



デフアスリートを ささえる

競技別手話言語通訳ガイド
[ビーチバレーボール編]

Beach Volleyball



目次

P.1	目次
P.2	ごあいさつ
P.3	デフリンピックが日本で開催
P.4	スポーツ分野で通訳するための準備
P.5	ろう者とビーチバレー
P.6	主な大会
P.7	ビーチバレーの基礎知識
P.8	ビーチバレーの選手・コーチ
P.9	ビーチバレーのユニフォーム
P.10	ビーチバレーの競技エリア
P.11～14	ビーチバレーの基本ルール
P.15～18	デフビーチバレーの情報保障
P.19～21	デフビーチバレー用語の手話
P.22	選手へのインタビュー

ごあいさつ



全日本ろうあ連盟
スポーツ委員会 委員長
太田 陽介

スポーツ庁は「する・みる・ささえる」といった多様なスポーツライフを通じて、スポーツ参画人口の拡大を目指しています。アスリートのプレーを「みる」、ボランティアの「ささえる」活動を通して、「する」スポーツへの興味が喚起され行動へとつながることが期待されており、きこえない、きこえにくい人のスポーツ活動を通じた社会参加と共生社会の実現にも通じる取組になります。

2025年に東京・福島・静岡で開催されるデフリンピック（主催 / 国際ろう者スポーツ委員会 (ICSD)）は、日本では初めての開催であり、また1924年にパリで最初のデフリンピックが開催されてから100周年の節目となる大会になります。

この大会の開催を契機に、手話言語の理解・普及・拡大など従来からの情報保障の推進・強化に加え、スポーツ施設や競技大会において、デジタル技術を活用した、新しいコミュニケーションツール等の開発が進んできています。一方で、きこえないアスリート（デフアスリート）がスポーツをするにあたっては、スポーツ関係者によるきこえないことや手話言語への理解促進とともに、デフアスリートのスポーツ活動をささえる手話言語通訳者の育成が重要になっています。

そこで、本委員会では令和2年度より、スポーツに精通した手話言語通訳者の育成を目的として、スポーツ庁の「障害者スポーツ推進プロジェクト」を受託しており、令和5年度は、国内外でのスポーツの国際大会の場で手話言語通訳者が必要な知識を解説するデフスポーツの国際大会における国際手話通訳編と、専門種目としてオリエンテーリング競技、バレーボール競技、ビーチバレーボール競技を解説するパンフレットを作成しました。スポーツ活動の現場で通訳を行う方々の知識と技術の向上にこれらの手引きが役立つことを願っています。

デフリンピックが日本で開催

2025年に東京でデフリンピックが開催

2025年11月15日～26日に東京・福島・静岡でデフリンピックが開催されます。

デフリンピックとは？

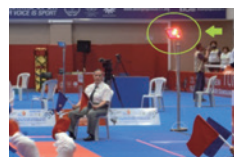
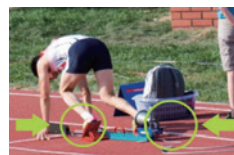
きこえない選手の国際的なスポーツ大会です。
デフ(Deaf)とは、英語で「きこえない」という意味です。

オリンピックと同じように4年に1度、夏季大会と冬季大会が2年ごとに交互に開催されます。競技ルールはオリンピックと同じですが、きこえない選手のための視覚的保障がなされた競技環境があることがデフリンピックの特徴です。

視覚的保障とは？

音や審判の合図がきこえないという、選手にとって不利な状況を視覚的に補うことです。

デフリンピックでは、陸上競技や水泳競技のスターターの音はフラッシュランプを使って選手にスタートを知らせています。サッカーやラグビーでは審判が笛を吹くとともに、旗または片手をあげることで反則などが起きたことを選手に知らせます。



国際的なデフスポーツ大会について

きこえない選手の国際的なスポーツ大会には、デフリンピックの他に、国際ろう者スポーツ委員会(ICSD)公認の世界ろう者選手権大会やアジア太平洋ろう者スポーツ連合(APDSC)主催のアジア太平洋ろう者競技大会等があります。

URL: ICSD公式ホームページ <http://www.ciss.org>

国際的なデフスポーツ大会への支援

スポンサーが少なく、経済的負担が大きいなどの課題があるため、SNS(FacebookやInstagram、Xなど)を通して発信していただくことで、デフリンピック知名度アップにご協力ください！



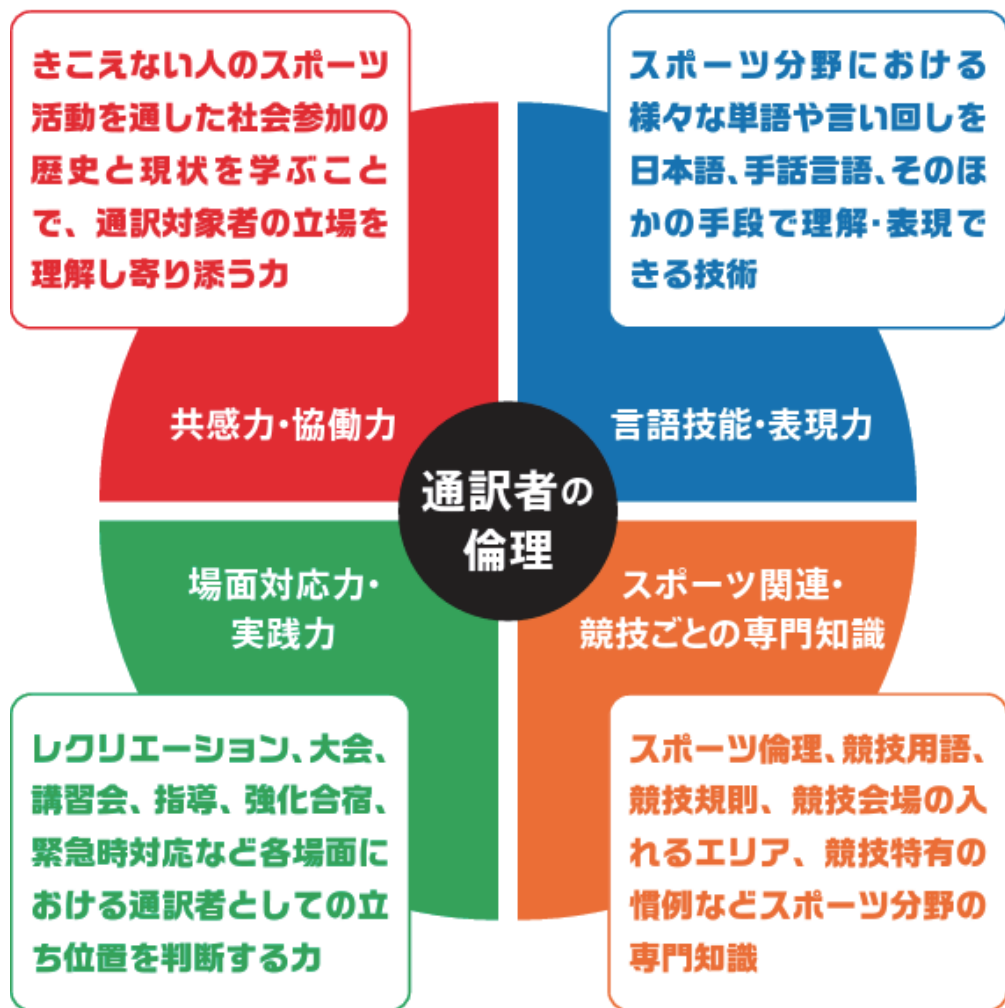
URL: デフスポーツ・サポーター募集
<https://www.jfd.or.jp/sc/supporter>

URL: 東京 2025 デフリンピック大会
<https://www.deaflympics2025.com/>



スポーツ分野で通訳するための準備

きこえない人のスポーツ活動を通じた社会参加を支える手話言語通訳者が、通訳者としての倫理観を備えた上で準備しておくべき知識と技術を、「共感力・協働力」「言語技能・表現力」「場面对応力、実践力」「スポーツ関連・競技ごとの専門知識」の4テーマに整理しました。



このガイドブックでは特にビーチバレーボール競技に必要な知識を紹介します。

ろう者とビーチバレー

デフビーチバレーボールとは

デフ（きこえない・きこえにくい人）によるビーチバレーボールで、コートของ広さや競技ルールは一般のビーチバレーボールと同じです。

デフ選手の場合は声でコミュニケーションをとることが難しく、瞬時の判断やペアのルールを予め決めておくなどコミュニケーションがより求められます。

競技形式は卓球やテニスのダブルスと似ていますが、卓球やテニスのようにコート内に中央線があるわけでもないので、ペアの間にボールがきた時の対処方法が一番の悩みどころです。（風向きやポジションで判断することが多い）

声でのコミュニケーションができない中、どのように点をとっていくのかが見どころです。

・一般のビーチバレーとのプレイスタイルやルールの違い

きこえる人はトスを上げた人がスパイクを打つ人に声でどこへ打つと指示をすることができますが、デフはそれができないので、スパイクを打つ前に相手コートを目視確認してから打つことが多いです。（きこえる人も同様の方法で打つ選手もいます）また、ラリーの中でトスの高さや位置を変えたい時も、声で伝えることができないので、助走の位置やパスの高さを変えるなどで前もってペアでルールを決めたりしています。

・注意点、過去の事例

試合中に監督やコーチが選手に指示をするとルール違反になります。

過去のデフリンピック大会で監督が試合に出場していない選手と手話を使って会話していたところ、出場している選手に指示していると誤解され、審判から注意を受けたこともありました。

※監督のベンチ入りやタイムでの指示が認められている大会もあります。（ジュニア大会など）

主な大会

※2021～2023年の直近3年間に国内で開催された大会および海外で参加した大会

1. 国内大会

毎年10月開催の全日本デフビーチバレーボール選手権をはじめ、春から秋の間にデフビーチバレーボール大会を全国各地で開催しています。

(大分県、東京都、岐阜県、大阪府、徳島県など)



全日本デフビーチバレーボール選手権大会 (2023年)



デフビーチバレーボール大会 in 岐阜 (2023年)

2. 国際大会

- ・国際親善大会 in 大分 (2021、2022、2023年)
- ・デフビーチバレーボール世界選手権 in ポーランド (2021年)
- ・第24回夏季デフリンピック競技大会 in ブラジル (2022年)
- ・デフビーチバレーボールオープン大会 in チェコ (2023年)



デフビーチバレーボール国際親善大会 in 大分 (2023年)



デフビーチバレーボールオープン大会 in チェコ (2023年)

ビーチバレーの基礎知識

ビーチバレーボールとは（歴史）

ビーチバレーはバレーボールから派生した競技で、1996年のアトランタ五輪から正式種目として採用されています。

ビーチバレーの始まりは1920年代の頃、ハワイの住人が海岸でバレーボールを楽しむようになったことがきっかけで、「2人对2人で試合をすれば皆がスパイクを打てるのでは」というアイデアから誕生し、現在に至ります。

出典：ビーチバレーボール教本「BEACH VOLLEYBALL HOW TO BOOK」

ビーチバレーボールってどんなスポーツ？

ビーチバレーボールとは砂の上で行うバレーボールといっても間違いではありませんが、競技として行うビーチバレーボールは、インドアのバレーボールと似ているようで全く違う競技でもあります。

3タッチ以内でボールを相手のコートへ返し、ボールが相手のコート内に落ちたら得点が入るのはバレーボールと一緒です。

ですが、広いコートの中に1チームはたったの2人、足下は砂、風でボールは大きく動きます。

だからこそ、強靱なフィジカルや強いメンタル、オフェンス対ディフェンスの絶妙な駆け引き、また風を読み、味方にする力も重要となります。

ギリギリで飛び込んで上げるディグや1対1の迫力のブロック、相手の裏をかくショットなど、砂の上ならではの、そして2人だけならではのプレーには、インドアのバレーボールとはまた違う魅力がいっぱいあります。

引用元：一般社団法人日本ビーチバレーボール連盟HPより <https://www.jbv.jp/beachvolley/index.html>



ビーチバレーの選手・コーチ

Players&Coach / 選手・コーチ

・ビーチバレーボールは、1チーム2名の選手で構成され、控え選手はいません。
※大会の前までに怪我等、やむを得ない事情がある場合には選手変更が認められています。

・2名の選手の内、どちらかがチームのキャプテンとなります。キャプテンは、試合前後の公式記録へのサインアップやコイントスに立ち会うことになります。

・バレーボールと異なり、監督やコーチはベンチに入れられないため、試合の間は2名の選手だけで戦っていきます。

※ジュニア大会など一部、ベンチに入れる大会もあります。

また、トレーナーは選手ベンチの後ろに席を用意されていることもあります。

引用元：公益財団法人日本バレーボール協会HPより <https://beach.jva.or.jp/introduction/>



ビーチバレーのユニフォーム

Uniform / ユニフォーム

・男子選手はサーフパンツとタンクトップ、女子選手はビキニタイプの水着を着用する選手が多いです。

ただし、ビキニタイプでなければならないという決まりはなく、他のユニフォームで出場することも可能です。

※各大会の競技規定によって定められます。

・男女選手問わず、アームバンド（腕章）やタトゥーシールを使用する選手もいます。

引用元：公益財団法人日本バレーボール協会HPより <https://beach.jva.or.jp/introduction/>

参考「Beach Volleyball Uniforms Regulation <2023.4.1 現在>」

URL：https://www.jbv.jp/athlete-referee/uniform_regulation_2023.pdf



参考写真



ビーチバレーの競技エリア

Playing Area / 競技エリア

・コートサイズは縦16m×横8mです。

6人制バレーボールのコートは縦18m×横9mですので、6人制バレーボールと1mだけしか変わらない広さのコートを、2名の選手でプレーします。

・ネットの高さは男子2.43m、女子2.24mで、これは6人制バレーボールと同じ高さです。

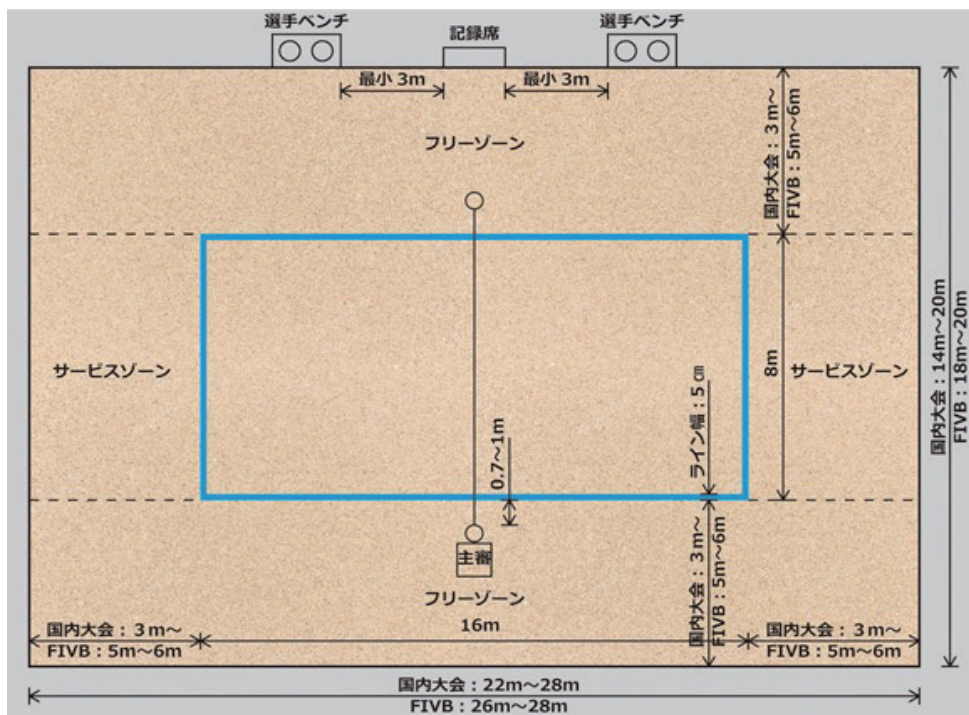
砂の上という条件の中、6人制バレーボールと同じ高さのネットでプレーします。

※年代別により高さは変更することができます。

・砂は国際大会において一定の基準がありますが、国内大会においては、小石、貝殻、その他選手が切り傷や負傷する危険性のあるものが混じっていない砂であれば、特に基準は定められていません。

一般的に粒子サイズ 0.25～1mm程度が望ましいといわれています。

引用元：公益財団法人日本バレーボール協会 HPより <https://beach.jva.or.jp/introduction/>



引用元：一般社団法人日本ビーチバレーボール連盟 HPより <https://www.jbv.jp/beachvolley/index.html>

ビーチバレーの基本ルール

Rule / 基本ルール

・1セット21点先取で、2セット先取したチームが勝利する3セットマッチです。

※3セット目は15点先取です。

各セットとも、デュースの場合は2点差がつくまで競技が続けられます。

・両チームの得点合計が7の倍数になるたびにコートチェンジを行います。

※3セット目は5の倍数でコートチェンジを行います。

ビーチバレーボールは、風の向きや太陽の位置がプレーに大きく関わるため、6人制バレーボールより頻繁にコートチェンジを行います。

・ブロックのワンタッチは1プレーに含まれるため、残り2プレーで返球する必要があり、これもビーチバレーボールの特徴と言えます。

・6人制バレーボールと異なり、指先でのフェイントやプッシュは、ビーチバレーボールでは反則となります。

そのため、曲げた指の背中側でプレーを行う「ポーキーショット」や、指を突き立てた「コブラショット」と呼ばれる攻撃方法を使います。

チーム

1チーム2人のプレイヤーで構成され、メンバーチェンジはありません。

試合中に外部からの支援やコーチングを受けることはできません。

規定に則った揃いのユニホームを着用します。

ユニホームの色は対戦相手とは違う色を着用します。

審判の許可がない限り、裸足でプレーします。

ポジションに決まりはありません。

天候

ビーチバレーボールは雨天でも決行します。

ただし、豪雨や雷、強風、台風などで、選手に危険が及ぶ場合は中止になります。

引用元：公益財団法人日本バレーボール協会 HPより <https://beach.jva.or.jp/introduction/>

ビーチバレーの基本ルール

コイントス

公式ウォームアップの前に審判、両チームのキャプテンによってコイントスが行われます。

1セット目はコイントスに勝ったチームがサーブ、レセプションまたはコートを選ぶことができます。

2セット目はコイントスに負けたチームに選択権が移ります。

3セット目が行われる場合は再度コイントスを行います。

One Point !

ビーチバレーボールは風の影響を強く受けるスポーツです。そのためコイントスで勝ったチームは、有利とされる風下のコートを選択することがほとんどです。

得点

得点はラリーポイント・システムです。

相手コート内にボールが落ちた時、相手チームが反則を犯した時などにサーブ権に関わらず得点が入ります。ラインにボールの一部でも触れればインの判定となります。

One Point !

イン・アウトの判定が分かりにくいときは、審判が砂に着いたボールマーク（ボールの跡）を確認して判定します。

セット・タイムアウト・コートスイッチ

試合は3セットマッチで、2セット先取したチームの勝利となります。第1・2セットは21点先取、第3セットは15点先取。タイブレイクの場合は2点差がつくまで行われます。

第1・2セットは両チームの合計得点が7の倍数になったとき、第3セットは5の倍数になったときにコートスイッチを行います。

各チーム1セットにつき1回30秒のタイムアウトを取ることができます。

第1・2セットは両チームの合計得点が21点になったとき、30秒間のテクニカルタイムアウトが取られます。

第3セットのテクニカルタイムアウトはありません。

引用元：一般社団法人日本ビーチバレーボール連盟 HPより <https://www.jbv.jp/beachvolley/index.html>

ビーチバレーの基本ルール

ボールタッチ

相手コートにボールを返すのに最大3回ボールに触ることができます。

ボールが触れる場所は体のどの部分でも構いませんが、1人で2回連続で触れることはできません。

ブロックタッチは1回と数えます。この場合、ブロックをしたプレーヤーは連続してボールに触れることができます。

ネット上で相手と同時にボールに触れた場合はタッチの回数に含めません。そのあとレシーブした側のチームは3回ボールに触れることができます。

アタックヒット

サービスとブロックを除いて相手コートへボールを返すアクションは全てアタックヒットと見なされます。指を丸めて背側で突くポーキーショット、指をぴったり伸ばして指先で突くコブラショットもアタックヒットです。

指の腹を使ったフェイントは反則です。

オーバーハンド

オーバーハンドトスは一連の素早い動作で行われなければなりません。両手が同時に接触していない場合はダブルコンタクト、ボールとの接触が長かったりボールの動きが止まったりした場合はキャッチの反則となります。

オーバーハンドでのレシーブは反則ではありませんが、強打以外で使用する場合、正しいハンドリングが出来ていないと反則となります。

相手コートにオーバーハンドパスで返球する場合、ボールは両肩に対して直角で体は静止していなければなりません。

セットアップの際に風で流れて相手のコートに返球された場合は反則にはなりません。

フェアプレイ

選手はビーチバレーボールのルールを理解し、遵守しなければなりません。

選手は審判、対戦相手、チームメイト、観客に対してもフェアプレーの精神を尊重し、礼儀正しく行動しなければなりません。

ビーチバレーの基本ルール

ビーチバレーボールのルール（バレーボールとの簡易比較表）

	ビーチバレー	バレーボール
プレー人数	2人	6人
コート	8m × 8m	9m × 9m
ネットの高さ	同じ（男子 2.43m、女子 2.24m）	
ボール （大きさ、空気圧）	大きさ：66～68cm（5号） 空気圧：0.175～0.225kgf/cm ²	大きさ：65～67cm（5号） 空気圧：0.3～0.325kgf/cm ²
ポイント	21点先取	25点先取
セット数	3セット（3セット目は15点先取）	5セット（5セット目は15点先取）
コートチェンジ	両チーム合計得点が7の倍数の時 3セット目は5の倍数の時	セット終了ごと
ブロックタッチ	カウントに入る	カウントに入らない
選手交代	なし	あり
ポジション	自由	ローテーション制

デフビーチバレーの情報保障

大会・試合での通訳について

地域、年齢、育ってきた背景、聞こえの程度により、コミュニケーション方法も多様なので、手話言語、口話、指文字、ジェスチャー、筆談等を駆使し、情報保障を行っています。また、デフビーチバレー選手は、普段生活している地域のきこえる人と一緒に練習することも多々あるので、合宿で監督やコーチ、トレーナーが話すビーチバレーの専門用語や動き方、戦術等について、意識をせずにそのまま伝えることもあります。地元での練習中、筆談や口話でコミュニケーションをする際に解釈のズレが起こらないようにするためです。

審判の笛が聞こえないので、審判がプレーを止めたい時は笛音だけでなくネットを揺らして視覚情報で選手に伝えます。

※聴者の場合は審判の方を見ずに笛音だけで判断してサーブを打つ選手もいますが、デフビーチバレーボールの選手は審判の合図をしっかりと視覚情報で確認してからサーブを打ちます。

開会式、試合中、表彰式などの場面で手話通訳を行います。

試合中については、通訳をする場面が少ないため、必要に応じて対応します。



↑ ネットを揺らしている場面



↑ サーブの合図①



↑ サーブの合図②



← 大会開会式(左側)
大会表彰式(右側)

デフビーチバレーの情報保障

練習、合宿、研修会での通訳について

立ち位置

・1箇所に集まって説明する場合

監督、コーチ、トレーナーには出来るだけ選手が眩しくないような位置で話してもらい、その隣で通訳をします。

・練習中、コート内で説明する場合

話者の近くに待機し、適宜通訳します。場合によっては、ボールキャッチを担当することもあります。

コート内に選手が点在しているので、1人の選手に対して説明している際に、反対コートにいる選手は通訳内容が見えないこともあるので、全員が見やすい場所に素早く移動して通訳するか、難しい場合はどんな内容を伝えていたのか、プレーが止まった後に共有します。



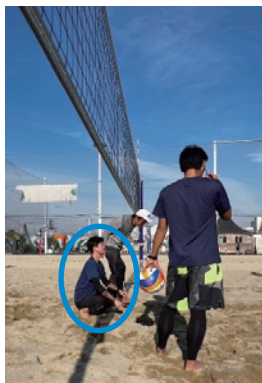
↑ 練習前の監督の説明場面での手話通訳



↑ 練習中でのコート内の立ち位置



↑ 研修会での手話通訳



← ネット越しで見えづらくならないように低い姿勢で通訳

デフビーチバレーの情報保障

服装について

屋外という環境もあり、シーズンに合わせて動きやすい服装に心掛ける。

・夏は汗をかくので通気性がよく、動き易い服装がよい

＊必須アイテム

- ・サングラス
- ・帽子
- ・サンドソックス ※
- ・日焼け止め

真夏のシーズンは上記アイテムが必須。

砂の暑さ、小石等から足を守るビーチ用ソックスです。プレーする人にとっては必需品。通訳にとっても選手と同様にコート内外で動き回るので必需品です。

手話をするからといって帽子やサングラスをかけないというのではなく、日差しや砂からの照り返しでとても眩しくなりますし、熱中症になる可能性もあります。日焼け止めで肌を守るのと同様にサングラスで目を守ることも大事です。通訳する場面では極力外すようにしてますが、それ以外はサングラスをしています。咄嗟に通訳が必要な場面ではサングラスを外さないこともあります。

・冬は寒さ対策をしつつ、動き易い服装がよい

＊必須アイテム

- ・インナー
- ・サングラス
- ・サンドソックス ※
- ・手袋等の防寒具

寒さ対策とはいえ、手話が見えにくくならないように厚手のコートなどは極力控え、インナーやサンドソックス、ネックウォーマー、ホッカイロなどを活用。

通訳がなさそうな場面は、手袋をして冷やさないようにする。適宜現場の状況を見ながら素早く着脱して対応できるよう心掛けています。



※参考：サンドソックスの一例

足袋のようなイメージです。

デフビーチバレーの情報保障

デフビーチバレー手話通訳者としての心得とやりがい

シーズンを通して、屋外での活動になります。

なんといっても体調管理が1番大事です。

無理して体調を崩すのが1番よくないので、選手と同じくらい、食事・睡眠等、日常生活でも気を付けながら練習や合宿に臨みます。

日常生活や通訳現場でのセルフケアマネジメントもスポーツ手話通訳のパフォーマンスを発揮・維持するための大事な要素の1つと考えています。

実際の通訳現場において、通訳者も食事やトイレ、短時間の休憩など基本的には選手と一緒に取るようにしており、臨機応変かつ柔軟に選手やスタッフとコミュニケーションを取りながら活動しています。

通訳を介して選手の技術が向上したり、選手が一生懸命プレーする姿を間近で見たり、大会などで一緒に勝利の喜びを分かち合える瞬間に立ち会えるのもスポーツ手話通訳の醍醐味だと感じています。

是非皆さんも砂浜やサンドコートと一緒に活動をしてみませんか。



デフビーチバレー用語の手話

映像URL : <https://www.youtube.com/@user-lu1tm2ki5f/videos>

専門用語と意味	映像
ビーチバレー	
パス トスを上げる人に上げるボールのこと。 レシーブともいう。	
トス スパイクを打つ人に上げるボールのこと。 セットともいう。	
ラインショット サイドライン方向に打つストレートコースの ショットのこと。	

デフビーチバレー用語の手話

映像URL : <https://www.youtube.com/@user-lu1tm2ki5f/videos>

専門用語と意味	映像
カットショット クロス方向に打つインナーコースのショットのこと。 よりネット際を狙って落とす。	
ポーキーショット 指の第1・2関節を曲げてボールを突くようにして 行うショットのこと。	
コブラショット 指の先でボールを突くようにして行うショットの こと。	
グッドサイド 向かい風に向かって打つ風下のポジションのこと。 強めに打ってもコート内に落としやすく、 良いポジションである。	

デフビーチバレー用語の手話

映像URL : <https://www.youtube.com/@user-lu1tm2ki5f/videos>

専門用語と意味	映像
バッドサイド 追い風に向かって打つ風上のポジションのこと。 強めに打つとコートアウトしやすく、 悪いポジションである。	
コートチェンジ 両チームの得点合計が7の倍数になるたびにコート チェンジを行います。 ※3セット目は5の倍数でコートチェンジを 行います。	



大阪桜ノ宮ビーチ

選手へのインタビュー

デフビーチバレー選手へのインタビュー

デフビーチバレーボールで活躍されている今井勇太さんにインタビューした動画です。

「ビーチバレーボールの手話言語通訳について」



URL : <https://www.youtube.com/user-lu1tm2ki5f/videos>



[組織]



一般社団法人日本デフビーチバレーボール協会

デフビーチバレーボールのさらなる発展を目的とし2017年9月、障害者スポーツの先進県であり、その地盤がある大分県大分市を拠点とし「一般社団法人日本デフビーチバレーボール協会」を設立。デフビーチバレーボールの健全な普及や発展と競技力の向上に関する事業を行っています。また、ノーマライゼーションをテーマに、スポーツの新たな可能性を探求し、聴覚障害者の競技力向上を主としながら、広く「スポーツにできる事」を求めて活動しています。

[編集協力]

一般社団法人日本デフビーチバレーボール協会

<https://japanbeach.jp>



このガイドブックは、令和5年度スポーツ庁委託事業「障害者スポーツ推進プロジェクト（障害者スポーツの指導・普及等のための競技別マニュアル等の作成）」の一環で作成しました。

デフアスリートをささえる

競技別手話言語通訳ガイド【ビーチバレーボール編】

発行日 2024年3月1日

発行 一般財団法人全日本ろうあ連盟

スポーツ委員会

T E L : 03-3268-8847

F A X : 03-3267-3445

メール : jfd-sc@jfd.or.jp

U R L : <https://www.jfd.or.jp/sc/>

[参考情報]

公益財団法人日本バレーボール協会

<https://www.jva.or.jp/>

日本ビーチバレーボール連盟

<https://www.jbv.jp/index.html>

ビーチバレーボール教本

『BEACH VOLLEYBALL HOW TO BOOK』