



NPO 法人日本 SS ピンポン協会

S (生涯 Syougai) S (Sports)
S Sピンポン

子供からお年寄りまで
誰もが気軽に楽しめる

SS ピンポン

SS ピンポンって、どんなスポーツ？

卓球台は？	卓球台に専用枠を取り付けます (視覚障がい者用卓球台でも可)
ラケットは？	ラケットはラバーの貼ってない木製のラケットを使います
ピンポン球は？	金属が入った音の出るボールを使います
どうやって試合をするの？	打球音をさせてボールをネットの下を通して打ちあい行います

一般卓球と SS ピンポンとの主な違い

一般卓球	SS ピンポン
卓球台を使う	卓球台に専用の枠をつけて使う
音の出ないピンポン球を使う	音の出るピンポン球を使う
球をネットの上を通して打ち合う	球をネットの下を通して打ち合う
ラバーを貼った木製ラケット使用	ラバーを貼らない木製のラケット使用
守備ラインがない	・サイド先端を結ぶ守備ラインがある

<コート of 各所名称>

<ゲームの進め方>

SS ピンポンはシングルでもダブルスでも試合は出来ます。

得点は11点5ゲームマッチが基本ですが、大会によって得点、ゲーム数はかえることが出来ます。

- 1 まずは、声をだしてジャンケンをして、「サーブ」、「レシーブ」「エンド（場所）」をとるか決める。
- 2 審判が「プレー」と言ってから、10秒以内にサーバーは「いきます」、5秒以内にレシーバーが「はい」と言ってから、5秒以内にサーブをする。
- 3 サーブはサーバーの右側コートから相手の右側コートに打つ
- 4 サーブは2本ずつで交代。
- 5 ラリー中はコート全面を使用
- 6 ボールがコート上で停止、またはエンドフレームに当たるか、エンドフレームに当たらずコート外に出た時点でどちらかのポイントになる。
- 7 ダブルスはペアの二人が交互に打つ

<こんな場合は注意しましょう！>

- ・サーブをする時、ラケットとボールの距離は10センチ以上離しましょう
- ・ボールから手を離し、「いきます」と言いましょう。
- ・ラケットとボールの角度が60度未満に伏せて打つたらだめですよ。
- ・ボールを打つ時は、必ず打球音をさせましょう。

<しまった！！>

次のような行為をした場合、相手のポイントになります。

●フォルト（サーブ時）

- ・ボールがネットに触れる
- ・ラケットとボールの距離が10センチ未満
- ・打球時にラケットとボールの角度が60度未満

●オーバータイム（サーブ時）

・10秒以内に「いきます」、5秒以内に「はい」と言わなかったり、5秒以内に

サーブを打たなかった時。

●ホールディング（サーブ時、ラリー時）

- ・打球時にラケットとボールの角度が60度未満
- ・打球音がしない
- ・打球音を消す（台をたたくなど）

●アウト（サーブ時・ラリー時）

- ・エンドフレームに当たったがコート外に出たり、当たらず外に出た

●オブストラクション

・ボールがエンドフレームに当たった後、コート上で選手の体やラケットに触れた

●リターンミス（ラリー時）

・ラケットに当たった後、コート外に出るか、または相手側の守備エリアまでボールが到達しない

<やった！>

こんな時は打った選手の得点になりますよ！

◎セーフ

- ・サーブ又はラリー中に、ボールがエンドフレームに当たった後、もう一度コート上のどこかに当たれば、打った選手のポイントになる。

お気軽にお尋ねください！

<お問合せ> NPO 法人 日本 SS ピンポン協会
三重県 S S ピンポン協会