ホッケー競技規則

2019 年

公益社団法人　日本ホッケー協会

ホッケー競技規則

2019年

国際　2019年1月1日　施行

（国内　2019年4月1日施行）

原　　著　　国際ホッケー連盟　発行

翻　　訳　　公益社団法人　日本ホッケー協会

技術委員会　競技規則・運営規程検討室　審判部

国際ホッケー連盟の許可を得て翻訳・転載

ホッケー競技規則

解釈付き

2019 年 4 月 1 日施行

著作権ⓒFIH2018

Copyright © FIH 2018
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@fih.ch Internet : www.fih.ch

責任と義務

ホッケー競技に参加する者は、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、2019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は、FIHウェブサイト www.fih.ch へ申し込むか、「FIHホッケー競技規則」をダウンロードすることにより入手可能である。

目　　次

序　　文 …… 5

ホッケー用語 …… 12

試合を行うこと

1　競技フィールド …… 16
2　チームの構成 …… 17
3　キャプテン …… 22
4　プレイヤーの服装と装備 …… 23
5　試合と結果 …… 27
6　試合の開始と再開 …… 28
7　ボールがフィールド外に出た時 …… 31
8　得点となる条件 …… 32
9　プレイの細則：プレイヤー …… 33
10　プレイの細則：ゴールキーパー …… 38
11　プレイの細則：アンパイア …… 40
12　罰　　則 …… 42
13　罰則の実施手順 …… 44
14　個人に対する罰則 …… 60

アンパイアリング

1　目　　的 …… 62
2　規則の適用 …… 64
3　アンパイアリング技術 …… 67
4　アンパイアのシグナル …… 73

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 …… 76
2　スティック …… 86
3　ボール …… 94
4　ゴールキーパー装具 …… 95

入手可能情報の追記

序　文

競技規則の改訂サイクル

この最新刊の競技規則は、2019年1月1日から国際レベルの大会において適用する。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、2019年4月1日から実施、適用する。）
規則の適用開始日は明記するが、その期限までは明らかにしていない。国際ホッケー連盟（FIH）としては、次のオリンピック大会終了までは、あらゆる規則を改正することは避けたいと考えている。但し、競技性を正す必要が生じて、特例的に規則を変更したならば、FIHは、その変更は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.fih.ch

競技規則の再検討

FIH規則委員会は、すべてのホッケーの規則を定期的に審査する。そのために、我々は広く各方面からの情報と所見を得たいと考えている。各方面とは、各国協会はもちろんのこと、プレイヤー、コーチ、競技役員、メディア、観客、そして大会報告書、ビデオ分析、実験的規則運用、規則を変更した大会レギュレーションなどさまざまのことをさしている。すでにいくつかの新規則の案は、FIH規則委員会が公認した地方大会や特に限定された大会等において試験的に運用を試みている。規則は、あくまでもベースに実践事例があってこそ変更可能となるものである。

国際試合における競技規則

トーナメントレギュレーションを導入する目的は、規則の試行をすることと、規則変更を最小限にとどめたいという規則委員会並びに大会委員会の意図によるものである。これらの違い（規則とレギュレーションの違い）は、過去において、プレイヤー、競技役員関係者、観客とテレビ視聴者などにいくつかの混乱を招いたのもまた事実である。

ホッケーの競技規則とFIH トーナメントレギュレーションは、国際大会のすべてに適用される。FIH管理執行委員会（Executive Board）は、競技規則とは異なるトーナメントレギュレーションと競技規則とが同じになることと、それらの規則が各国協会で開催する国内リーグレベルの大会でも適用されるようになることに合意している。トーナメントレギュレーションと同一化されたこの新たな規則は、国内で開催されるトップリーグレベルでも強制的に実行することとするが、FIHが導入する予定の特別規則や特別のレギュレーションについて、各国協会が適用を見合わせることを考えている場合はこの限りではない。

ホッケーの競技規則は、あらゆるレベルのゲームに適用され、国際的なレベルでは 2019年1月1日から有効とされる。各国協会は、国内大会において新しい規則をいつから施行するのかということを明確にして、記載しておくことが重要である。さらに、各国協会では、特定年齢層や国内トップリーグレベルなど一部競技種別において、この特別規則を適用しないことを許可しても差し支えない。

このアプローチは、規則とレギュレーションを同一化する一助となることはもちろん、強制的実験規則や非強制的実験規則、試行規則等を定めることが不必要になってくることにもつながると考えている。

レギュレーションを実施することによって、試合中のプレイ状況下で現れるいくつかの限られた変化は、FIH トーナメントでトップ レベルの国際試合では数例存在し続けている。これら変化とは、ペナルティコーナーでカウントダウンのための時計や現在導入しているテクニカルテーブルで使用する道具類や機器の使用も含まれている。FIH世界レベルの大会でのみ使用されているビデオアンパイアが、実行可能なシステムとして設置されたり、テレビ報道の契約をしたりすることもまた同様である。各国協会からの提案があったことについてFIH 規則委員会が合意しない限り、その他のすべての試合についても、すべてホッケー競技規則に則ってプレイされなければならない。

現行の競技規則やレギュレーションとは違った特別規則について、各国協会がFIHから認可を受けるための手続きについては、FIHウェブサイトから入手することができる。

競技規則の変更点

FIHは、4クォーター制を標準試合形式として導入することにした。ここ数年間、国際試合では4クォーター制で行っていることもあり、すべての試合形式を原則として4クォーター制で実施し、試合形式の統一性を図りたいと考えている。国際試合に合わ

せて、ペナルティコーナーが与えられてから実施するまでの間は時間を停止することにする。また、FIHトーナメントレギュレーションで規定している、主にテレビ報道のために導入された得点後の時間停止については、国際大会以外では実施しないこととする。

2019年1月1日から導入する強制的実験規則では、ゴールキーパーの特権を持つフィールドプレイヤーとしてプレイするというオプションを取り除くこととする。したがって、チームは次の2つのオプションを持つことになる。：ひとつは、少なくともヘッドギア、レガードとキッカーズを含む防護具を着用し、ハンドプロテクターやその他の保護具を装着することを許可されているGKを入れるか、または、全員がフィールドプレイヤーとしてプレイするか、この２つである。オプションは、（チームが試合中に）選手交代によって変更することが可能となる。 ゴールキーパーの特権を持つフィールドプレイヤーとしてプレイするというオプションを廃止する強制的実験規則の導入により、それに伴って他の多くの規則変更が生じている。

サークルに接近した場合のフリーヒットを改善するために、規則13.2.fの項を変更した。これは、サークル内にいるプレイヤーを含めて、フリーヒットを行うプレイヤー以外のプレイヤーがボールから5m離れることについて明らかにした。しかし、攻撃側が直ちにフリーヒットを実施することを選択した場合、サークルの内側にいてボールから5m以内にいる守備側プレイヤーの扱いは、2019年以前からの規則説明に従うこととしている。

インドアホッケー同様に、バックラインから15m以内の守備側に

与えられたフリーヒットは、サークル内の任意の場所から行うこと、またはサイドラインに平行の、バックラインから15m以内の地点で行うことを選択することが可能とした。

選手交代と各ピリオドの時間終了を明確にする目的でペナルティコーナーの完遂を説明した、「規則13.6」は削除した。ボールがサークルの外に2回目に移動したときにペナルティコーナーが完遂するというオプションはすでに存在しないことになる。

その他の規則変更は基本的に付属的なものである。

上記以外の変更点については、この規則書での変更が現行規則として取り扱われることとする。今回のすべての変更点については、前回と同様に、些細な変更点も含めてわかりやすくするために、変更点のある行の余白部分に線を引いて表示している。

競技規則の適用

FIH規則委員会は、いくつかの規則の適用について、「一貫性」が保持できていないことを憂慮し続けている。

規則　7.4.c ：守備側プレイヤーが、ボールを故意にバックラインを越えるようにプレイして、なおかつそれが得点とならなかった場合、の項である。アンパイアは、このことについて、ペナルティコーナーを与えることを躊躇してはならない。

規則　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。このことについては、初めにボールをレシーブする権利を持つプレイヤーの場所が明らかでないような場合は、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。

規則　9.12：オブストラクションについて、アンパイアは、スティックを使ってボールをシールディング（隠すように覆いかぶせる）行為をもっと厳密に罰するべきである。一方では、ボールコントロールを乱そうとする目的で、押したり覆いかぶさったりしながらタックルするプレイヤーにも注意を払っておかなければならない。

規則　13.2.a：「フリーヒットでは、ボールを静止させておかなければならない。」と記している。アンパイアは、時にボールの静止に関して十分な必要性を感じておらず、厳しく管理していないことがある。特に、セルフパスを行う時には、非常にいい加減な始め方をしているにも関わらず、静止を求めていないケースが見受けられる。

規則の将来性

FIHは、我々のスポーツであるホッケーは、観戦すること、審判や競技役員として競技に携わること、そしてプレイすることなどによって楽しむことができる競技であると固く信じている。とは言うものの、それに甘んじることなく、すべての参加者がより

一層ゲームを楽しむことができるような、ホッケー特有の魅力を維持し続ける独自性を追求し続けていく所存である。そうすることが、個々の幸福に寄与することができるスポーツになり得ることになり、世界中の人々が個々の安らぎの時として求め続けて、発展していくスポーツになり得るのである。

FIH規則委員会は、各国協会のアドバイスや指導を情報源としたいので、各国協会からの規則に関する提案や、現行規則を明確にしていく提案等を大いに歓迎するものである。助言や提案、質問等があれば、Eメール「info@fih.ch」もしくは、FIHのポストアドレスまでお送りいただきたい。

MEMBERSHIP OF THE FIH RULES COMMITTEE , 2018：

Chair：　David Collier

Secretary：　Paula Jenkins

Members：

Shabaz Ahmed	Peter Elders
Margaret Hunnaball	Katrina Powell
Steve Horgan	Ahmed Essmat Youssef
Beth Smith	

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。

最大16名とあるのは、レギュレーションによって最大18名のプレイヤーに改められることもある。

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保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。

強制的実験規則；ゴールキーパーの特権を持ったフィールドプレイヤーがプレイすることは認めない。

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 エリア

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を伴い、ボールを打ったり「スラップ」したりすることをいう。

いわゆる「スラップヒット」とは、スティックがボールに当たる前にロングプッシュやスイープの動作が伴っていることで、それらの動作があった場合はヒットとみなす。

プッシュ

スティックをボールにつけて置いたり近づけたりした後、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

相手選手に対しての規則違反の行為で、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

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外側の端からスポットの中心までの距離が6.475m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。ヘルメット、フェイスマスク、ハンドプロテクター、タオル、ウォーターボトル等の道具類はどのようなものであっても、ゴールの内側に置くことはできない。

2 チームの構成

2.1 試合中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名以上）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。そのことが、不注意によって起こったことで、試合に大した影響もなくほんのわずかな時間であったならば、必ずしも警告を与える必要はないが、人数が増えていたことで試合に大きく影響を及ぼしていたならば、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、もしも時間が再開されたりプレイがリスタートされていたりした場合には、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、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。

2019年1月1日から施行の強制的実験規則：チームは、ゴールキーパーの特権をもったプレイヤーを使うというオプションは持てないこととする。

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）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、

— *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保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。*

*上記のようなチーム構成を変更する場合は、チームは必ずプレイヤーの交代をしなけれ*ばならない。

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、交代をすることができる。

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遂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完遂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完遂していなくても、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が怪我をするか退場させられた場合には、ほかのゴールキーパーかプレイヤーと交代することができる。

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、それが完遂するまではプレイヤーの交代ができない。

ゴールキーパーが退場処分になっていた場合、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3m以内の場所で行わなければならない。

g. ゴールキーパー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。

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23mエリアの間（中央部）のところからのみ、再入場が認められる。
競技に関わることでフィールドの外に出たり、またはフィールドに戻ったりする場合（たとえば、ペナルティコーナーの時に守備者がフェイスマスクをつけるためにゴールの後ろに出るような場合）、フィールドのどのような場所であっても出入りすることが許される。

2.5 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、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、クォーターの休憩時間や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、上腕か肩、もしくはソックスの上部に、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「競技運営規程」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FIHが要求する項目を定めている。
各大陸の協会および各国協会は、その「競技運営規程」を参考にして実態に見合う「競技運営規程」を作成することとする。

4.1　同じチームのフィールドプレイヤーは、全員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なるものは、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ハンドプロテクターの着用が許される。その条件を満たすものであれば、どのようなハンドプロテクターでも、通常プレイやペナルティコーナーの守備の時の両方の場合に着用してもよい。それらのハンドプロテクターは、内側のサイズが長さ290mm、幅180mm、高さ110mmの箱状の検査器具にすっ***

ぽり入りきる大きさでなければならない。（圧縮させて詰め込むようなものであってはならない。）

- *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。*

- *あらゆる形状のボディ防具の着用が許される。（ペナルティコーナーの時に使用する、脚プロテクター、ニーパッド＝ひざプロテクターなどが含まれる）それらの防具は、通常身に着けているユニフォームの内側に着用しておかなければならない。ただし、ニーパッドは、その使用上の目的に照らして、ソックスの外側に着用することが許されるが、そのニーパッドの色は、ソックスの色と完全に一致した色でなければならない。*
  ※国内ではニーパットとソックスの色は一致しなくてもよい。

- *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ティ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、プラスティ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、そのことを大会責任者（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、サークル内で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か、顔の形に添った金属製の網（ガード）のついたもので、色は透明か白、ほかの色の場合は単色であればよい。フェイスマスクの着用は、そもそもペナルティコーナーの守備を安全に行うことが主たる目的であって、その根本となる精神に則って着用が許されていることを常に認識しておかなければならない。*

- *プレイヤーが保護用装具を身に着けることを利用して、有利になるようなことをしたり、他のプレイヤーに対して危険でマナーに反するような行為をしたりすることは許されない。*

- *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、上記の場合以外には許されない。*

4.3　ゴールキーパーは、両チームのユニフォームの色とは違う色のシャツ又は上着を身につけなければならない。

ゴールキーパーは、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。肘用防具については、ユニフォーム等で覆う必要はない。

4.4 ゴールキーパーは、少なくともヘッドギア、レガード、キッカーズから構成され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。

以下のものは、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 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。

4.6 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、FIH審判委員会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、かたくて白色（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15分の４クォーターで構成される。第１と第２クォーター、及び第３と第４クォーターの間に２分間の休憩時間を設ける。そして、第２と第３クォーターの間には5分間のハーフタイム（休憩時間）を設ける。

特別の大会では、競技運営規程に定められた場合を除き、両チームの合意によって、試合時間や休憩時間を別に定めてもよい。

アンパイアが何らかの判定を下す間際（直前）にクォ

ーターが終了となってしまった場合、そのクォーター競技時間の終了後であっても、アンパイアはただちに判定を下すことが許される。

クォーターの終了間際（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シュートアウトコンペティション（ＳＯ戦）の詳細については**FIH** 競技運営規程に記載している。*
（国内での運用については、（公社）日本ホッケー協会発行の競技運営規程に掲載している。）

6 試合の開始と再開

6.1 コイントスにより、

a. トスに勝ったチームが、試合の前半の2クォーターに

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。

b. もしも、トスに勝ったチームが試合の前半の2クォーター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。

c. 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、試合の前半の2クォーターにどちらのゴールに向かって攻撃するのかを選ぶことになる。

6.2 攻める方向は、試合の第3クォーター以降は逆方向になる。

6.3 センターパスは、

a. 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、試合開始と第2クォーター開始のために行われる。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。

b. ハーフタイムの後と第4クォーターの開始の時には、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たちが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ブリーが行われる。

a. ブリーは、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以内の地域で、なおかつサークルから5m以内の地域を除く場所で行われなければならない。

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1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ゴールラインから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の延長上の23mラインの上にボールを置いてプレイが再開され、フリーヒットを行う手順が適用される。

ボールを23mライン上に置くということは、23mエリア内でのフリーヒットの規則が適用されるということになる。

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 サークル内で攻撃側プレイヤーによってボールがプレイされ、その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通過した場合に得点が認められる。

攻撃側がサークル内でプレイした後、もしくはプレイする前に、守備側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身体にボールが当たったりしたとしても、上記条件を満たしていたならば得点が認められる。

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名を超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。

9.7 プレイヤーは、ボールがコントロールできる状態であれば、フィールドのすべての場所において、肩より上の部分を含むどんな高さのボールであっても、プレイしたり、止めたり、レシーブしたり、方向を変えたりすることができる。ただし、そのプレイが、危険であったり、危険を誘発したりするようなことは許されない。

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などは、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もかまわない。ただし、5 m 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 5 m 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か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の反則行為が有利になっていたり、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り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、その前を横切って走ったり、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。

フィールドプレイヤーによる、無謀なスライディングタックルや、身体を使った過度の挑戦的な行為など、相手を転倒させたり、けがを引き起こしたりする可能性のある危険なプレイに対しては、それに相応した個人的な罰則が一貫して適用されなければならない。

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遂するまでの間に、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。

ペナルティコーナーの後で、不要になったハンドプロテクター、ニーパッド、フェイスマスク等の守備側選手の防具にボールが当たった場合には、それがサークルの外であったならばフリーヒット、サークルの中であったならばペナルティコーナーが攻撃側に与えられる。

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

10.1 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、保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 ボールがサークル内にあり、自分のスティックを手に持っているとき、次にあげる守備側プレイヤーは、それぞれ次のことが許される。：

a. ゴールキーパーは、自分のスティック、足、キッカーズ、脚、レガードのほか、身体のあらゆる部分を使って、バックラインの外にボールをそらせたり、それ（バックライン）以外の方向に向けてボールをプレイし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。

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。

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、各クォーターの終了を示すこと、そして各クォーターの時間が延長された時は、ペナルティコーナーの完遂を示すことの責任をもつ。

11.6 アンパイアは、以下の場合に笛を吹く：

a. 試合における各クォーターの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。（ただし、9.16項の注釈に明記してある場合は除く。）

12 罰　　則

12.1 アドバンテージ：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。

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。

もしも、サークル内に転がっている用具類にボールが当たって、その結果、おそらく入っていたと思われる得点が妨げられたならば、ペナルティストロークが与えられる。

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、保持しようとしたりしているのを妨げられた場合。

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. 更に厳しい罰則を与えてもよい。

b. 個人的罰則を与えてもよい。

c. 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. 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。

サークル内で守備側に与えられたフリーヒットは、サークル内のどの場所からでも行うことができる。

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以上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すべてのプレイヤーは、ボールから5m以上離れていなければならない。しかし、後で示すサークルから5m以内での攻撃側のフリーヒットの場合は除く。

d. ボールは、ヒット、プッシュ、フリックあるいはスクープを使って動かさなければならない。

e. プッシュ、フリックまたはスクープにより、ボールを直接空中に浮かしてもかまわないが、ヒットを使って故意にボールを空中に浮かすことは許されない。

f. 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、守備側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。ただし、「ボールが5m動く」というのは、単一方向である必要はない。

もしも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；
（ただし、守備側プレイヤーがそのボールをプレイしていない場合）

- ***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）；

— *守備側プレイヤーがボールに触れた後であれば、フリーヒットを行ったプレイヤーを含めて他のだれであってもサークル内にボールを入れてプレイすることができる。*

サークルの5m以内での攻撃側のフリーヒットの場合、ボールを5m以上動かすか守備側プレイヤーが触るかしない限り、サークル内でボールをプレイすることはできない。フリーヒットが即座に行われた時に、サークル内でフリーヒットの地点から5m以内にいる守備側選手は、サークルの中にいるのであれば、セルフパスでボールを動かしている攻撃側プレイヤーを追いかけてもよい。ただし、ボールが5m動かされるか、もしくは合法的にプレイできる守備側プレイヤーがボールに触るまでは、ボールをプレイしようとしたり、その攻撃側プレイヤーに影響を与えるような行為をしたりしてはならない。
攻撃側が即座にフリーヒットを行わなかった場合には、フリーヒットを行う前に、フリーヒットを行う選手以外のすべての選手は、フリーヒットを行う地点から5m以上離れなければならない。

上記の場合（5m以上離れている守備側プレイヤーの場合）を除いては、ボールから5m以内にいる攻撃側や守備側プレイヤーは、ボールをプレイしたりプレイしようとしたり、妨害しようとしたりしてはならない。その場合は罰せられることとなる。

ボールを、攻撃側サークルの上方を通過してサークル外へ落とすことは許される。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. ペナルティコーナーが与えられてから、チームがゲームを再開する準備を整えるまで、プレイと時間は停止される。

チームは、できる限り短時間内で、ペナルティコーナーを実施するためのポジションにつかなければならない。

b. 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以上離れたサークル内のバックライン上に置かれる。

c. 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。

d. 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。）

e. 「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。

f. 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以内にいてはならない。

g. 守備側は、もし1名のゴールキーパーがいれば、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。

h. 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。

i. 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。

j. 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。

k. 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。

l. 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、たとえその後に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。

m. 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。

n. 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 各クォーターの終了時間は、ペナルティコーナー、引続いての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完遂されたこととなる：

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中断されて、何も罰則が与えられなかった場合（通常ブリーになるケース）、その事象が各クォーターが終了した後のペナルティコーナーであったならば、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 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。
：　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」をするプレイヤーが、フェイントプレイをした場合は、そのプレイヤーはセンターラインの後ろまで戻って、代わりのプレイヤーが「球出し」を行わなければならない。
：　再びペナルティコーナーが行われる。（アゲインとなる。）

攻撃側のフェイントによって、守備側プレイヤーがフライングをしてしまった場合には、攻撃側の違反をしたプレイヤーのみがセンターラインの後ろまで下がるだけでよい。（この時の守備側のフライングは罰せられない）

c. ボールがプレイされる前に、ゴールキーパー以外の守備側プレイヤーがゴールラインやバックラインを越えてしまった場合は、その違反をしたプレイヤーはセンターラインの後ろまで戻って、その代りに他の守備者が守備に入ることはできない。
：　再びペナルティコーナーが行われる。（アゲインとなる。）

フライングの反則があって、その後再び行うペナルティコーナーにおいて、守備側プレイヤーがゴールラインやバックラインを越えてしまった場合は、その違反をしたプレイヤーもまた、センターラインの後ろまで戻って、その代りに他の守備者が守備に入ることはできない。

「球出し」される前に、守備側プレイヤーがセンターラインを越えた場合は、再びペナルティコーナーが与えられる。

d. ゴールキーパーが、ボールがプレイされる前に、ゴールラインやバックラインを越えてしまった場合は、守備側チームは、1人少ない状態で守備をすることにな

る。
：　再びペナルティコーナーが行われる。（アゲインとなる。）

守備側チームは、センターラインに戻る代わりのプレイヤーを指名し、そのプレイヤーがセンターラインの後ろまで戻る。そして、その代わりに他の守備者が守備に入ることはできない。

フライングの反則があって、その後行うペナルティコーナーにおいて、再びゴールキーパーが、ゴールラインやバックラインを越えてしまった場合は、最初の一人に加えてさらにセンターラインの後ろに戻るプレイヤーを指名し、そのプレイヤーもまた、センターラインの後ろまで戻って、その代りに他の守備者が守備に入ることはできない。

ペナルティコーナーは規則13.5（通常時間におけるペナルティコーナー完遂）に従って完遂となるので、この規則によって完遂されない限り、それまで引き続き行われるペナルティコーナーは、すべて「ペナルティコーナー継続(アゲイン)」とみなされる。

「継続(アゲイン)のペナルティコーナー」ではなく、いったんペナルティコーナーが完遂要件に沿って完遂された後に、再度ペナルティコーナーになった場合は、最大５名のプレイヤーによって守備をすることができる。

e. 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は、球出しを行っていた選手は、センターラインの後ろまで戻らなければならない。
：　再びペナルティコーナーが行われる。(アゲインとなる。)

センターラインの後ろにもどった攻撃側プレイヤーは、「継続(アゲイン)のペナルティコーナー」の時も、攻撃に参加することはできない。しかし、いったんペナルティコーナーが完遂要件に沿って完遂された後に、再度ペナルティコーナーになった場合は、攻撃に参加することは可能である。

f. 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。

13.7 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。ペナルティストロークを開始するための笛が吹かれたとしても、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。
フィールドプレイヤーとしてゲームに参加しているプレイヤーが守備をする場合は、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て、ゴールキーパ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。

f. 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。

g. 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。

h. 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。

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、いかなる高さに上げてもよい。

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。

13.8 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つかまれたり、サークルの外に出たりした時。

13.9 ペナルティストロークを行う時の反則に対しては、：

a. 笛を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. 笛を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、そのプレイヤーに注意を与えてもよい。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。（グリーンカード、さらに続けて違反を犯した場合はイエローカード）

守備側プレイヤーによる反則があったものの、得点になっていた場合には、その得点は認められる。

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、さらに競技時間中に２分間の退場処分が科せられる。
（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。）

フィールドの中や外を問わず、プレイヤーがグリーンカード並びにイエローカードにより一時退場の処分を科せられるたびに、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、そのチームは一人ずつ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、クォーター間の休憩時間やハーフタイムに自分のチームに合流してもよいが、退場の時間が終わっていない場合は、クォーター間の休憩時間や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行わ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対して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 アドバンテージ：

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、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用しなければならない。

e. 靴は、フィールドコンディションに合ったもので、機動性のあるものでなければならない。

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いるべきである。

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、試合に参加するその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 シグナルの示し方

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。

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ってバックラインから出されたアウトオブプレイのボール：右か左かのふさわしい方の腕を肩の高さより下方に上げて、バックラインのボールが出たポイントを示し、続いて23mラインのリスタートするポイントを示す。

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：

判定の理由が不明確な時は、反則の種類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. 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. 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。

d. 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

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るものではない。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３mプラス２m、サイドライン側は２mプラス１m（トータルでエンドは５m、サイドは３m）の空間をとることを勧める。

1.2　マークは：

a.　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。

このライン（マーク）については、シニアの国際大会においてのみ強制的に適用するものであって、大陸の大会や国内の大会については、別途発行する手引きを参照するようにしていただきたい。

b.　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。

c.　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。

d.　すべてのラインとマークは、白色でなければならない。

白色のラインならびにマークは、シニアの国際大会の場合は強制とし、そのほかの大会でも推奨する。しかし、多目的使用のピッチで、他のスポーツのラインと共用的に描かれてある場合には、他の色でもかまわない。ホッケーが優先的に使用できないピッチでは、よく黄色のラインが使用されている場合が見られる。また、サンドベースのグラウンドで砂が表面まで見えているようなところでは、砂が白いためにラインを黄色にしたほうが格段に見えやすくなることもある。

1.3　ラインとその他のマークは：

a.　サイドライン：長さ91.4mの外周ラインを指す。

b.　バックライン：長さ55mの外周ラインを指す。

c.　ゴールライン：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。

これらのマークの仕様については、新しく作られるフィールドや新たに描き直す場合に適用するが、既にあるマークについては、そのまま使用してもかまわない。

h. 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。

i. 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　6.475mの地点に印される。これは、ゴールラインのスポットに遠い側の縁からスポットの中心までの長さが6.475mとなるように印されることになる。

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。

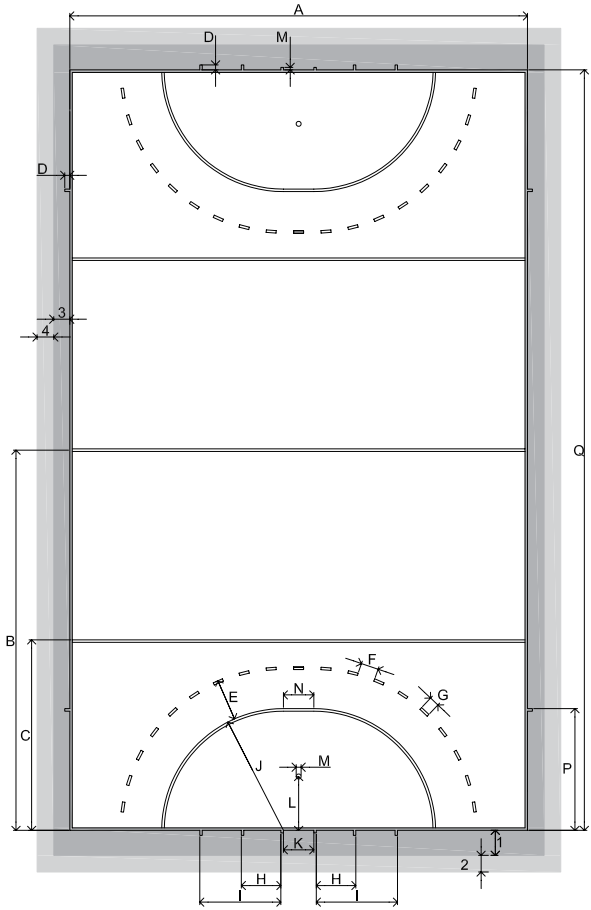
c. この3.66mのラインと弧の部分のラインを、サークルラ

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。

これらの破線は、シニアの国際大会では必須である。その他の試合で採用するかどうかは各国協会の裁量に任せる。

Figure 1 ：競技フィールド図



Code	Metres	Code	Metres
A	55.00	M	0.15
B	45.70	N	3.66
C	22.90	P	14.63
D	0.30	Q	91.40
E	5.00	1	minimum 2.00
F	3.00	2	1.00
G	0.30	(1 + 2)	minimum 3.00
H*	4.975*	3	minimum 1.00
I*	9.975*	4	1.00
J	14.63	(3 + 4)	minimum 2.00
K	3.66		
L	6.475		

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、5.00m並びに10.00mということになる。

1.5 ゴールは：

a. 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。

b. ゴールポストとクロスバーは、白色で、幅50mm、奥行き50mmから75mmの立方体とする。

c. 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てはならないし、クロスバーは、ゴールポストよりも側方に突き出ていてはならない。

d. 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。

e. 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：

a. サイドボードは、高さ460mm、長さは最低1.20mとする。

b. バックボードは、高さ460mm、長さ3.66mとする。

c. 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。

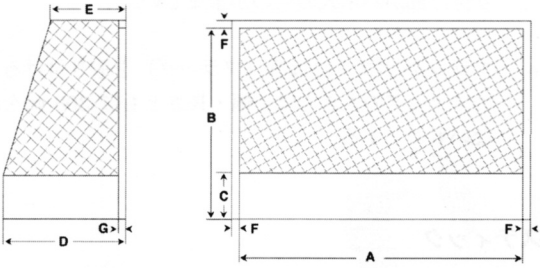
b. バックボード及びゴールポストへの取り付けの間隔は150mm以内とする。

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	G	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が望ましい。

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、2013年1月1日から有効となり、すべてのホッケーにおいて適用する。ただし、以前の仕様に合致したスティックを継続して使用するほうが妥当と思われるレベルのホッケーについて、新しい仕様を適用するかどうかは、各国協会の裁量に委ねることとする。

スティックの長さに関する制限については、2015年1月1日から適用される。

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 この項では、スティックの具体的な特徴を記述している。この仕様以外の形状等の特徴については一切許可をしない。その特徴の詳細をできる限りはっきりとここで示すようにするが、書ききれない部分についても、FIHとしてはルールボード(HRB)の見解を得ながら、ゲームに悪影響を及ぼ

したり、危険であったりするような、使用禁止に相当するすべてのスティックを正していくための準備を整えている。

2.2 スティックの形状と寸法を検査（検定）する場合は、スティックのプレイングサイド（プレイする平らな部分）を下方に向けた状態で、図3と4に示すようなラインマークを付けた表面が平らな場所に置いて行う。図に示すラインで、A、A1、B、B1並びにYはすべて平行線で、なおかつC、Xに対して垂直となっている。図3及び4の詳細寸法は、次の表のとおりである。

AとA1の間隔	51㎜
AとBの間隔	20㎜
A1とB1の間隔	20㎜
AとYの間隔	25.5㎜
CとXの間隔	100㎜

2.3 スティックは、伝統的な昔ながらの形状をしていて、ヘッドとハンドル(グリップ)によって形成されている。

a. スティックは、図3・4に示したように、図のY軸がスティックの中心でありY軸はハンドル先端の中心に向かって引かれる線である。；C軸のところからY＋の方に続く部分すべてがスティックのハンドル（グリップ）である。

b. スティックのヘッド部分のもとは、X軸に触れている部分である。；X軸からC軸までの部分がスティック

のヘッドである。

2.4 スティックに巻いているものやコーティングしているものなど付属のものもすべてスティックの一部として含まれる。

2.5 以下に、仕様についてより明確にするために付記として添えておく。

a. 「スムーズ（なめらか)」とは、鋭利な部分やごつごつした部分、ざらざらした部分が一切ないことをいう。表面は凹凸がなく、まっすぐでなければならないし、刻み目やへこみ、しわ、溝など荒い部分や突起物がないなどが、見て認識できるようでなければならない。エッジ部分は、半径3mm以上の円の弧の形状をもつなめらかさがなければならない。

b. 「フラット（平らであること)」とは、いかなる曲線もなく、半径2mよりも小さい円の弧よりも深くえぐられた部分もなく、半径3mm以上の円の弧の形状をもつなめらかなエッジ部分があることである。

c. 「切れ目がない」というのは、ステッィクの全体に中断された部分がないという意味である。

2.6 スティックのプレイングサイドとは、図３・４で示す部分全体と、その両側のエッジ部分のことをいう。

2.7 ハンドル(グリップ)とヘッドの継ぎ目部分は、途切れやむら

が一切なくスムーズな繋がりでなければならない。

2.8　ヘッドの湾曲部分は「J」や「U」の字のような形状で、その上方にある先端部分の上限は、図のC軸までとする。

2.9　C軸とX軸の間でのヘッドについて、X-からX＋方向での長さの制限は特にない。

2.10 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の状態で見たときの左側ということである。スティックの図で示している部分が、平面部分である。）

2.11 ヘッドのプレイする側の平面部やそこから続く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ひとつの凸部か凹部はあっても許されるが、その滑らかな面から最大4mm以内の凹凸でなければならない。

このヘッド部分の凹凸の差4mmのテストは、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。弓なりの計測器（図５にある計測器）を使用するが、スティックのプレイングサイドに添わせて計測をする。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ない。

プレイングサイド（平面部）には、その他の凹凸やくぼみが一切あってはならない。

2.12 スティックヘッドの平らな面のプレイングサイドとそこからハンドル部分に続くすべての箇所は、スムーズ（なめらか）でなければならない。

2.13 いわゆるねじれ、スティックヘッドの平らな面のプレイングサイドとそこからハンドル部分に続く箇所にねじれがあってはならない。；プレイングサイドの平らな部分はヘッド部分からハンドル部分にかけてのラインが、C-C軸と平行でなければならない。

2.14 ハンドル部分の湾曲やカーブについては、スティックエンドに向けてその曲がり具合が、B軸までの範囲内であれば一度のみA軸をはみ出してもかまわないし、反対のB1軸までの範囲内であれば一度のみA1軸をはみ出してもかまわない。

2.15 スティックの弓なり（弓やくま手のようなしなり具合）カーブの形状は、そのスティックの長さの全体の中でスムーズな自然の弧を描いていなければならない。そして、平面部(フェイス)でも後ろ部分(バック)でもそのスティックの湾曲の深さは、25mmを越えてはならない。さらに、湾曲部分の最も深い部分は少なくともヘッドの最先端（図３で示すX軸のポイント）から200mm以内の場所にあってはならない。変則的で複合的な入り組んだような湾曲は認めない。

スティックは、プレイングサイドを下に向けた状態で、平坦な土台の上に自然に静止した状態で置く。図5に示すような計測器具を平坦な土台に上に固定して置き、

弓なりの状態を計測する。この計測器具の端の25mmの高さの部分で、スティックの下エッジの8mm以内のどの部分も通過する場所があってはならない。(25mmを超えてはならない。）；つまり、この計測器具の端の部分が、スティックのどの部分でも触れた状態でなければならない。

Figure 3:スティック全体図

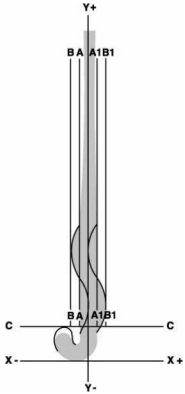


Figure 4:スティックのヘッド図

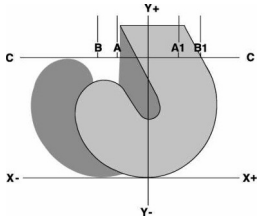
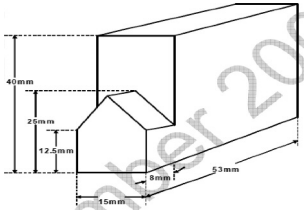


Figure 5：スティックの弓なり図

Figure 6：スティックの弓なり（湾曲）計測器具



2.16 スティックのプレイできないサイド（バック）も丸みを帯びていて、その表面もスムーズ（なめらか）でなければならない。スティックの背面（バック）やそのエッジ部分も、平らな部分があってはならない。

スティック背部(バック)ハンドル部分の波打ったような波形デザインとその土手部分は、なめらかで浅く、その深さは最大で4mm以内であれば許される。スティック背部(バック)ヘッド部は、波形デザインや土手になったようなデザインがあってはならない。

2.17 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。

2.18 スティック全体の重さは、737ｇを越えてはならない。そして、その長さは、ハンドル部分の端からヘッドの最端部（図Figure4のラインＸを指す）までの長さが105cmを越えてはならない。

2.19 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箇所の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。：その条件とは、気温約20℃で、適切な湿度は約50％である。

2.20 スティック全体は、すべてスムーズ（なめらか）でなければならない。

プレイに危険を及ぼす可能性が見受けられるスティックは、すべて禁止する。

2.21 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。

2.21 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。

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況で、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る。

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こと
－　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こと
－　人工照明に関すること

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：
－　競技役員の役割と責任（責務）に関すること
－　チームユニフォーム（着衣）や装具及びその色の詳細説明

- 広告に関すること
- 試合の中断に関すること
- 抗議の取り扱いの緒手続きと処置に関すること
- 競技会の企画（計画）やランキングの手続きに関すること

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（精神的心構え）、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

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、エリートの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.fih.ch

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@fih.ch

規則書　購入方法

・規則書最大10冊あたりの価格は、送料込の手数料として10.00スイスフラン(CHF)とする。

・10冊以上の規則書について送料や手数料の追加料金については、FIH事務局に問い合わせ願いたい。

・それぞれの注文ごとに、支払いをしていただかなければならない。

・支払いの指定方法等に関する情報は、FIHウェブサイトに問い合わせいただきたい。

Copyright　FIH2018

この規則書の著作権は、国際ホッケー連盟が有する。本連盟に加盟する各国協会は、販売や配付を目的として、本規則書の内容を複写したり翻訳したりしてもかまわない。この規則書を翻訳し図などを複製する場合は、「国際ホッケー連盟の許可を得て転載」と明記する必要がある。そして、その転載に関する指導を求めるために、国際ホッケー連盟FIH事務局に連絡しなければならない。

6人制ホッケー競技規則

2019年
(2019年4月1日施行)

発行　公益社団法人　日本ホッケー協会
技術委員会　競技規則・運営規程検討室
審判部

目　　次

ホッケー用語 …… 101

試合を行うこと

1　競技フィールド …… 104
2　チームの構成 …… 108
3　キャプテン …… 112
4　プレイヤーの服装と装備 …… 112
5　試合と結果 …… 117
6　試合の開始と再開 …… 118
7　ボールがフィールド外に出た時 …… 121
8　得点となる条件 …… 122
9　プレイの細則：プレイヤー …… 122
10　プレイの細則：ゴールキーパー …… 128
11　プレイの細則：アンパイア …… 129
12　罰　　則 …… 131
13　罰則の実施手順 …… 133
14　個人に対する罰則 …… 148

付録
シュートアウト戦の規格 …… 151

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、6名のフィールド内のプレイヤーと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保護用装具を身につけることが許されている。

攻撃側（攻撃側のプレイヤー）

得点を上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）

得点が上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（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を伴い、ボールを打ったり「スラップ」したりすることをいう。いわゆる「スラップヒット」とは、ボールに当たる前にロングプッシュやスイープの動作が伴っていることで、それらの動作があった場合はヒットとみなす。

プッシュ

スティックをボールにつけて置いたり近づけたりした後、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

相手選手に対しての規則違反の行為で、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

1.1　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向かって300mm のマークをしるす。(4ケ所)

c.　ペナルティコーナーを行う時のために、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４mと８mの地点である。

d. 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6.075mの地点に印される。これは、ゴールラインのスポットに遠い側の縁からスポットの中心までの長さが6.075mとなるように印されることになる。

e. コーナーを行う時のために、バックラインから16mのサイドライン上に、フィールドの内側にむかって300mmのマークをしるす。また、ゴールラインから16mのフィールド中央部にも、長さ300mmのマークをしるす。バックラインの外側の縁からラインの中央側までの長さを16mとする。

f. シュートアウトを行う時のために、各ゴールラインからフィールド内中央20mの地点に長さ1mのラインをしるす。これは、ゴールラインの外側の縁からシュートアウトラインの中央に近い縁までの長さを20m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、サークルと呼ぶ。

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。

多目的使用のピッチで、他のスポーツのライン（１１人制ホッケーを含む）と共用的に描かれてある場合には、他のラインと交錯することもかまわない。ホッケーが優先的に使用できないピッチでは、よく黄色のラインが使用されている場合が見られる。また、サンドベースのグラウンドで砂が表面まで見えているようなところでは、砂が白いためにラインを黄色にしたほうが格段に見えやすくなることもある。

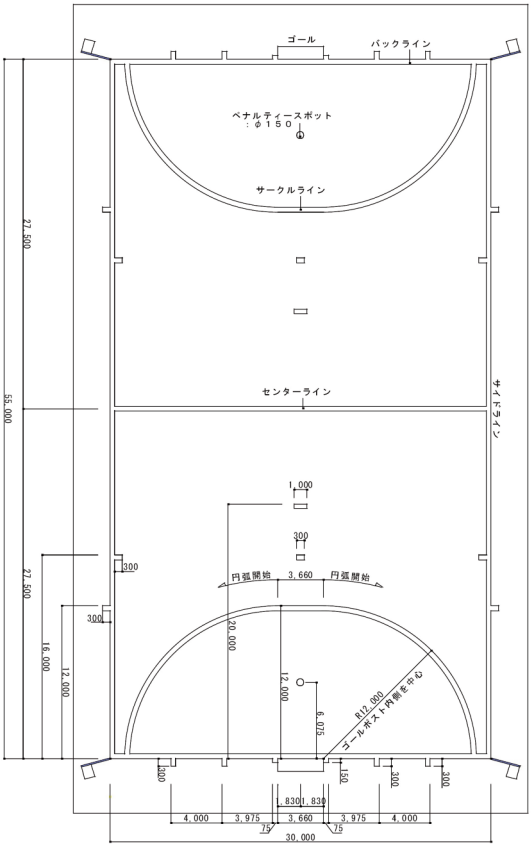
1.6 フィールドの各コーナーに、高さ、1.20mから1.50mのフラッグポストをたてる。

1.7 ゴールは、各バックラインの中央に、そのラインの外側に接して、競技フィールドの外側に置かれる。ヘルメット、フェイスマスク、ハンドプロテクター、タオル、ウォーターボトル等の道具類はどのようなものであっても、ゴールの内側に置くことはできない。

これらのマークの仕様については、新しく作られるフィールドや新たに描き直す場合に適用するが、既にあるマークについては、そのまま使用してもかまわない。

図１：競技場

※1 単位：mm
※2 ライン幅：75mm
※3 サイドライン長さ：50m～55m
（基本は55mとする）



2　チームの構成

2.1　試合中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６名である。

もしも、許された人数より多く（７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。そのことが、不注意によって起こったことで、試合に大した影響もなくほんのわずかな時間であったならば、必ずしも警告を与える必要はないが、人数が増えていたことで試合に大きく影響を及ぼしていたならば、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、もしも時間が再開されたりプレイがリスタートされていたりした場合には、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、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、キャプテン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、交代選手を次に示す方法で交代させることができる。

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遂した後でなければ交代は許されない。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完遂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完

遂していなくても、そのゴールキーパーの交代は認められる。

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。

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。

g. 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、装具着用のための時間が

必要であれば、時間の停止は認められるが、装具着脱は速やかに行われなければならない。

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。

競技に関わることでフィールドの外に出たり、またはフィールドに戻ったりする場合（たとえば、ペナルティコーナーの時に守備者がフェイスマスクをつけるためにゴールの後ろに出るような場合）、フィールドのどのような場所であっても出入りすることが許される。

2.5 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。

2.6 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、上腕か肩、もしくはソックスの上部に、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

4.1　同じチームのフィールドプレイヤーは、全員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なるものは、どんな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ハンドプロテクターの着用が許される。その条件を満たすものであれば、どのようなハンドプロテクターでも、通常プレイやペナルティコーナーの守備の時の両方の場合に着用してもよい。それらのハンドプロテクターは、内側のサイズが長さ290mm、幅180mm、高さ110mmの箱状の検査器具にすっぽり入りきる大きさでなければならない。(圧縮させて詰め込むようなものであってはならない。)*

- *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。*

- *あらゆる形状のボディ防具の着用が許される。(ペナルティコーナーの時に使用する、脚プロテクター、ニーパッド=ひざプロテクターなどが含まれる)それらの防具は、通常身に着けているユニフォームの内側に着用しておかなければならない。ただし、ニーパッドは、その使用上の目的に照らして、ソックスの外側に着用することが許されるが、そのニーパッドの色は、ソックスの色と完全に一致した色でなければならない。*
  ※国内ではニーパットとソックスの色は一致しなくてもよい。

― *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ティ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、プラスティ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、そのことを大会責任者（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、サークル内で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か、顔の形に添った金属製の網（ガード）のついたもので、色は透明か白、ほかの色の場合は単色であればよい。フェイスマスクの着用は、そもそもペナルティコーナーの守備を安全に行うことが主たる目的であって、その根本となる精神に則って着用が許されていることを常に認識しておかなければならない。*

― *プレイヤーが保護用装具を身に着けることを利用し*

て、有利になるようなことをしたり、他のプレイヤーに対して危険でマナーに反するような行為をしたりすることは許されない。

－ 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、上記以外では許されない。

4.3 ゴールキーパーは、両チームのユニフォームの色とは違う色のシャツ又は上着を身につけなければならない。

ゴールキーパーは、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。肘用防具については、ユニフォーム等で覆う必要はない。

4.4 ゴールキーパーは、少なくともヘッドギア、レガード、キッカーズから構成され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、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とが一体化されたフルフェイス型のヘルメッ

ト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ッドギアとして勧める。

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(スポーツ少年団に限っては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。

特別の大会では、競技運営規程に定められた場合を除き、両チームの合意によって、試合時間や休憩時間を別に定めてもよい。

アンパイアが何らかの判定を下す間際（直前）に競技時間が終了となってしまった場合、競技時間の終了後であっても、アンパイアはただちに判定を下すことが許される。

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シュートアウトコンペティション（ＳＯ戦）の詳細については、６人制規則書及び競技運営規程に記載している。

6　試合の開始と再開

6.1　コイントスにより、

a.　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。

b.　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。

c.　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を選ぶことになる。

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、

a. 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。

b. 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たちが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。

e. センターパスは、自陣エリアのフリーヒット規則を適

用する。したがって、相手チームのプレイヤーはボールから少なくとも4m離れなければならないし、センターパスのボールが直接サークルの中に入ることも許される。

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。

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12m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るが、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1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 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の延長上で、バックラインから16mの地点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 サークル内で攻撃側プレイヤーによってボールがプレイされ、その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通過した場合に得点が認められる。

攻撃側がサークル内でプレイした後、もしくはプレイする前に、守備側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身体にボールが当たったりしたとしても、上記条件を満たしていたならば得点が認められる。

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6人を超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。

9.7 プレイヤーは、ボールがコントロールできる状態であれば、フィールドのすべての場所において、肩より上の部分を含むどんな高さのボールであっても、プレイしたり、止めたり、レシーブしたり、方向を変えたりすることができる。ただし、そのプレイが、危険であったり、危険を誘発したりするようなことは許されない。

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などは、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。

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。

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もかまわない。ただし、4m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プレイヤーがボールに対する権利を持っている。どちら側のプレイヤー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の反則行為が有利になっていたり、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り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。

フィールドプレイヤーによる、スライディングタックルや、相手を転倒させるような身体を使った過度の挑戦的な行為など、けがを引き起こす可能性のある危険なプレイに対しては、一貫性のある対処と個人的な罰則の適用が必要である。

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。

ペナルティコーナーの後で、不要になったハンドプロテクター、ニーパッド、フェイスマスク等の守備側選

手の防具にボールが当たった場合には、それがサークルの外であったならばフリーヒット、サークルの中であったならばペナルティコーナーが攻撃側に与えられる。

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

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に持っている時、ゴールキーパーには、次のことが許される。：

a. ゴールキーパーは、自分のスティック、足、キッカーズ、脚、レガードのほか、身体のあらゆる部分を使って、バックラインの外にボールをそらせたり、それ（バックライン）以外の方向に向けてボールをプレイし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。

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 2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遂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。（ただし、9.16項の注釈に明記してある場合は除く。）

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り不利益をこうむる場合にのみ、罰則が適用される。

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プレイヤー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プレイヤーの故意の反則を除く）

b. サークル内において、攻撃側プレイヤー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、守備側プレイヤーの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。

もしも、サークル内に転がっている用具類にボールが当たって、その結果、おそらく入っていたと思われる得点が妨げられたならば、ペナルティストロークが与えられる。

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、保持しようとしたりしているのを妨げられた場合。

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. 更に厳しい罰則を与えてもよい。

b. 個人的罰則(カード)を与えてもよい。

c. 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、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. 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。

サークル内で守備側に与えられたフリーヒットは、サークル内のどの場所からでも行うことができる。

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. 相手チームプレイヤーは、4m以上離れなければならない。

相手プレイヤーが、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プレイヤー以外のすべてのプレイヤーは、ボールから4m以上離れていなければならない。
ただし、後で示すサークルから4m以内での攻撃側のフリーヒットの場合は除く。

d. ボールは、ヒット、プッシュ、フリックあるいはスクープを使って動かさなければならない。

e. プッシュ、フリックまたはスクープにより、ボールを直接空中に浮かしてもかまわないが、ヒットを使って故意にボールを空中に浮かすことは許されない。

f. 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、守備側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。ただし、「ボールが4m動く」というのは、単一方向である必要はない。

もしも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；
（ただし、守備側プレイヤーがそのボールをプレイしていない場合）
- ***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4m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）；

－　守備側プレイヤーがボールに触れた後であれば、フリーヒットを行ったプレイヤーを含めて他のだれであってもサークル内にボールを入れてプレイすることができる。

サークルの4m以内での攻撃側のフリーヒットの場合、ボールを4m以上動かすか守備側プレイヤーが触るかしない限り、サークル内でボールをプレイすることはできない。フリーヒットが即座に行われた時に、サークル内でフリーヒットの地点から4m以内にいる守備側選手は、サークルの中にいるのであれば、セルフパスでボールを動かしているプレイヤーを追いかけてもよい。ただし、ボールが4m動かされるか、もしくは合法的にプレイできる守備側プレイヤーがボールに触るまでは、ボールをプレイしようとしたり、その攻撃側プレイヤーに影響を与えるような行為をしたりしてはならない。攻撃側が即座にフリーヒットを行わなかった場合には、フリーヒットを行う前に、フリーヒットを行う選手以外のすべての選手は、ボールから4m以上離れなければならない。

上記の場合（4m以上離れている守備側プレイヤーの場合）を除いては、ボールから4m以内にいる攻撃側や守備側プレイヤーは、ボールをプレイしたりプレイしよ

うとしたり、妨害しようとしたりしてはならない。その場合は罰せられることとなる。

ボールを、攻撃側サークルの上方を通過してサークル外へ落とすことは許される。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以上離れたのサークル内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。(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はならない。

g. 残りの守備側のプレイヤーは、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」を行うプレイヤー以外は、すべての攻撃側のプレイヤーも、サークル内に入ることはできないし、守備側のプレイヤーも、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、たとえその後に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。

l. 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。

守備側プレイヤーが、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4m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。(「ペナルティコーナーの規則を適用しない」とは、ヒットによる第１打シュートの460mm規制がなくなるということである。規制がなくなる条件は、この項による場合のみである。)

13.4 前半及び後半の終了時間は、ペナルティコーナー、引続いての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完遂されたこととなる：

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 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。
：　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」をするプレイヤーが、フェイントプレイをした場合は、そのプレイヤーはセンターラインの後ろまで戻って、代わりのプレイヤーが「球出し」を行わなければならない。
：　再びペナルティコーナーが行われる。（アゲインとなる。）

攻撃側のフェイントによって、守備側プレイヤーがフライングをしてしまった場合には、攻撃側の違反をしたプレイヤーのみがセンターラインの後ろまで下がるだけでよい。（この時の守備側のフライングは罰せられない）

c. ボールがプレイされる前に、ゴールキーパー以外の守備側プレイヤーがゴールラインやバックラインを越えてしまった場合は、その違反をしたプレイヤーはセンターラインの後ろまで戻って、その代りに他の守備者が守備に入ることはできない。
：　再びペナルティコーナーが行われる。（アゲインとなる。）

フライングの反則があって、その後再び行うペナルテ

ィコーナーにおいて、守備側プレイヤーがゴールラインやバックラインを越えてしまった場合は、その違反をしたプレイヤーもまた、センターラインの後ろまで戻って、その代りに他の守備者が守備に入ることはできない。

ペナルティコーナーは規則13.5に従って終了となるので、この規則によって完遂されない限り、それまで引き続き行われるペナルティコーナーは、すべて「ペナルティコーナー継続(アゲイン)」としてみなされる。

「継続(アゲイン)のペナルティコーナー」ではなく、いったんペナルティコーナーが終了要件に沿って解除された後に、再度ペナルティコーナーになった場合は、最大４名のプレイヤーによって守備をすることができる。

「球出し」される前に、守備側プレイヤーがセンターラインを越えた場合は、再びペナルティコーナーが与えられる。

d. ゴールキーパーが、ボールがプレイされる前に、ゴールラインやバックラインを越えてしまった場合は、守備側チームは、１人少ない状態で守備をすることになる。
：　再びペナルティコーナーが行われる。(アゲインとなる。)

守備側チームは、センターラインに戻る代わりのプレイヤーを指名し、そのプレイヤーがセンターラインの後ろまで戻る。そして、その代わりに他の守備者が守備に入ることはできない。

フライングの反則があって、その後行うペナルティコーナーにおいて、再びゴールキーパーが、ゴールラインやバックラインを越えてしまった場合は、最初の一人に加えてさらにセンターラインの後ろに戻るプレイヤーを指名し、そのプレイヤーもまた、センターラインの後ろまで戻って、その代りに他の守備者が守備に入ることはできない。

ペナルティコーナーは規則13.5に従って終了となるので、この規則によって完遂されない限り、それまで引き続き行われるペナルティコーナーは、すべて「ペナルティコーナー継続(アゲイン)」としてみなされる。

「継続(アゲイン)のペナルティコーナー」ではなく、いったんペナルティコーナーが終了要件に沿って解除された後に、再度ペナルティコーナーになった場合は、最大5名のプレイヤーによって守備をすることができる。

e. 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は、球出しを行っていた選手は、センターラインの後ろまで戻らなければならない。

：　再びペナルティコーナーが行われる。（アゲインとなる。）

センターラインの後ろにもどった攻撃側プレイヤーは、「継続(アゲイン)のペナルティコーナー」の時も、攻撃に参加することはできない。しかし、いったんペナルティコーナーが終了要件に沿って解除された後に、再度ペナルティコーナーになった場合は、攻撃に参加することは可能である。

f. 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。

13.7 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守備側のゴールキーパー以外の両チームの全プレイヤーは、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。ペナルティストロークを開始するための笛が吹かれたとしても、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. ストロークを行うプレイヤー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. 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。

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、いかなる高さに上げてもよい。
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ゴールキーパーに近づいてはならない。

13.8 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。

13.9 ペナルティストロークを行う時の反則に対しては、：

a. 笛を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. 笛を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、そのプレイヤーに注意を与えてもよい。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。(グリーンカード、さらに続けて違反を犯した場合はイエローカード)

ゴールキーパーによる反則があったが、得点になっていた場合には、その得点は認められる。

e. ゴールキーパー以外の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、反則を犯したプレイヤーは：

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２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、ハーフタイムに自分のチームに合流してもよいが、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。

14.3 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してもよいが、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してもよいが、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。

14.5 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

ホッケー競技規則 2019年（11人制競技規則）の同項と同様。

ゴール及び装具についての規格

ホッケー競技規則 2019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。

6人制のシュートアウト戦

次に示しているのは、6人制におけるシュートアウト戦に関する指針として提示するものである。

1　シュートアウト戦の人数

両チームの監督によって、メンバー表に記載されているプレイヤーの中から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プレイヤーや、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プレイヤーは除外される。シュートアウト戦は、各チーム3名ずつの6名によって、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。3名のシュートアウト実施プレイヤーと1名のゴールキーパーは、シュートアウト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、シュートアウトを行わなければならない。
（順番を申告する項　削除）

2 シュートアウト戦実施中のゴールキーパー退場処分に関する対処方法

シュートアウト戦の行われている間に、プレイヤー（ストロークを行うプレイヤーまたはゴールキーパー）が退場処分を受けた場合には、そのプレイヤーはそれ以降、そのシュートアウト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、他のプレイヤーと交代することもできない。シュートアウトを行うプレイヤーが退場処分を受けた場合には、そのプレイヤーが行うはずであったシュートアウトにおいては、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プレイヤーの中の1名のみがその代わりを努めることができる。ゴールキーパーの代わりを努める者は、引き続きシュートアウトを行うことができるが、シュートアウト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。

3 サドンデスの方式

両チームの得点が同一であった場合には、同じプレイヤーによって第2回戦目のシュートアウト戦が行われる。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シュートアウトを行った時点で、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、シュートアウト戦は終了する。そのチームが、シュートアウト戦の勝者となる。

シュートアウトの攻撃を行うプレイヤーの順番は、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プレイヤーの中から、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回戦目のシュートアウト戦において、登録された3名のプレイヤーは、先にストロークしたプレイヤーが、まだストロークを行っていないプレイヤーより前に、またストロークを行うことはできない。第2回戦が終了した時点でなお勝敗が決していない場合は、さらに第3回戦以降、回を重ねて行う。

最初のシリーズで先攻であったチームは、第2回戦目のシュートアウト戦においては、後攻でなければならない。次の回戦ごとに先攻と後攻を入れ替えて行うこととする。

4 シュートアウト戦実施中のフィールドへの立ち入り

チームの監督、守備をするためのゴールキーパー、そして登録されたシュートアウトを行うプレイヤーは、シュートアウト戦の間、TOが指示したフィールド内の場所に立ち入ることができる。また、ベンチ入りを認められたプレイヤーもセンターラインの後ろに限ってフィールド内に立ち入ることができるが、プレイに影響を与えてはならない。

5 シュートアウト戦の開始線と規定タイム

シュートアウト戦は、ゴールラインからフィールド中央の

20mの地点に引かれたライン上にボールを置いて、シュートアウトを行うプレイヤーとゴールキーパーにより、1対1の攻防を行 う。シュートアウトは、8秒以内にボールがゴールラインを完全に通過した時に、その得点が認められる。

シュートアウトを行うための開始線は、ゴールラインのフィールド内側の縁から20mラインのセンターラインに近い縁までを20mとする。

6 そのほかのシュートアウト戦のやり方の詳細については、公益社団法人日本ホッケー協会技術委員会の定める「競技運営規程」にある方法に則って行われる。

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	〃

発行　２０１９年４月１日
公益社団法人　日本ホッケー協会　技術委員会
競技規則・運営規程検討室　　審判部
〒150-8050　東京都渋谷区神南1-1-1　岸記念体育会館
http://www.hockey.or.jp/
TEL 03-3481-2330　FAX 03-3481-2329