	"
4	"	1.20	"
18	インチ	460	ミリメートル
14	"	355	"
12	"	300	"
9 1/4	"	235	"
9	"	228	"
8 13/16	"	224	"
6	"	150	"
4	"	100	"
3	"	75	"
2	"	51	"
1 1/2	"	38	"
28	オンス	794	グラム
12	"	340	"
5 3/4	"	163	"
5 1/2	"	156	"