

ソフトボール入門テキスト
基本のルールと動き

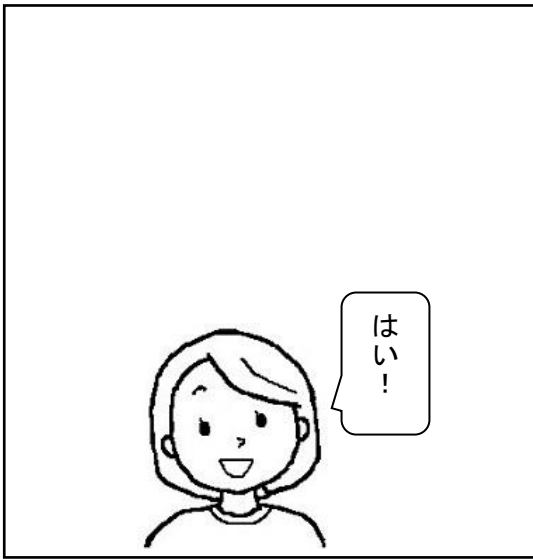
ソフトボール
壘球ゲーム
2026年度版
後編

ソフトボールを知らない保護者も必見！

監修 一般社団法人 全日本大学ソフトボール連盟
著者 阿立 有司
校閲 伊藤 慎一郎
(小野スポーツ少年団 ソフトボール部監督)

目 次

1. 守備位置の例	4
2. 試合について	8
3. バッターが打ったときの動き方 ランナーがいないとき	12
4. 「振り逃げ」のとき	45
5. 「フォアボール」と「デッドボール」の違い	57
6. 「ランナー」になったとき	65
7. その他	89
8. 「フェア」と「ファウル」のルール	95
・インフォメーション	113



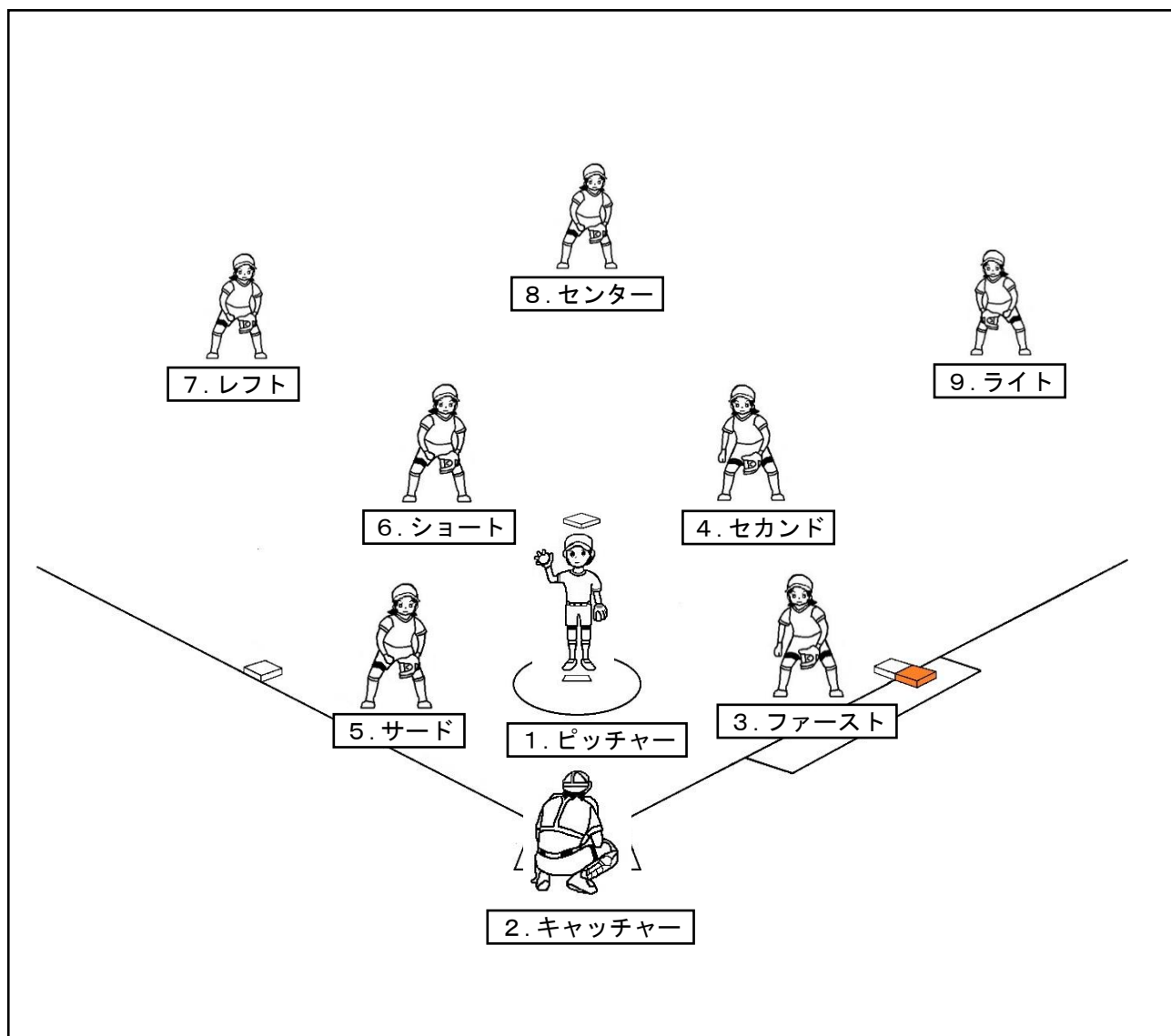
1. 守備位置の例



しゅびひと
守備の人たち
ぜんいん
全員に登場して
もらおう




それでは
ふくしゅう
復習で



でもフェアグラウンドならどこにいてもいいのよ

試合でよくある例を見てください



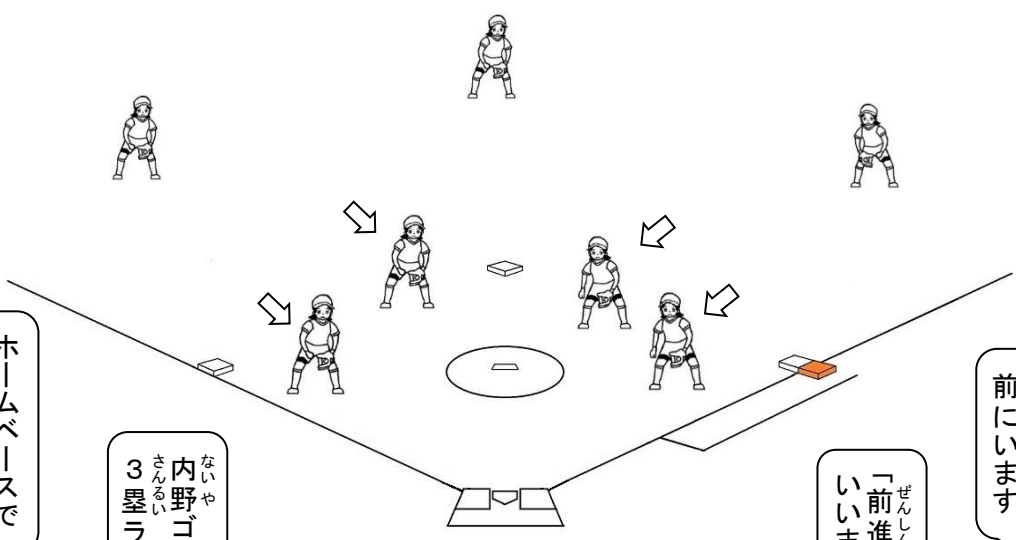
ピッチャーが投げるまではキャッチャー以外の野手（守備の人）はフェアグラウンドにいないことだね

ピッチャーが投げるまでは




基本的な位置です

これを「定位置」といいます






内野手が前にいます

「前進守備」といいます

ホームベースでアウトにしたいときに

内野ゴロで3塁ランナーを



大きなフライを打つバッターのときにする



正しい位置のアウト野手を越えるような

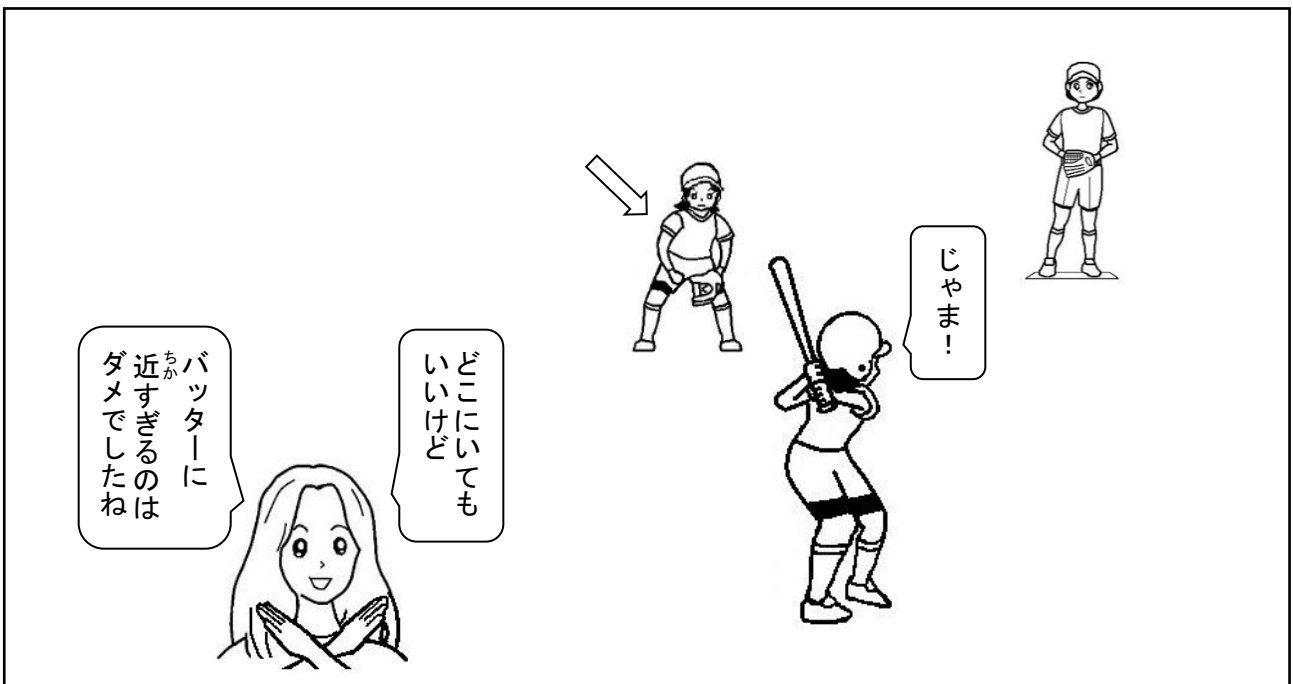
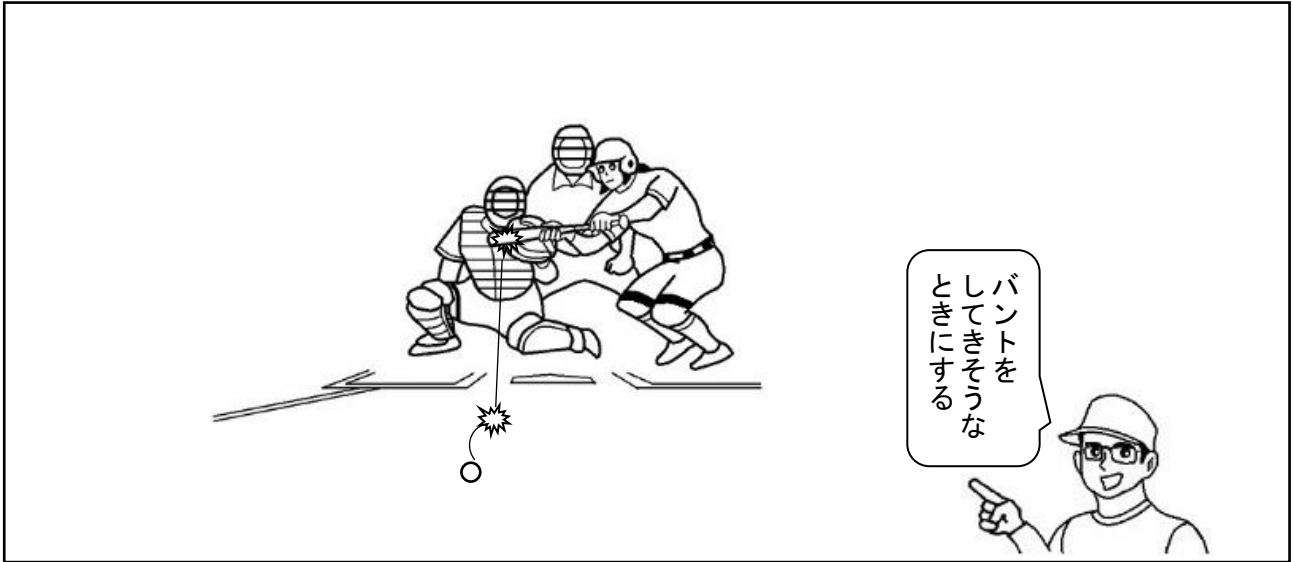
これはアウト野手が後ろに下がっています



ファーストとサードが前にいて

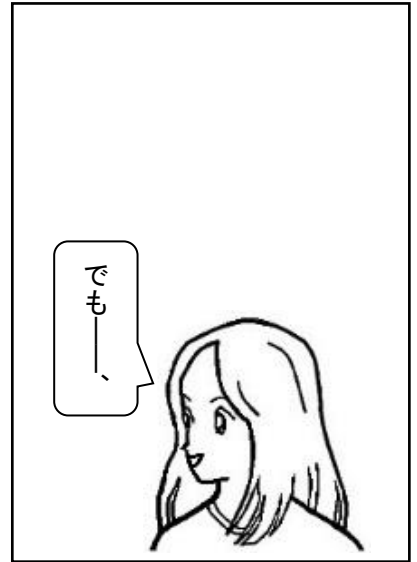
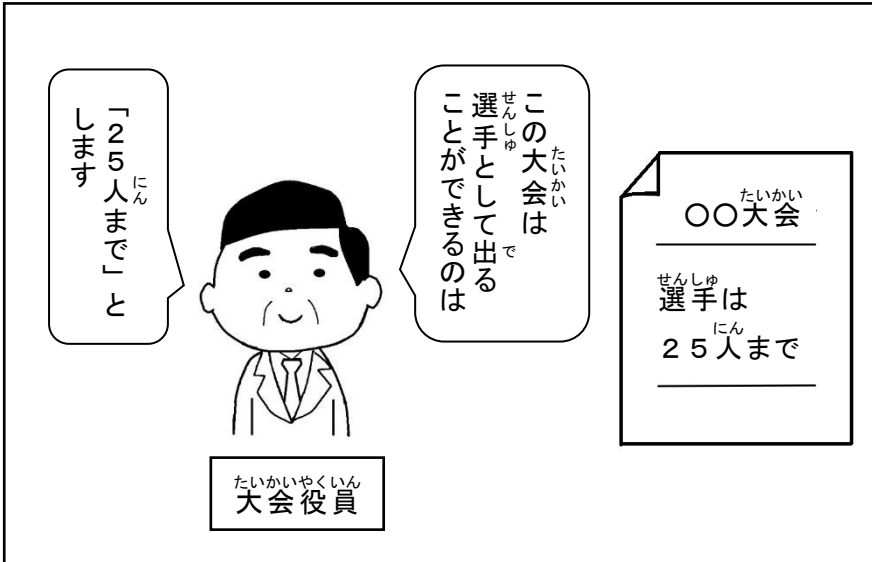
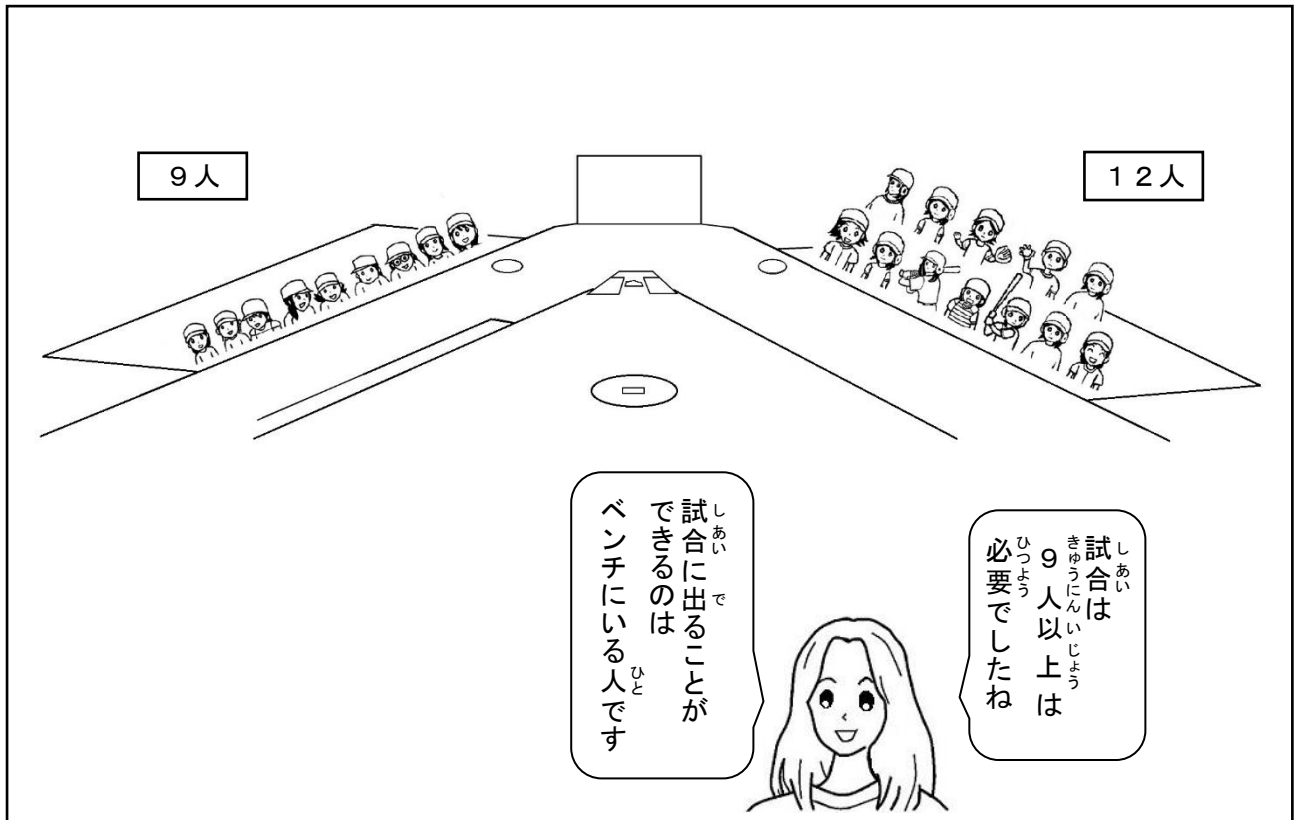


セカンドが1塁ベースに近づいています



2. ^{しあい}試合について

し あい にんずう
試合の人数



しあい じかん
試合の時間

チーム名	一	二	三	四	五	六	七	計
Aチーム	0	1	0	0	2	0	0	3
Bチーム	0	1	0	0	0	0	0	1

ななかい
七回までするのが
基本だけどー

しあいに
試合は「攻げき」と
「守ゆび」を交替して



チーム名	一	二	三	四	五	六	七	計
Aチーム	7	3	5					15
Bチーム	0	0	0					0

Aチームの勝ち

さんかい
三回で
15点差以上

てんさ
点差が大きく
なつたときに
とちゅう
途中で勝つチームが
きま
決まる試合もある



チーム名	一	二	三	四	五	六	七	計
Aチーム	0	0	0	0				0
Bチーム	4	5	1	X				10

Bチームの勝ち

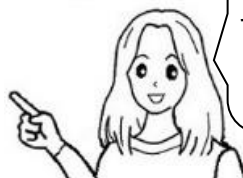
よんかい
四回で
10点差以上

チーム名	一	二	三	四	五	六	七	計
Aチーム	0	1	3	1	2			7
Bチーム	0	0	0	0	0			0

Aチームの勝ち

ごかい
五回で
7点差以上

それを
「ゴールドゲーム」と
いって
次のように
なっています





そのときの回までで
点の多いチームの
勝ちだ

70分に
なります！

たとえば
70分と
決められている
ときは

チーム名	一	二	三	四	五	六	七	計
Aチーム	0	1	0	0	2	0		3
Bチーム	0	1	0	0	0	0		1

Aチームの勝ち

チーム名	一	二	三	四	五	六	七	計
Aチーム	0	1	0	0	0	0		1
Bチーム	0	1	0	1	1	X		3

ウラの攻げきは
ありませんね

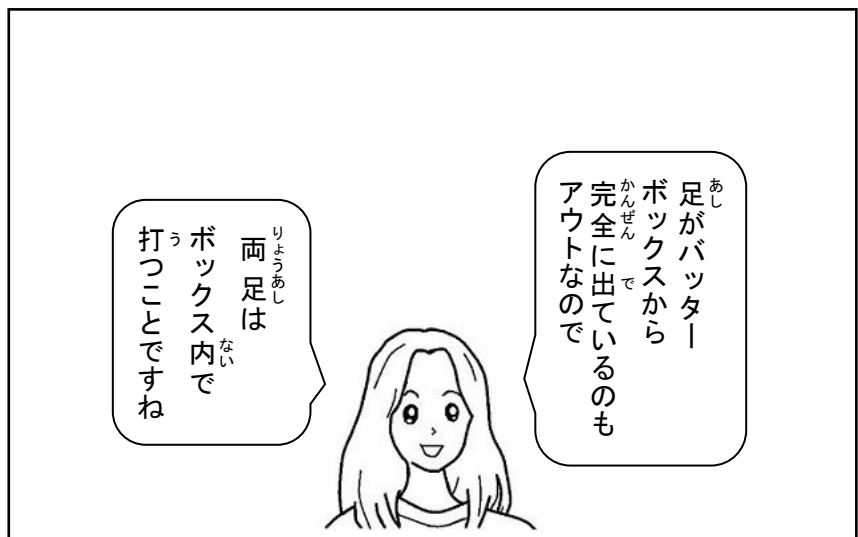
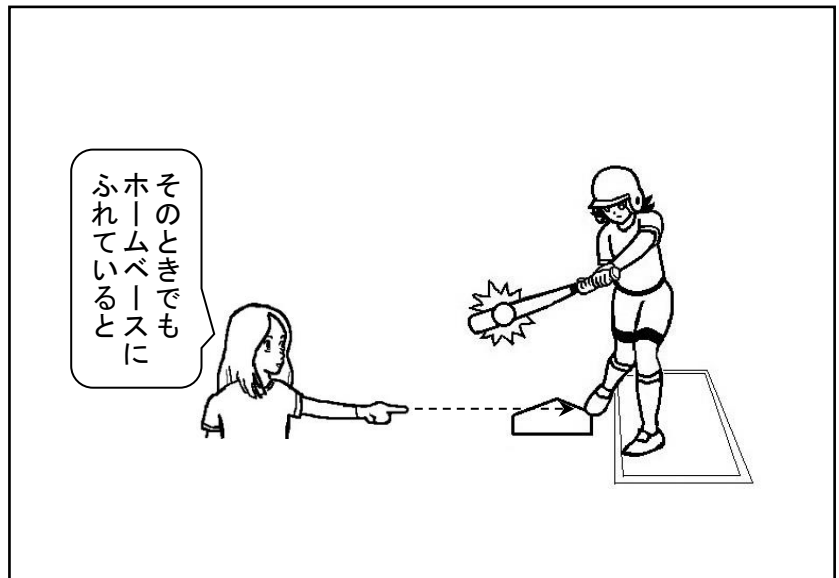
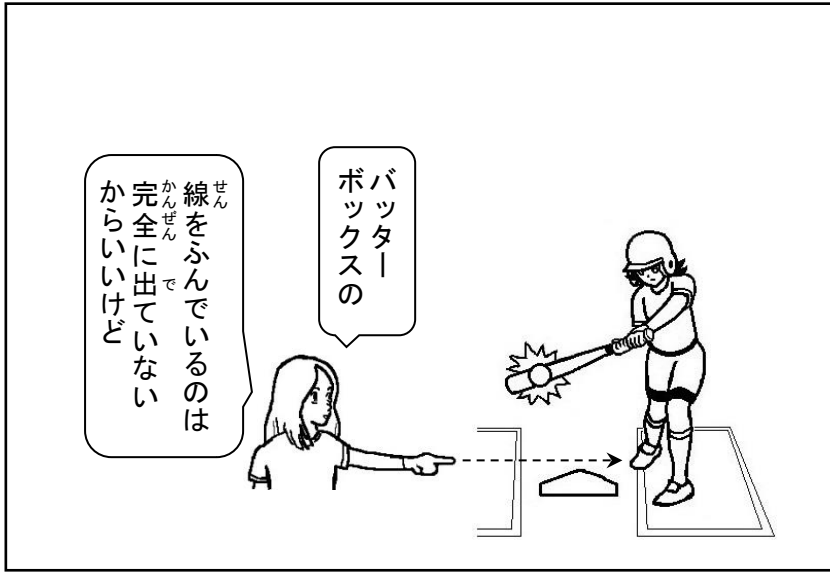
最終回の表が
終わって後攻が
勝っているときは

チーム名	一	二	三	四	五	六	七	計
Aチーム	0	1	0	0	2	0		3
Bチーム	0	1	0	0	0	0		1

点差や時間で
終わりになる回も
「最終回」と
いいます

3. バッターが打ったときの動き方 ランナーがいないとき

うき 打つときに気をつけること



アウトのときの動き方の例

ランナーがいらない
アウトの例から
見てみましょう

そのときに
野手の
すること

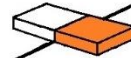
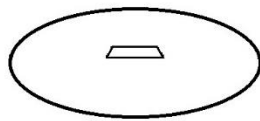


前編で見たね

試合でバッターは
打った後はすぐに
1塁へ走るの

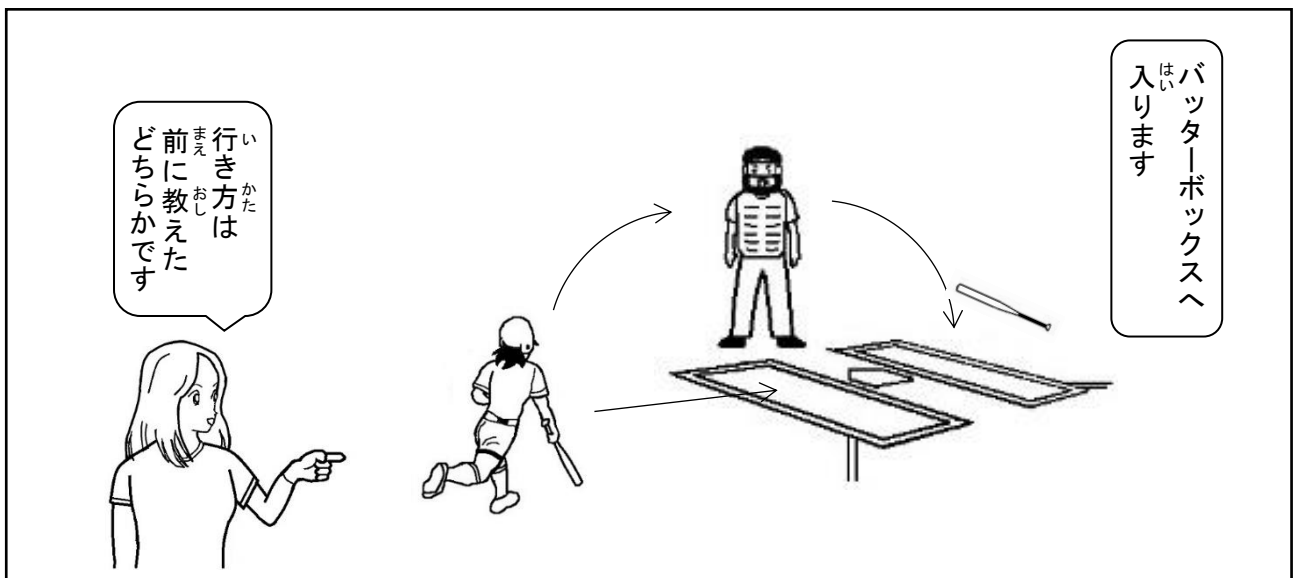
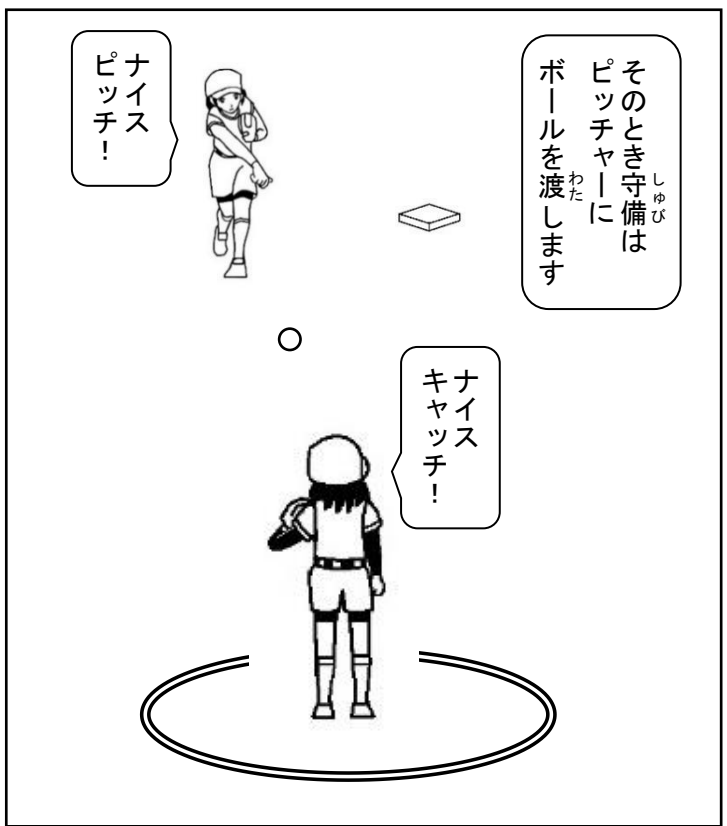
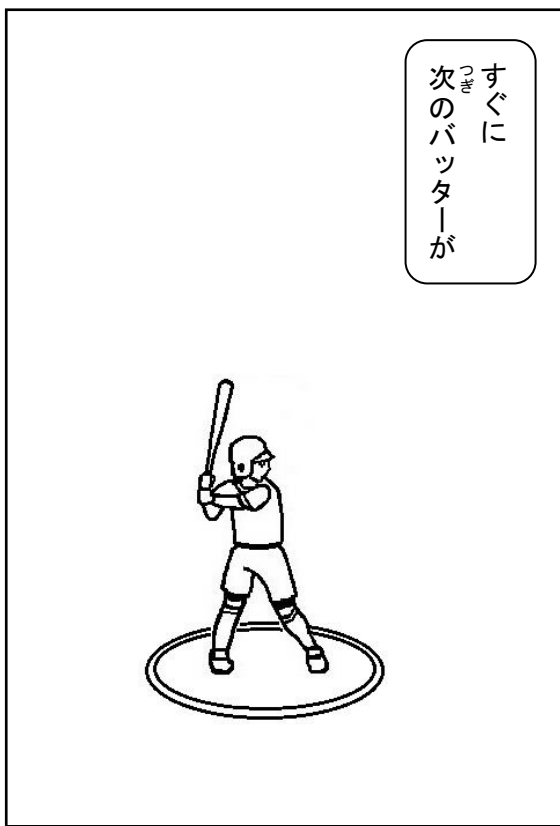
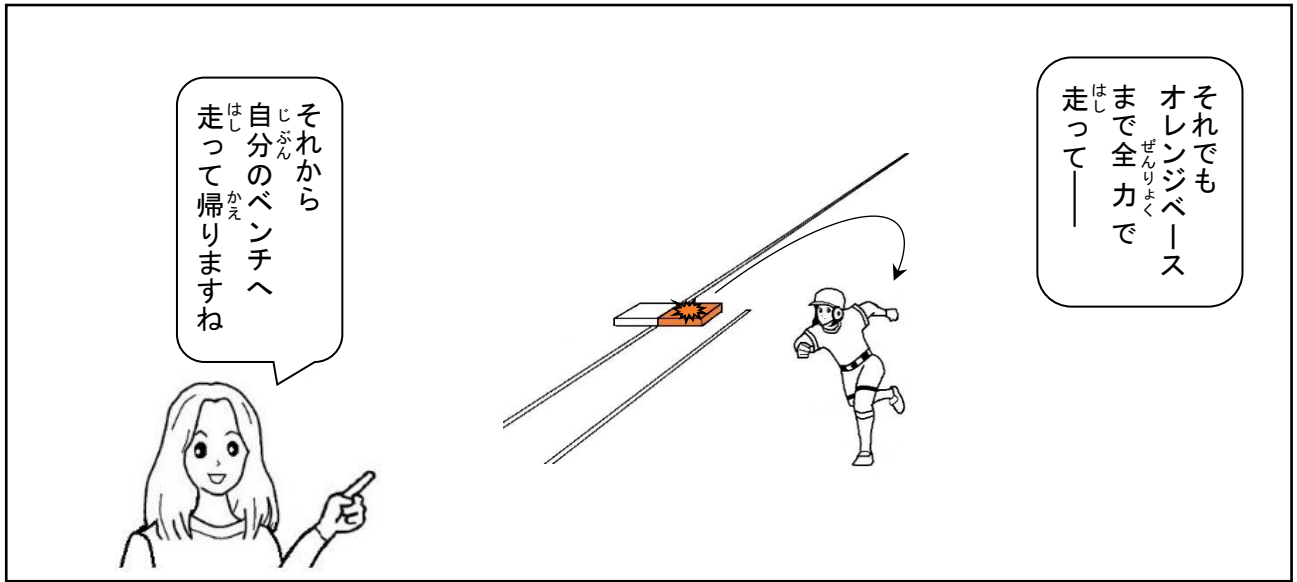


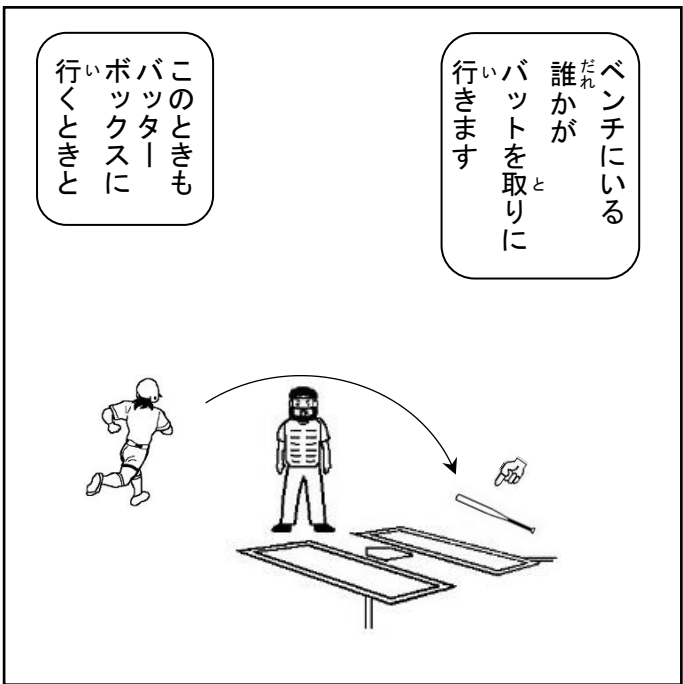
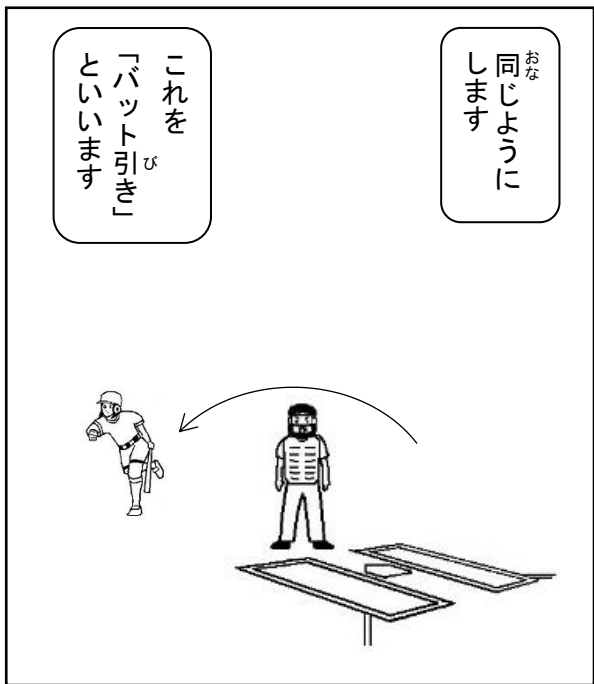
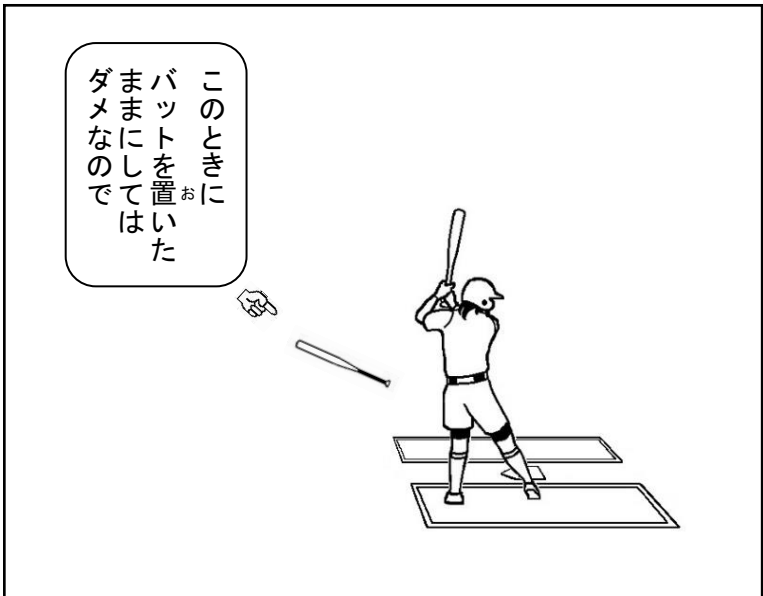
内野フライや
ライナーの
ときは

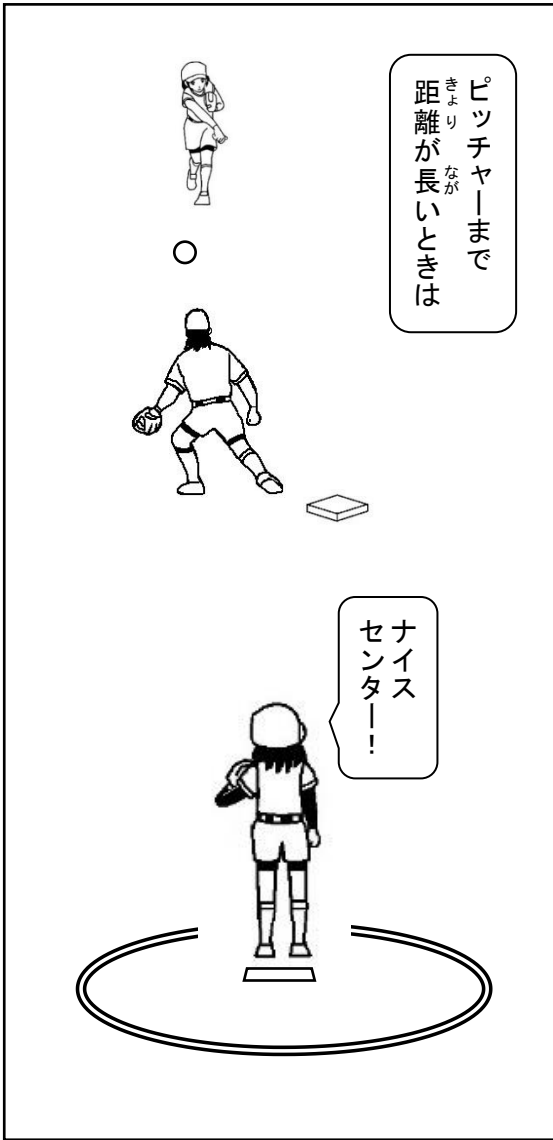


これで
アウトだね



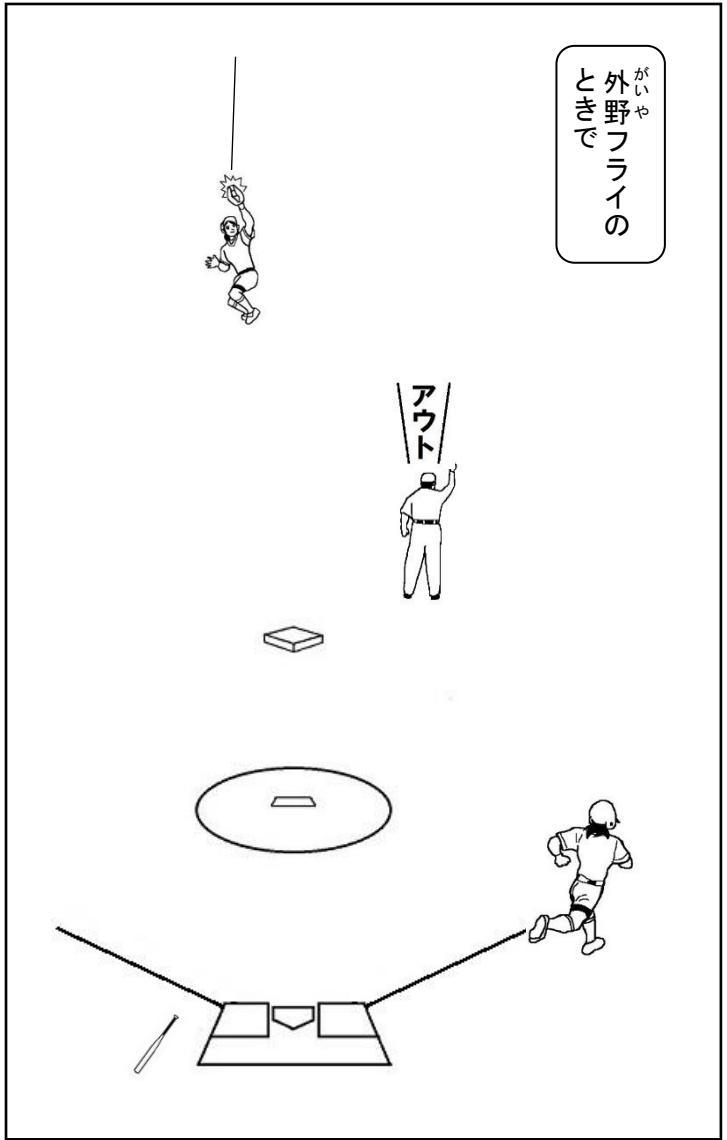






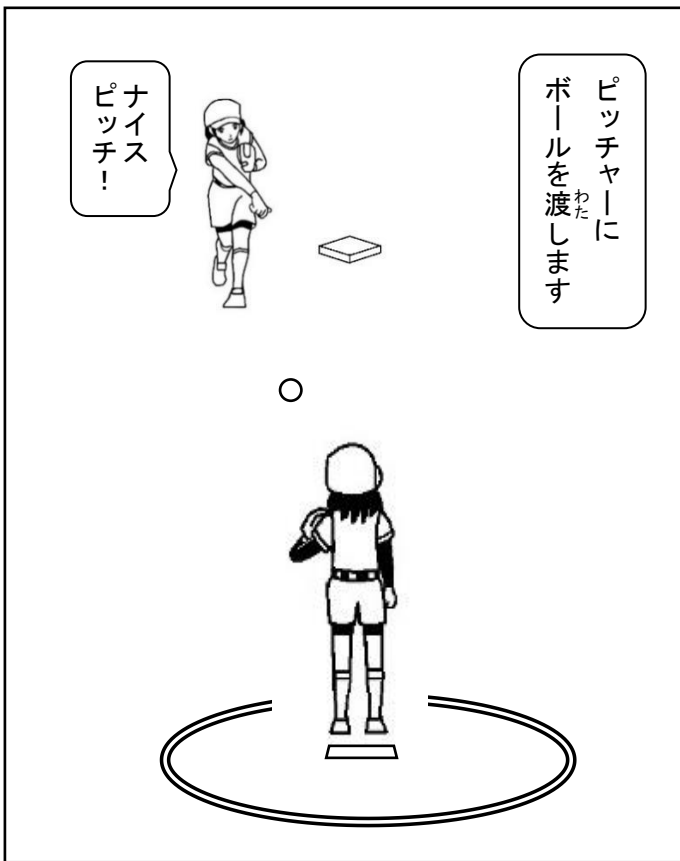
ピッチャーまで
距離が長いときは

ナイス
センター!!



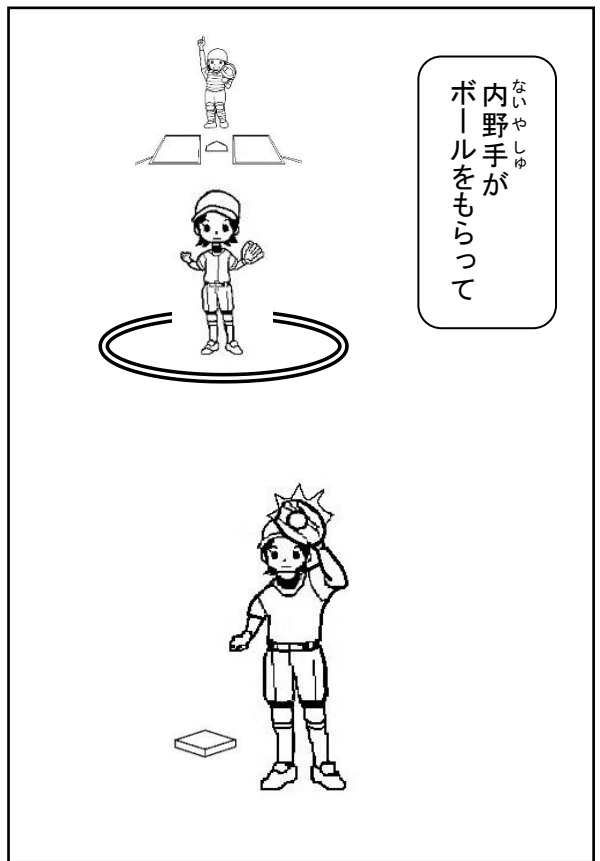
外野フライの
ときで

アウト



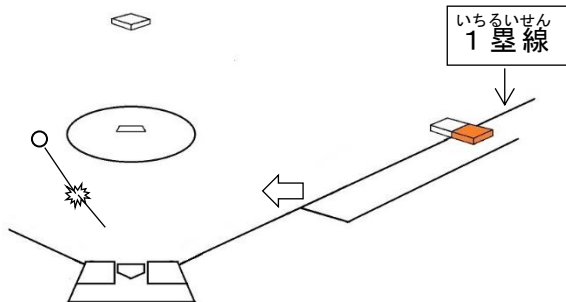
ピッチャーに
ボールを渡します

ピナイス!
ピッチ!

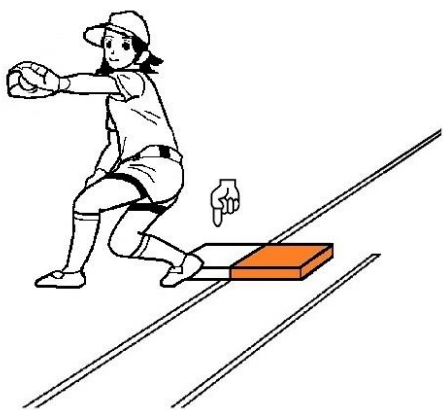


内野手が
ボールをもらって

基本はスリーフットレーンを走る



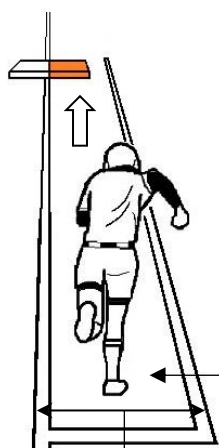
フェアグラウンド
方向にゴロなどの
打球が行って



守備の人は
白ベースを
使うこと



1塁でプレイが
ありそうなときは



ここを
「スリーフットレーン」
という

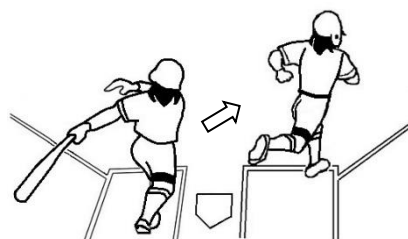


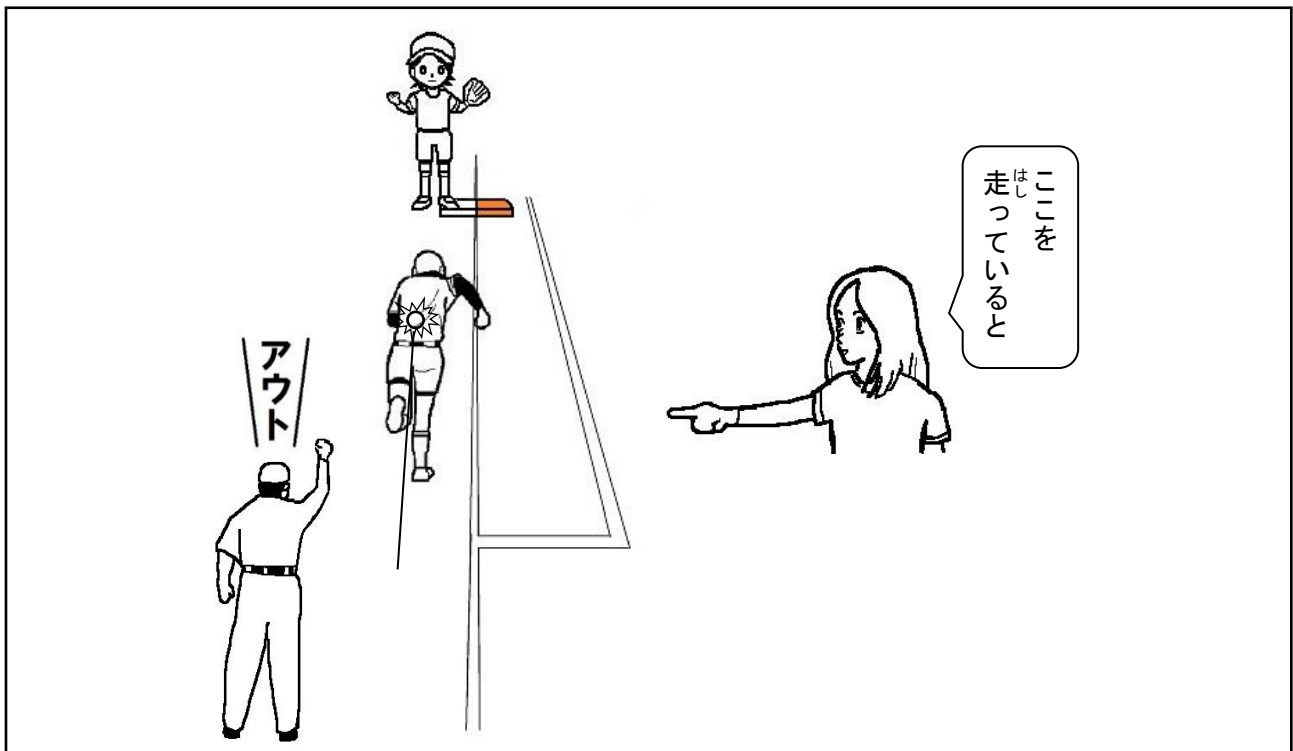
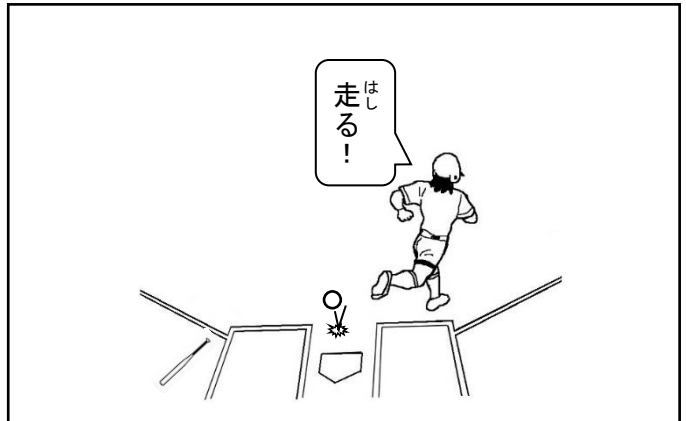
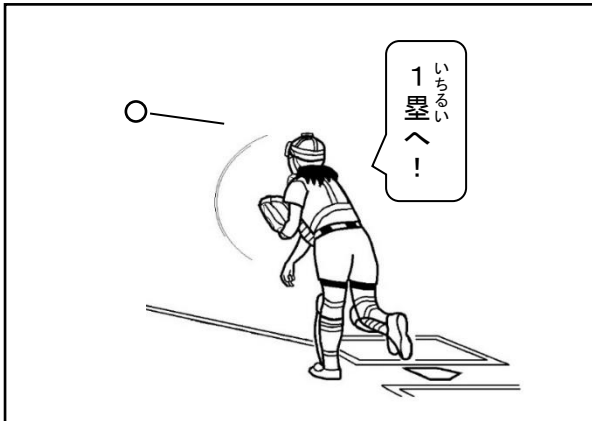
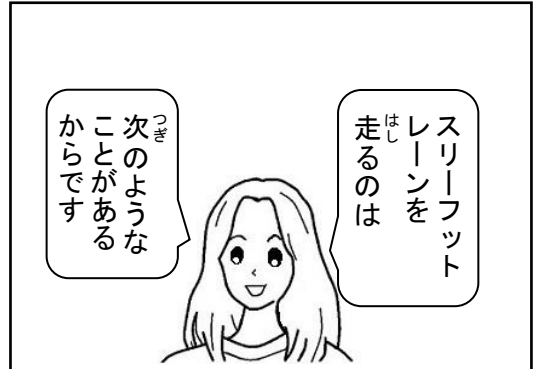
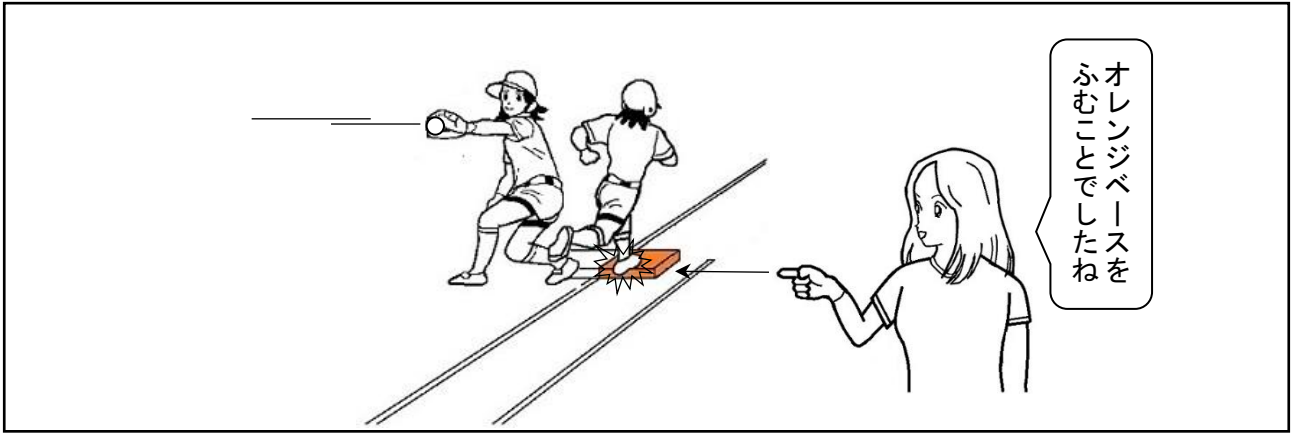
このなか
を走って

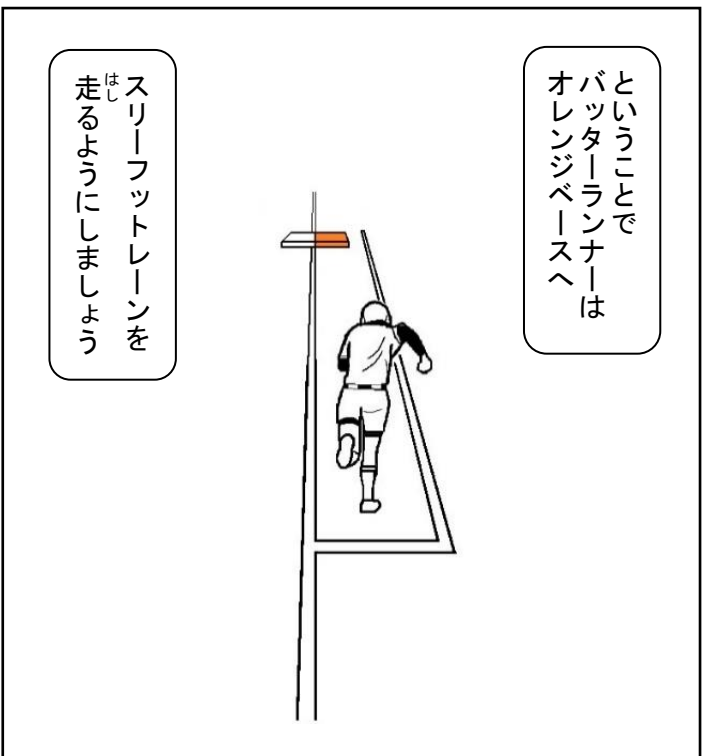
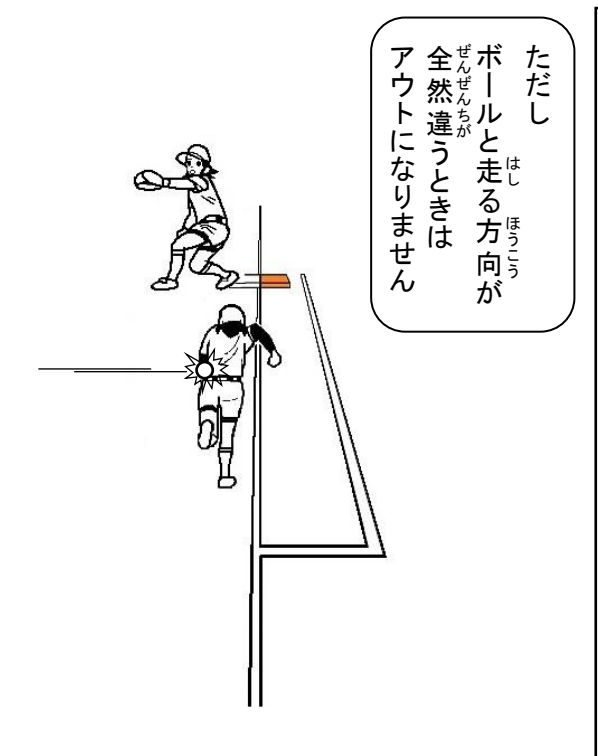
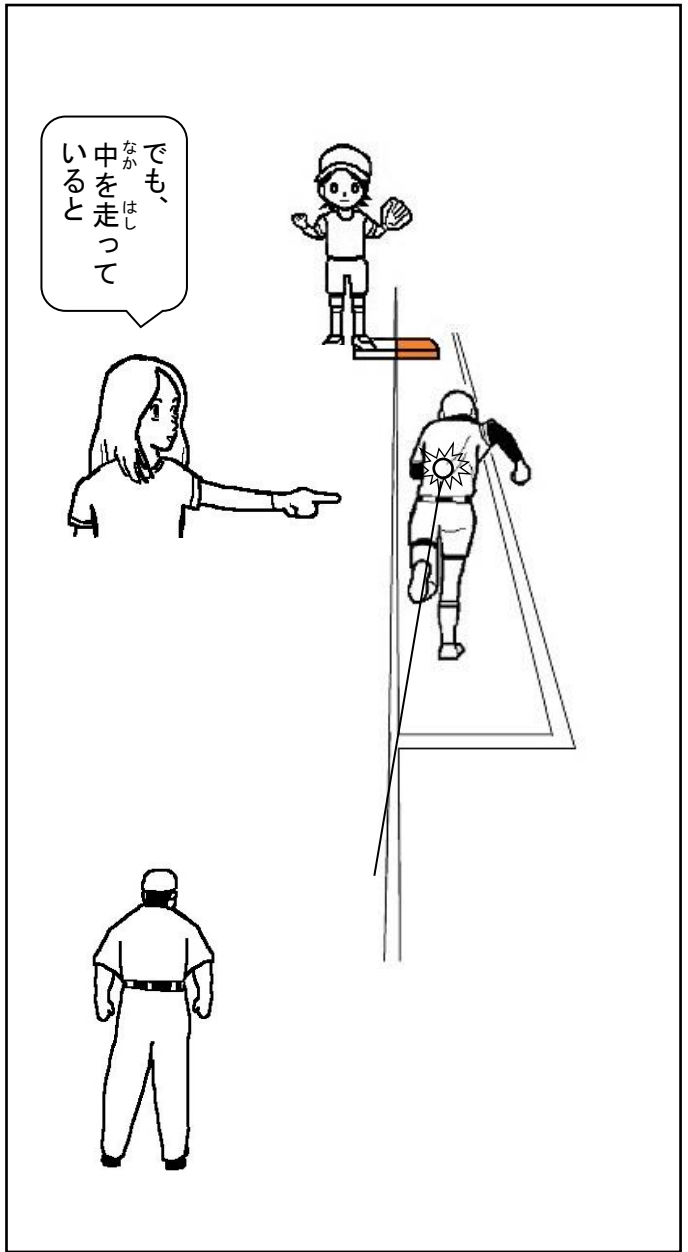
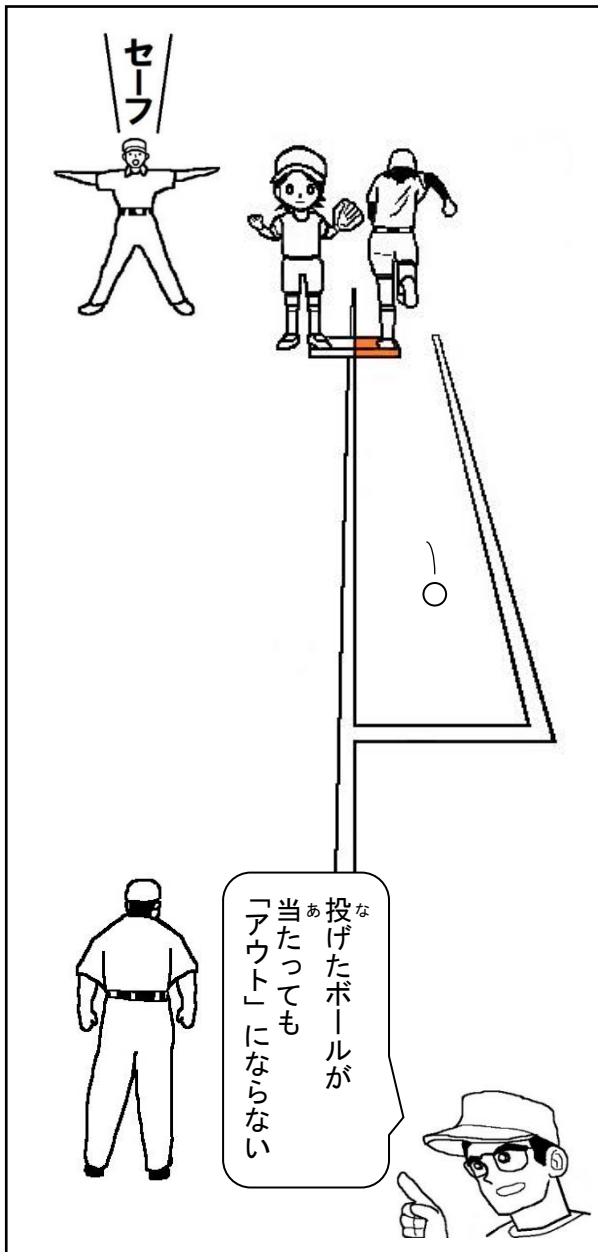
そのとき
バッターランナーは



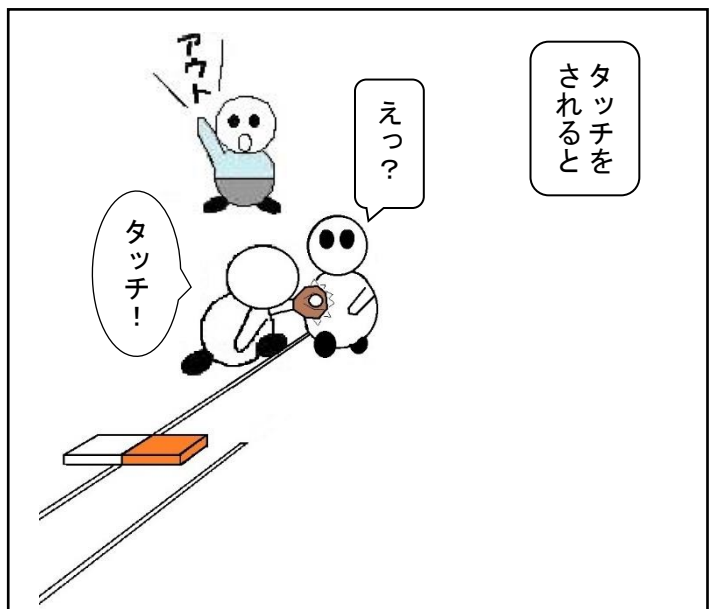
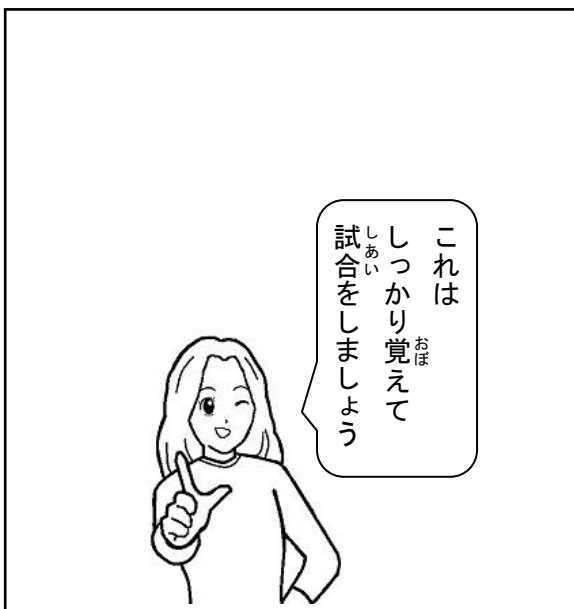
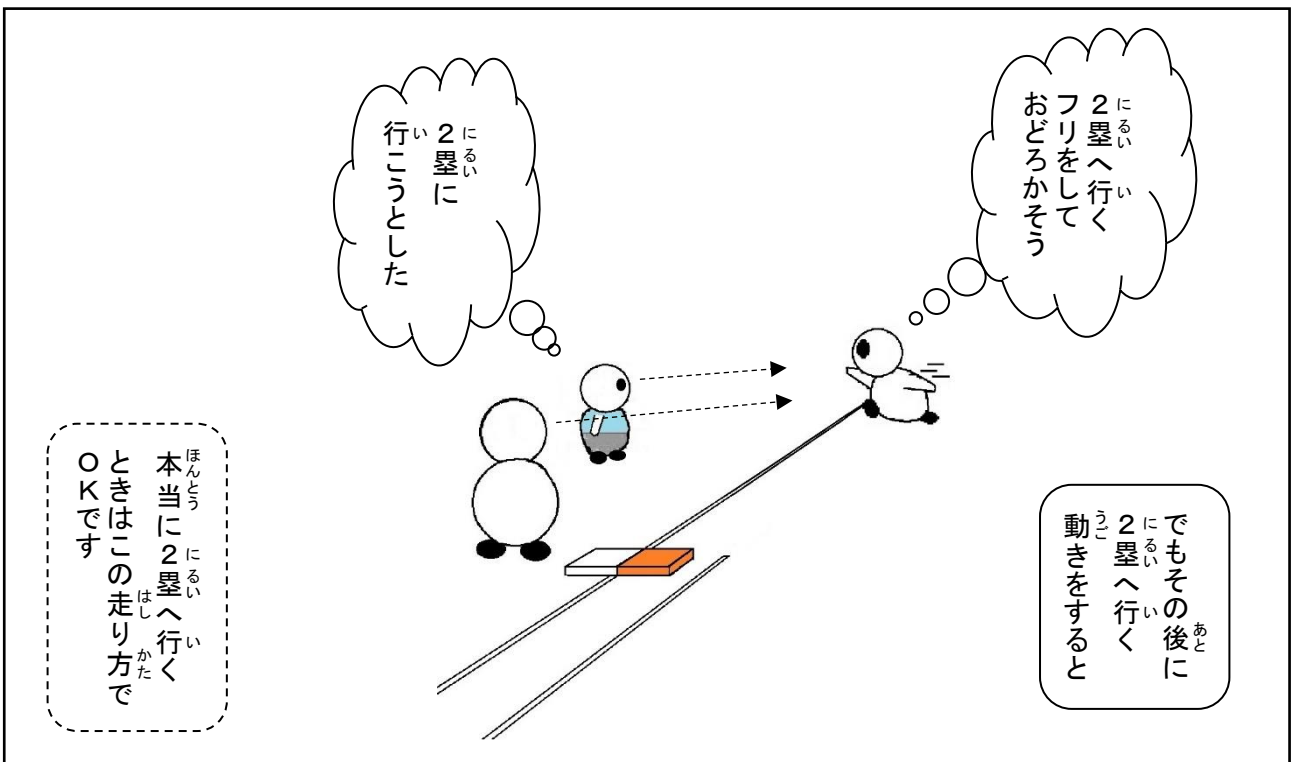
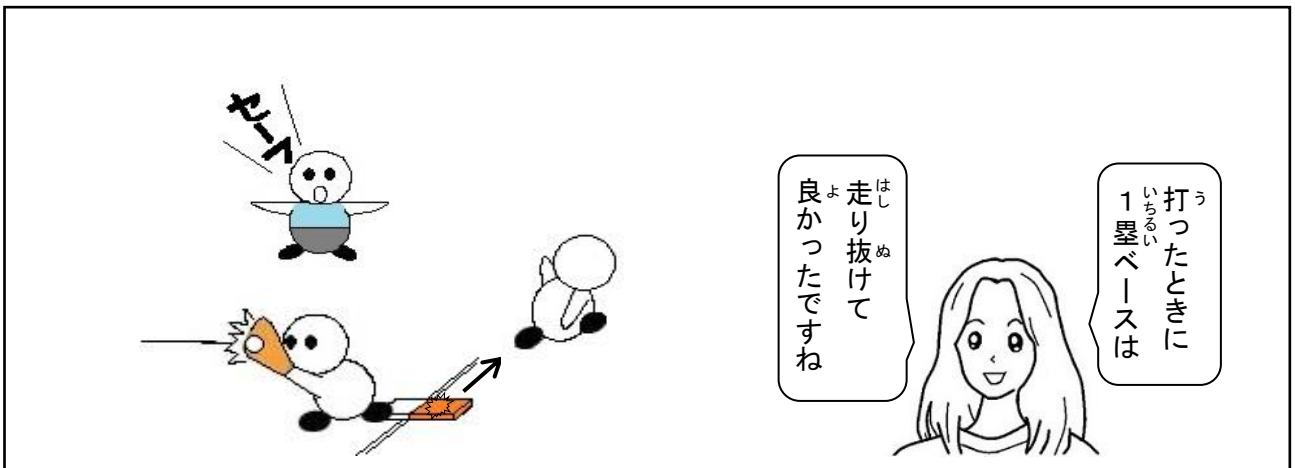
走り始めた
後は――



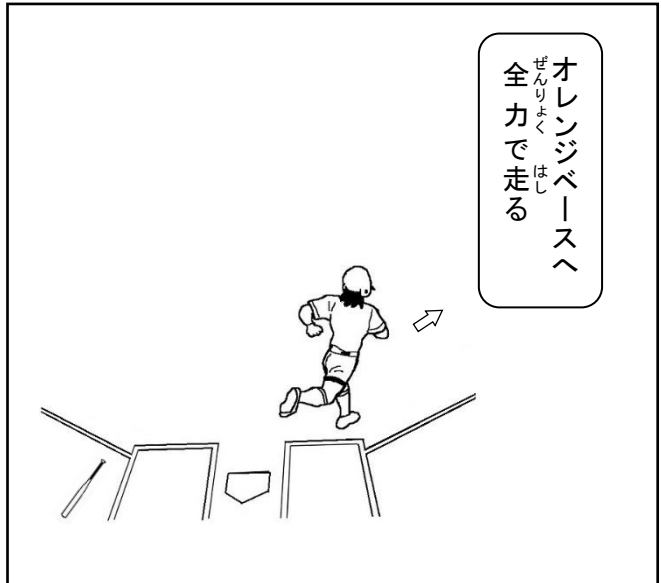
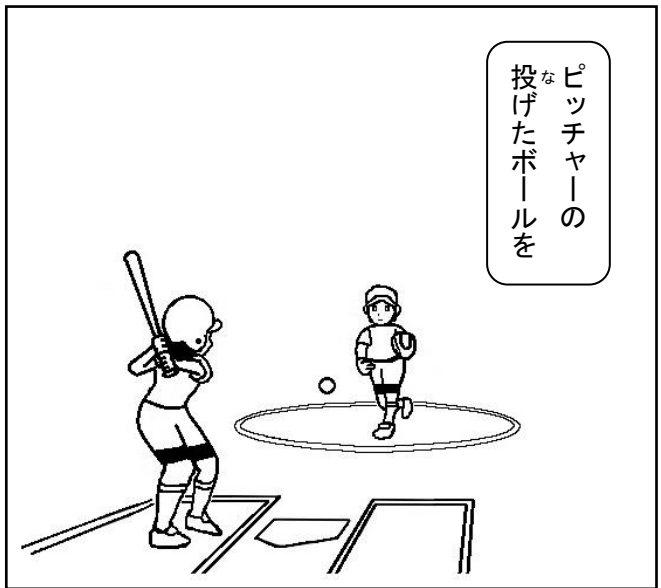
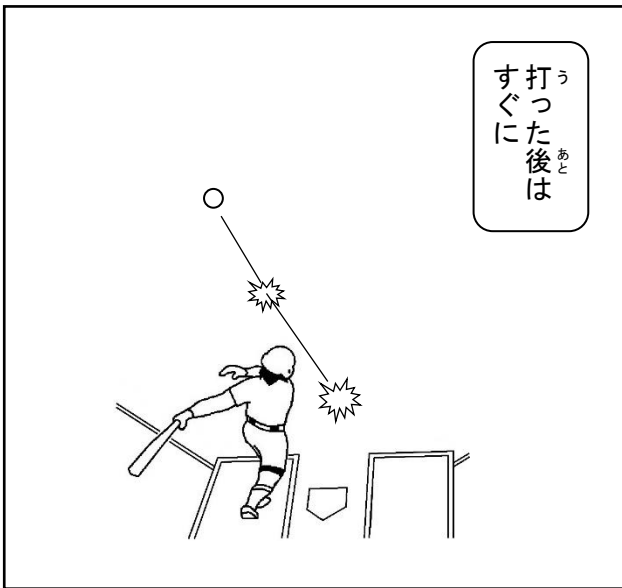
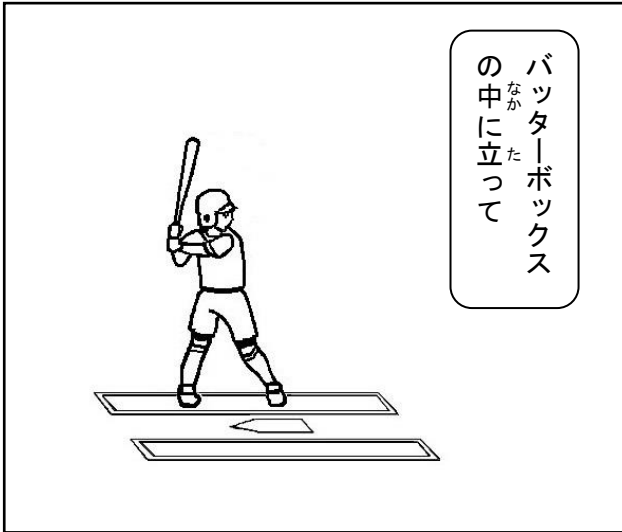


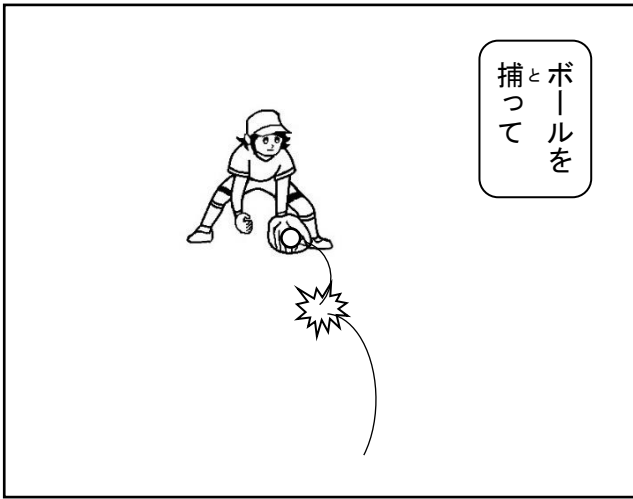


はしぬ
走り抜けていいのにアウト

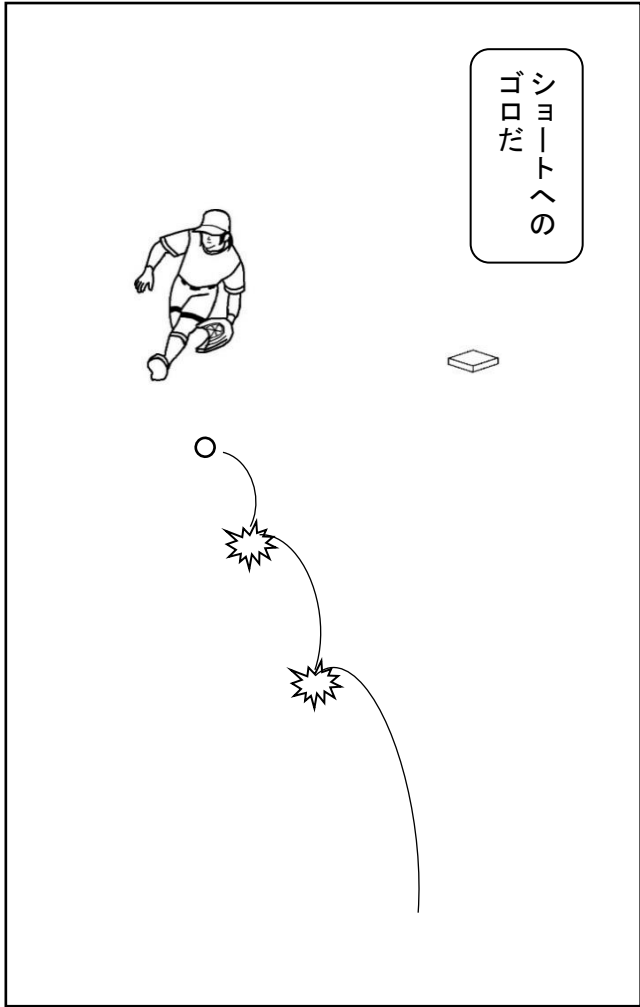


うご かた れい
 ゴロのときの動き方の例
 いちるい
 1塁でアウトのとき

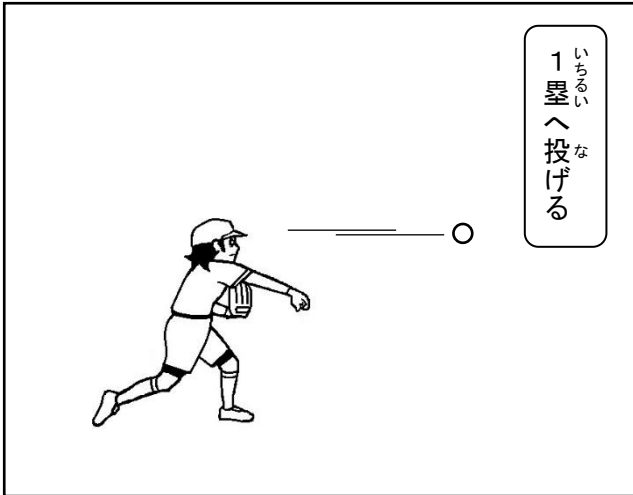




ボールを
と
捕って



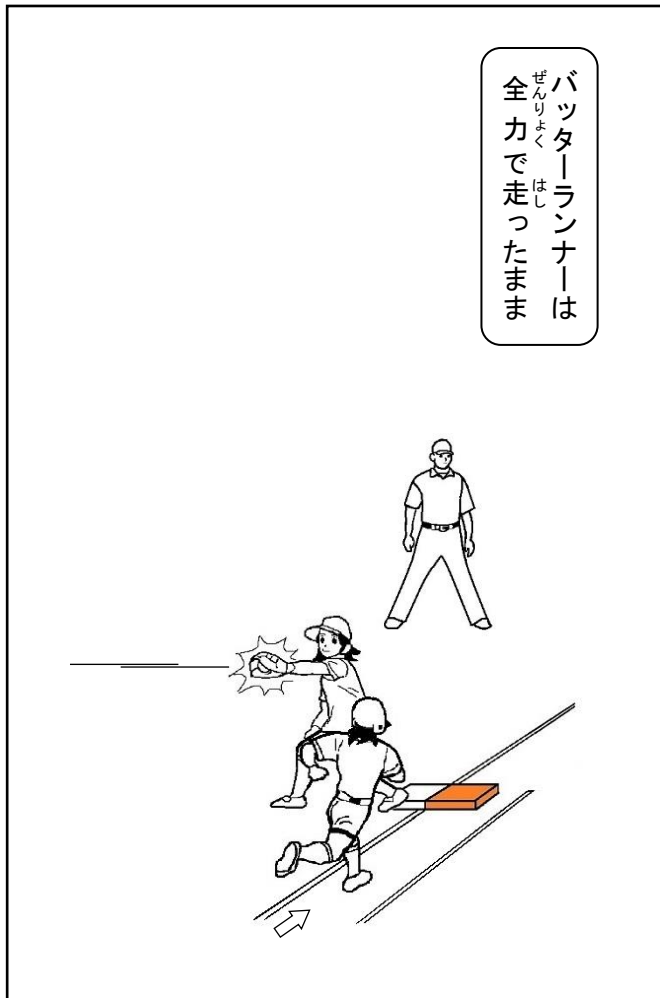
ショートへの
ゴロだ



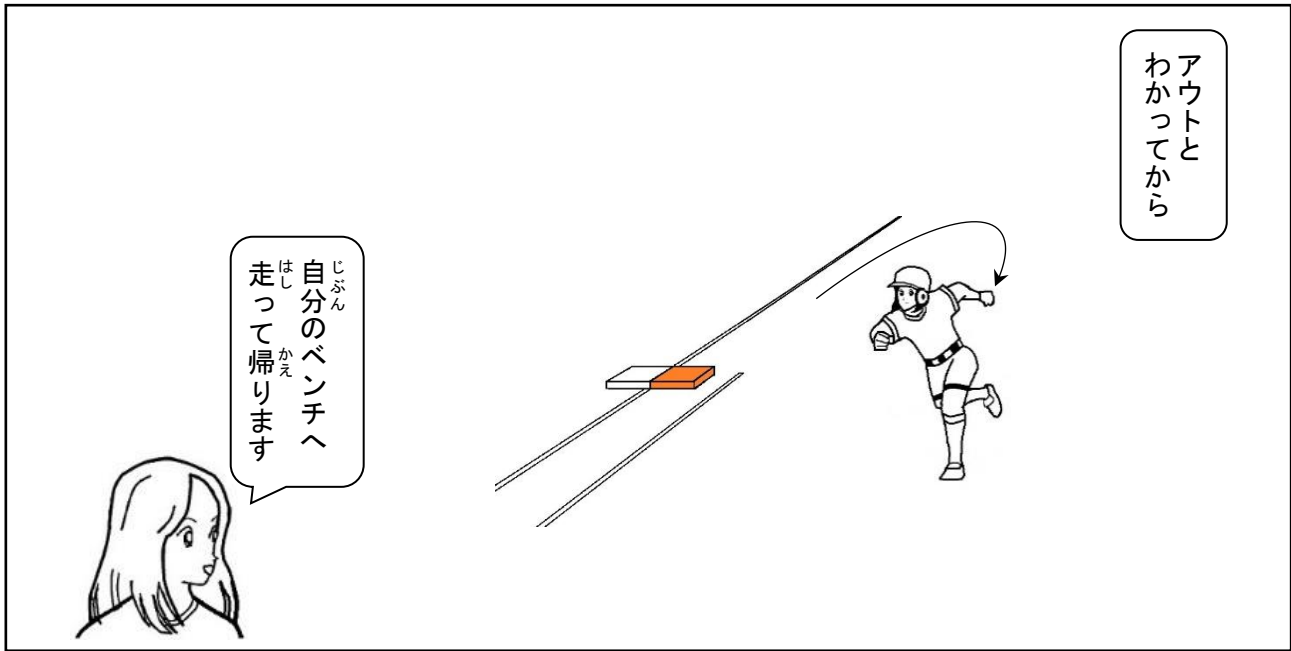
いちど
1塁へ
な
投げる



オレンジベースを
はし
ふんで走り抜ける

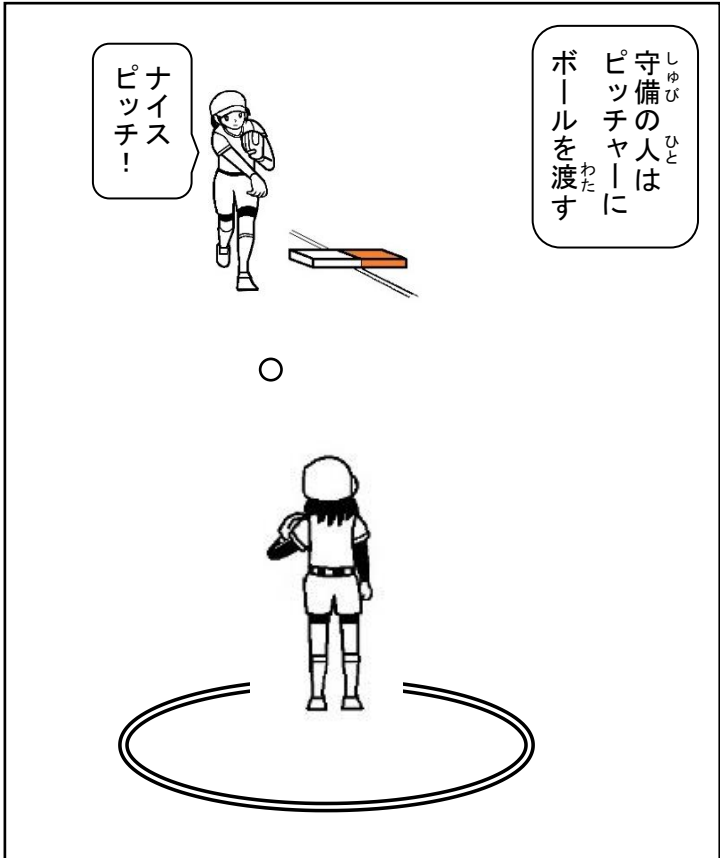


バッターランナーは
ぜんりよく
全力で走ったまま



アウトと
わかってから

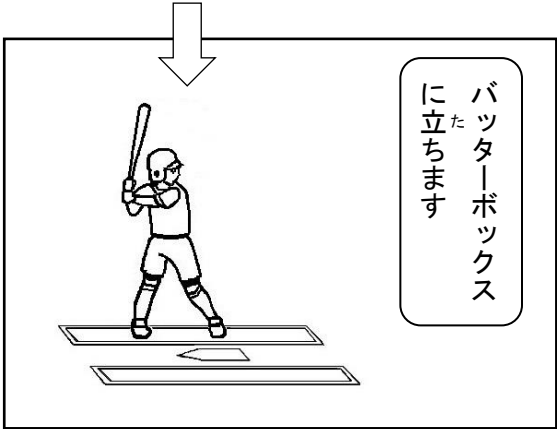
自分のベンチへ
走って帰ります



守備の人は
ピッチャーに
ボールを渡す

ナイス
ピッチ!

すぐに
次のバッターが



バッターボックス
に立ちます



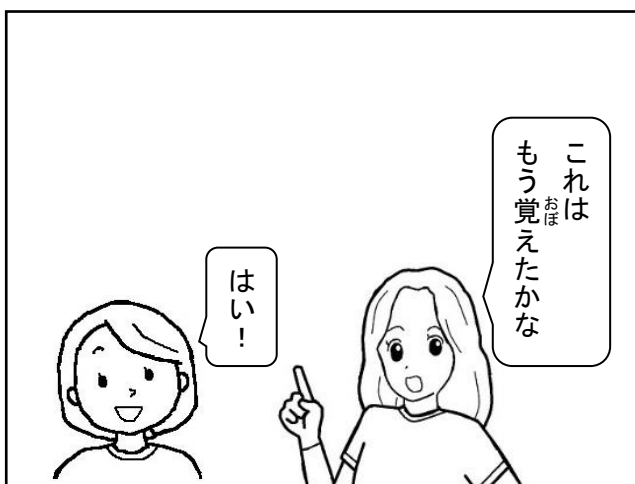
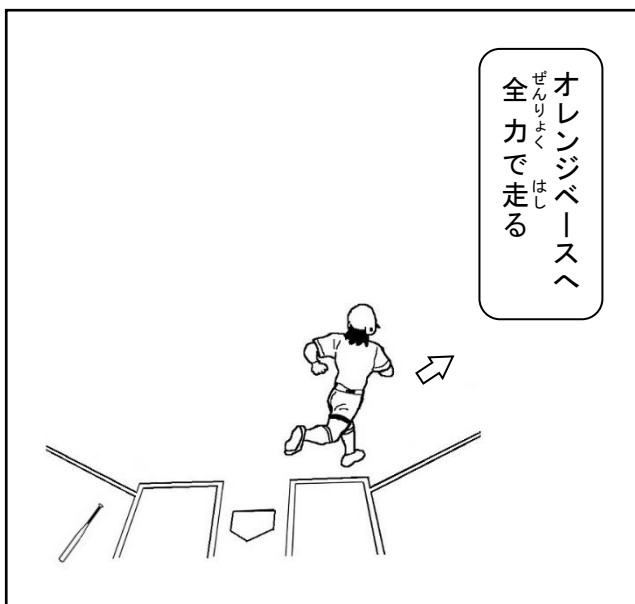
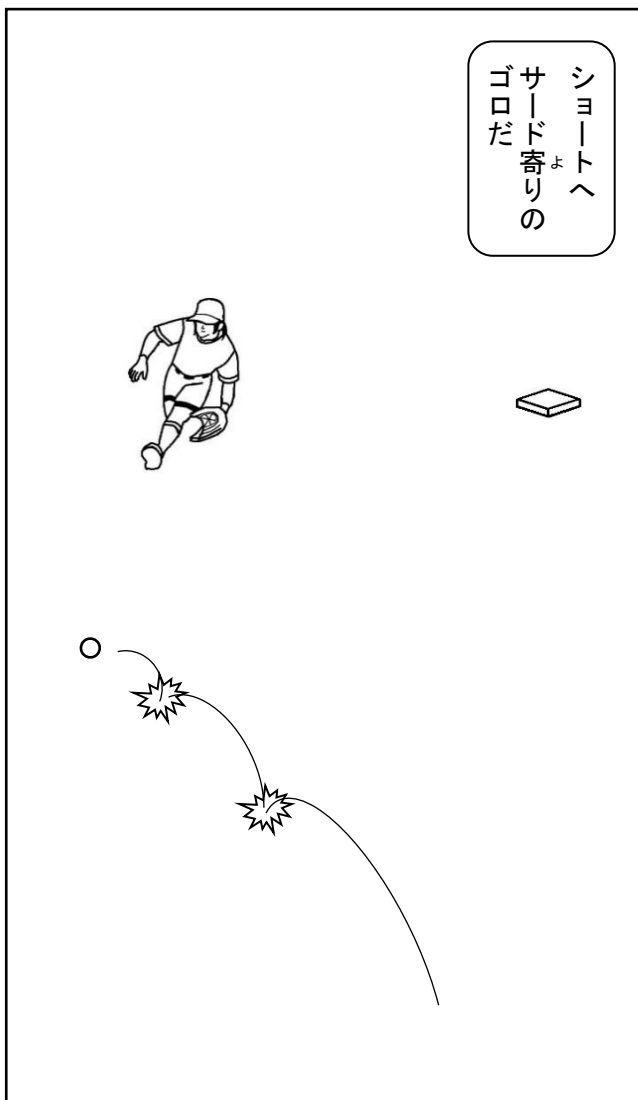
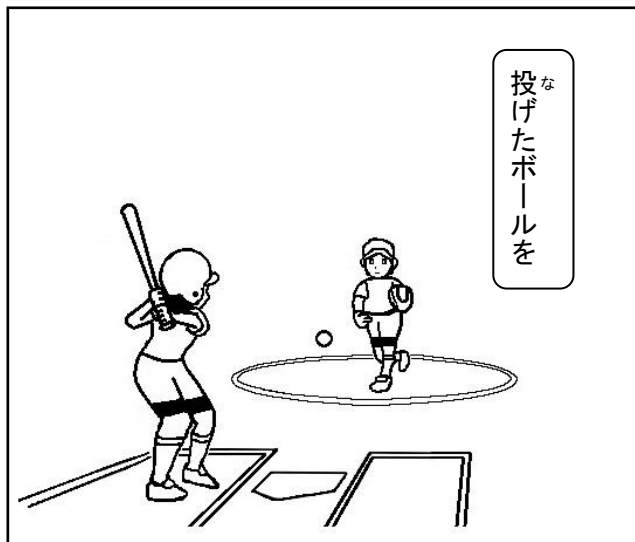
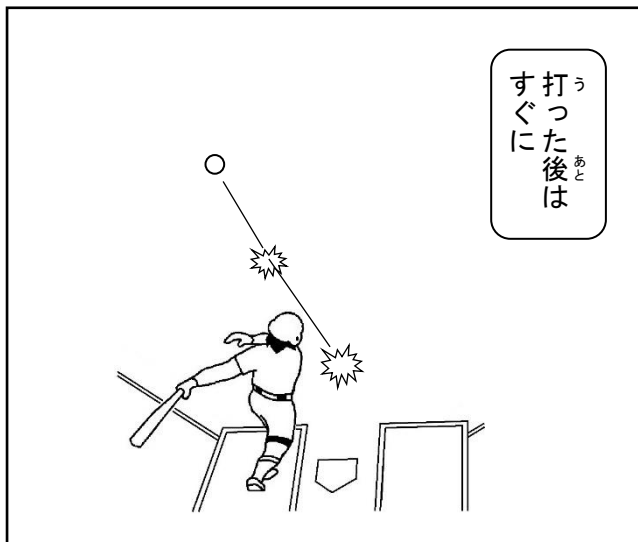
次は
セーフのときを
見てみよう

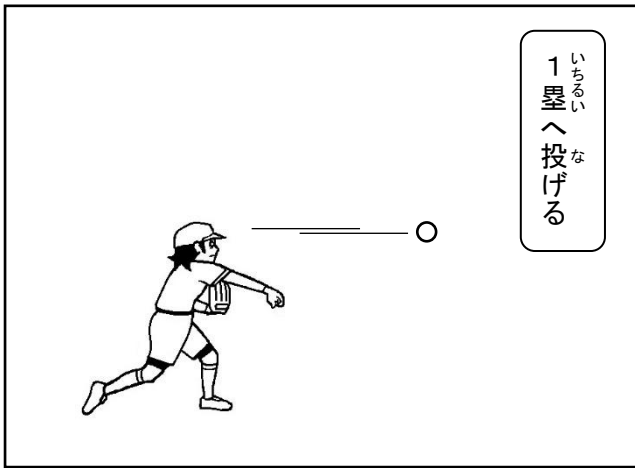


このとき
バッターボックスへ
走って行くのは

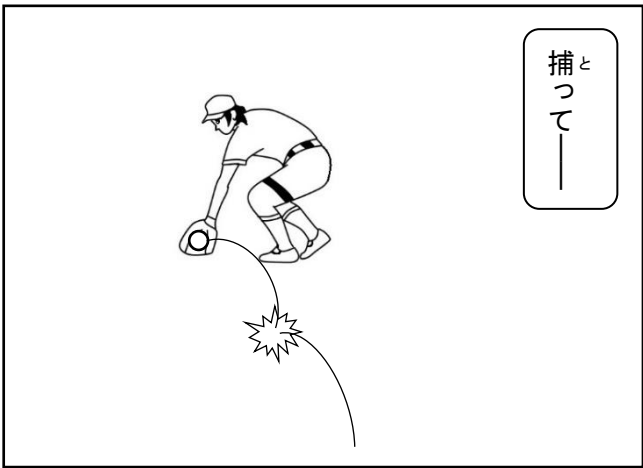
前に教えたように
しましょう

いちるい うご かた れい
1 塁がセーフのときの動き方の例

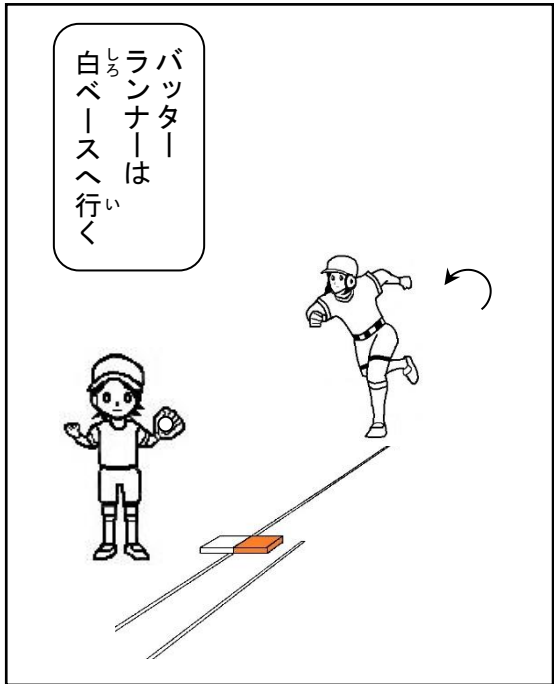




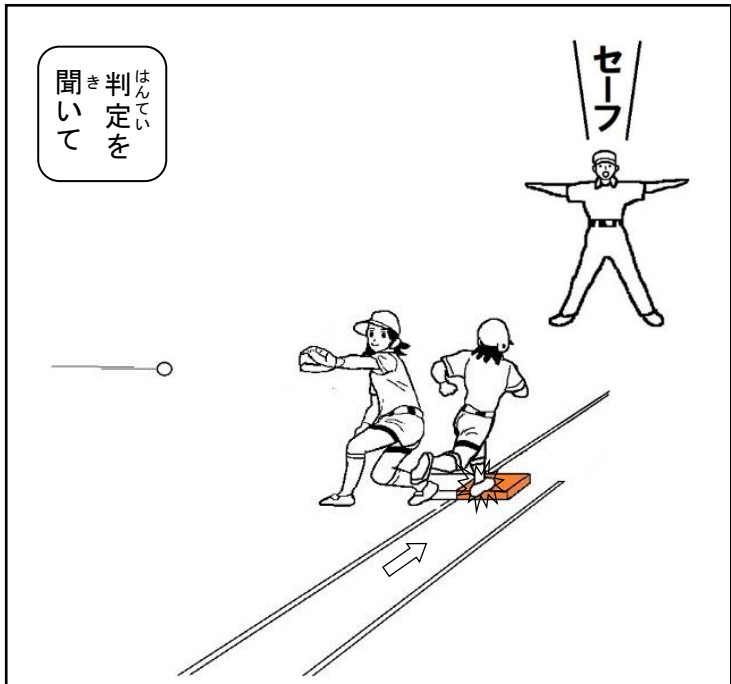
いちいち
1塁へ投げる



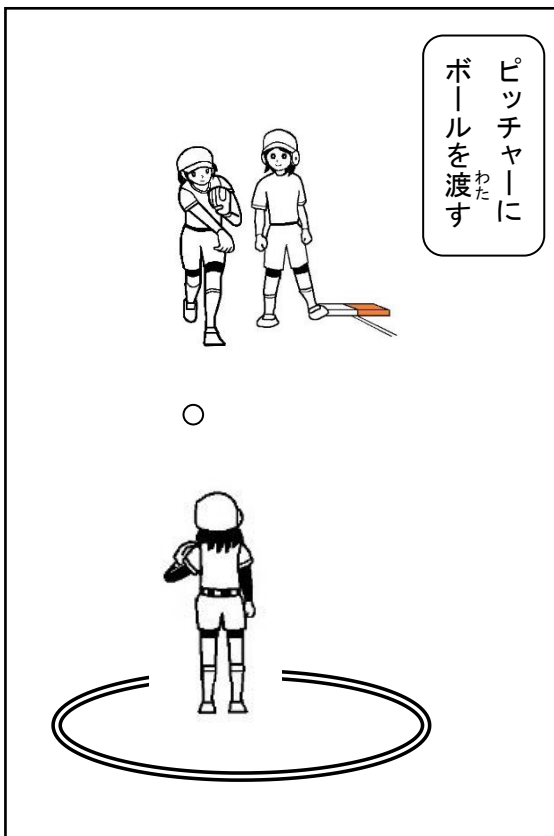
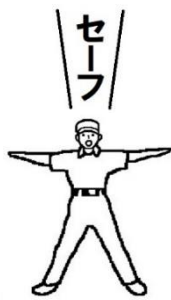
と
捕ってー



バッター
ランナーは
白ベースへ行く



判定を
聞いて



ピッチャーに
ボールを渡す



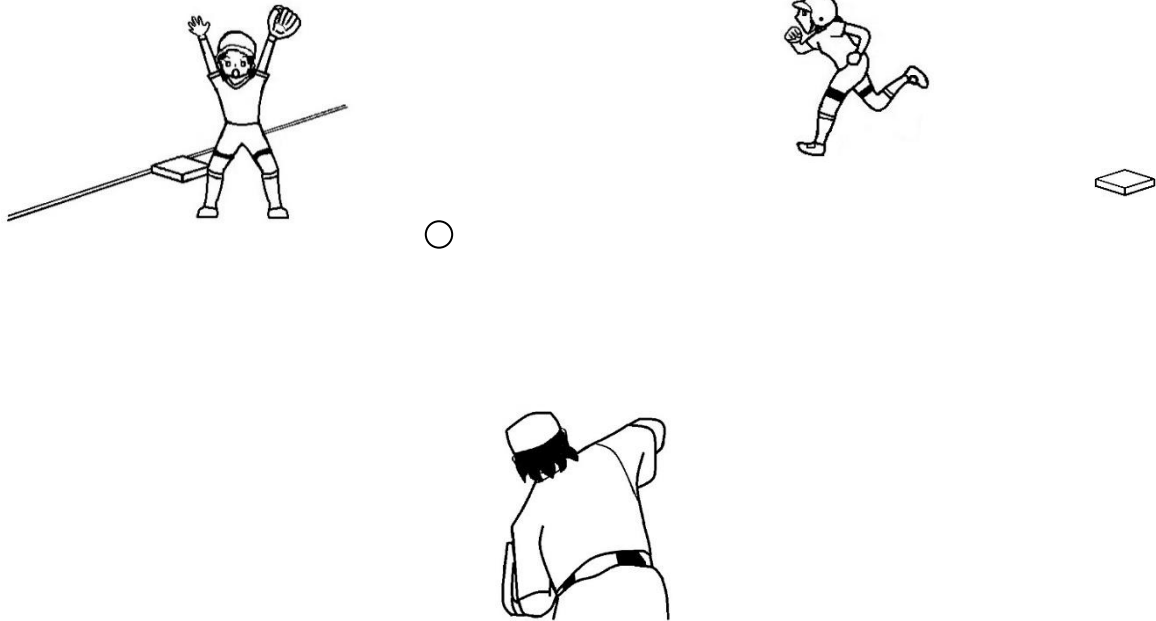
守備は
2塁ベースに
野手の誰か行く
(このときは
セカンドだ)



ファーストは
白ベースに立っ
ているのを見てから

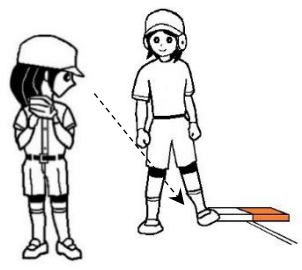
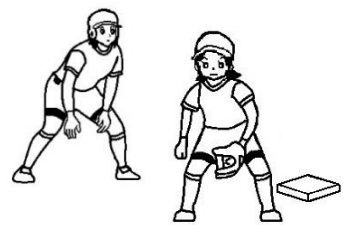
でも、ランナーが他に
いるときは

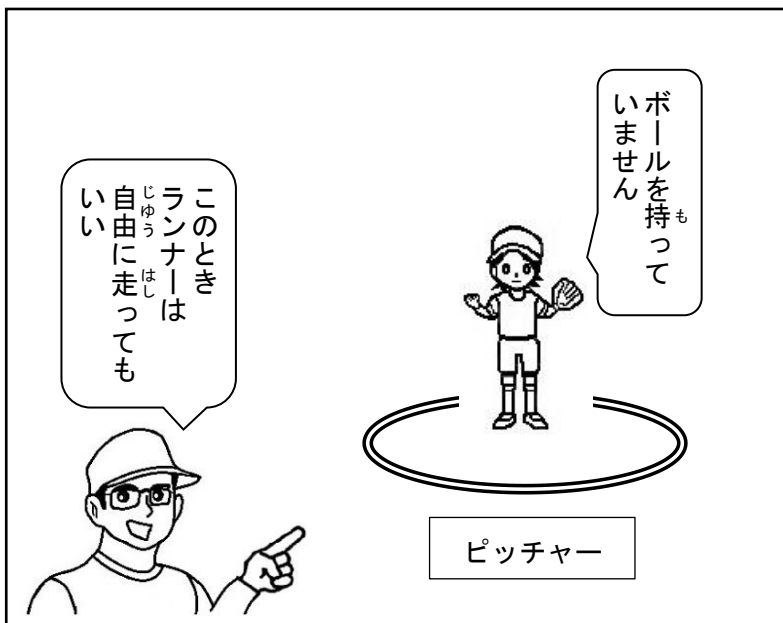
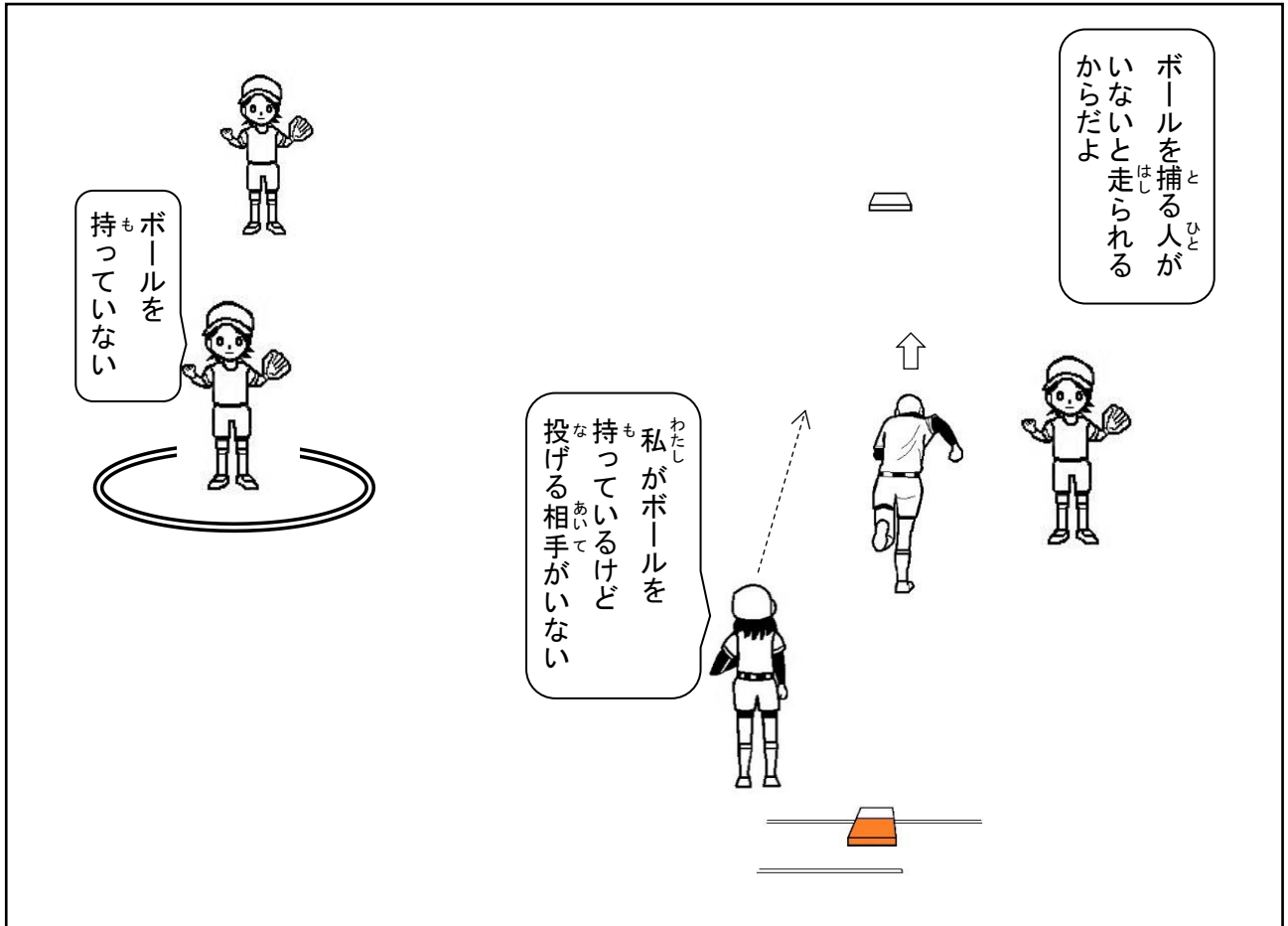
先にランナーの
動きを見て
プレイをすること



他のランナーに
走る動きがない
ことを見てから

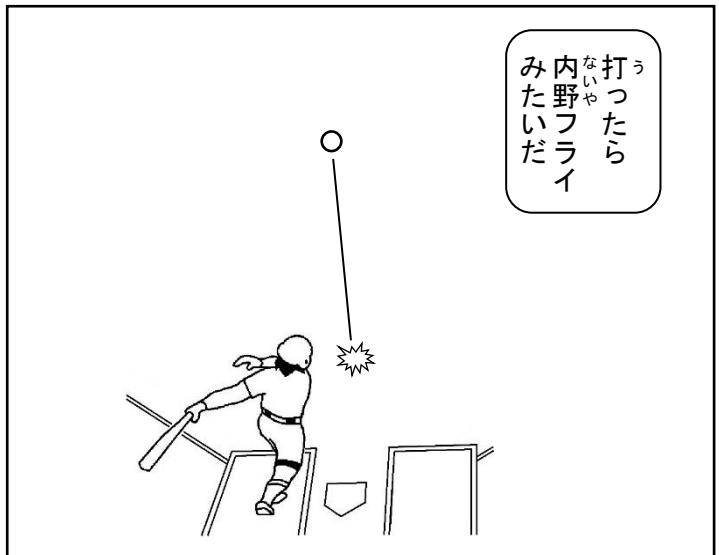
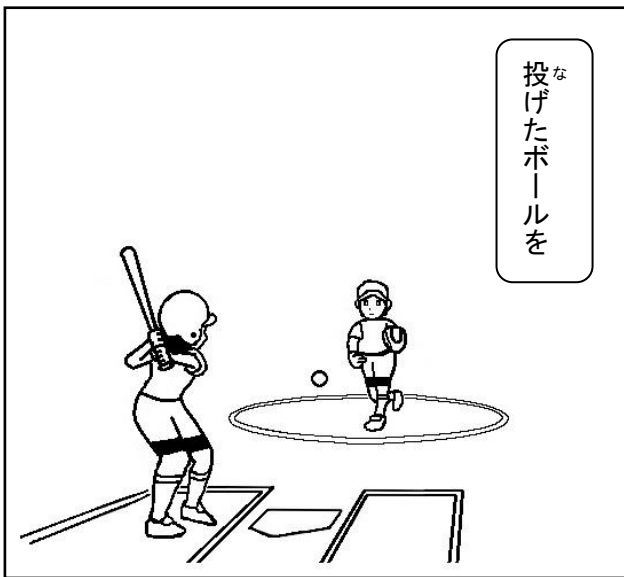
白ベースに立って
いるのを見ましょう

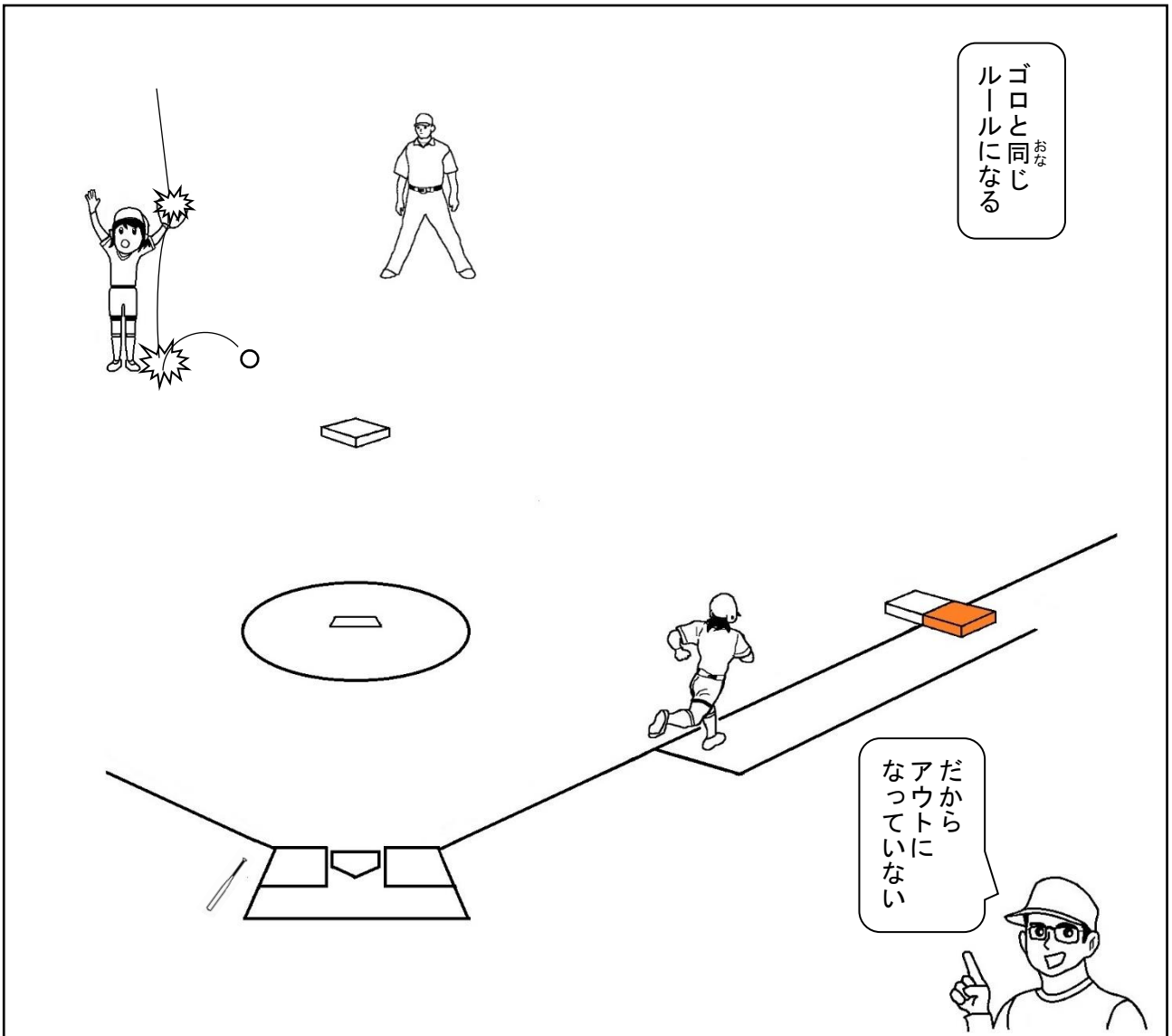




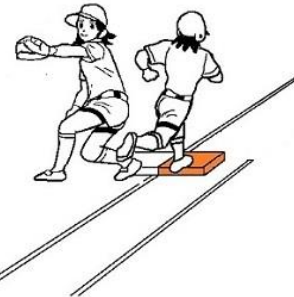
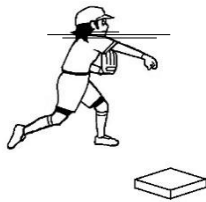
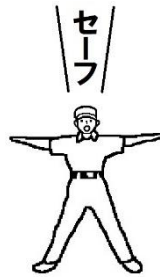


エラーのとき気をつけること

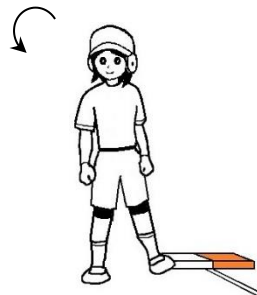




フライの
時間があるので
セーフのときが多い



そして
ランナーになる
ことができる



「こういうのを
「エラー」といいますね

守備の人は
こういうときに

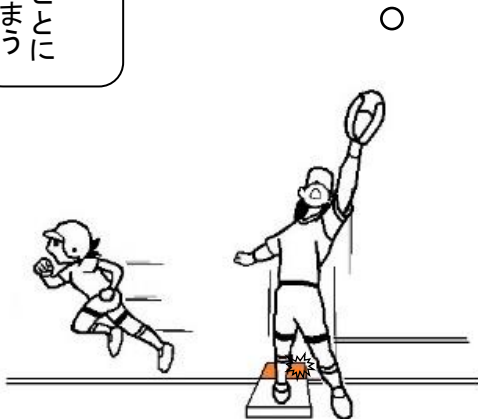


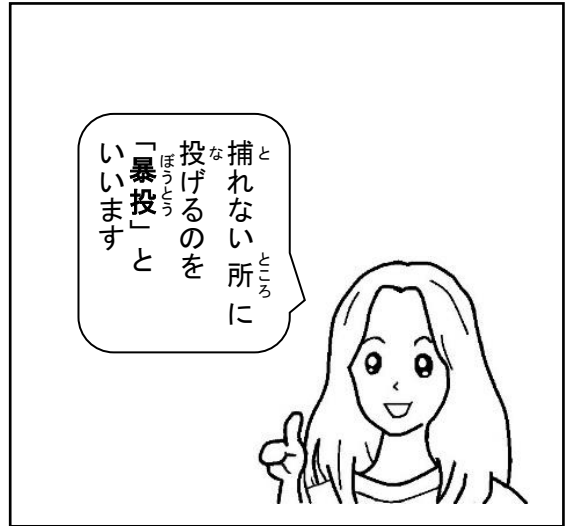
あわてて
投げると

やばー...

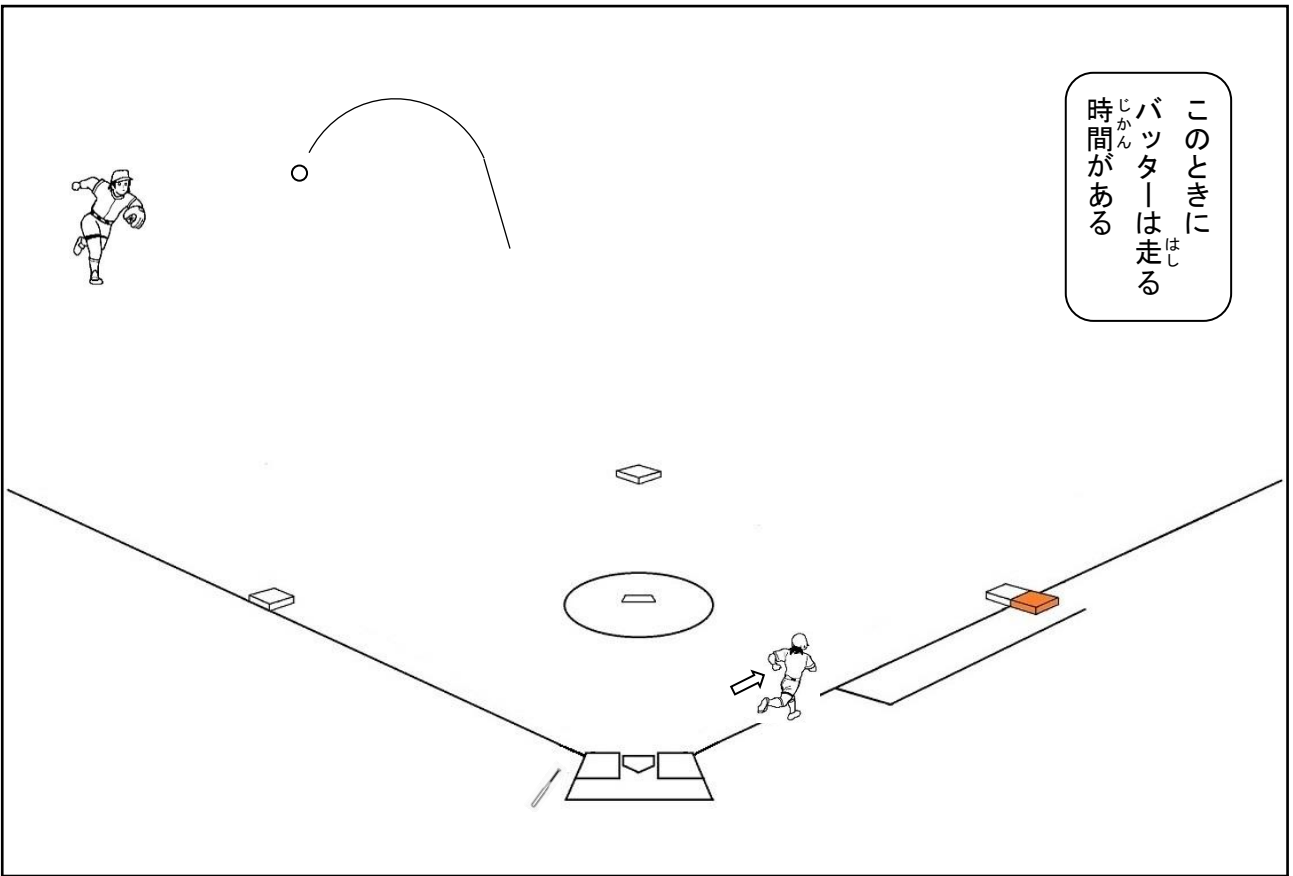


もっと
大変なことに
なってしまう

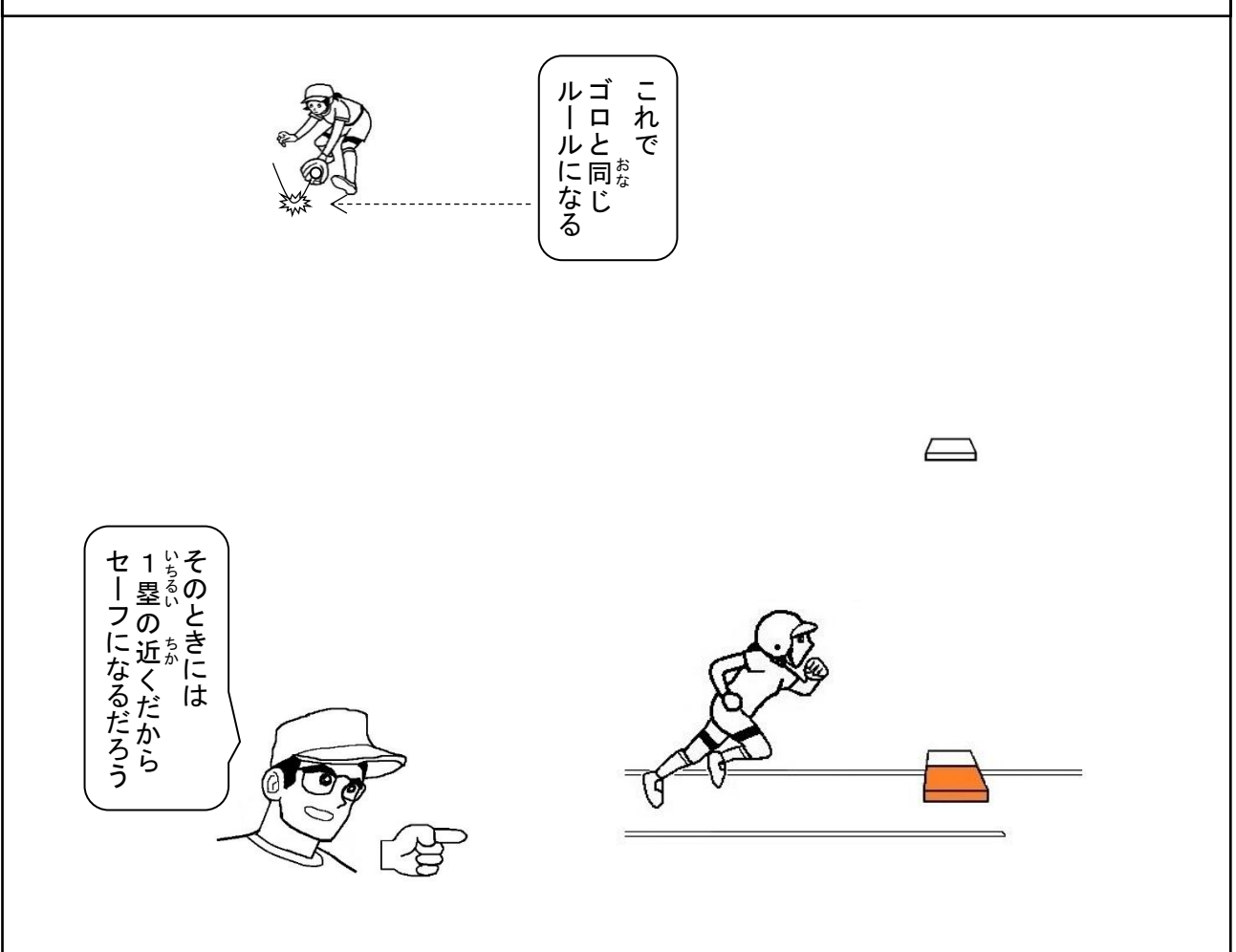




がい や やしゆ れい
 外野へのヒットで野手がすることの例

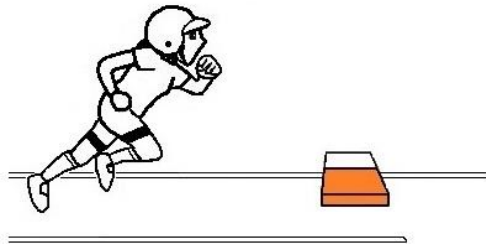
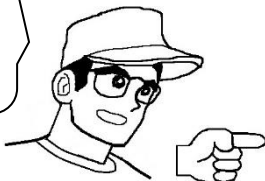


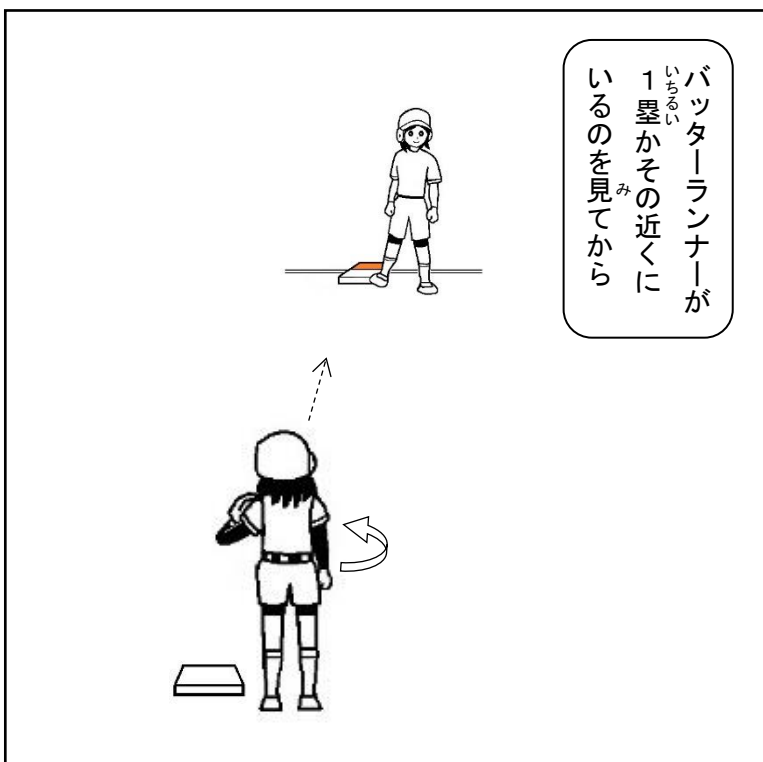
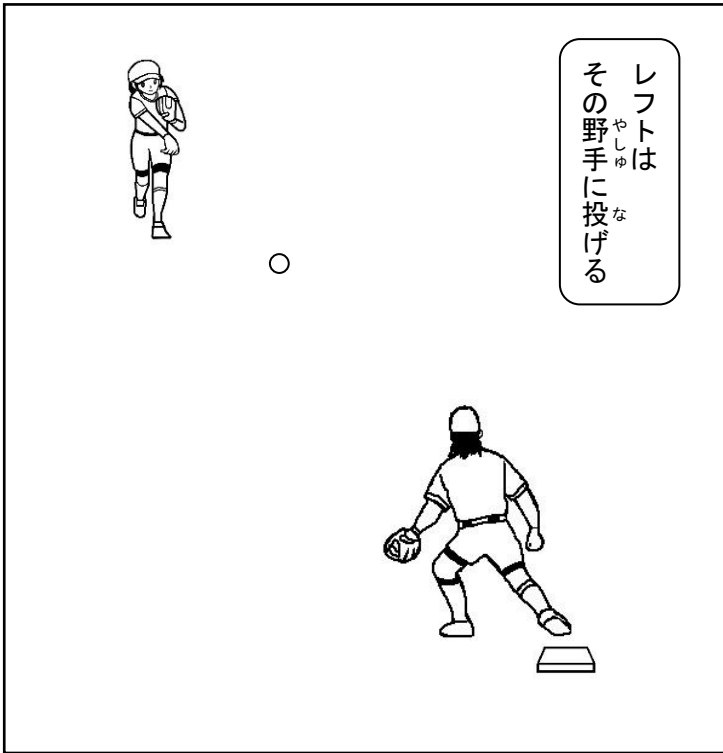
このときに
 バッターは走る
はし
 時間がある
じかん

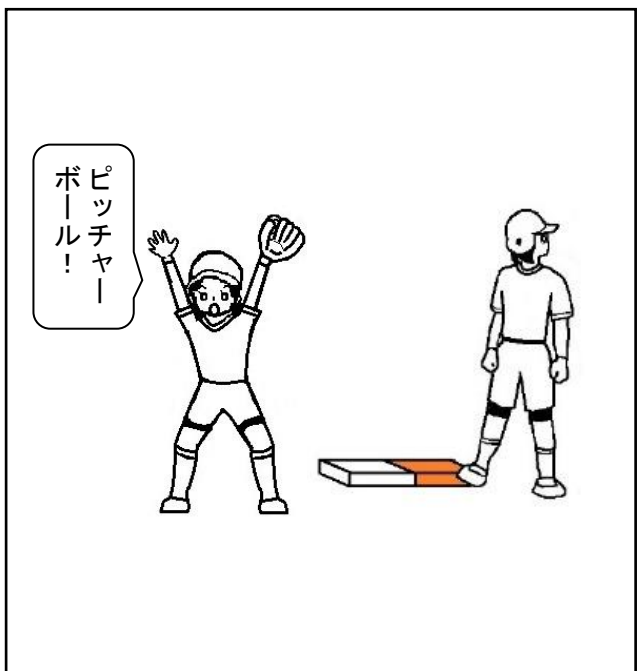
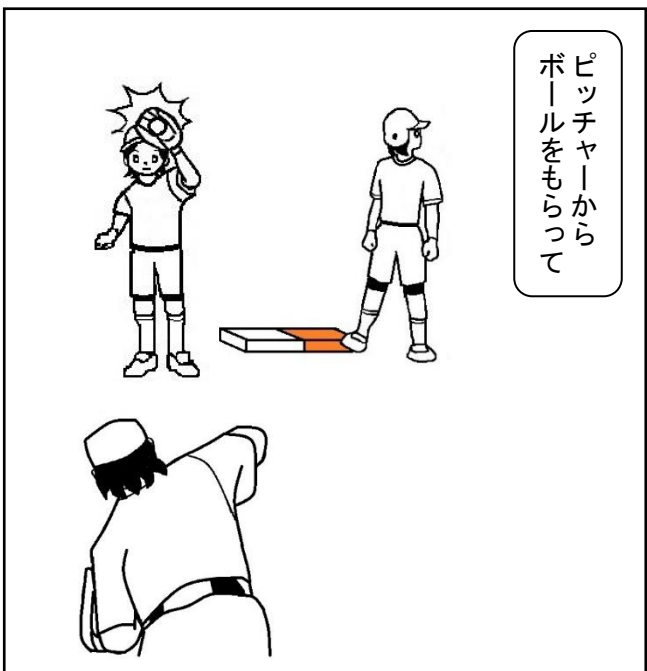
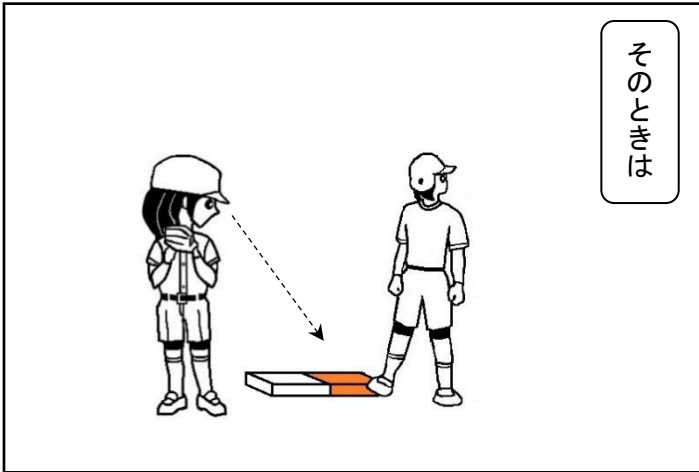
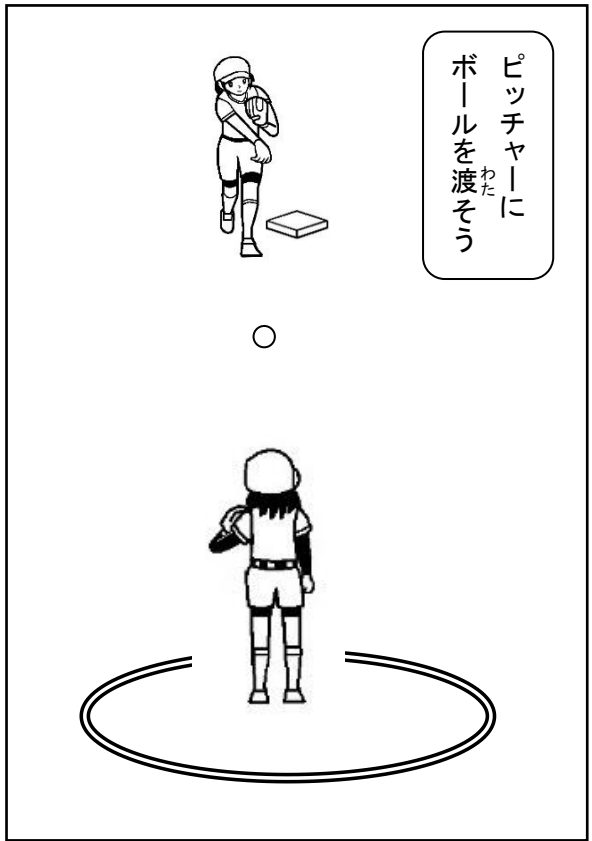


これで
おな
 ゴロと同じ
 ルールになる

そのときには
いちばん
 1塁の近くだから
 セーフになるだろう



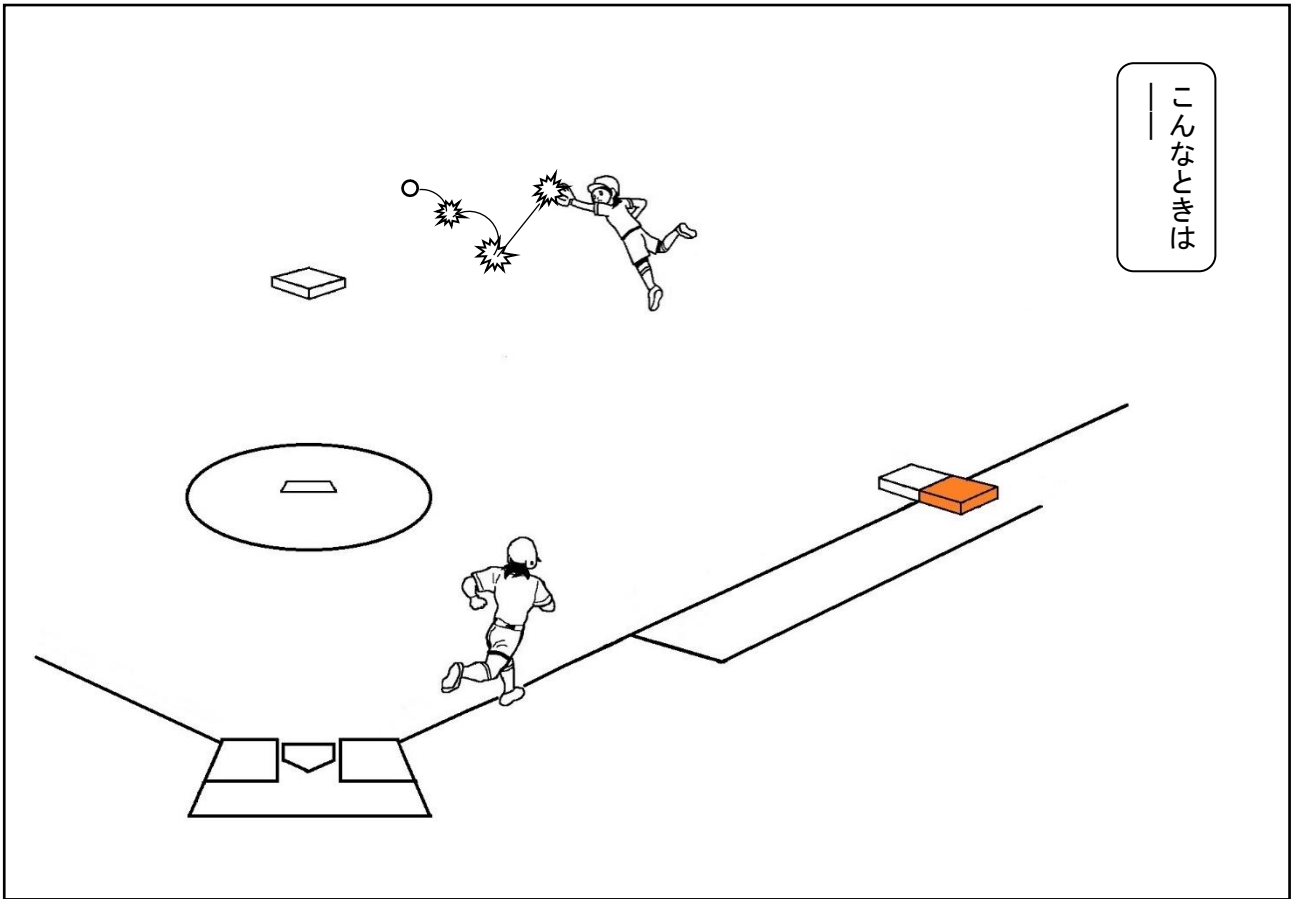






ヒットで野手がすることの例2





こんなときは

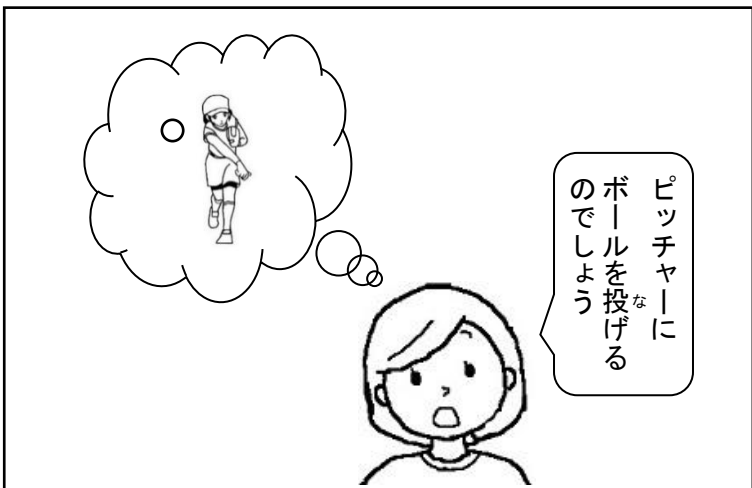


もう1塁は
ダメね

セーフになる
ときがある



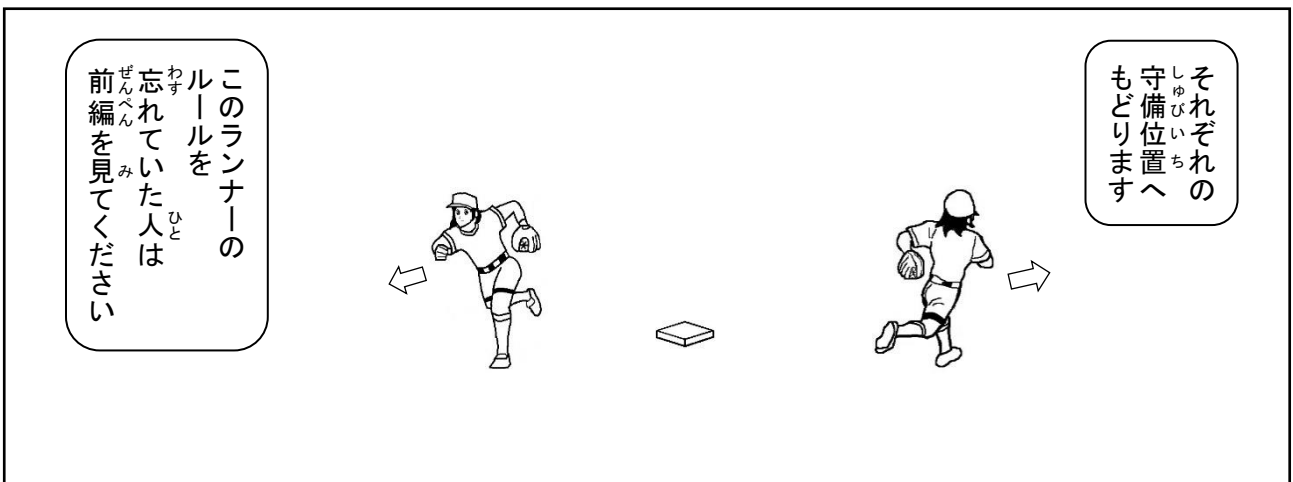
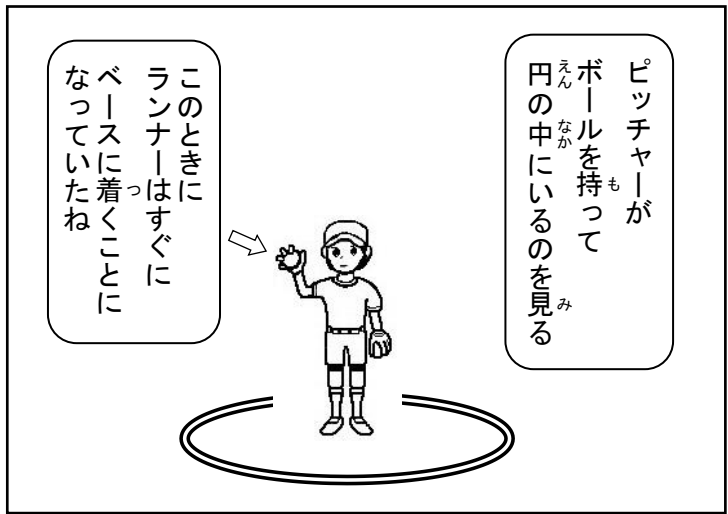
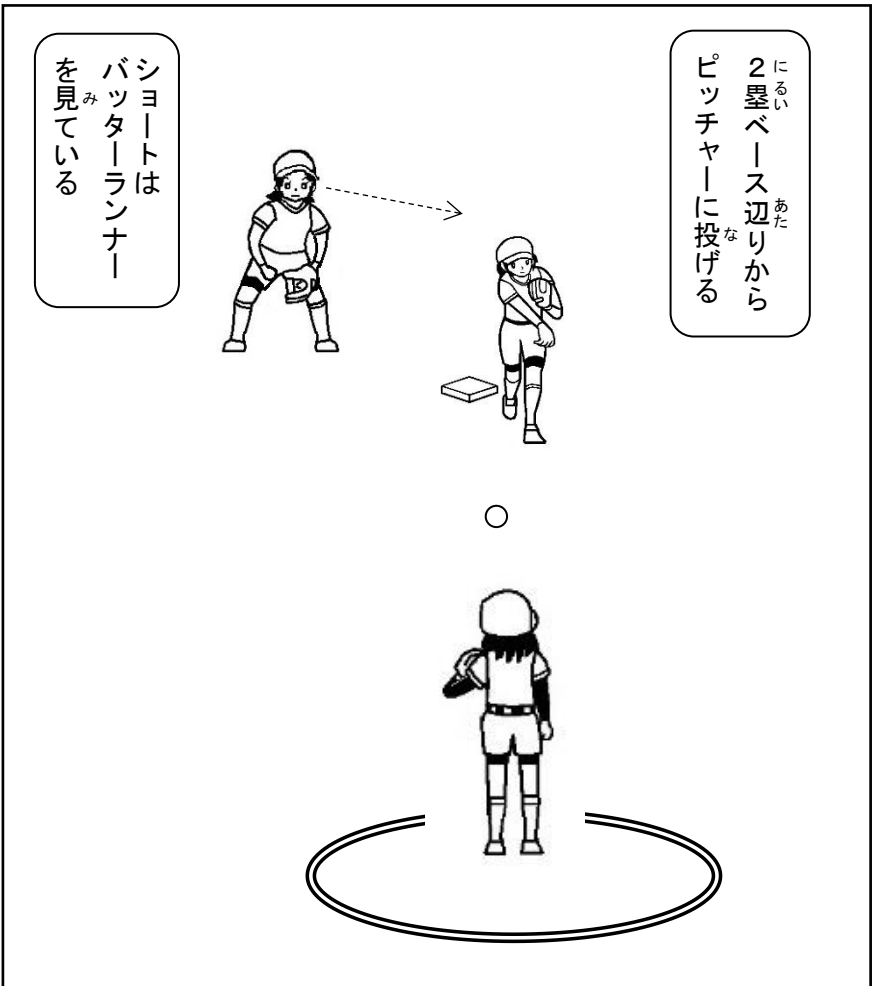
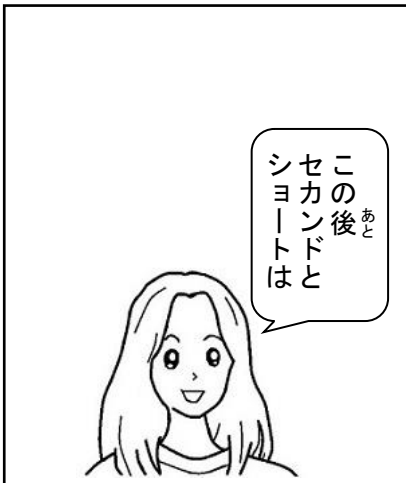
ボールを拾いに行く
時間があるから



ピッチャーに
ボールを投げる
のでしよう



ここからの
野手の動きの
例を見よう

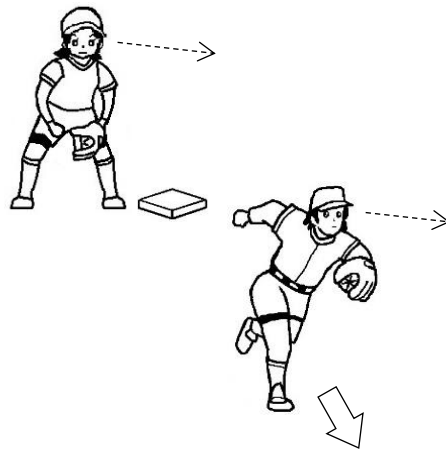


やしゅ 野手がすることのれい 例3

ここでもうひとつ
私のオススメを
紹介しておこう

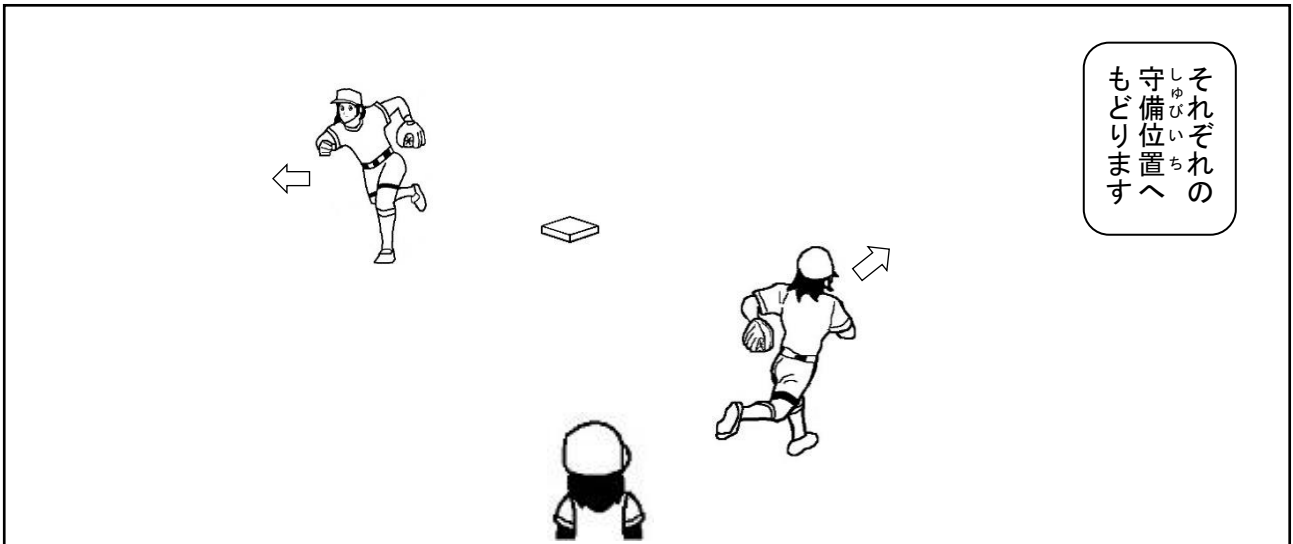
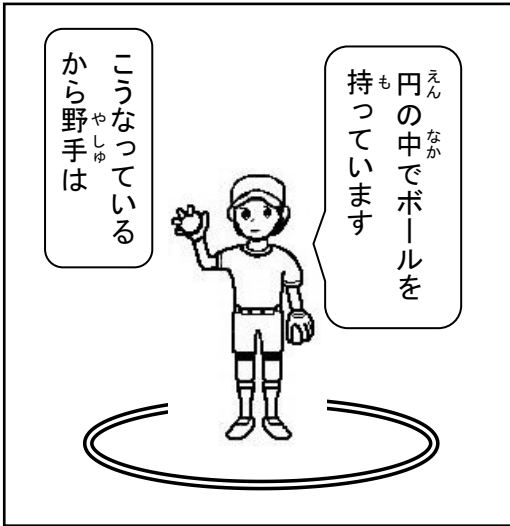


このときは
ショートが
2塁ベースに
いること



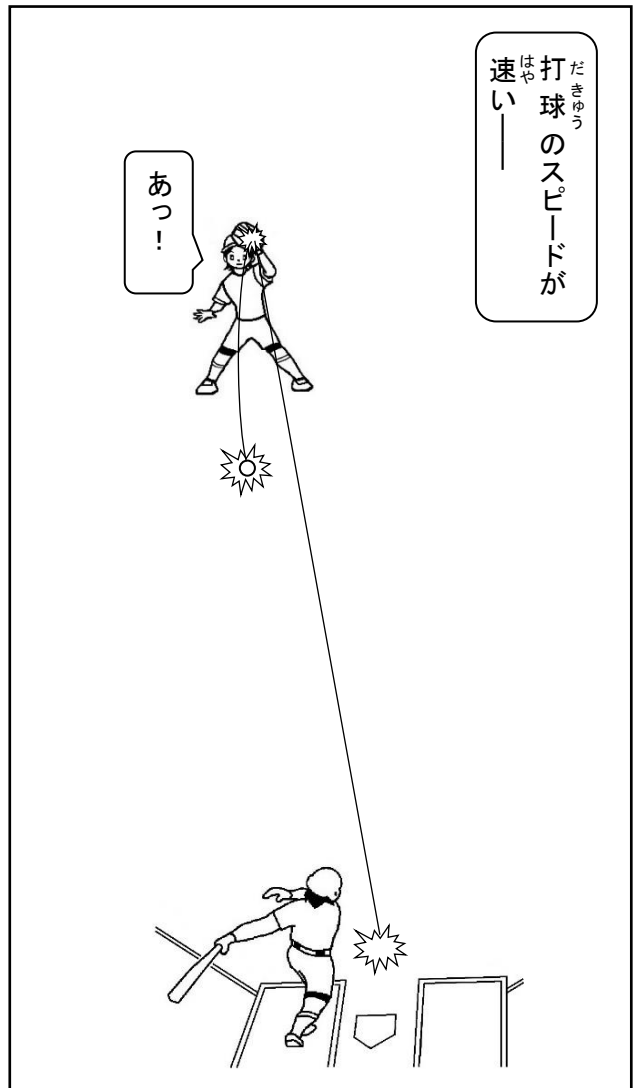
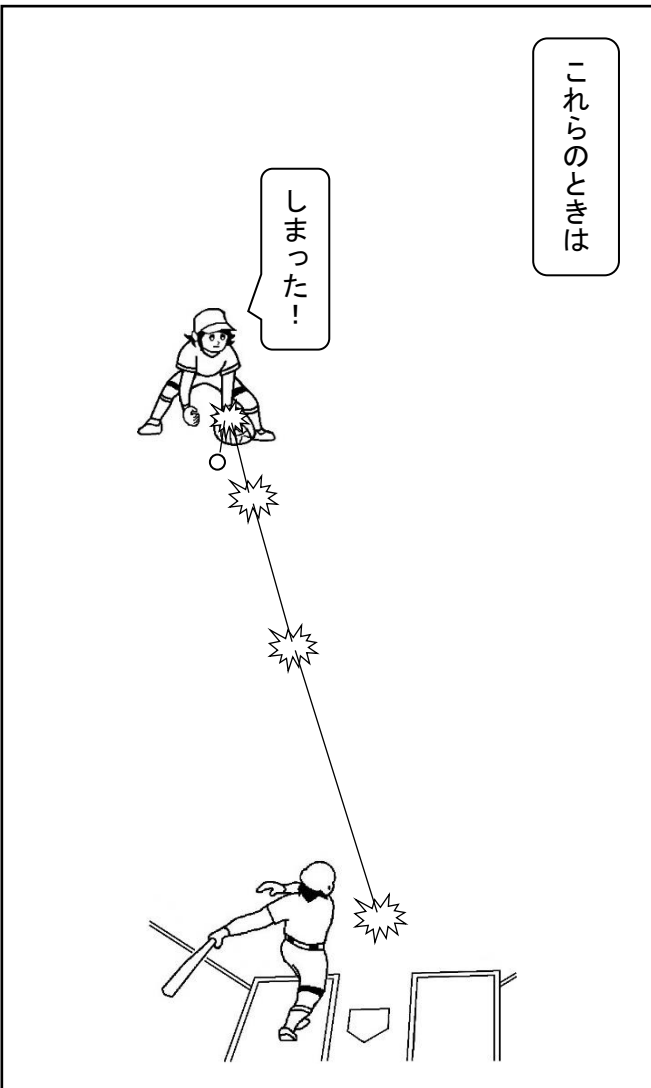
投げないで
ボールを持ったまま
ピッチャーの所へ
走って行って

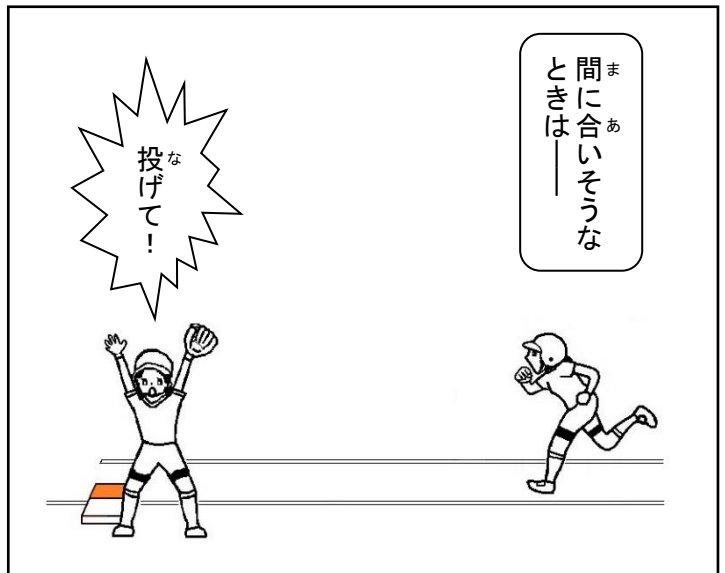
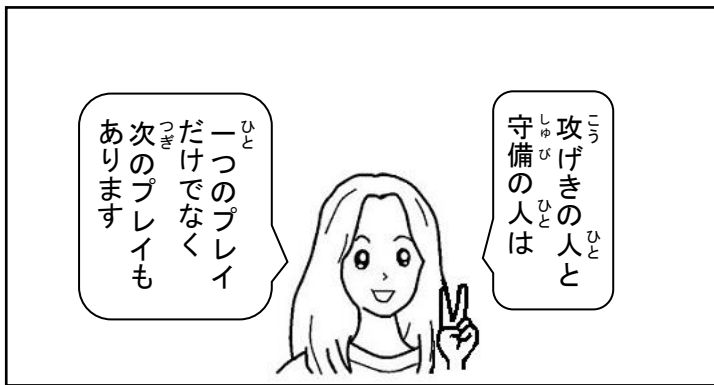
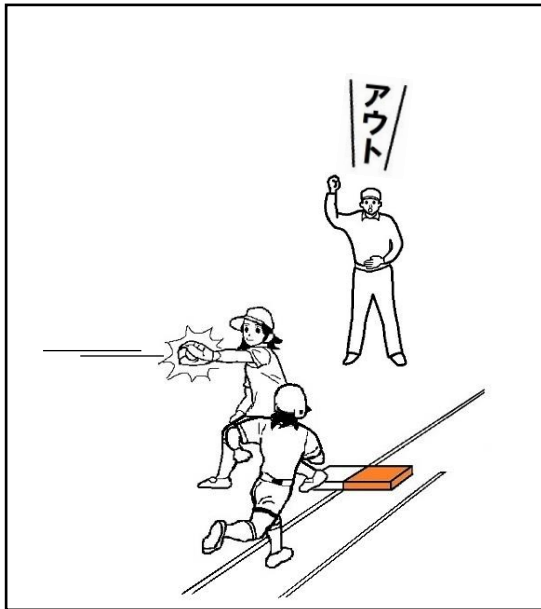






おちついて投げる例








4. 「振り逃げ」のとき

「振り逃げ」といわれて
 いますが正式には
 「第三ストライクルール」
 です

試合では
 大切なことです



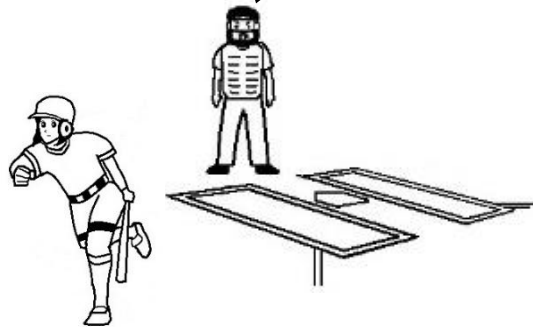
三振のときに
 1塁へ走ることが
 できる「振り逃げ」の

ルールやすることを
 もう少し
 教えておこう



1塁へ走る
 チャンスがあるのに

ストライク
 スリー!!



「正しく捕れない」
 ときのほとんどは

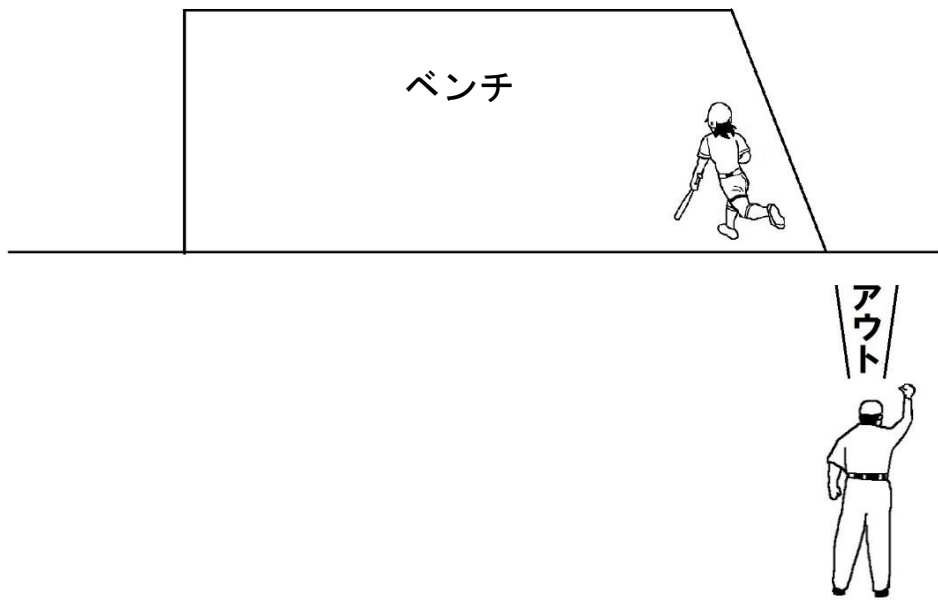
バッターの
 見えない所で
 起きるので



ベンチ

気がつかないで
 ベンチに帰ると
 アウトになる

アウト



ランナーコーチが
おし
教えるとか



どうすれば
いいの？

後ろだから
み
見えないね



このときも
ほか
他の人が声で
おし
教えるんだ



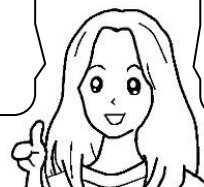
知っている
ことです

そのためには
ぜん
全員が振り逃げの
ルールを

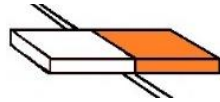


ベンチにいる
ひと
人たちも

こえ
声を出して
おし
教えましょう



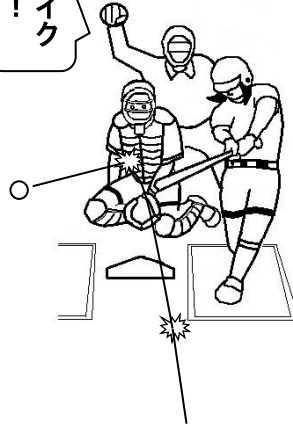
いちるい とくべつ つか かた
1塁ベース（ダブルベース）の特別な使い方



ダブルベースの
特別な使い方
をおし
教えておこう



ストライク
スリー!



振り逃げのときに
ボールの位置での



ふた
二つのケースを
見み
てみよう



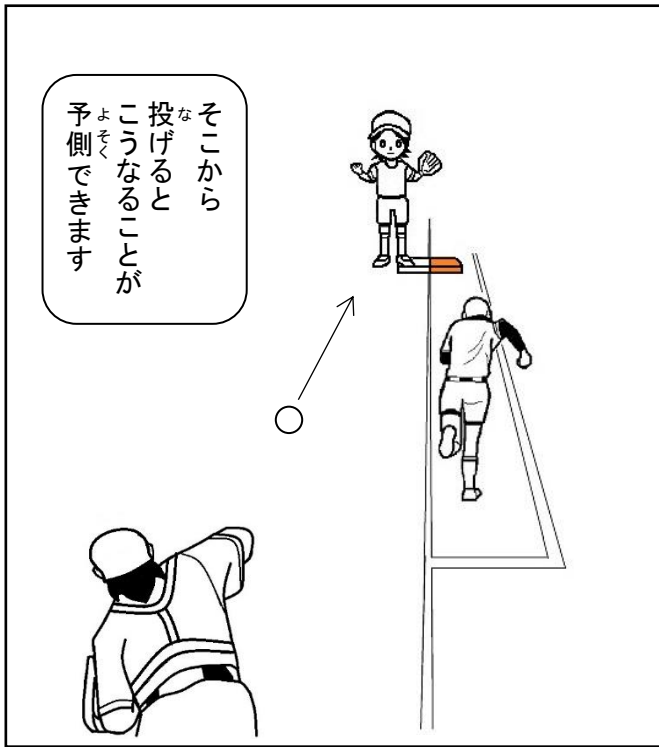
それではボールが
ころ
転がった方向で



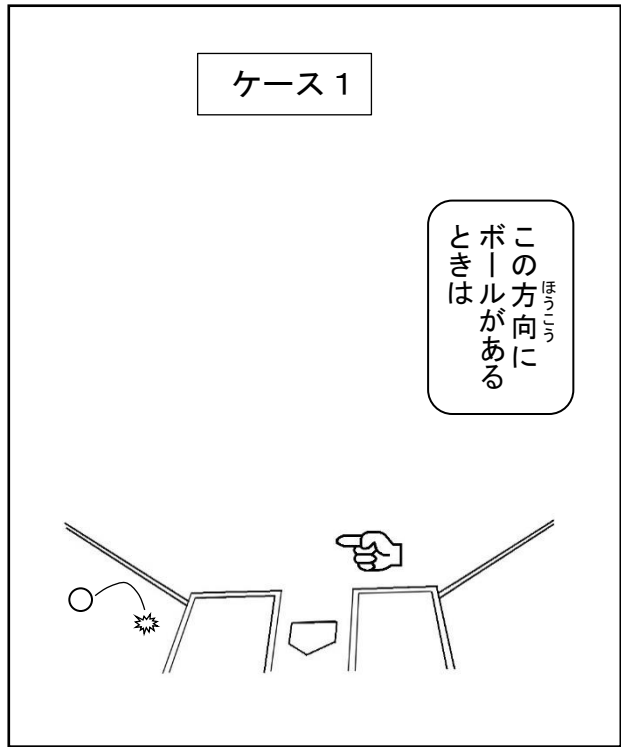
だから
ケースによっては
ゴロのときに教えた
つか
使い方を変えても
いいのです



ダブルベースは
あんぜん
安全のために
あります

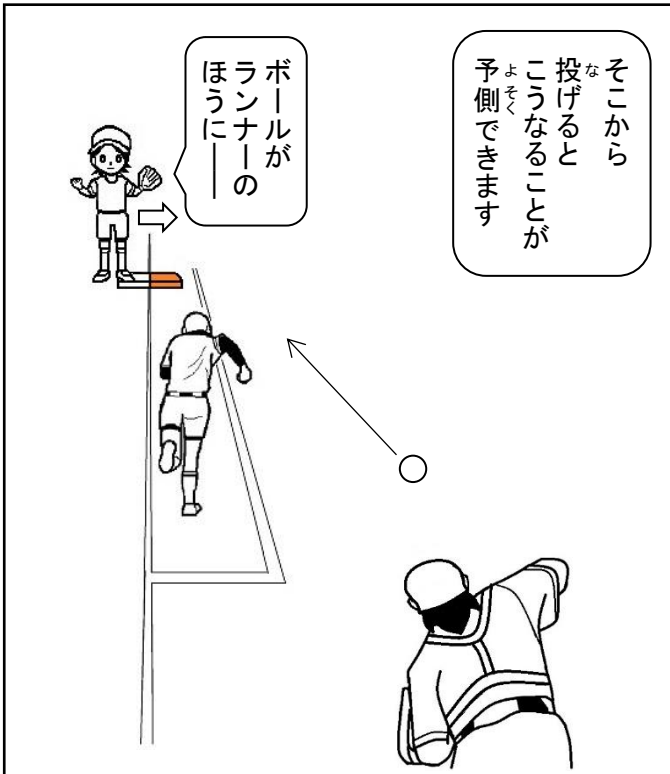


そこから
投げると
こうなることが
予側で
できます



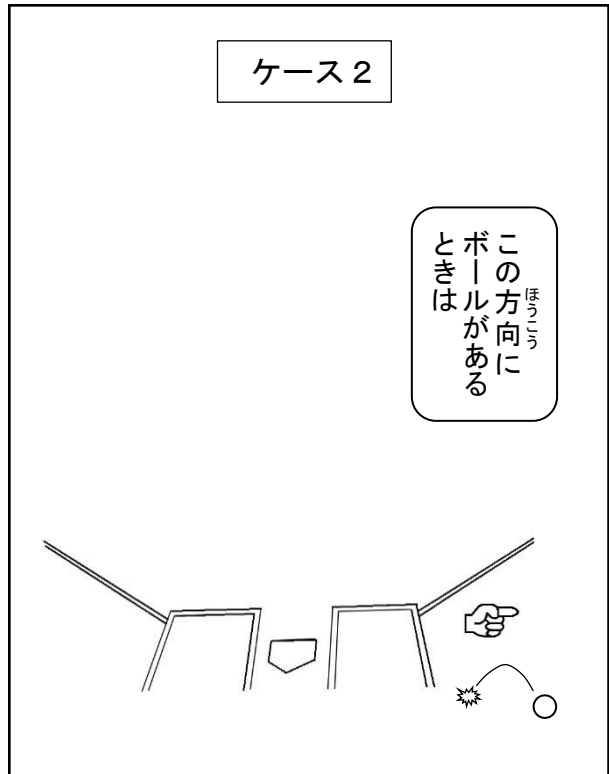
ケース 1

この方向に
ボールがある
ときは



ボールが
ランナーの
ほうに

そこから
投げると
こうなることが
予側で
できます



ケース 2

この方向に
ボールがある
ときは

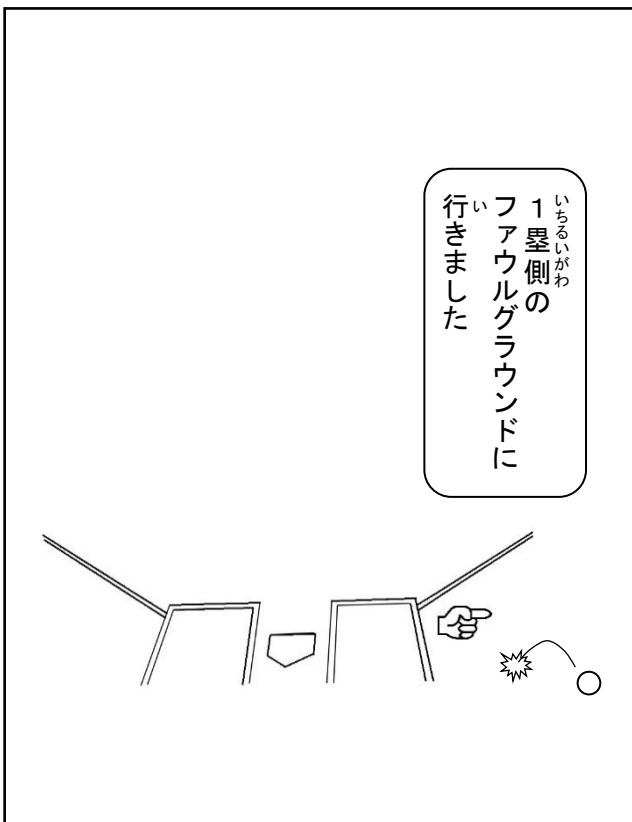


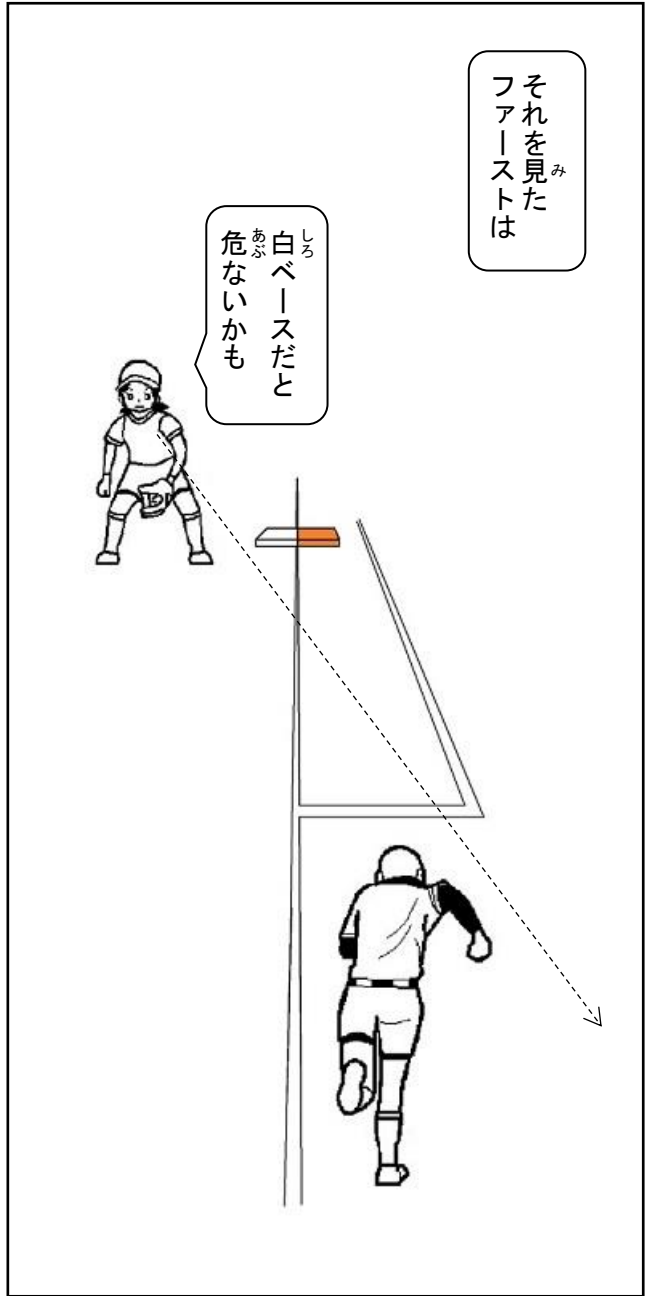
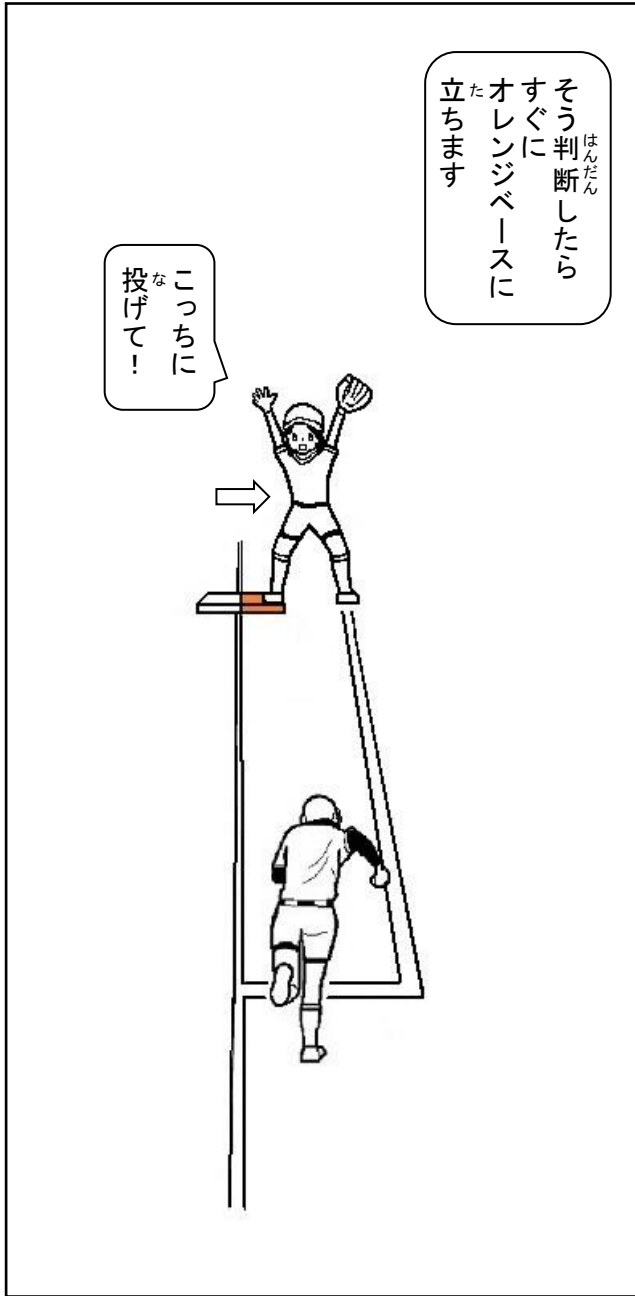
んーっ、
2のほうです

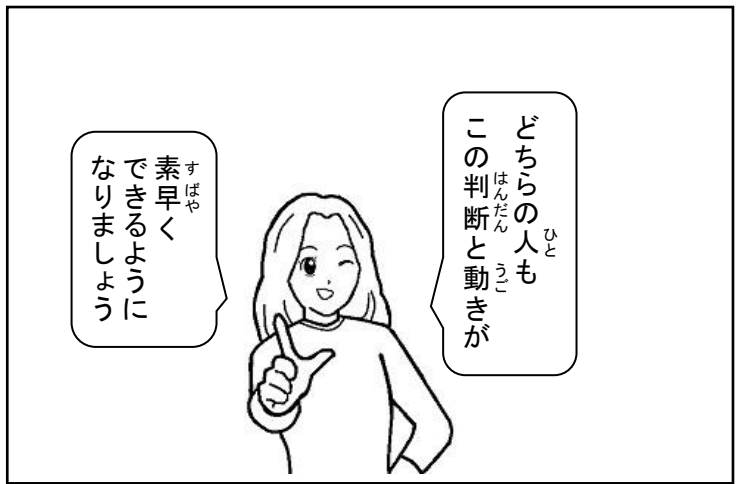
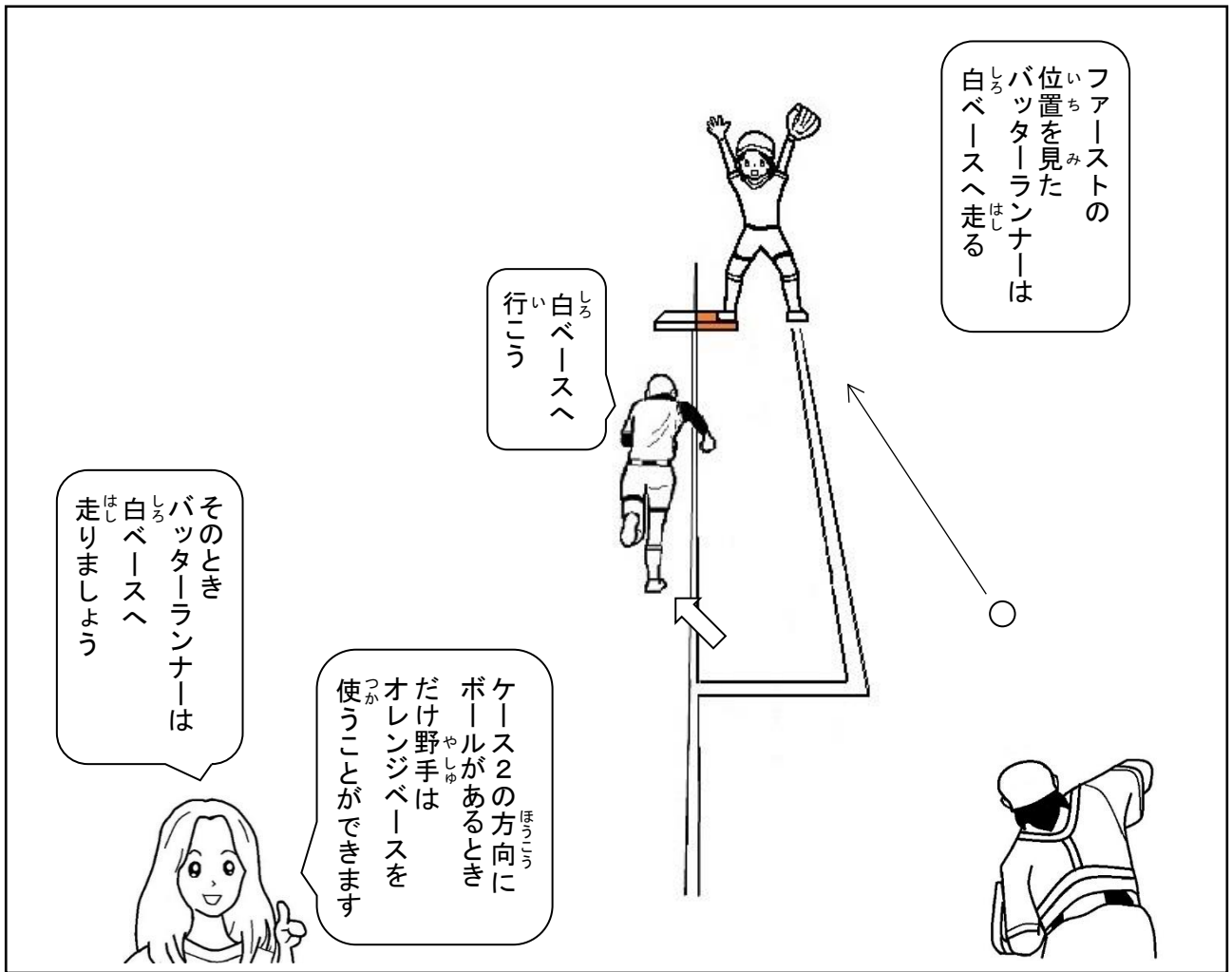


どちらが一塁で
選手がぶつかる
危険があるように
見えますか

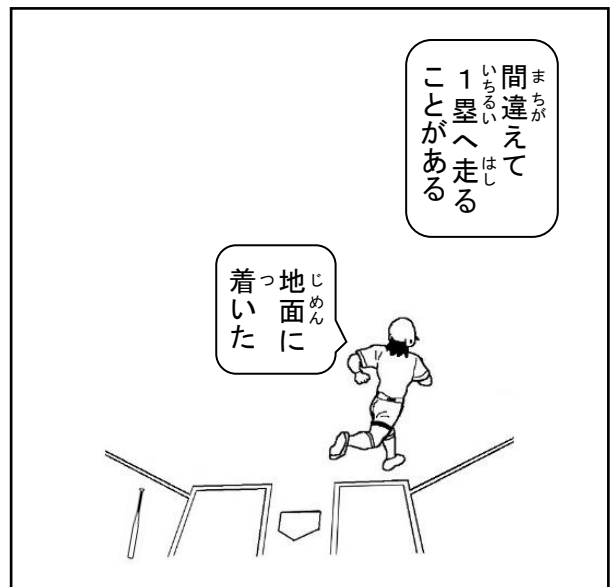
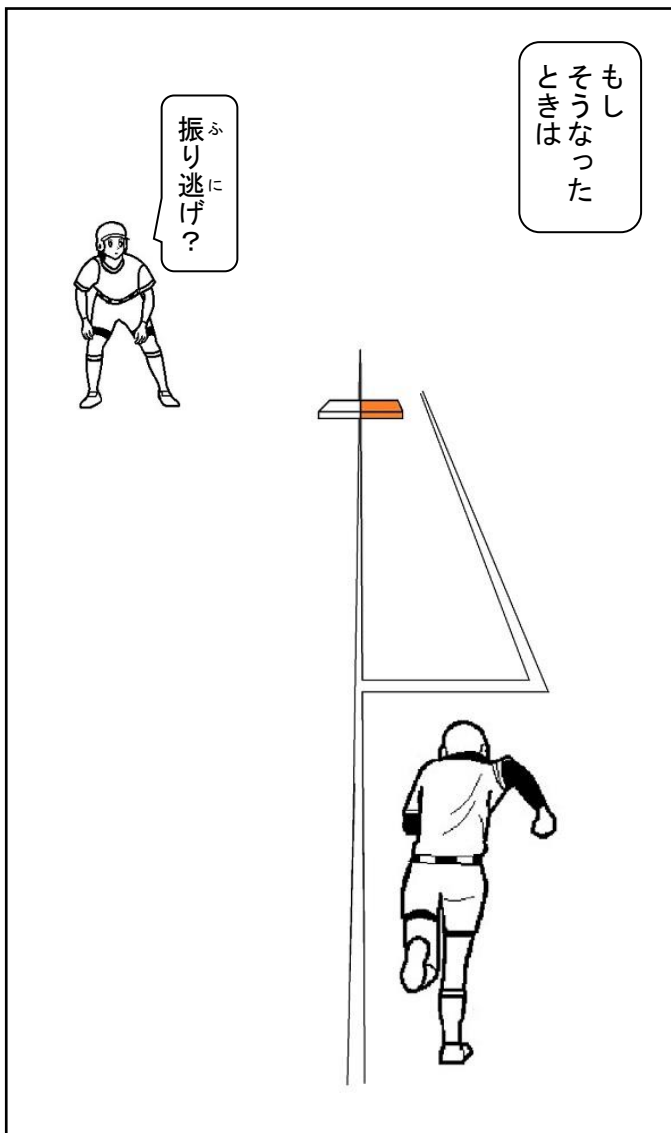
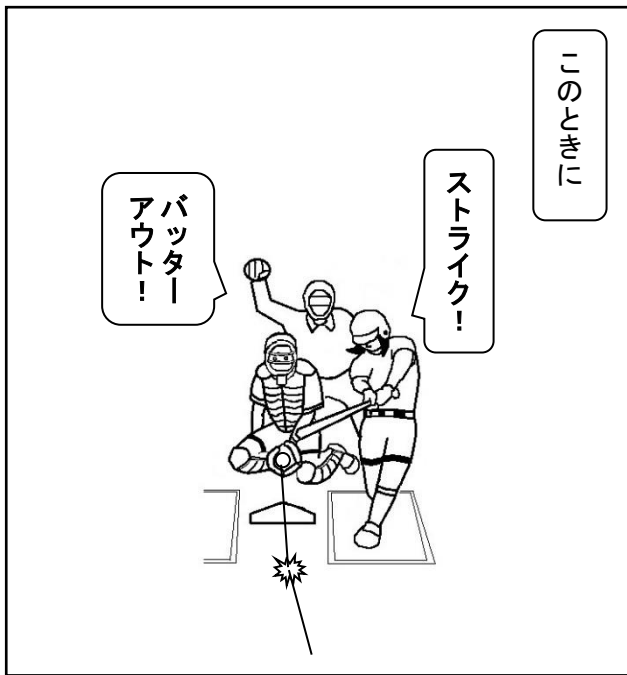
ケース1と
ケース2では





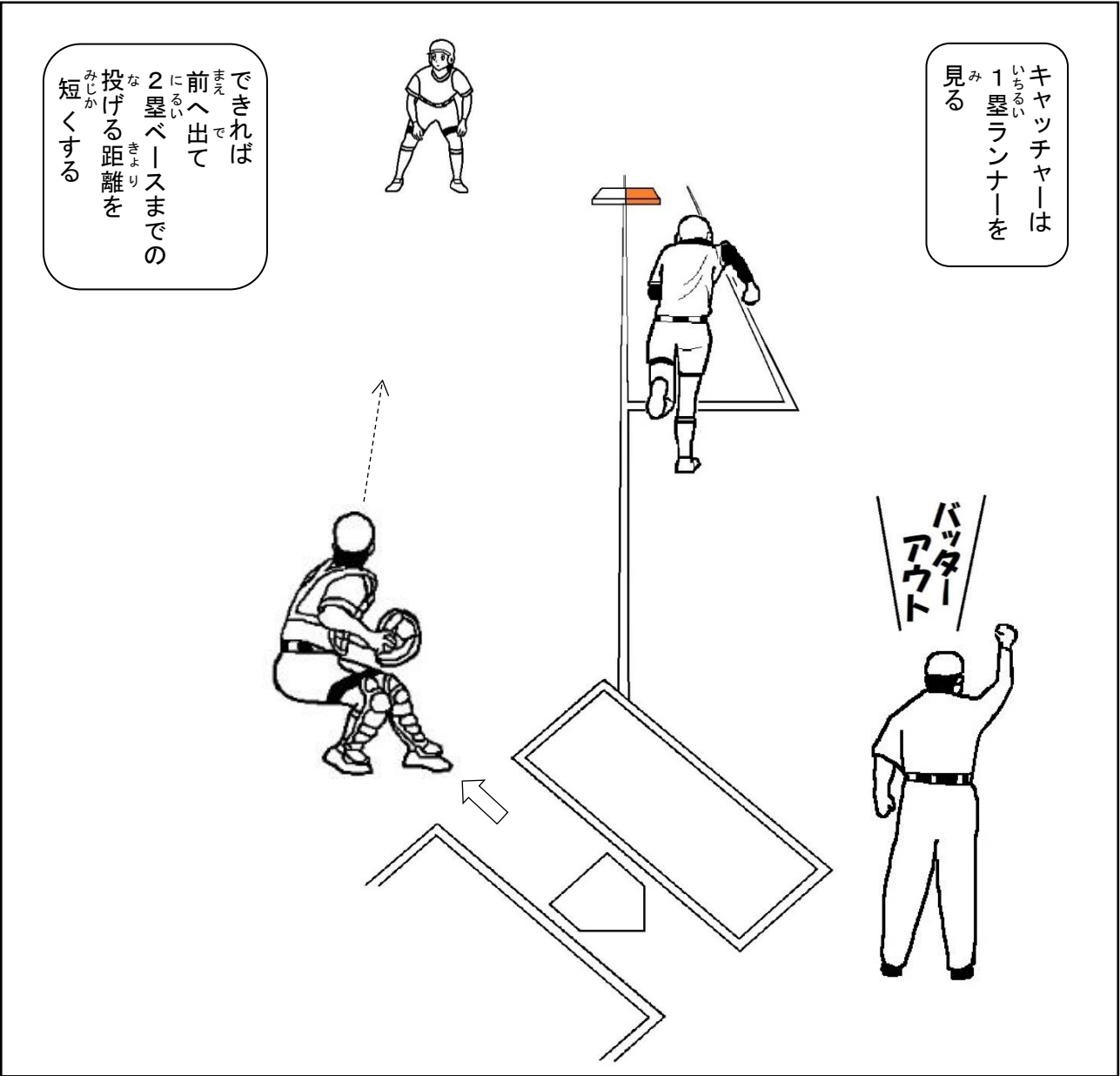


し 知ってほしいプレイ



キャッチャーは
いちどい
1塁ランナーを
見る

できれば
まえで
前へ出て
にるい
2塁ベースまでの
な
投げる距離を
みじか
短くする

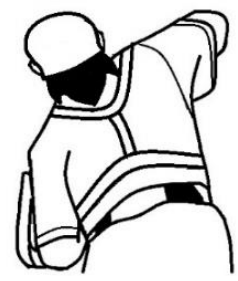
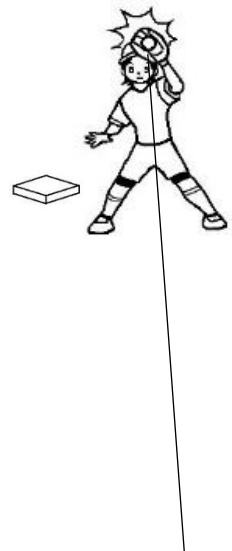


いちどい
1塁ランナーも
まちが
間違えて
にるい
2塁へ走った
ときは

しゅび
守備の人は
ひと



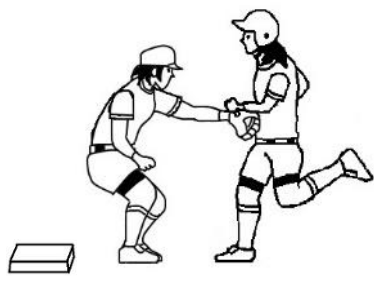
いちのい
1 塁ランナーを
アウトに
しましよ
う



このときは
じゆう
自由なランナーなので
タッチをします

いちのい
1 塁ランナーは
にのい
2 塁へ行かなくても
よかったです

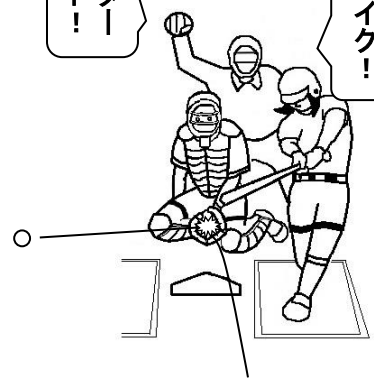
アウト



でも
キャッチャーが
はじめたときは

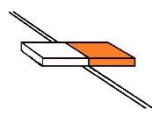
ストライク!

バッター
アウト!

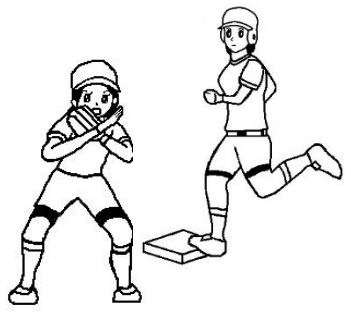


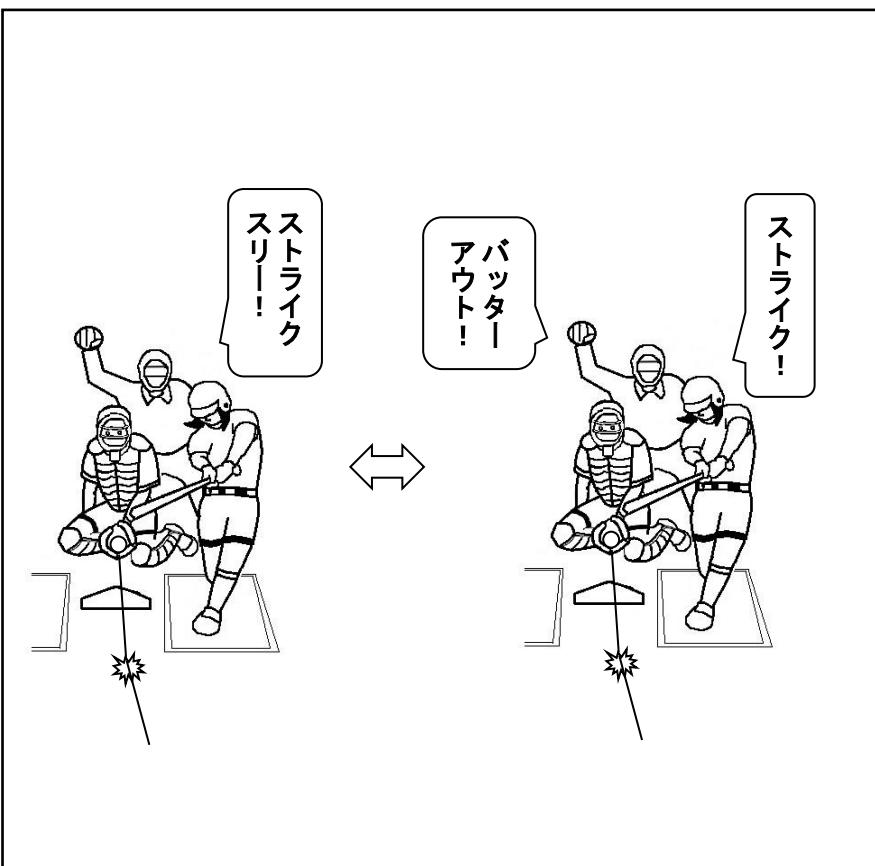
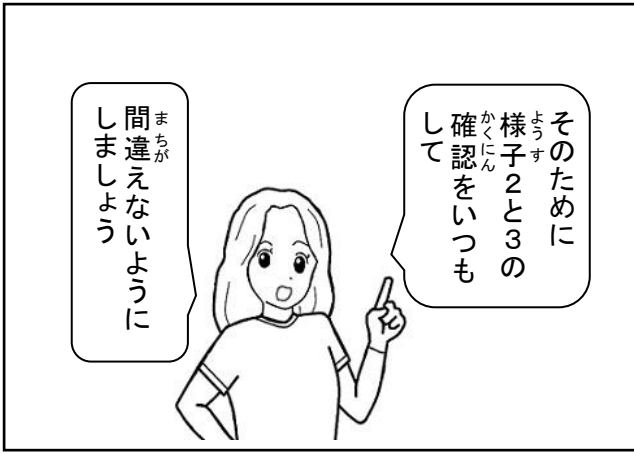
ボールより早く
は
2 塁へ行け
そうなどは

セカンド!

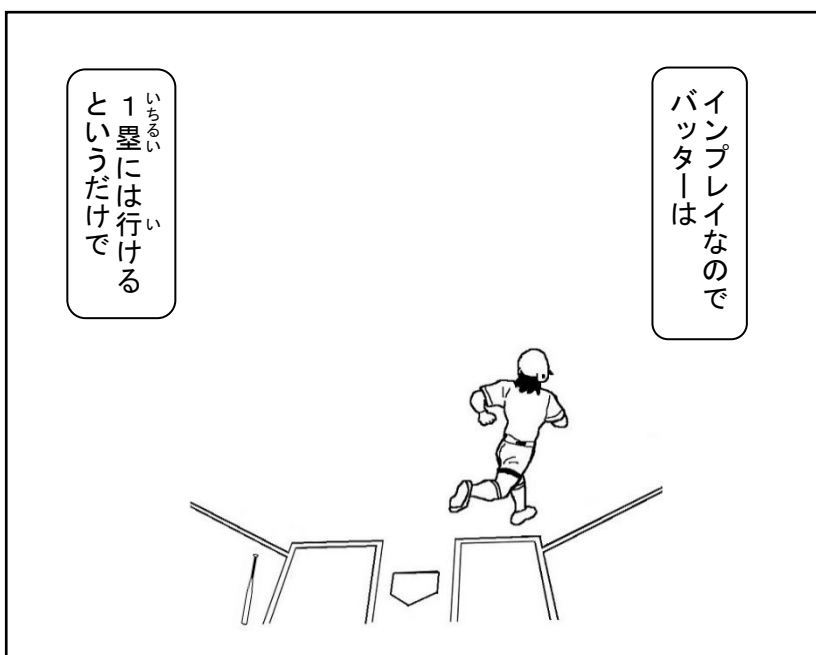


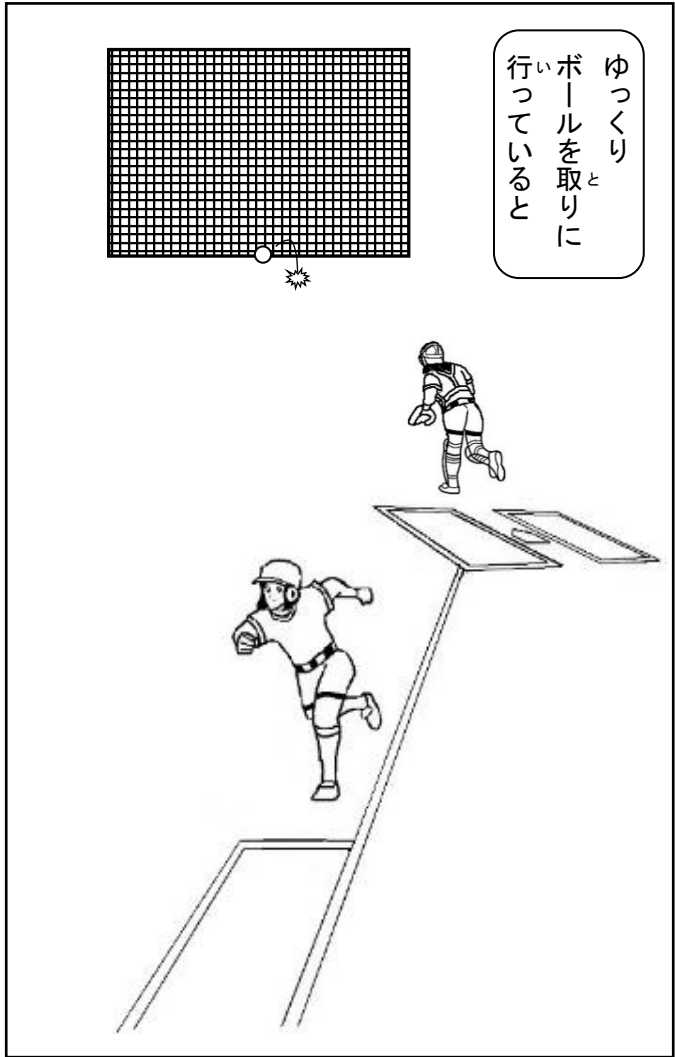
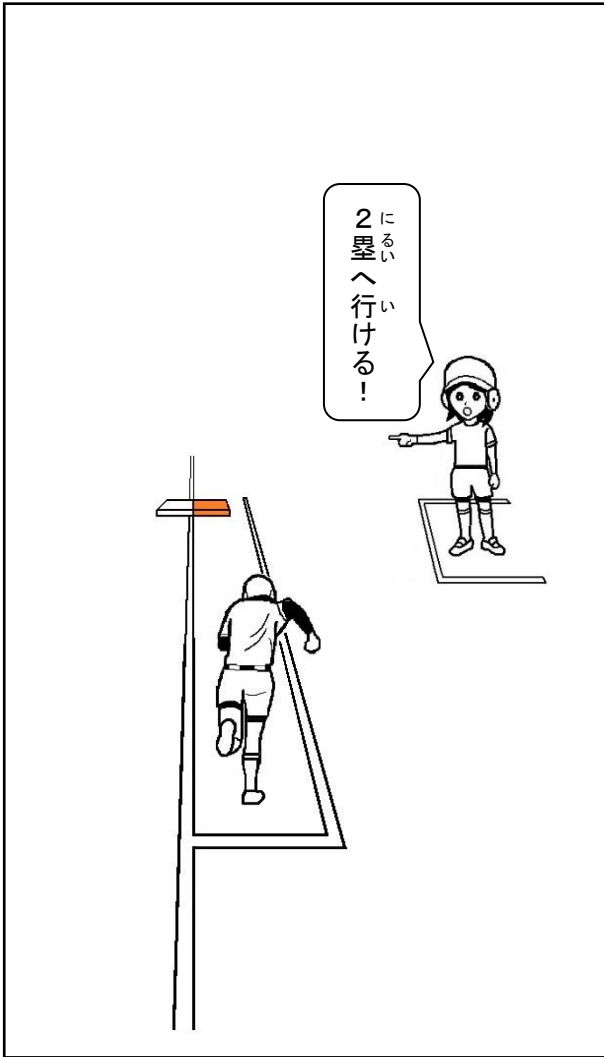
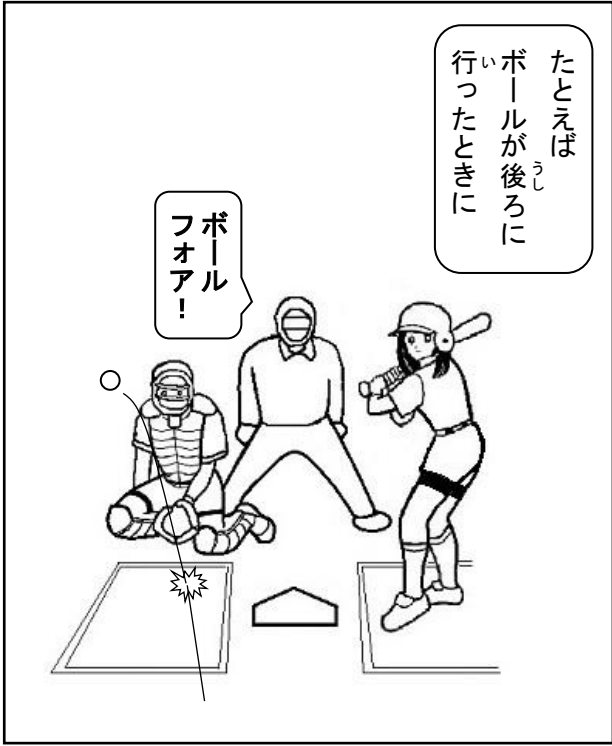
行くように
しましよ
う

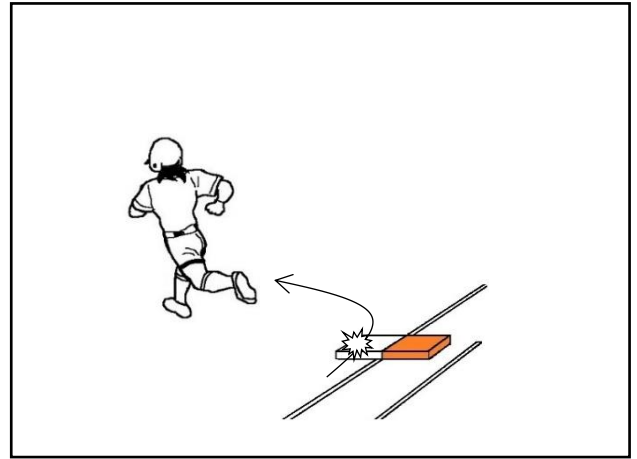
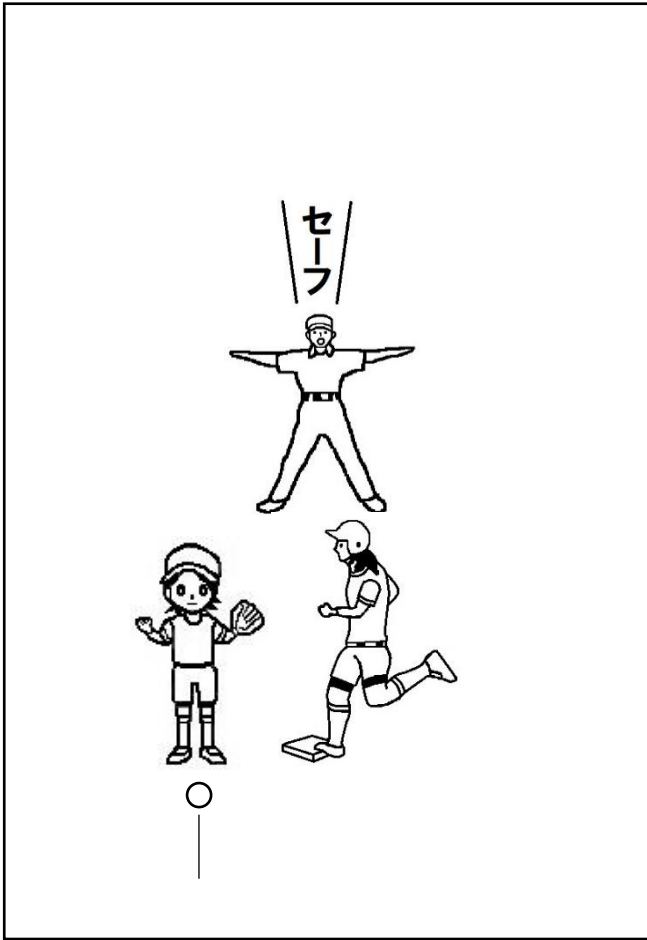




6. 「フォアボール」と「デッドボール」の違い ちが





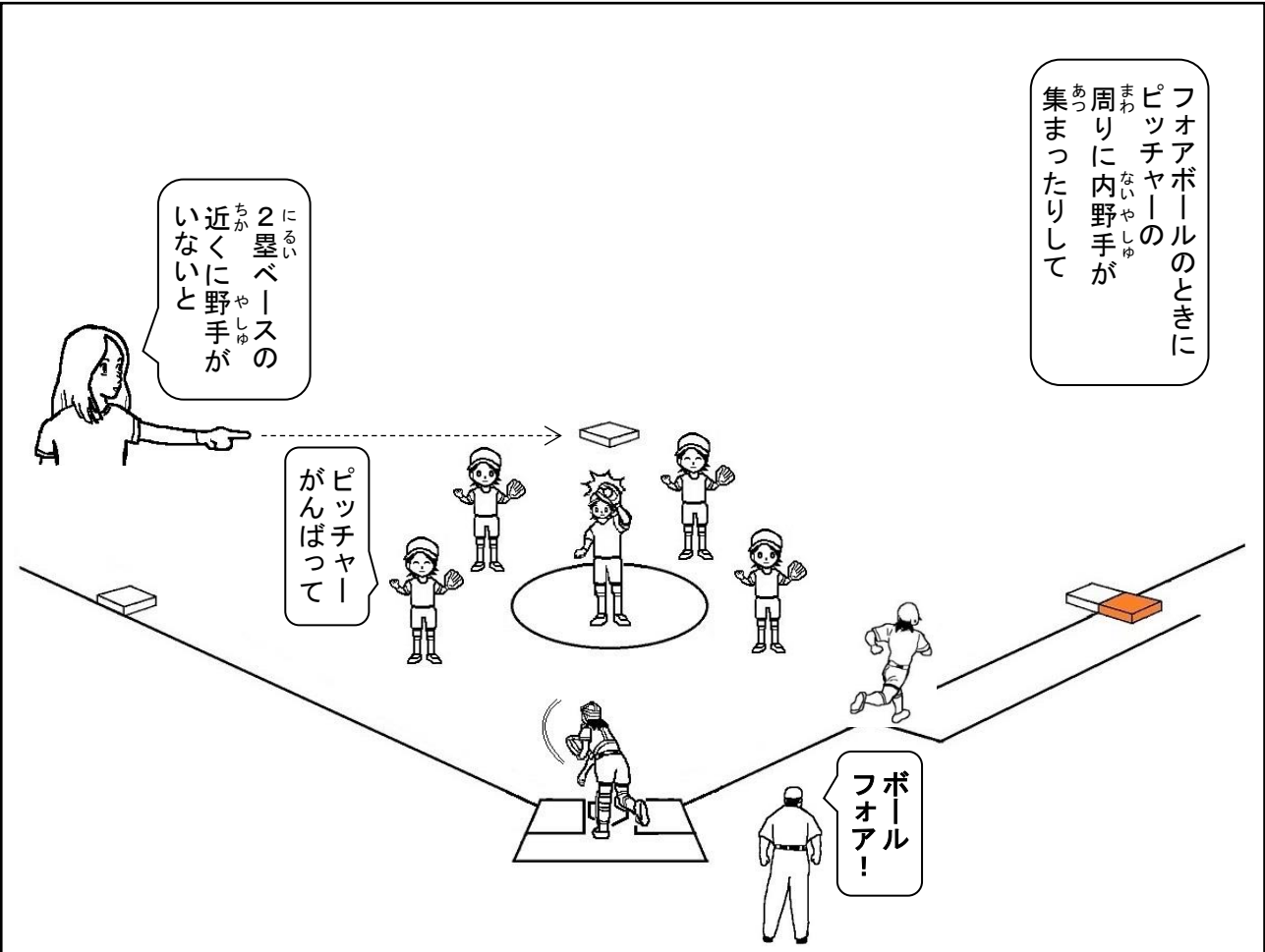


フォアボールのときに
ピッチャーの
まわりに内野手が
あつまり集まったりして

2塁ベースの
ちか近くに野手が
いないと

ピッチャー
ががんばって

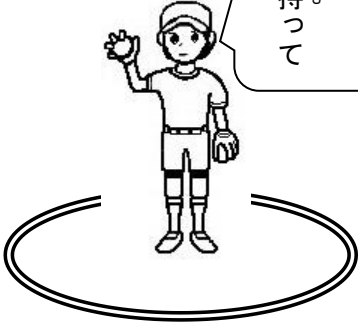
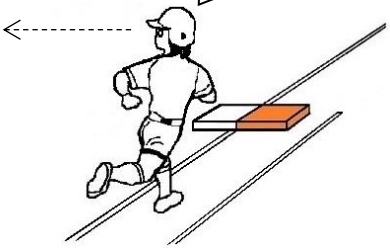
ボール
フォア!

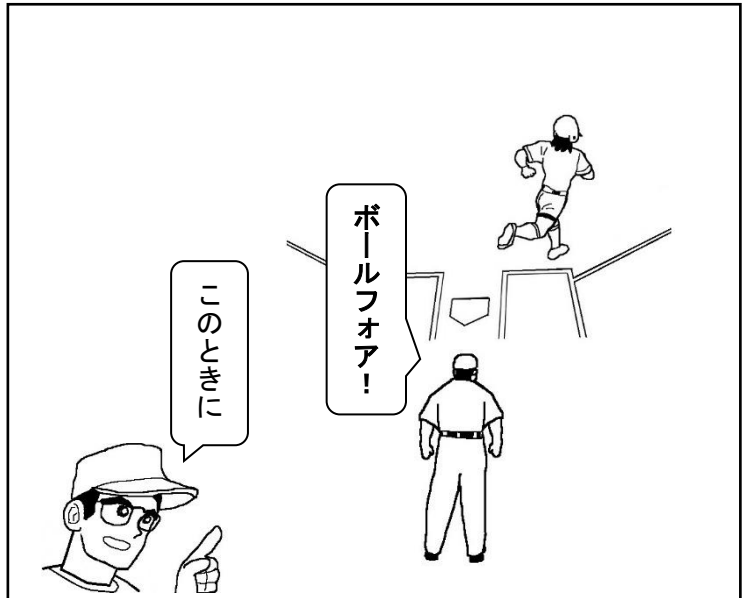
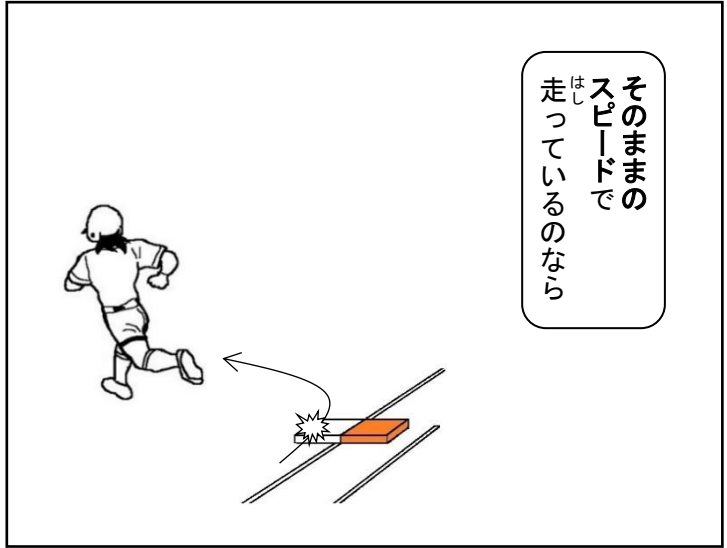
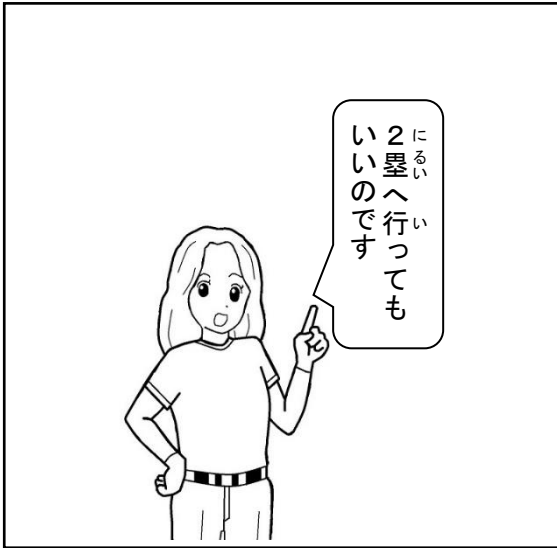


このときでも

円の中で
ボールを持って
います

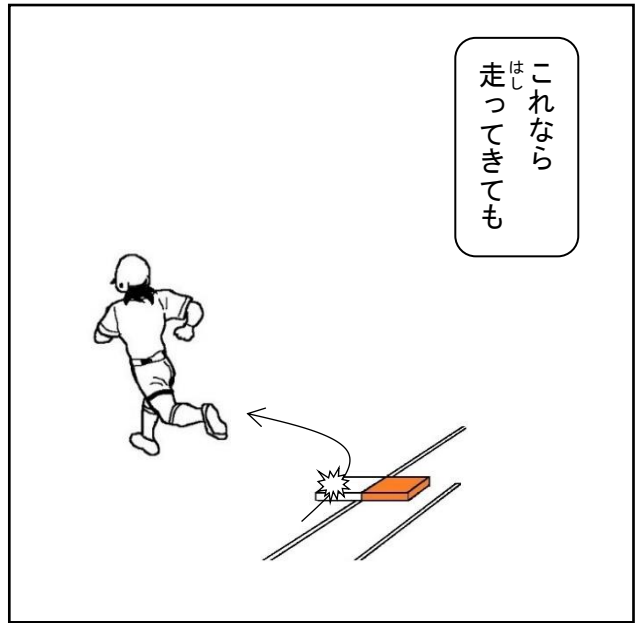
2塁ベースの
ちか近くに野手が
いない



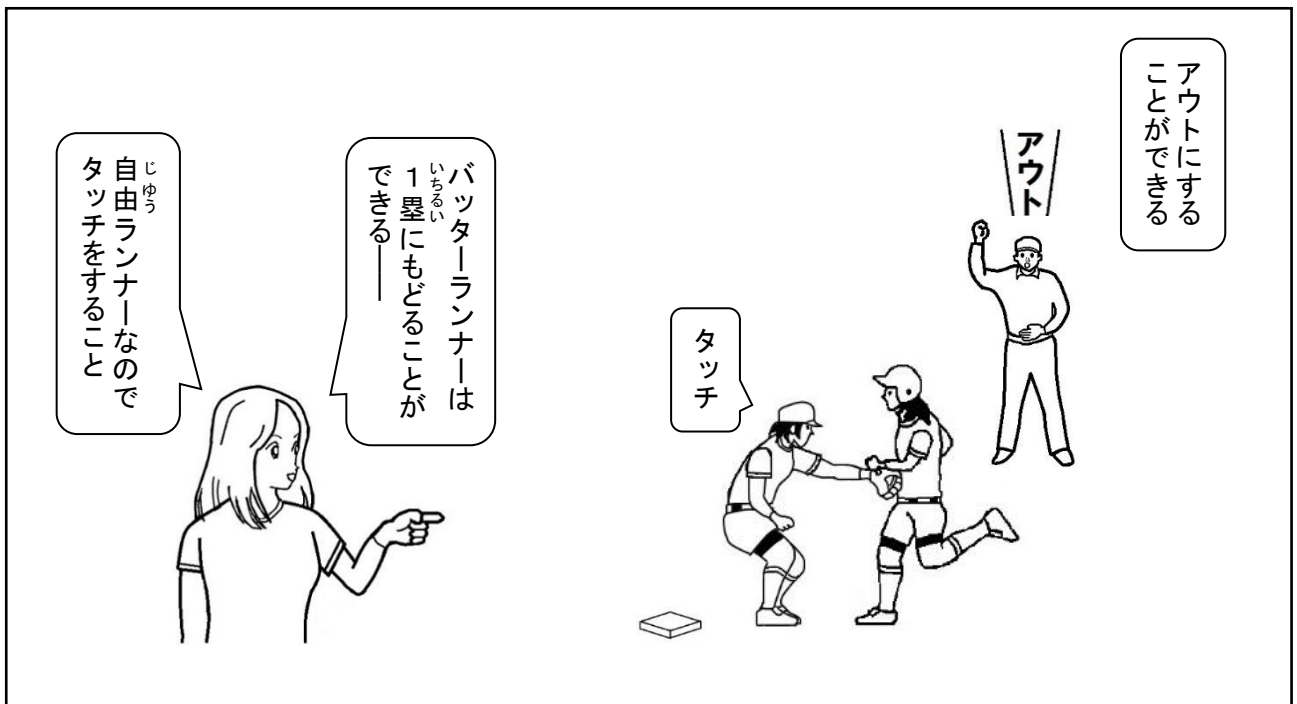




ピッチャーが
ボールを投げて



これなら
走ってきても



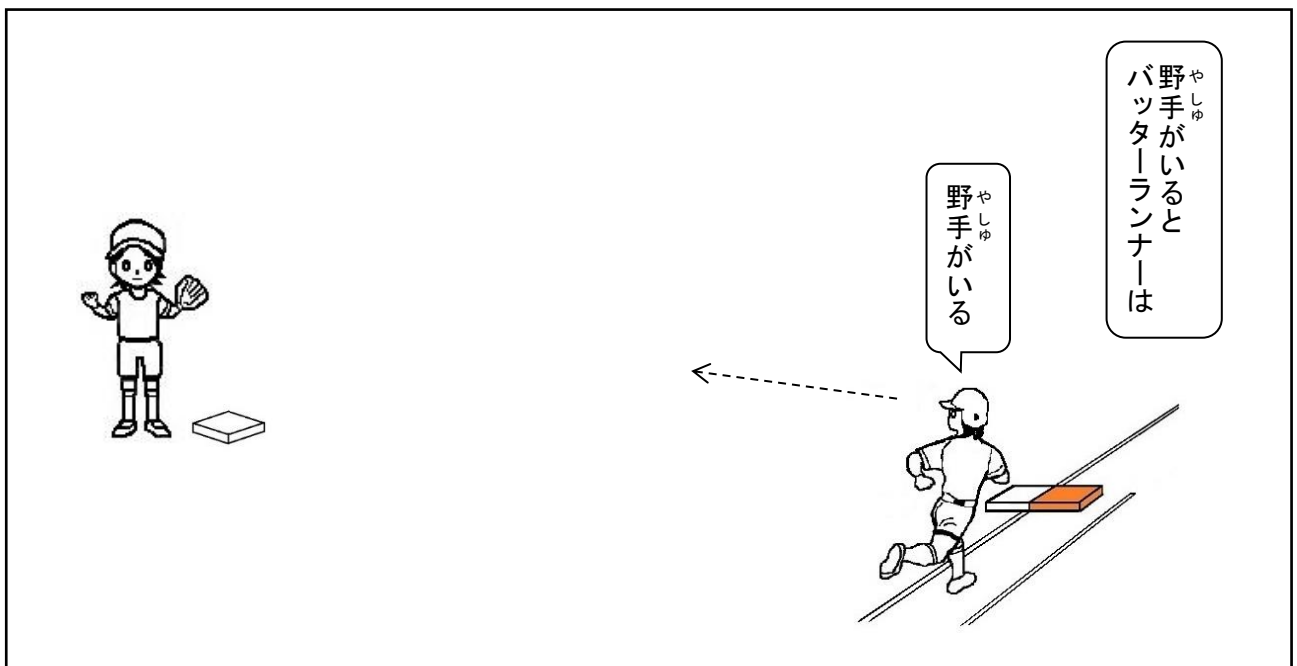
アウトにする
ことができる

自由ランナーなので
タッチをすること

バッターランナーは
1塁にもどることができる

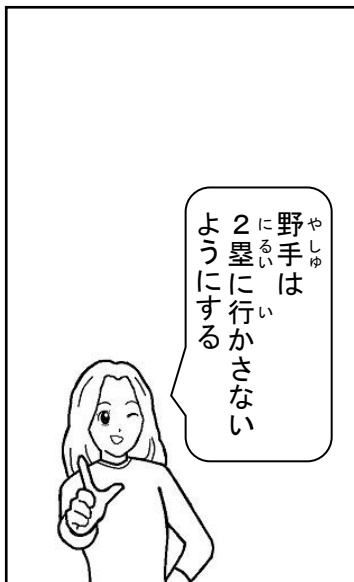
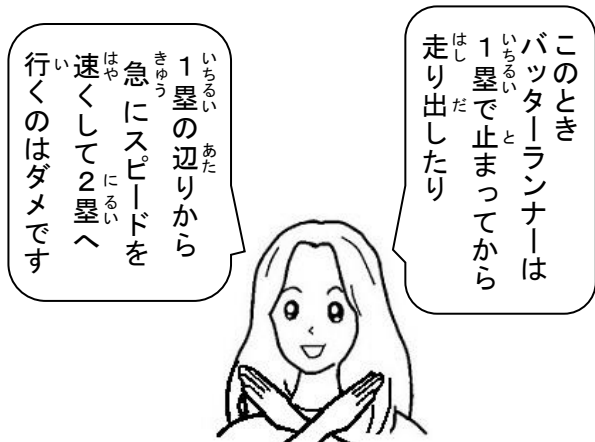
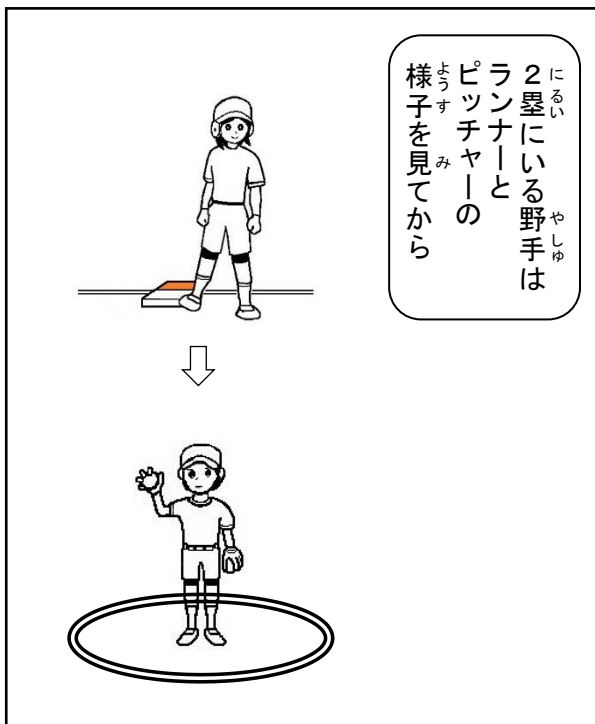
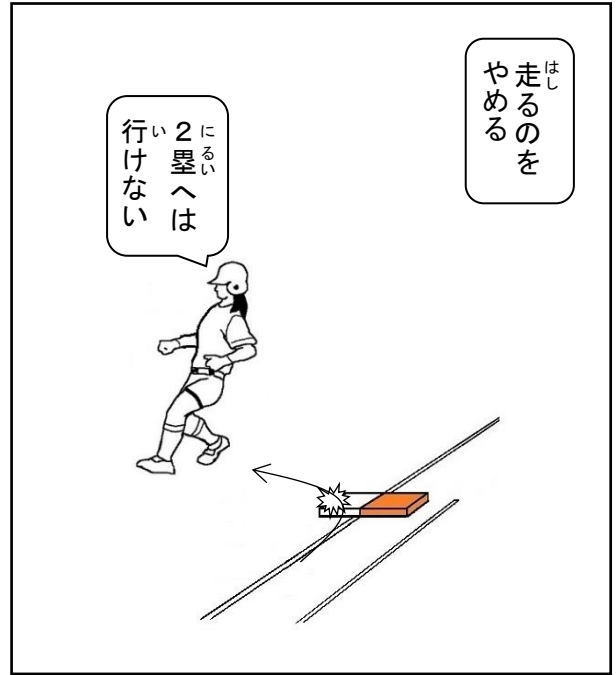
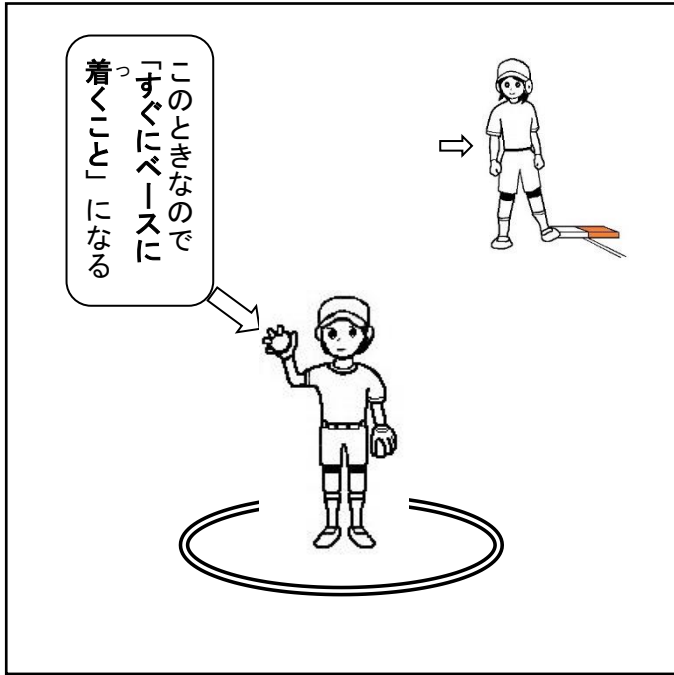
タッチ

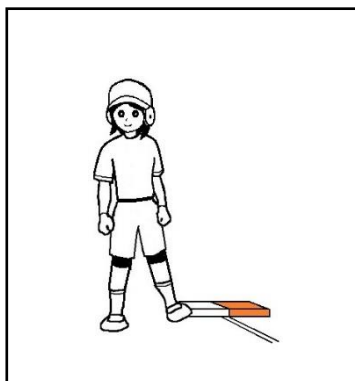
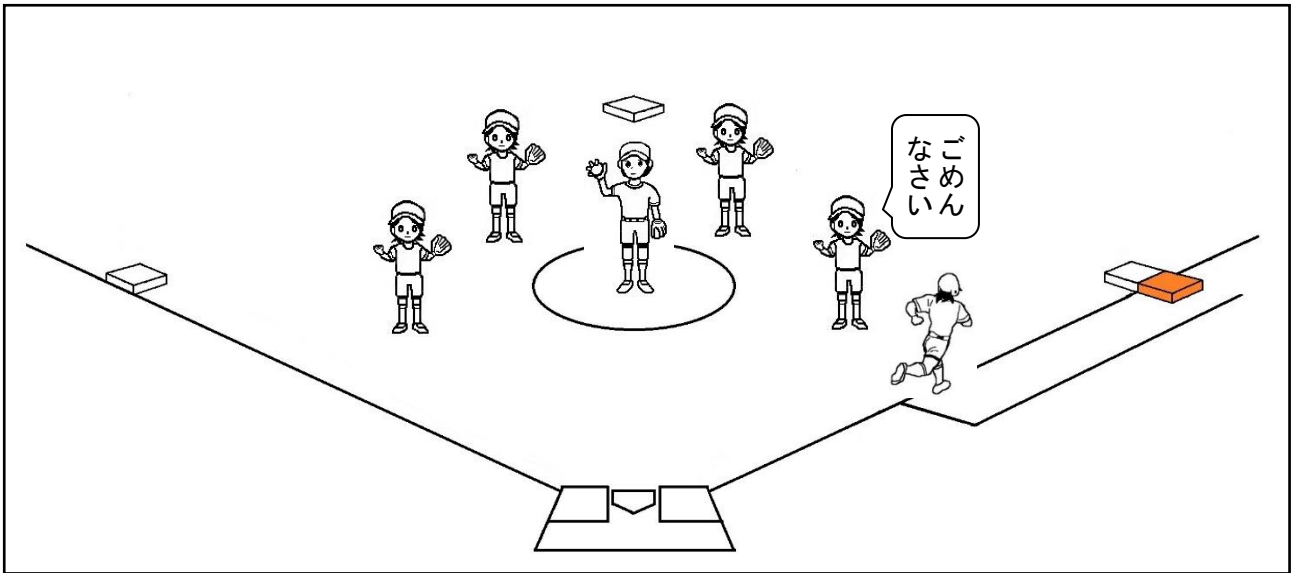
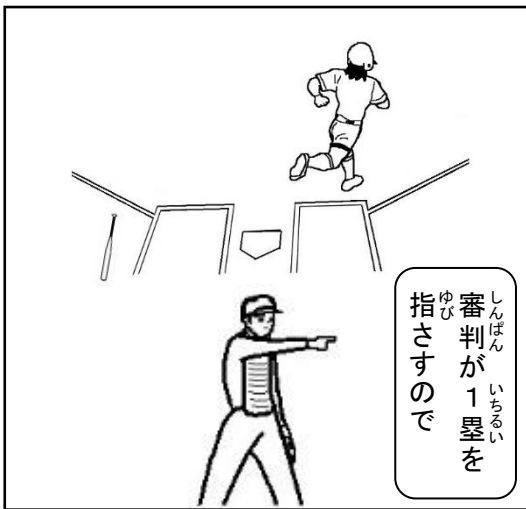
アウト



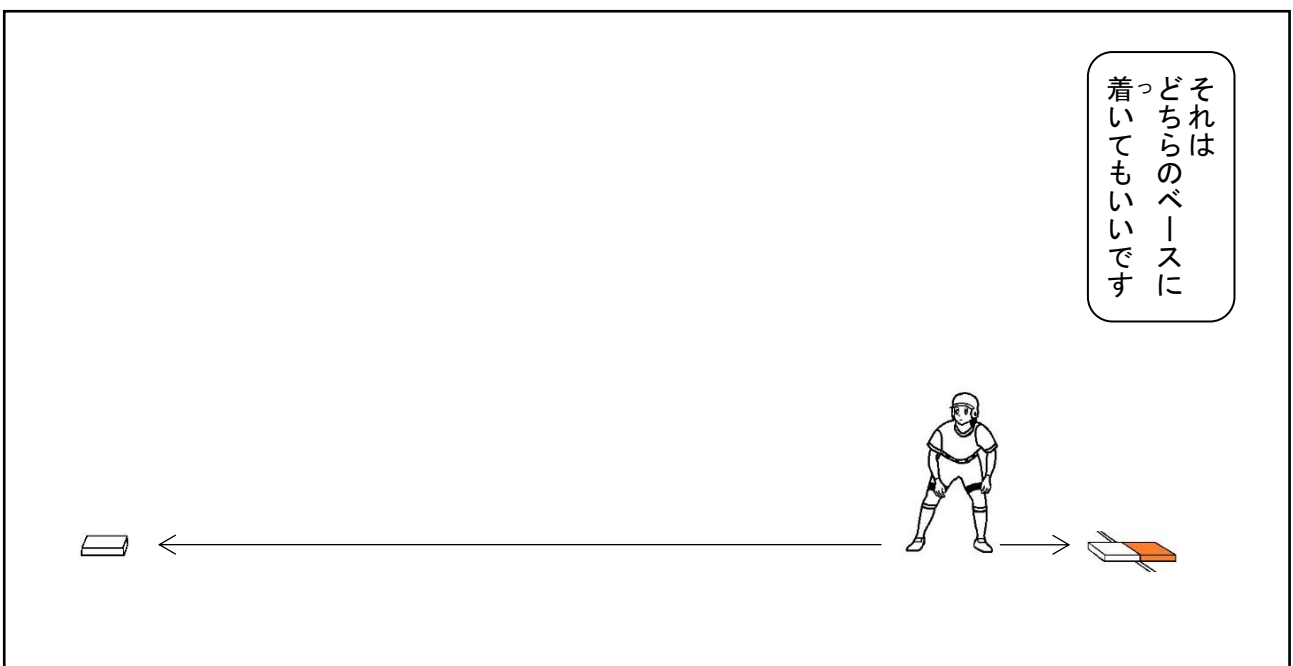
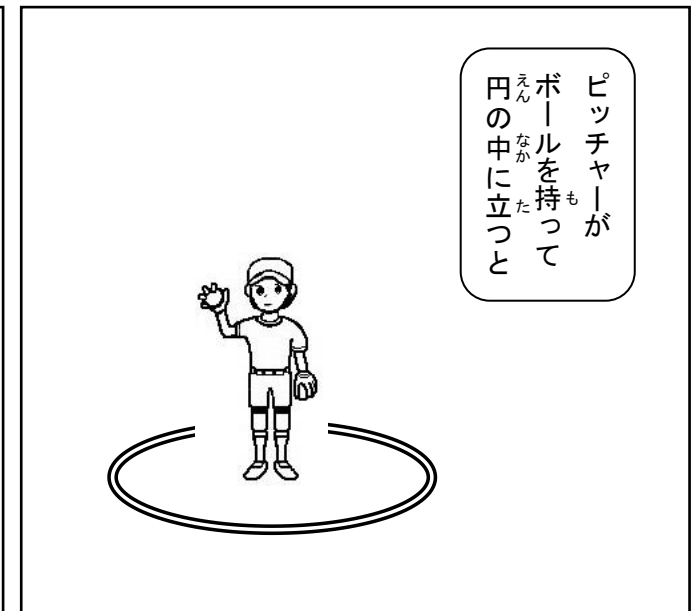
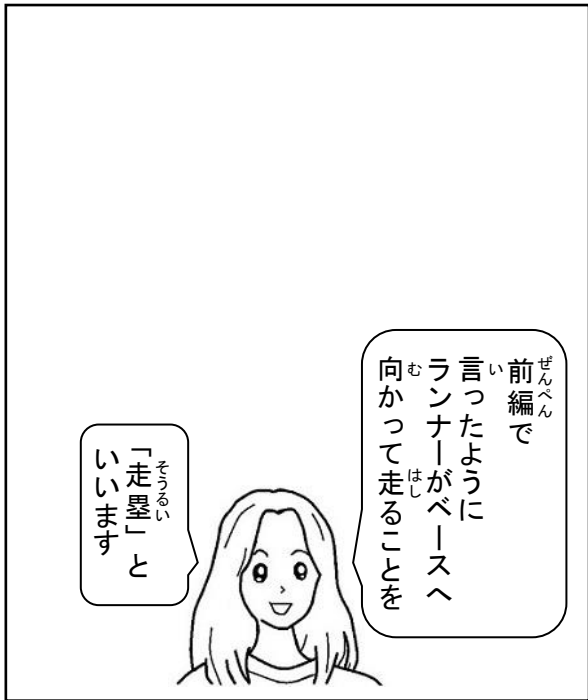
野手がいると
バッターランナーは

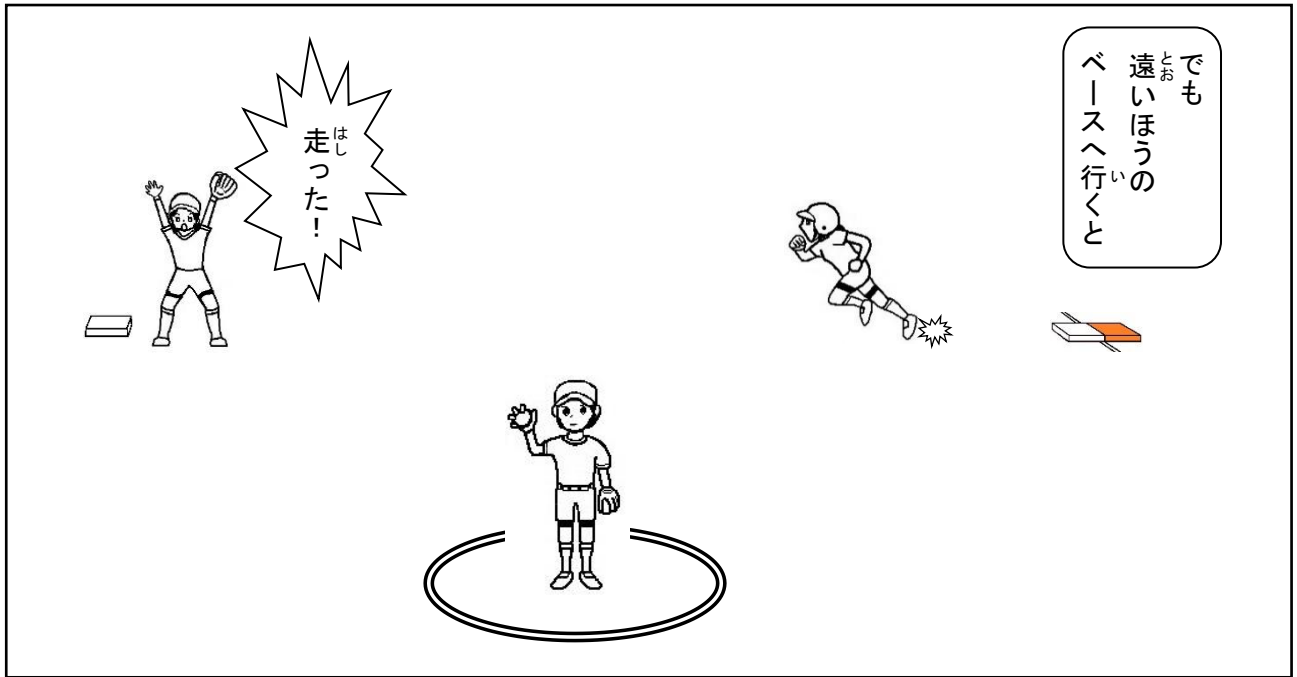
野手がいる

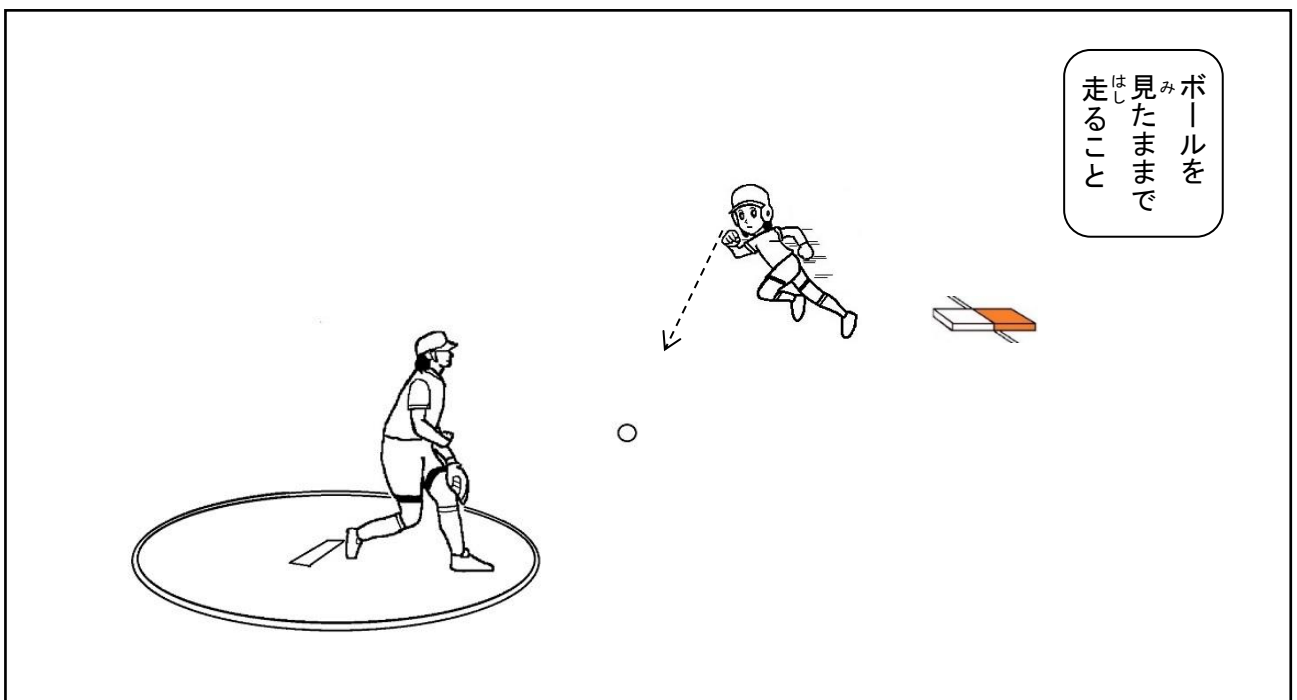
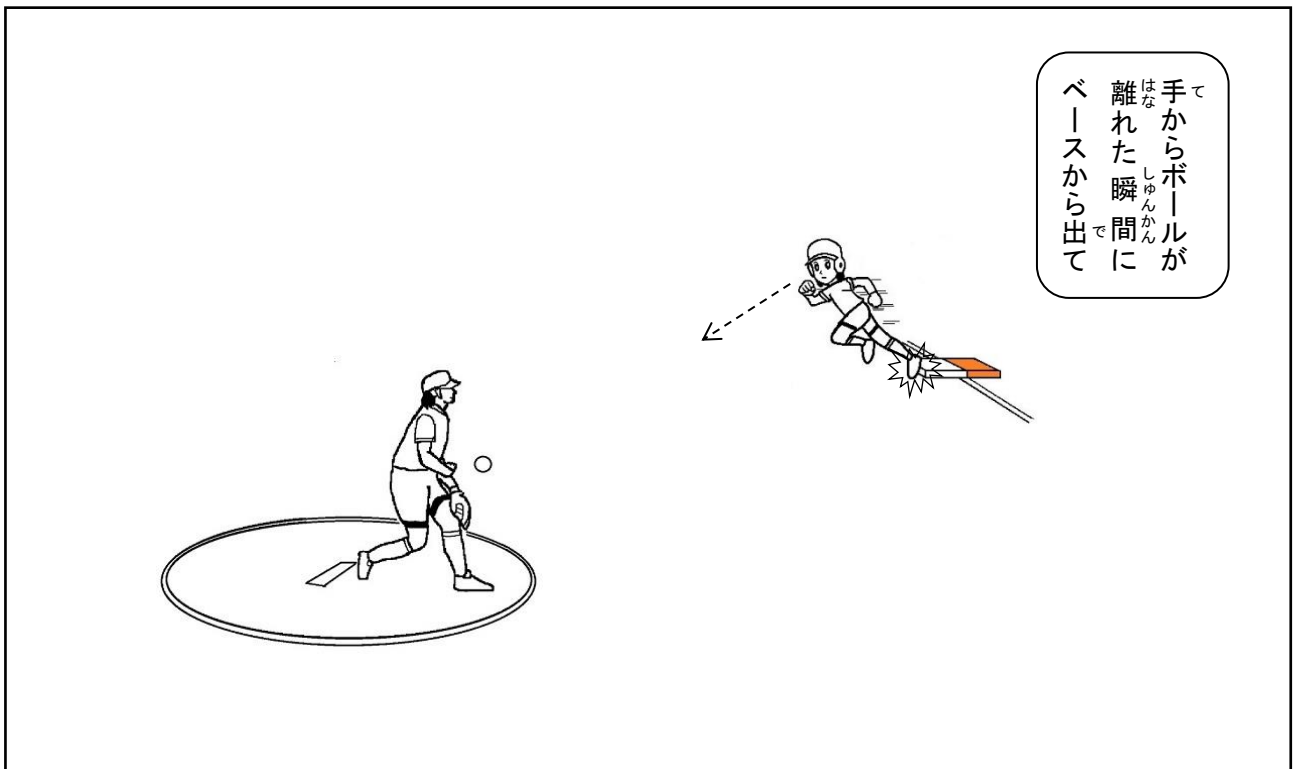
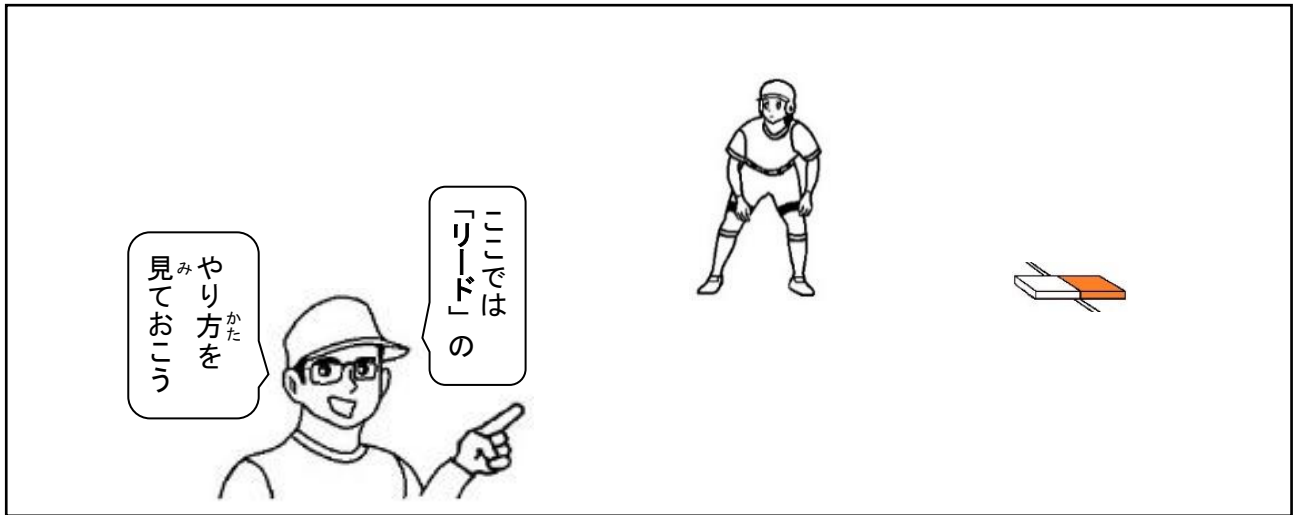




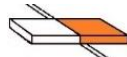
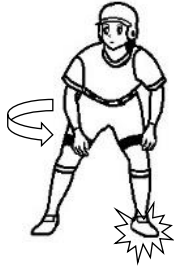
7. 「ランナー」になったとき



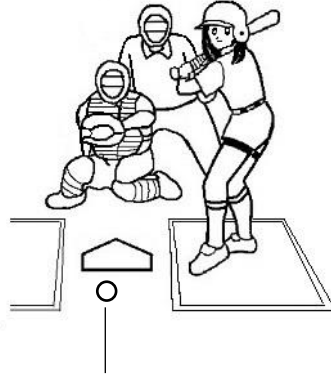




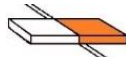
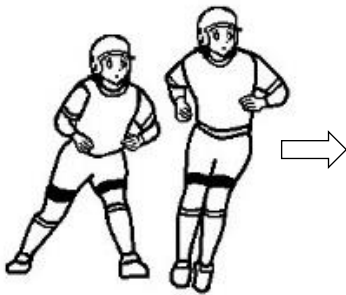
と
止まって
どうなるかを
見
みる



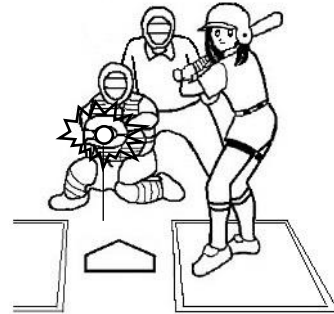
バッターの
ちか
近くにボールが
い
行ったときに

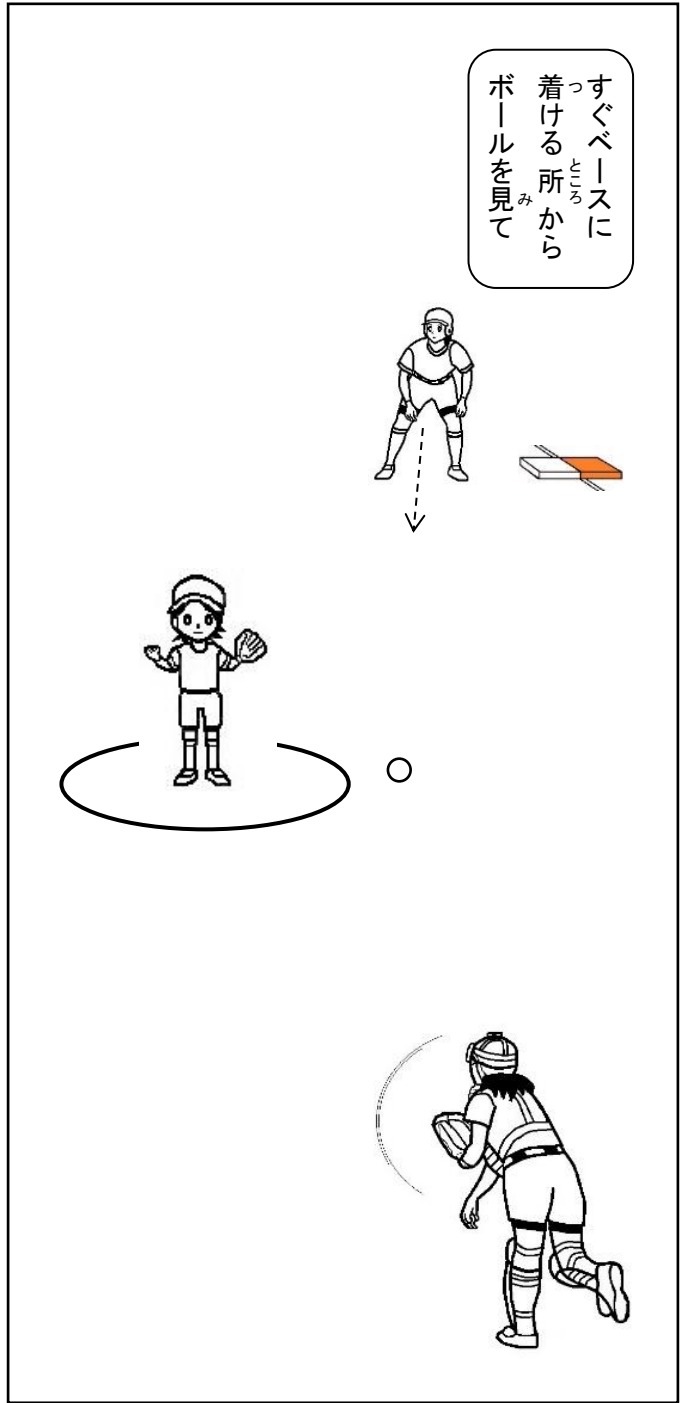
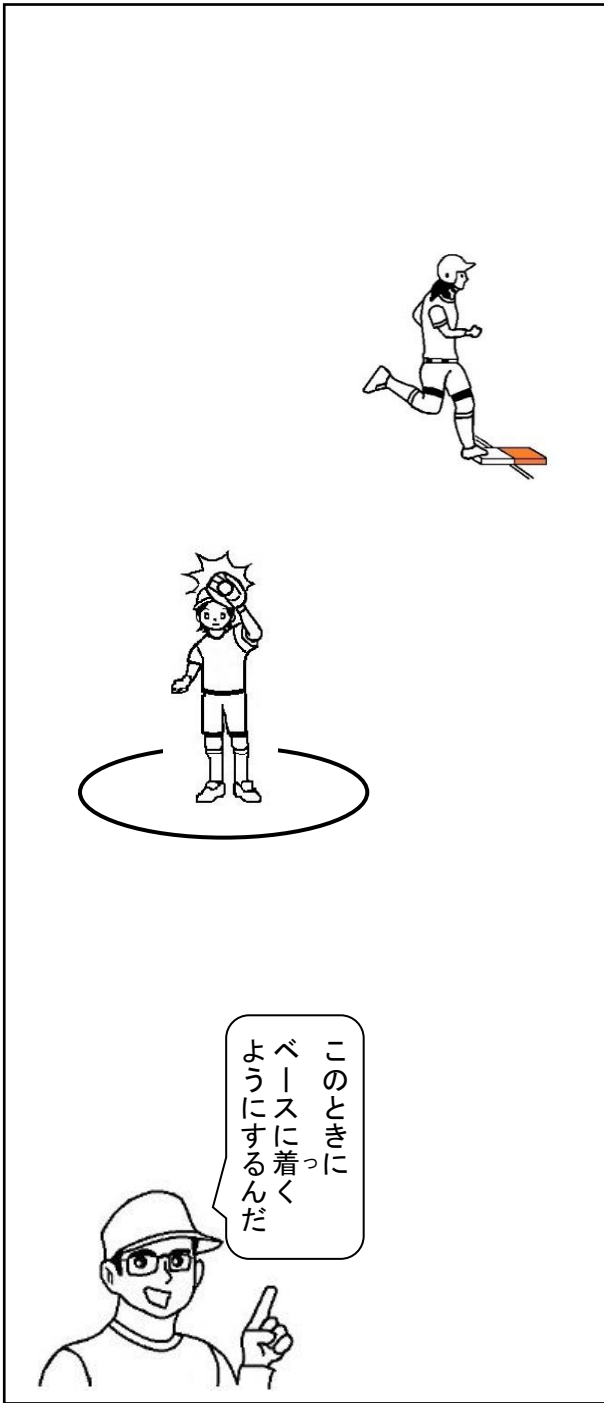


ボールを持つている
キャッチャーを
み
見たままベースに
ちか
近づいて

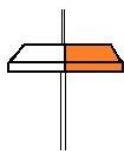
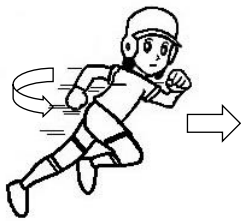


う
打たなかったら

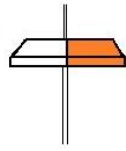




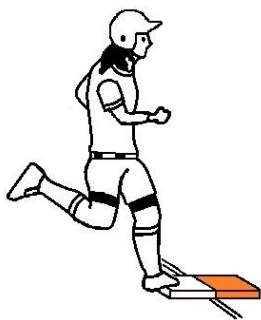
急いで



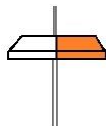
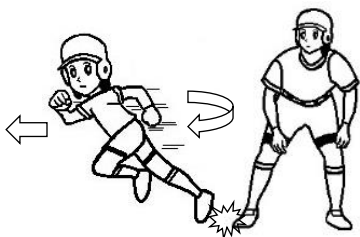
キャッチャーが
投げってくる動きを
見たときは



もどる！

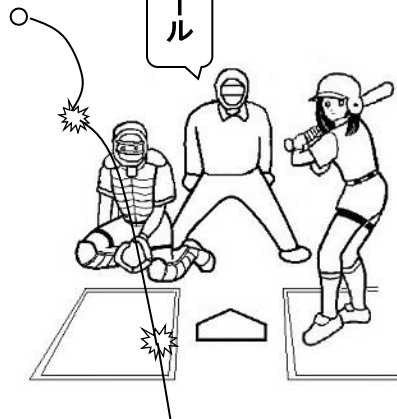


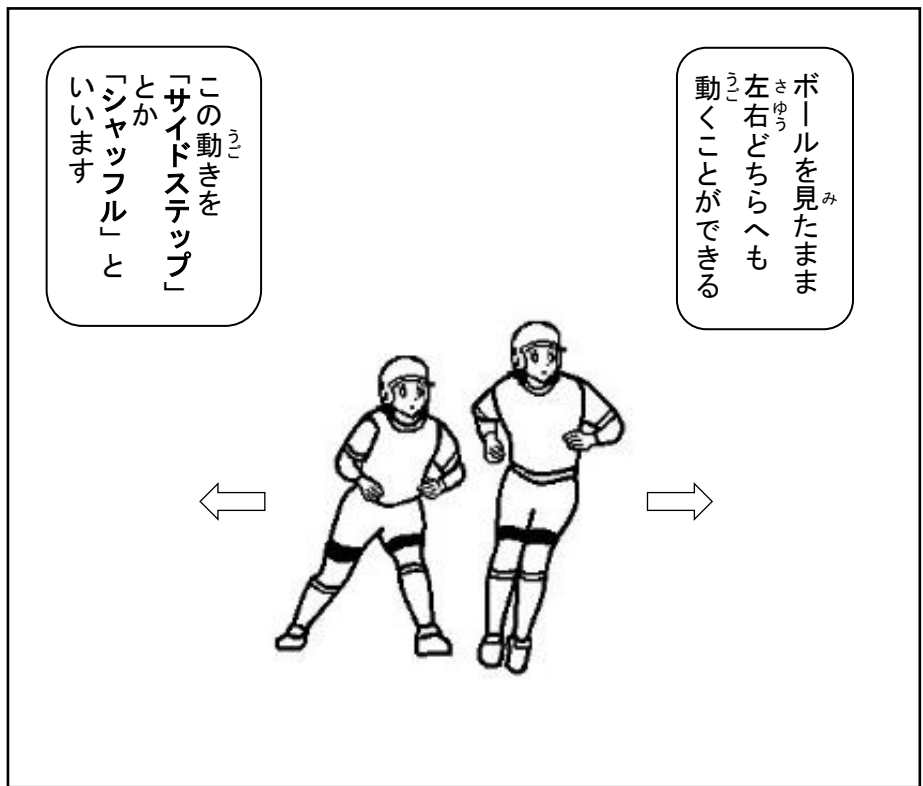
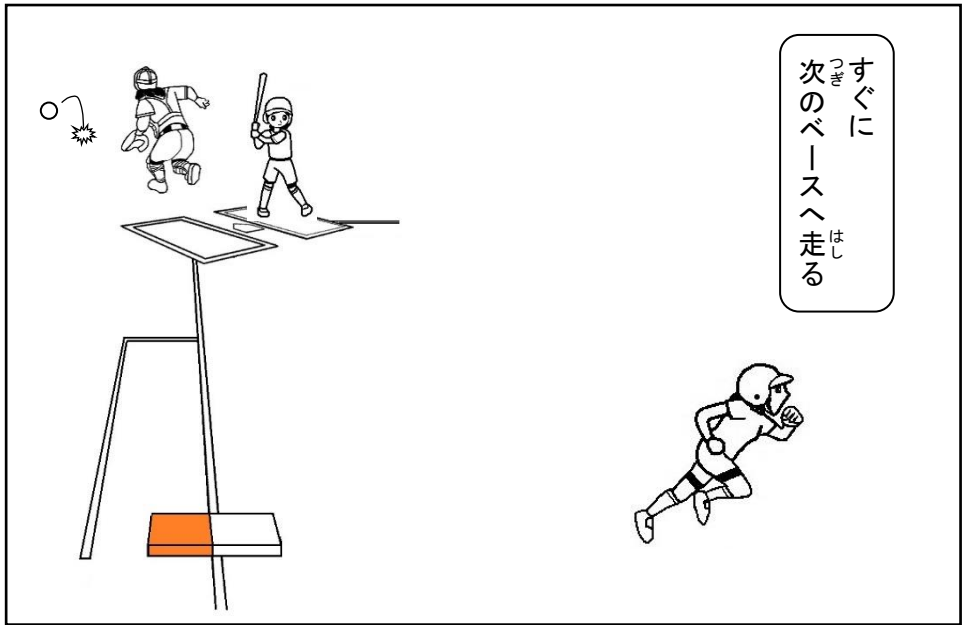
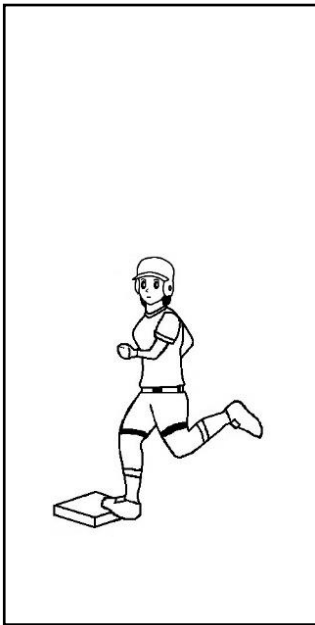
この体勢から



後ろや横に
大きくボールが
行ったときには

ボール

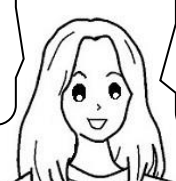




だきゅう　じめん　つ　まえ　と　そうらい
 打球を地面に着く前に捕ったときの走塁

ボールが地面に着く前に捕ったときなので

ライナーのときも同じようにします





それではランナーがリードをしてバッターが打ったときの動きを

フライから見よう



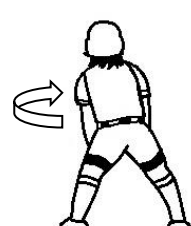

リードをして打つか打たないかを見る

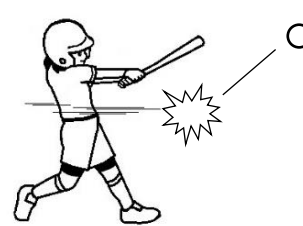
バッターの近くにボールが行ったときに

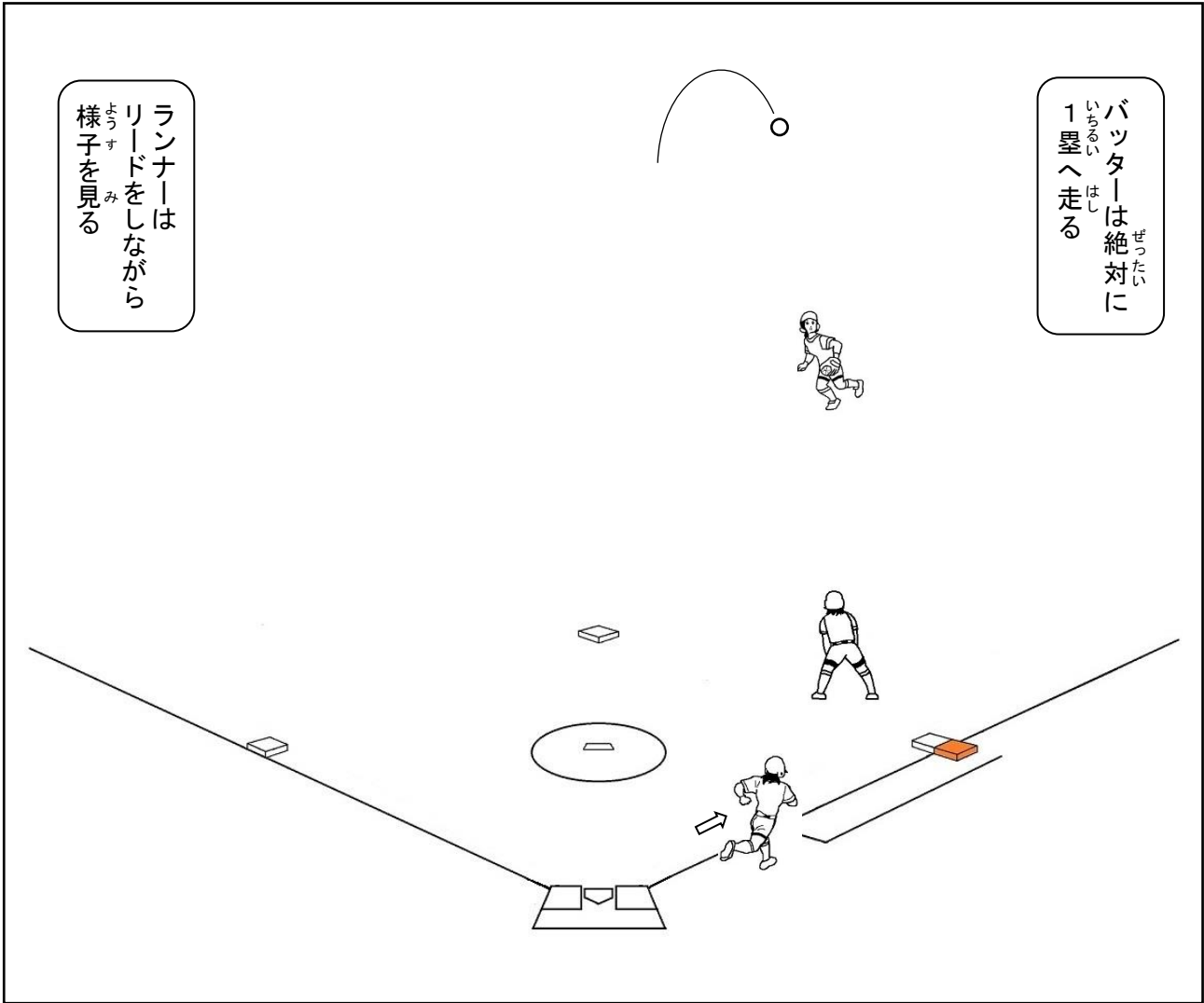


かならず必ずボールと野手を見る

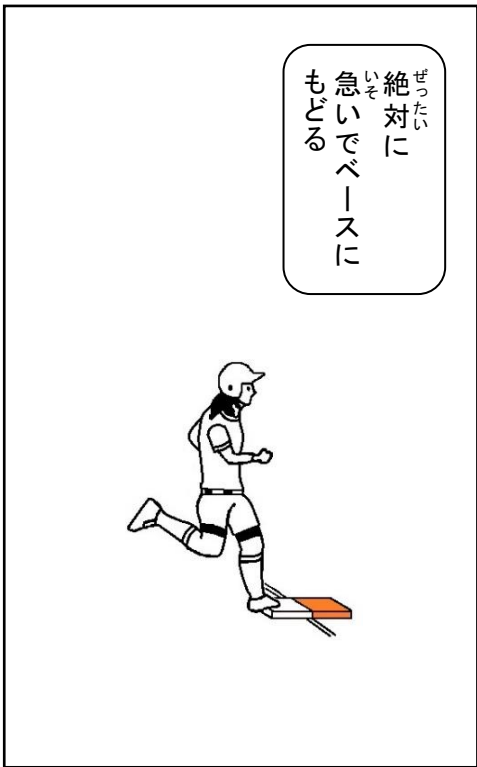
フライのときは



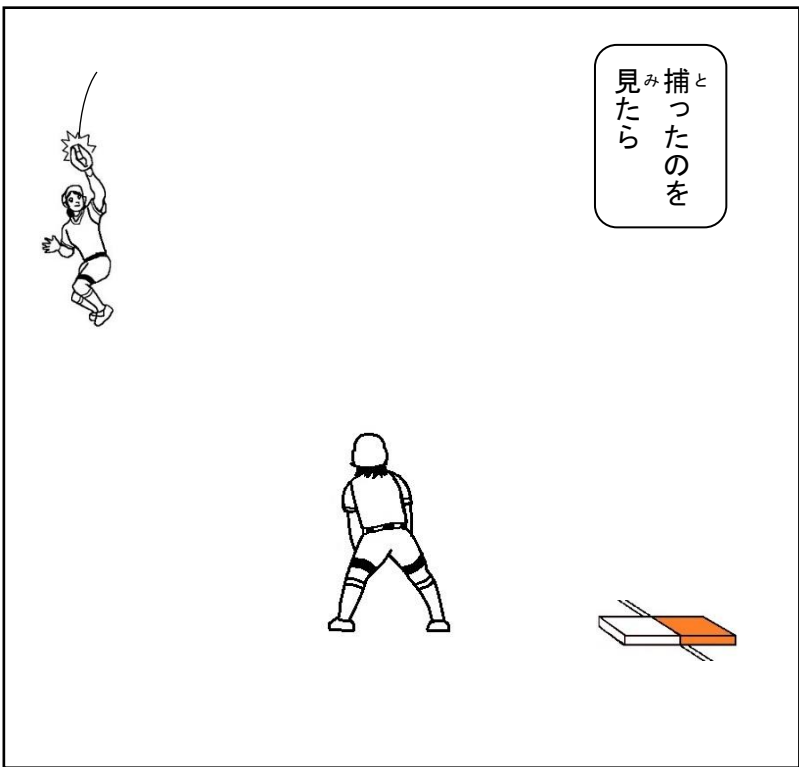


ランナーは
リードをしながら
様子を見る

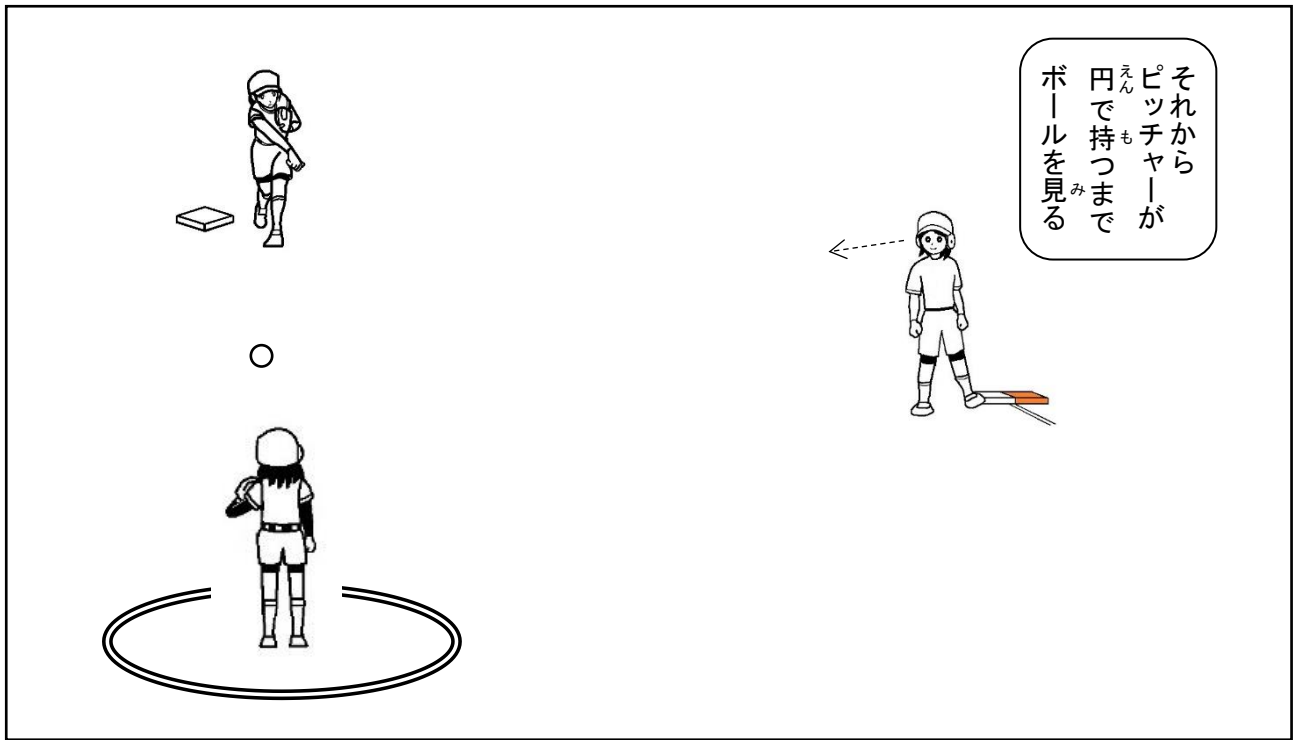
バッターは絶対に
1塁へ走る



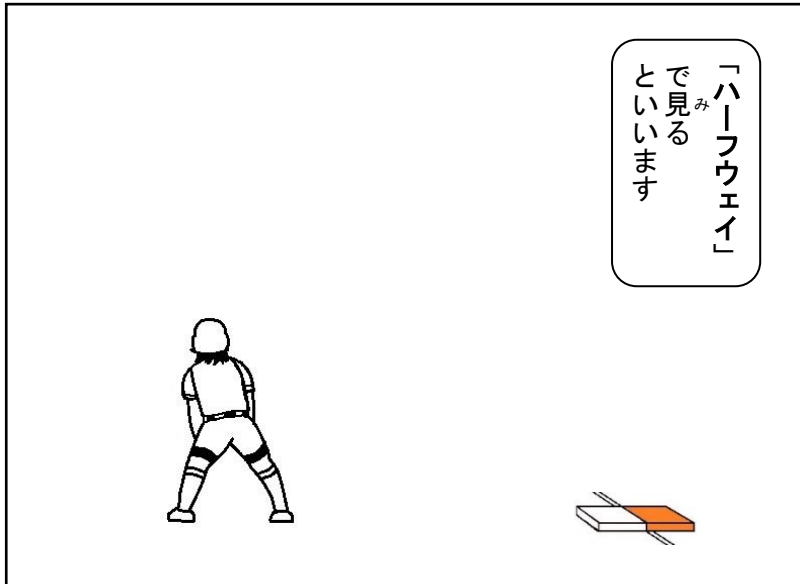
絶対に
急いでベースに
もどる



と捕ったのを
見たら



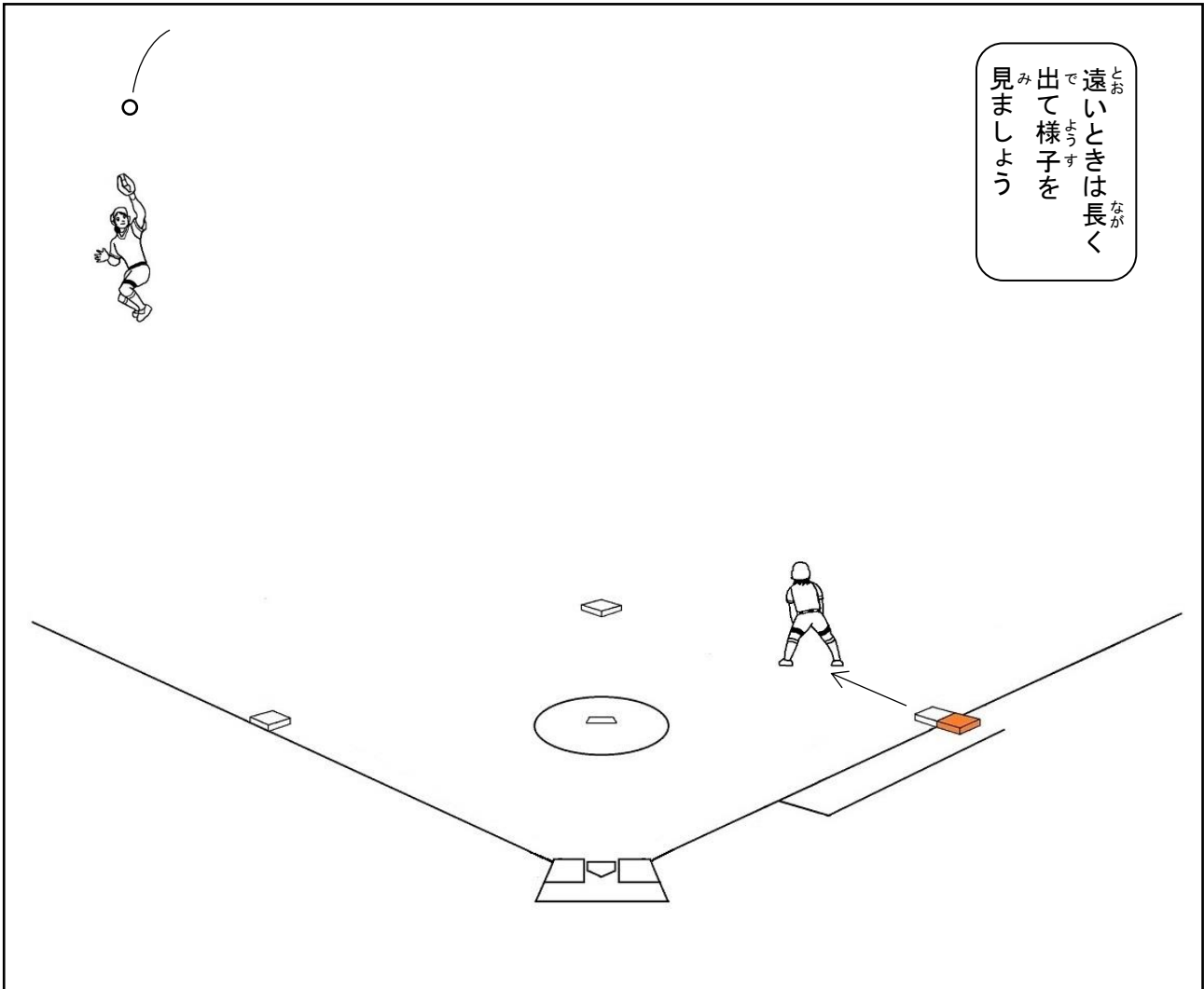
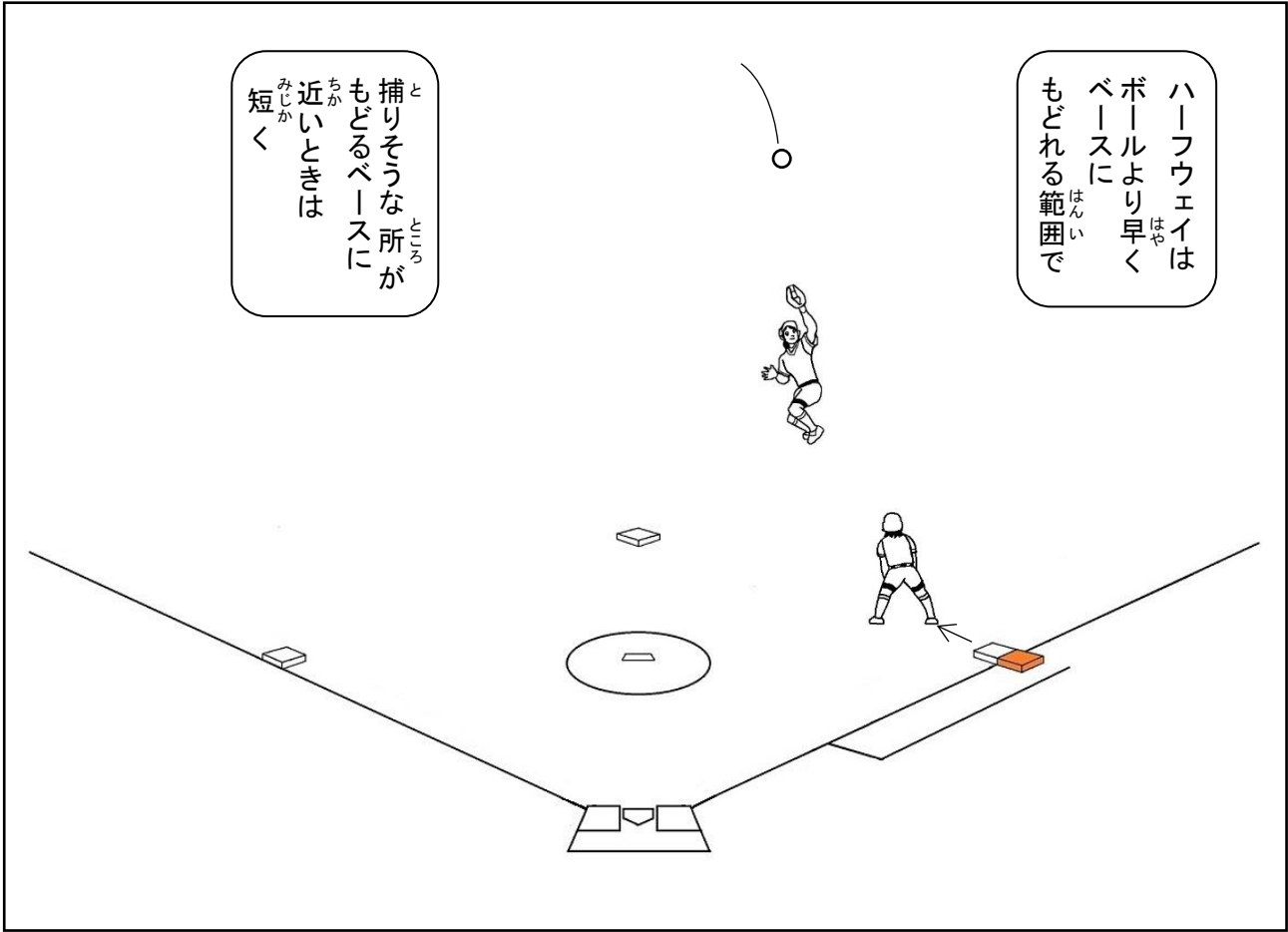
それから
ピッチャーが
円でも持つまで
ボールを見る



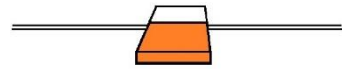
「ハーフウェイ」
で見るといいです



リードをしながら
フライの様子を
見ることを

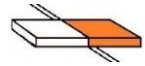
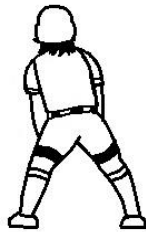


捕れないで
ボールが地面に
着いたときは



進塁義務がある
ランナーは
次のベースへ走る

自由のランナーは
次のベースが
セーフになりそう
だったら走る



フライヤ
ライナーの
ときは

ハーフウェイで
様子を見る
ことをしましょう



それができるのは
ノーアウトか
ワンアウトの
ときだ

B
S
O

B
S
O ●

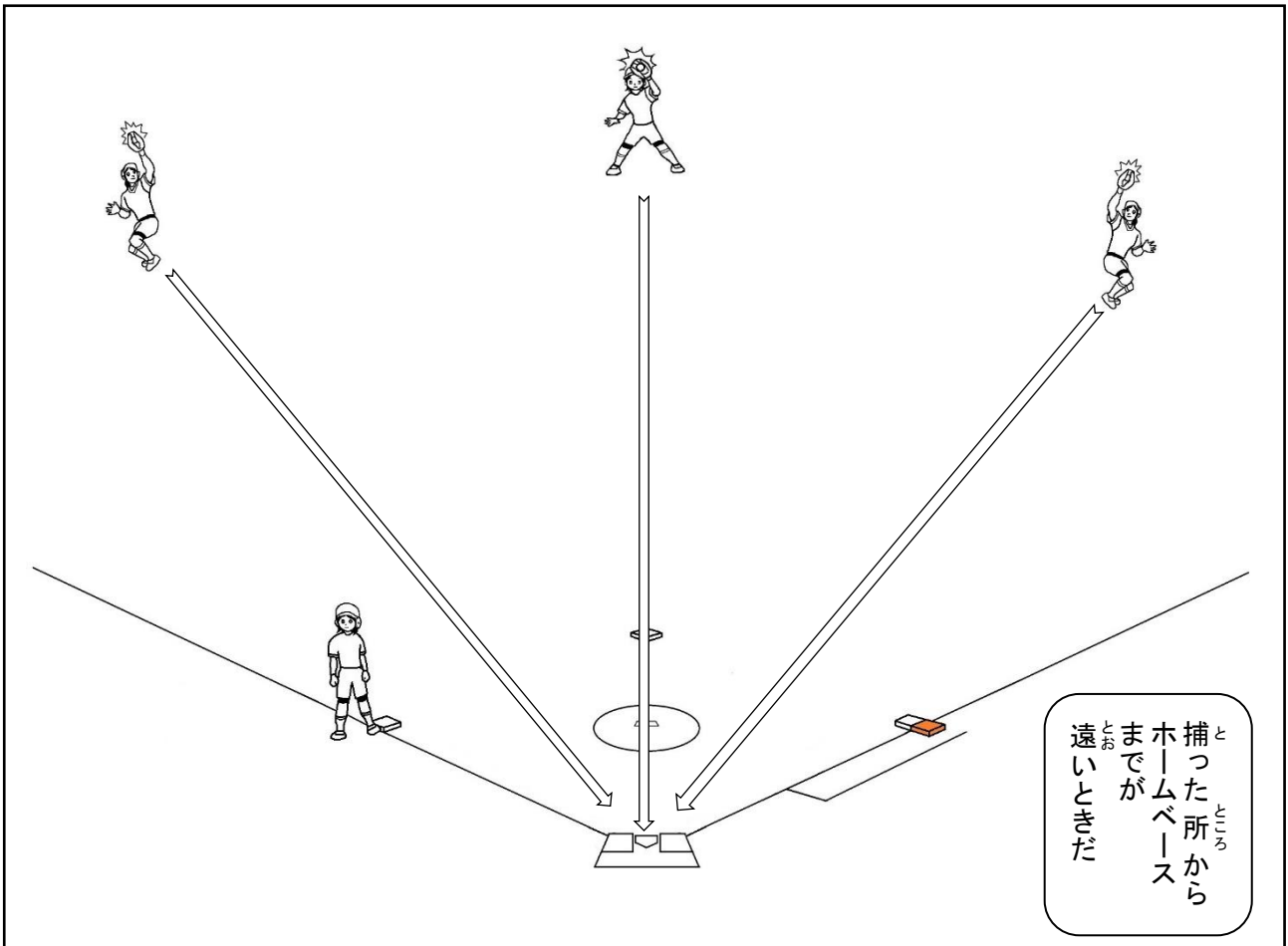
これを覚えたら
タッチアップをして
次のベースに

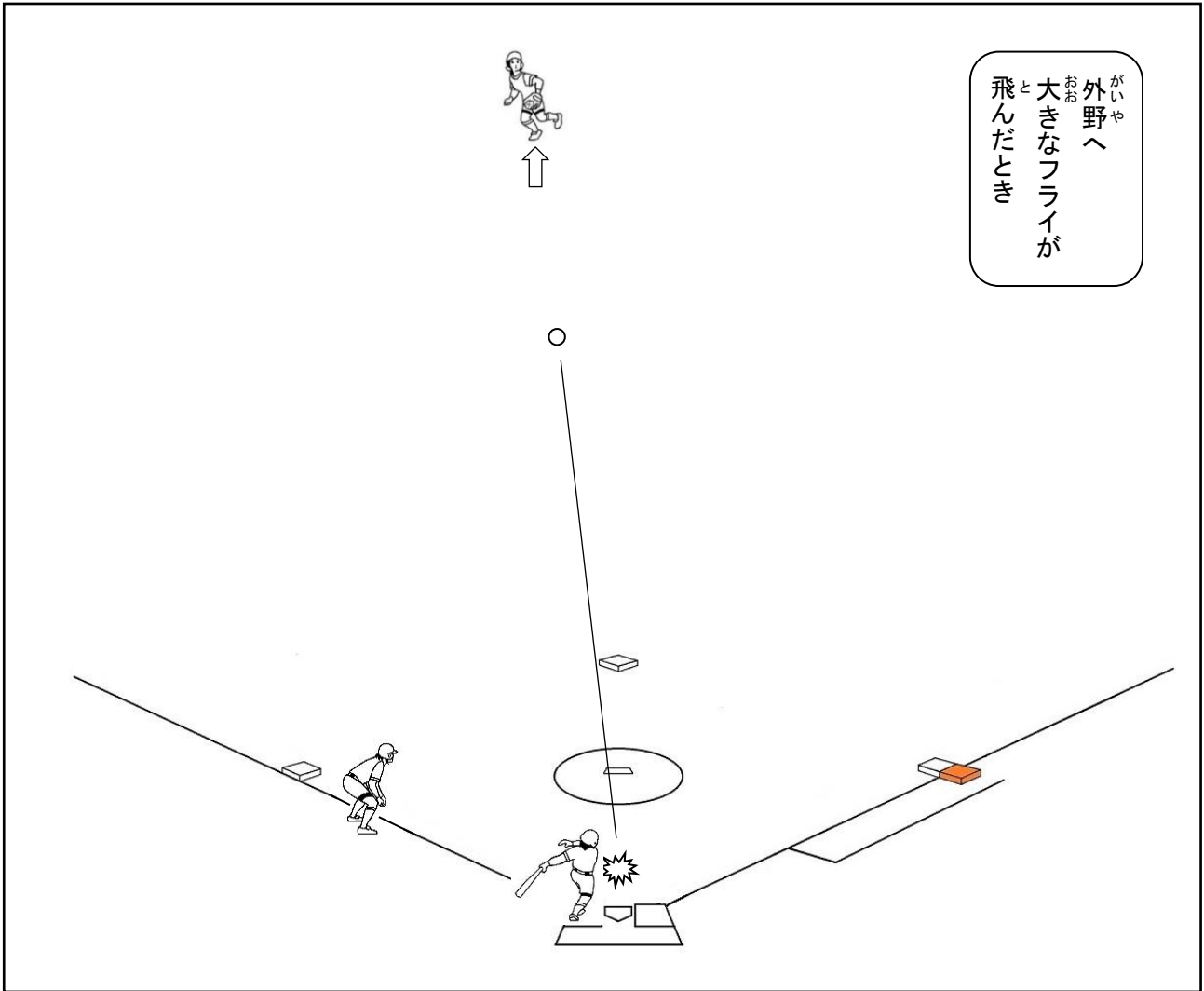
ランナーのほうに
早く行けそうな
ときを教えよう

試合でよくある
タッチアップを
見てみよう

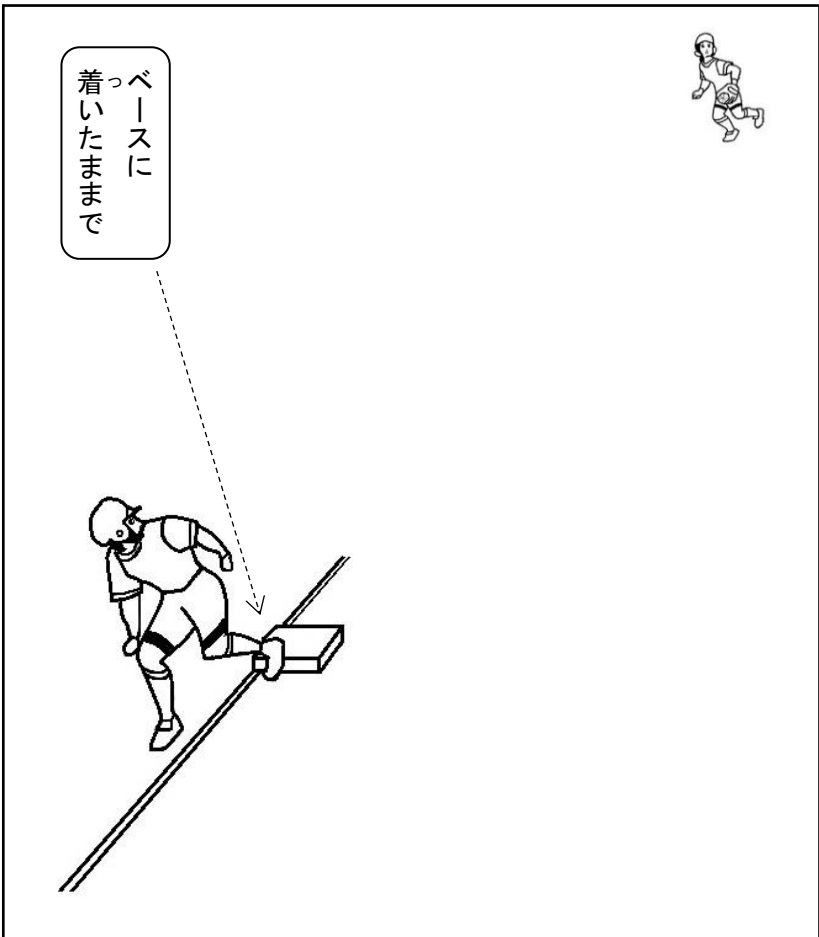
よくあるのが
3塁ランナーで

大きな
外野フライの
ときです

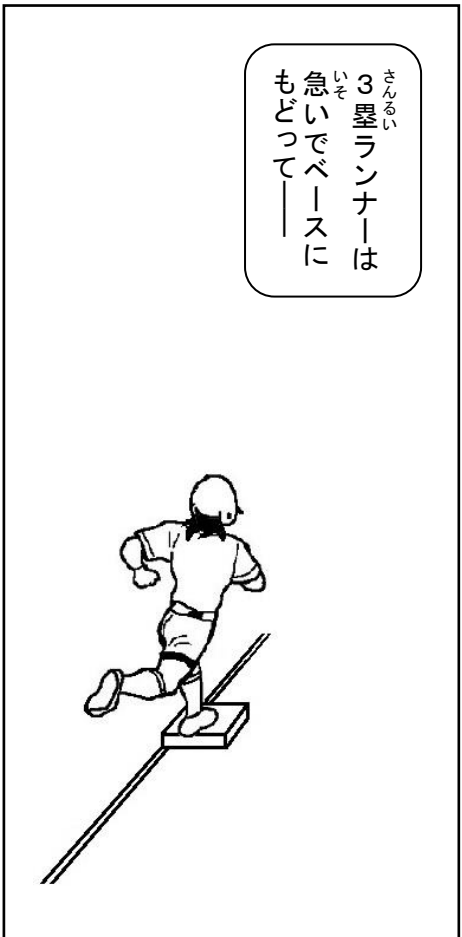




がいや
外野へ
おお
大きなフライが
と
飛んだとき

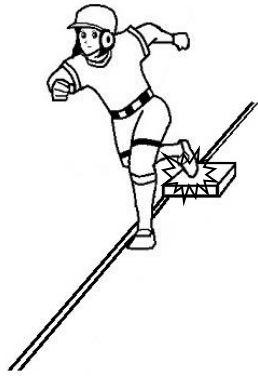


ベースに
着いたままで



さんらい
3塁ランナーは
いそ
急いでベースに
もどって

すぐに
ホームベースへ
走ると

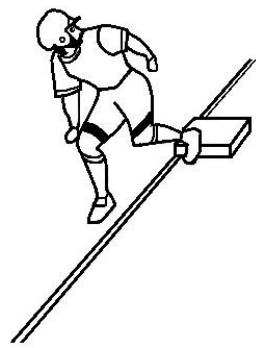


正^{せい}確^{かく}には
フェアグラウンドでは
ボールが野^や手^てに
ふれたとき

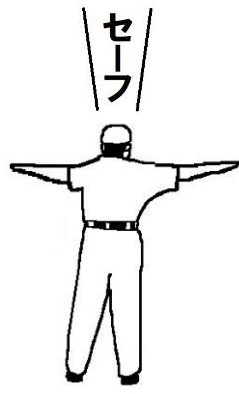
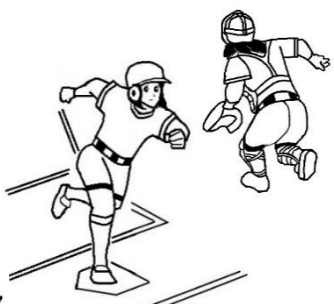


と
捕^とったの^を

見^みて

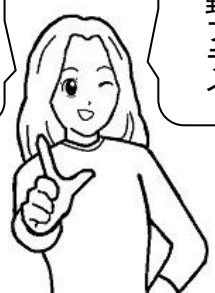


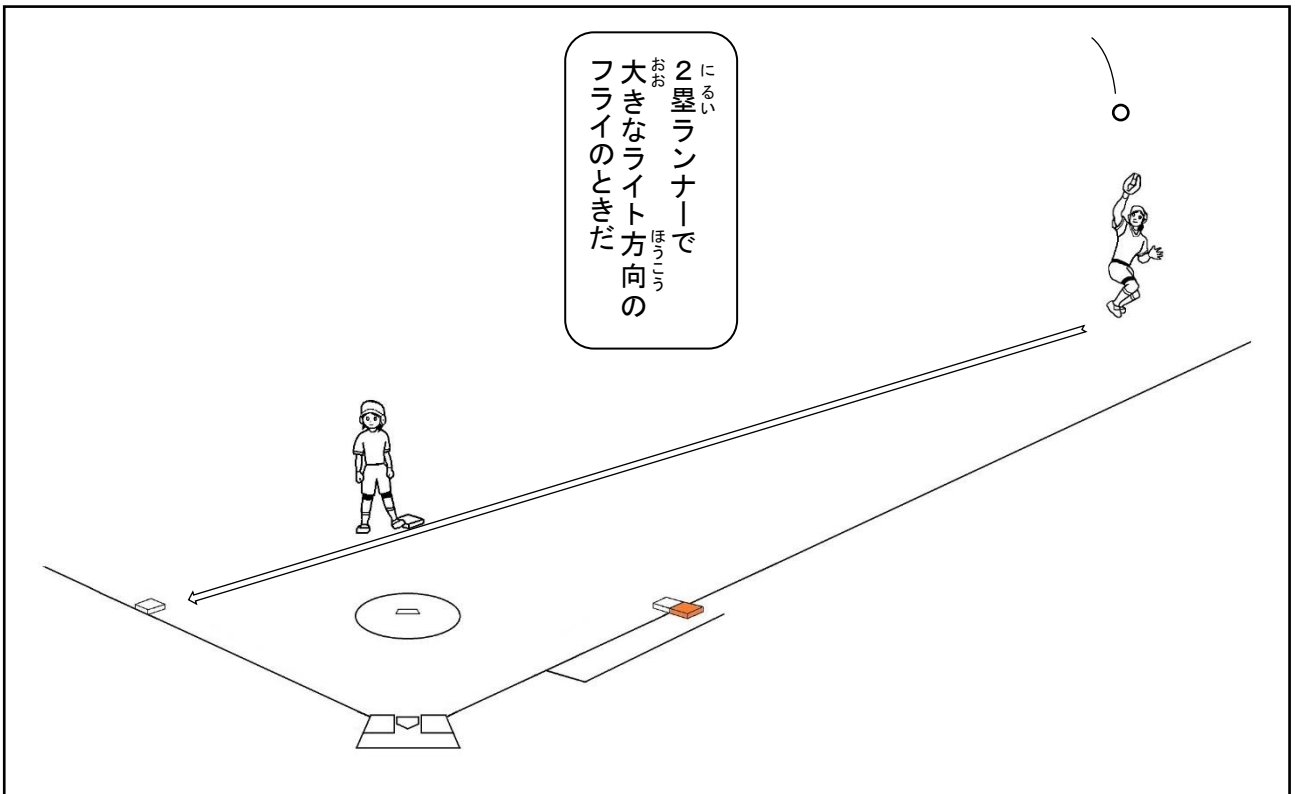
セーフになる
ときがある

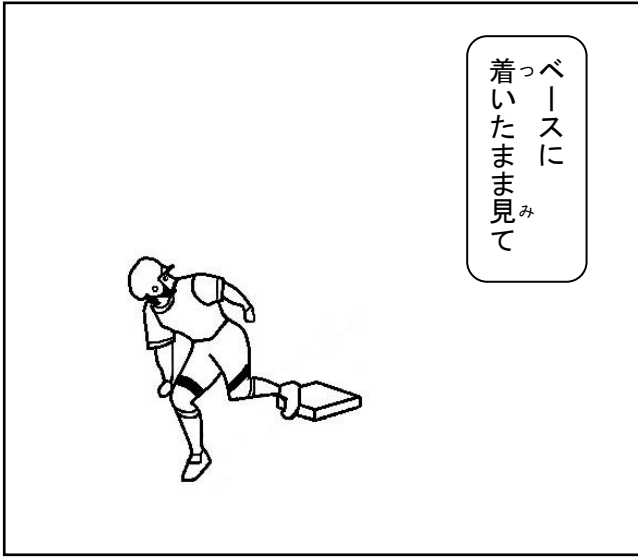


3塁ランナーは
大きな外野フライ
のときに

タッチアップが
できるよう
になりまじよう



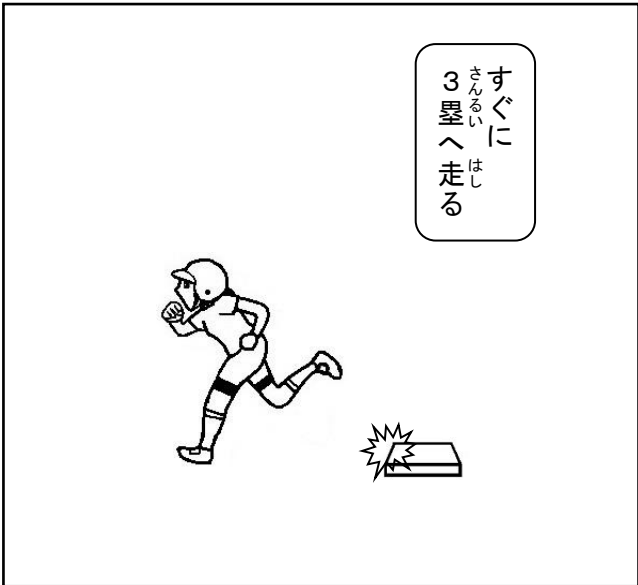




ベースに
着いたまま見て



このときも
急いでベースに
もどって



すぐに
3塁へ走る



捕ったのを
見て



どこで捕っても
あることは
覚えていきますね

それと
タッチアップは
グラウンド内の



2塁ランナーは
頭に入れておこう

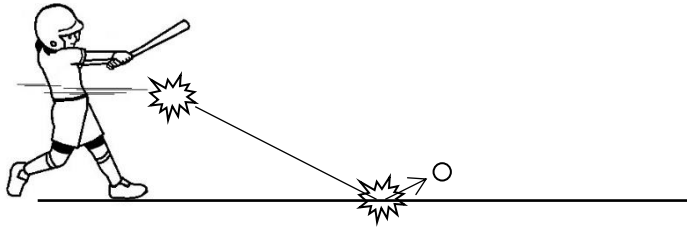
特に
ノーアウトのとき



前編に
ありました

はい！

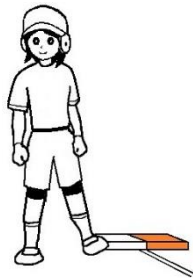
だきゅう じめん つ そうるい
打球が地面に着いた（ゴロ）ときの走塁



つぎ
は
じめん
に
ボール
が
つ
いた
（ゴロ）
と
きを
い
く
よ



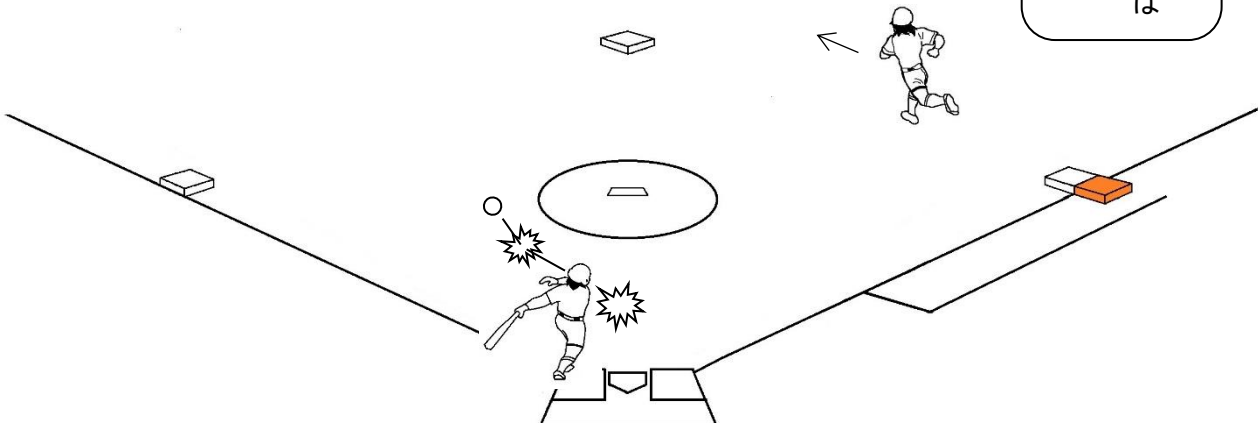
この
ときは
しろ
ベース
に
た
た
っ
て
い
ま
す
ね

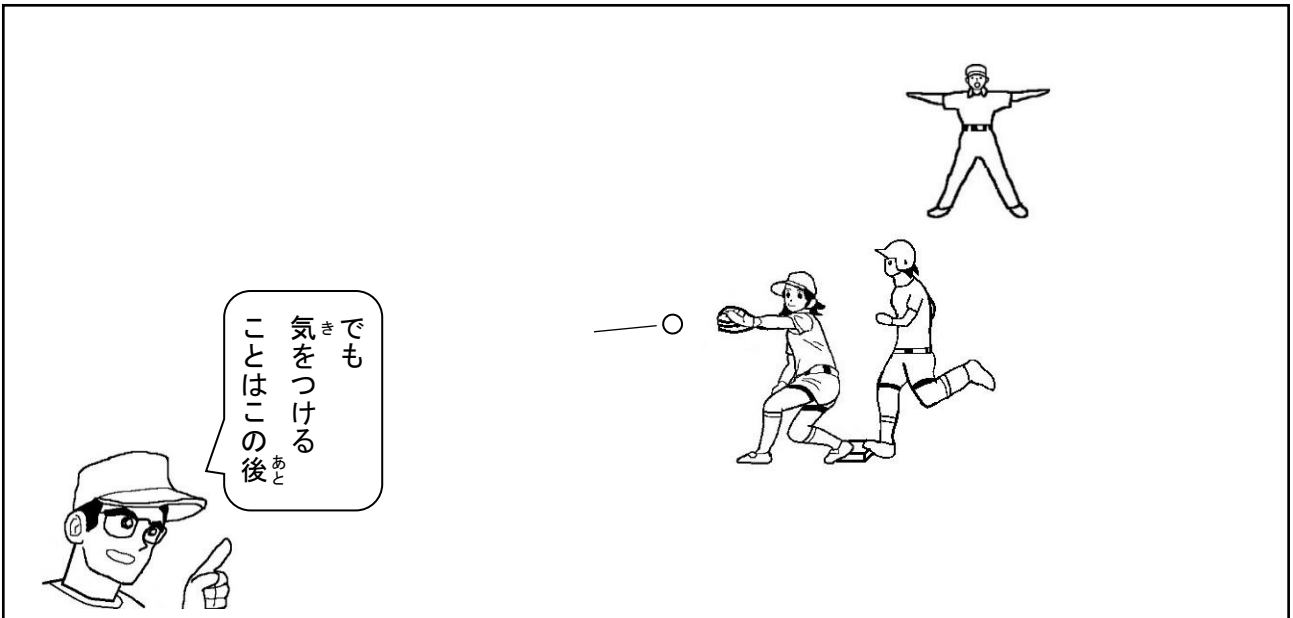
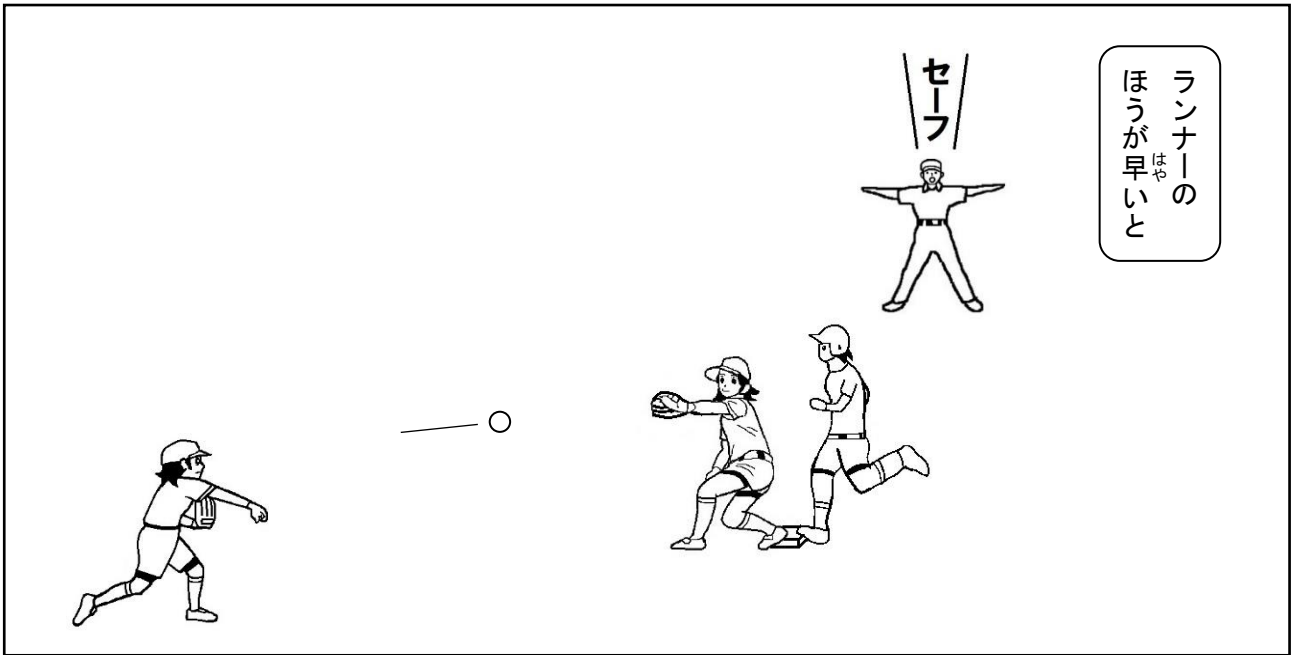


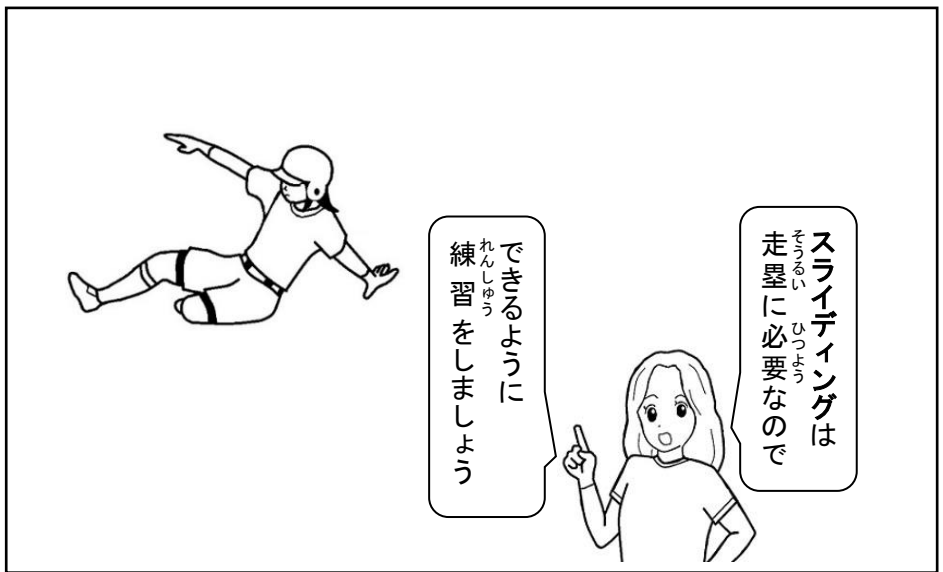
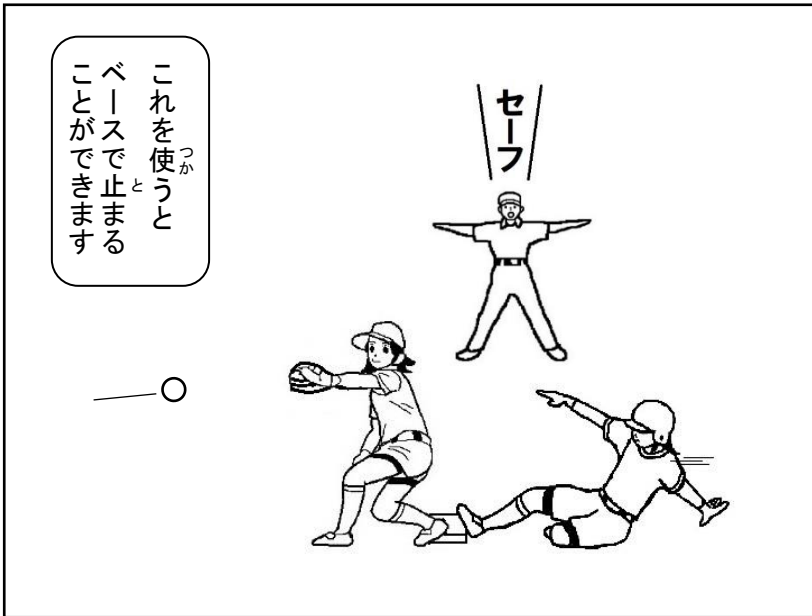
いち
ばん
い
の
ラン
ナー
の
と
きを
み
て
み
よ
う



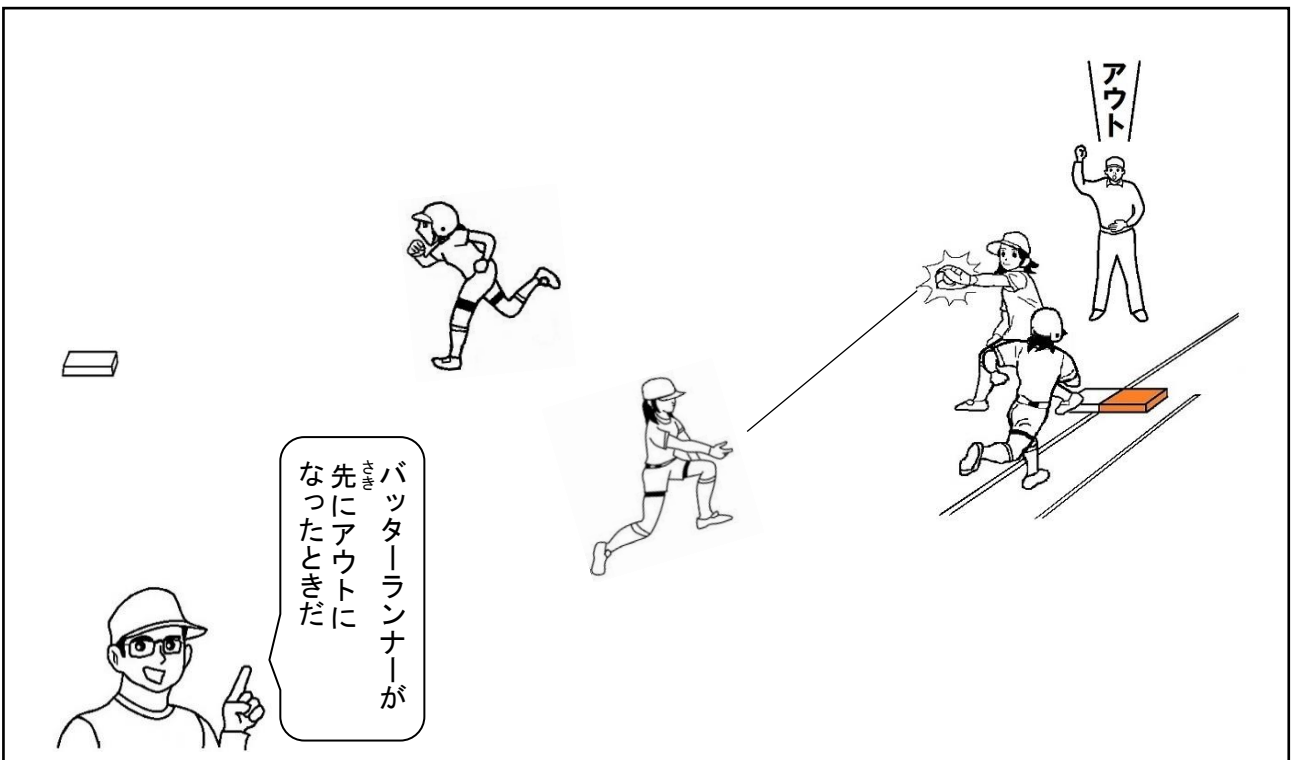
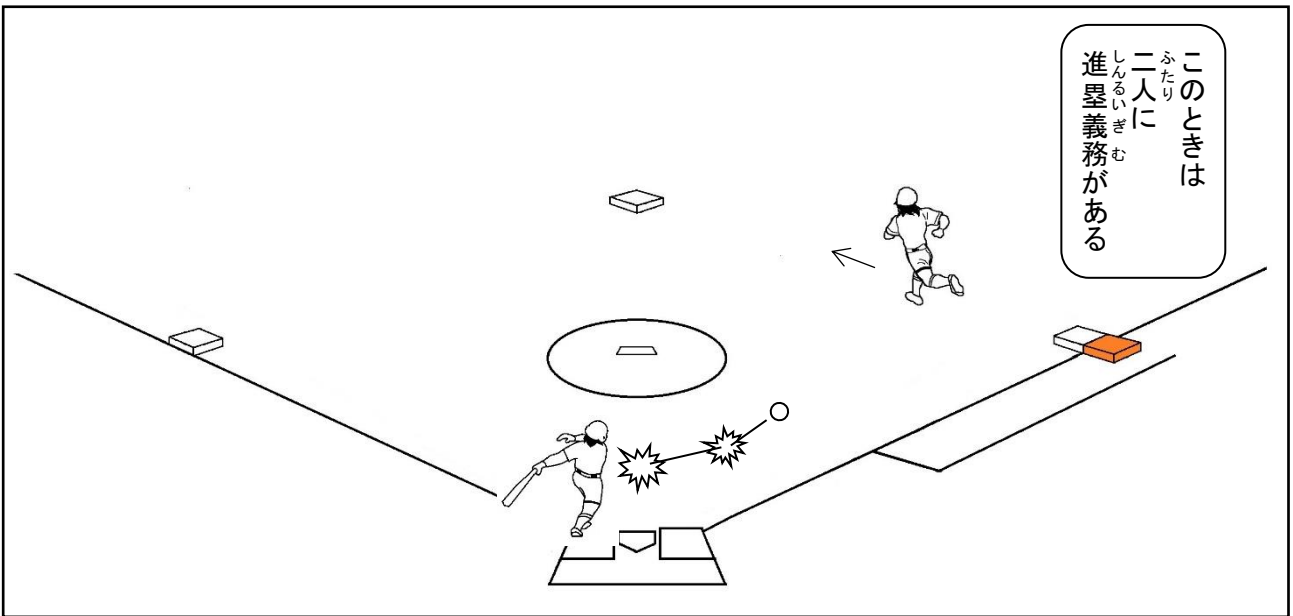
ゴ
ロ
の
と
き
に
いち
ばん
い
の
ラン
ナー
は
2
ばん
い
の
ベ
ース
へ
は
し
る
こ
と





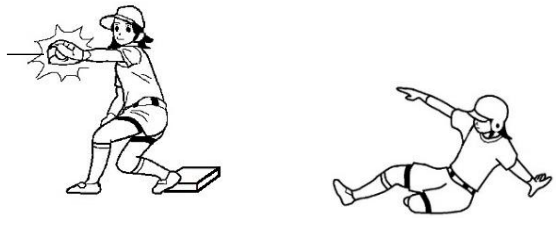


しんるいぎむ
進塁義務がなくなるとき

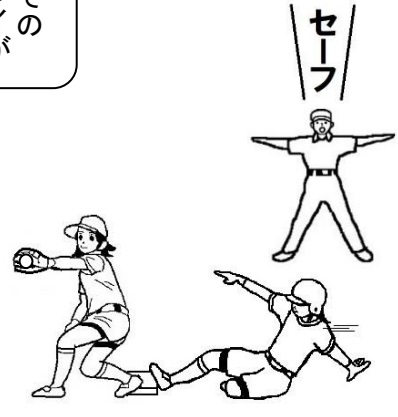


後ろの
進塁義務がある
ランナーが
アウトになると

その瞬間に
前まえにいるランナーは
自由じゆうなランナーに
なつて――



次のベースでの
フォースプレイが
なくなります



そのときは
タッチが必要ひつように
なりません

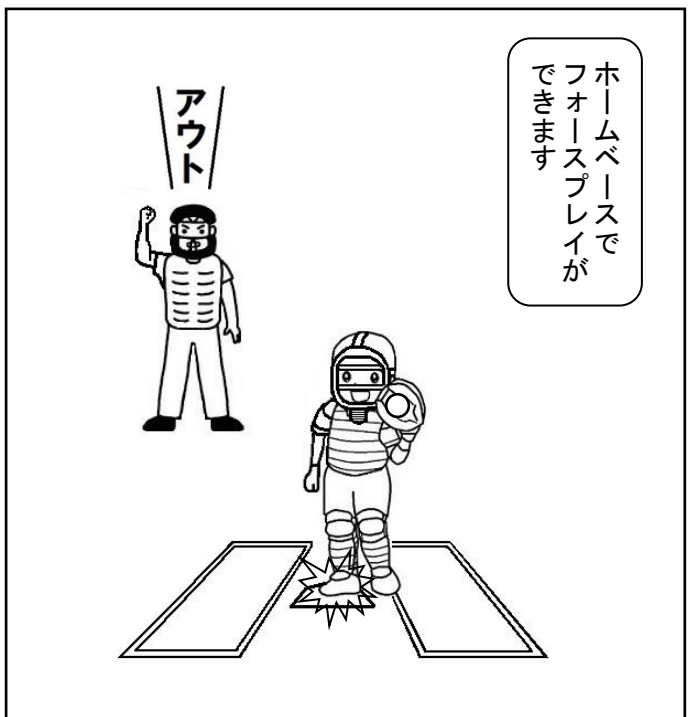
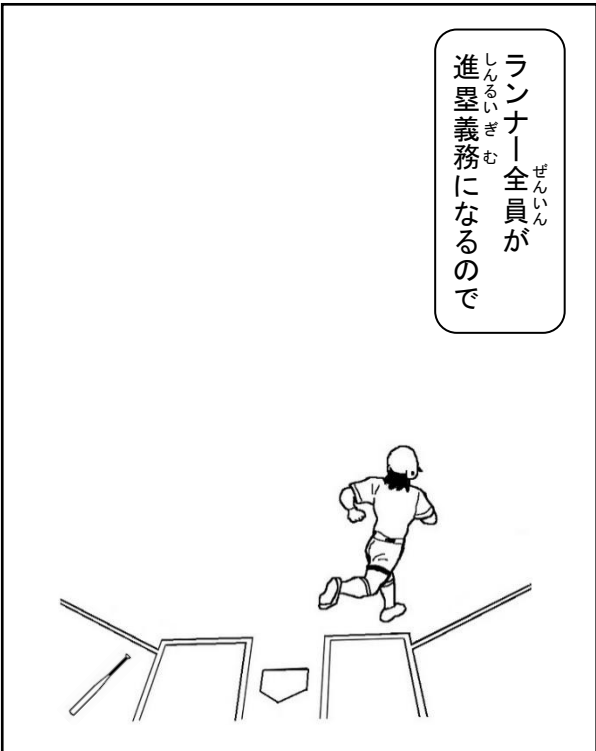
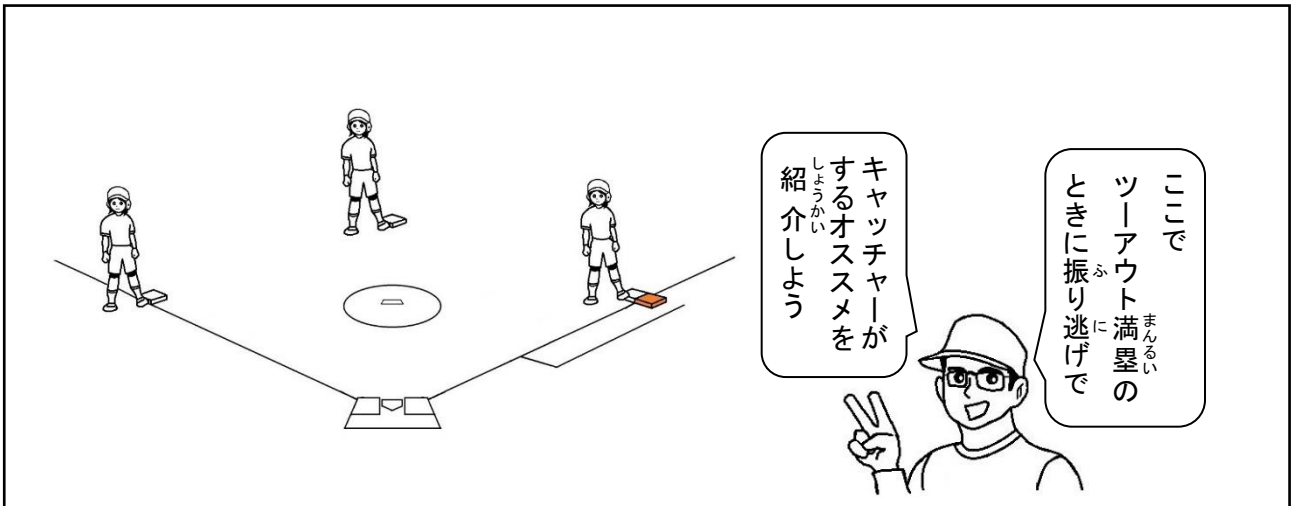
野手やしゅのときは
覚えて
おきましょう



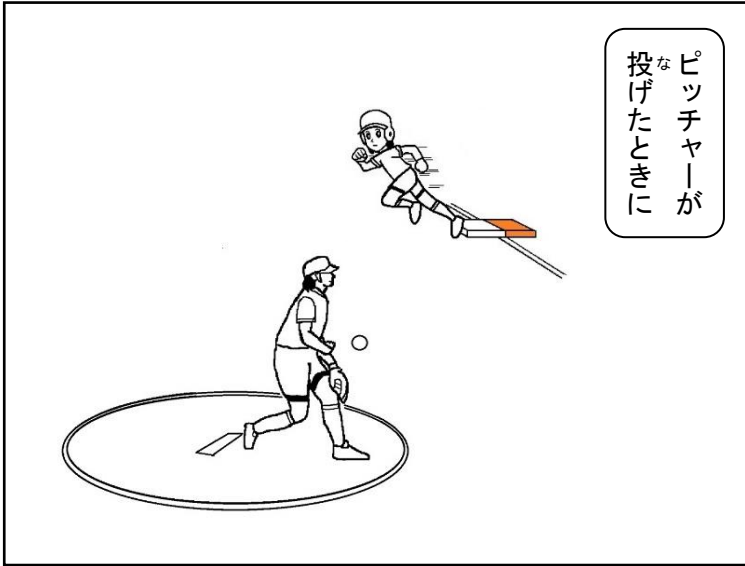
でも
そのときの状じょう況きやうや
ツアアウトの
ときには

フォースアウトが
できるところを
アウトにしましょう





8. その他^{ほか}

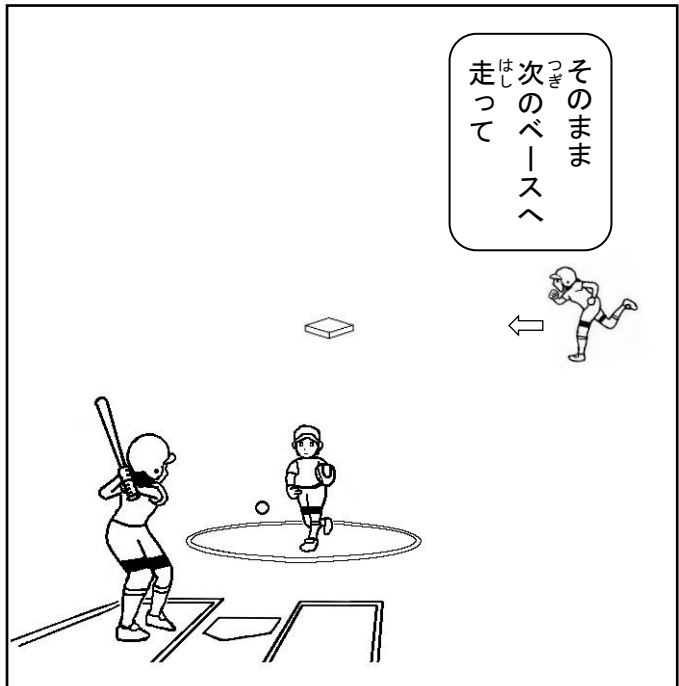
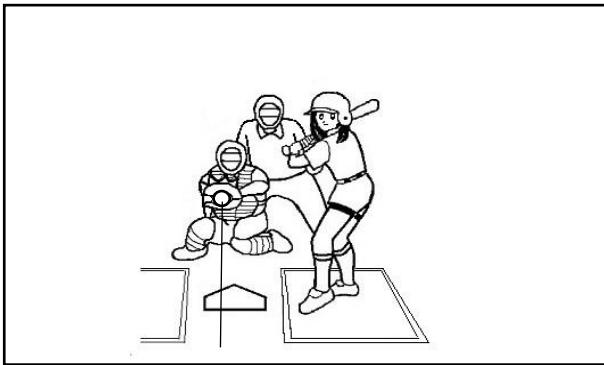


ピッチャーが
投げたときに

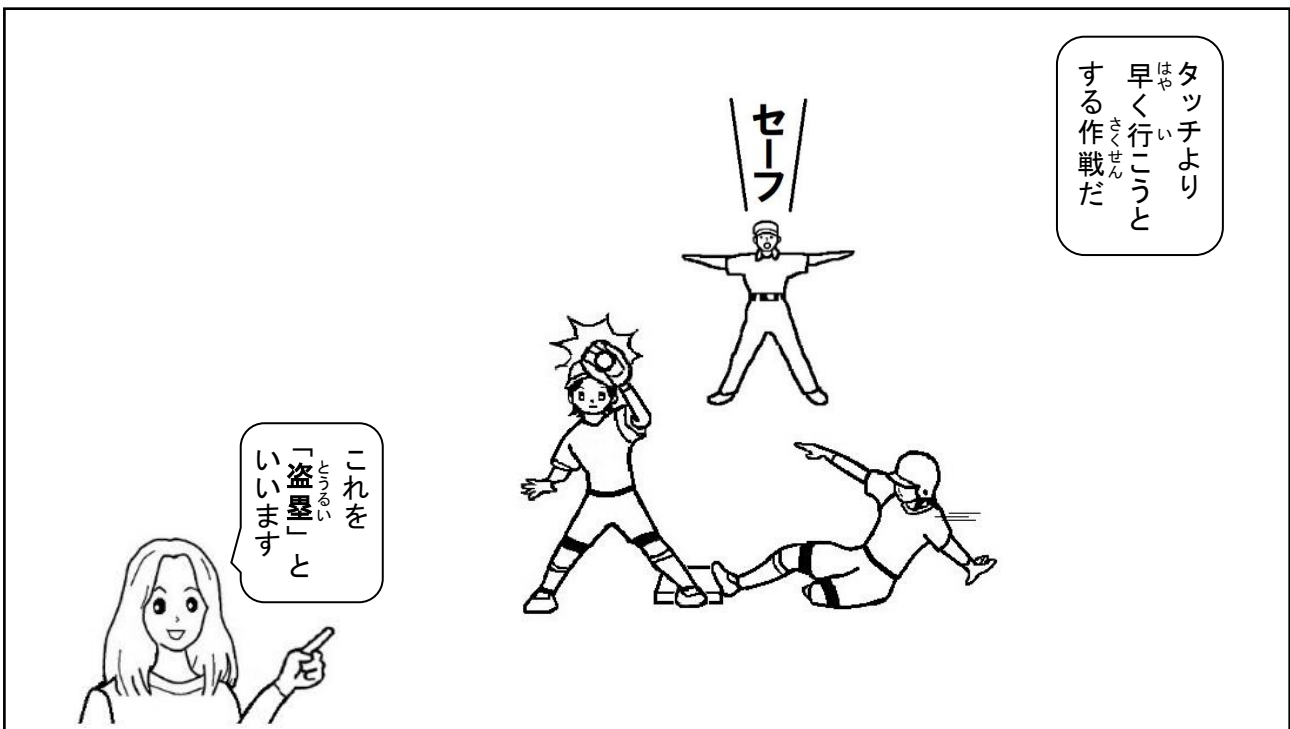
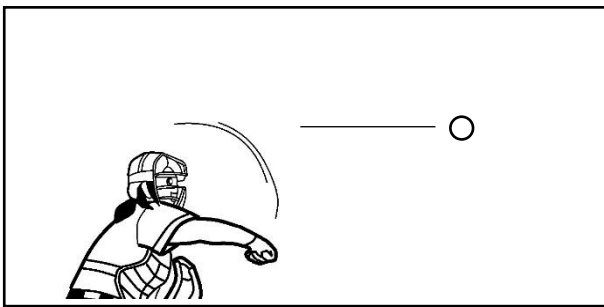


ランナーの
ルールを守って

次のベースへ
行くこととする
作戦を見よう



そのまま
次のベースへ
走って



タッチより
早く行こうと
する作戦だ

これを
「盗塁」と
いいます

盗塁は
いちいち
1塁から2塁が
多くて

2塁から3塁も
あるのと、
油断してると
3塁からホームも
あるんだ

だから
野手はこれを
アウトに
しようとする

アウト

素晴らしい！

その通りです！

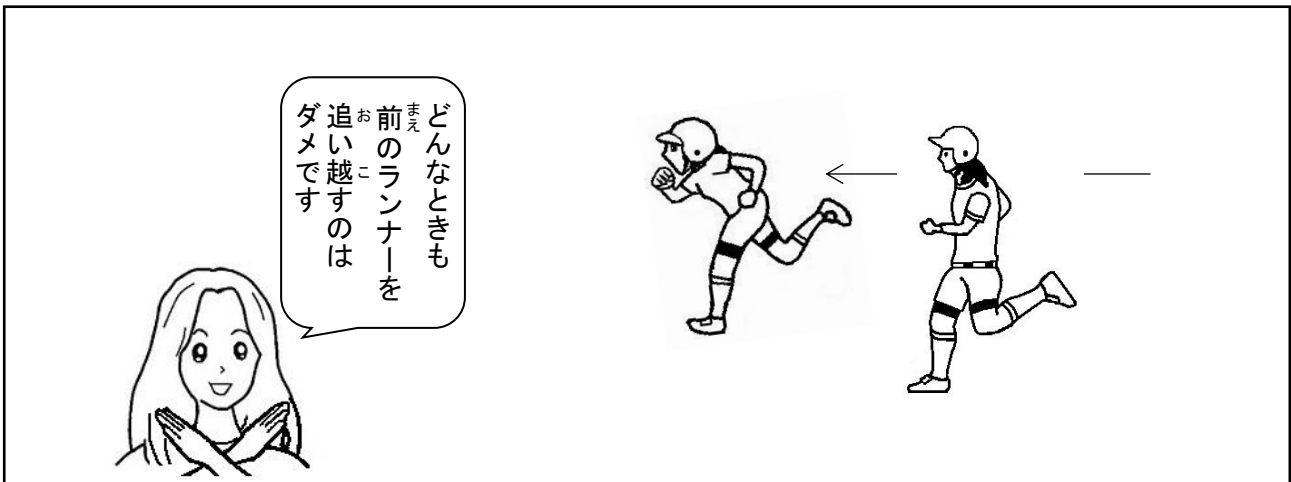
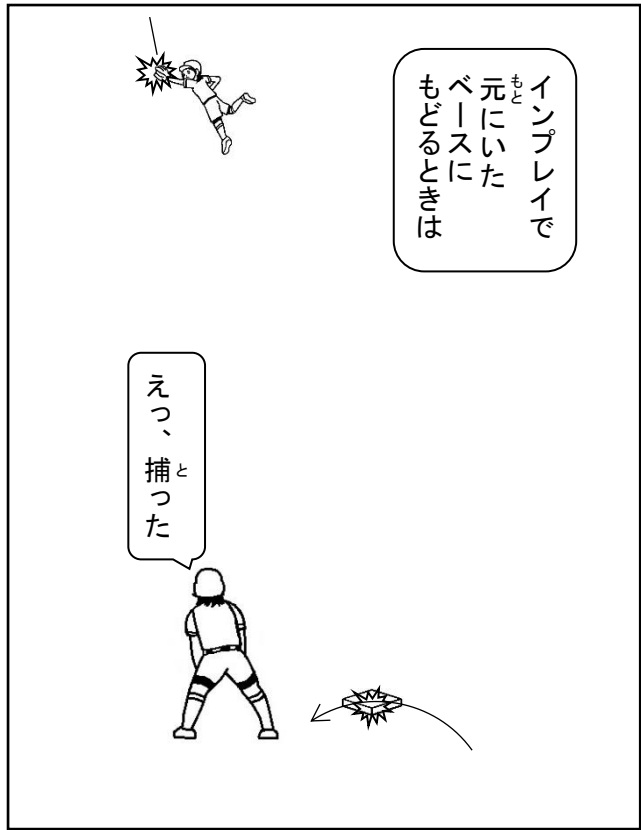
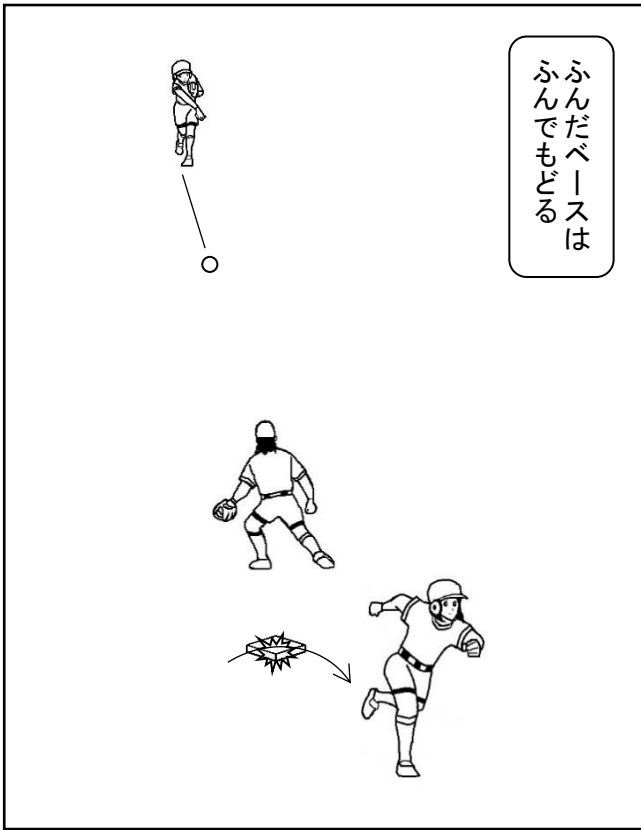
ランナーが出ると
キャッチャーと
野手は

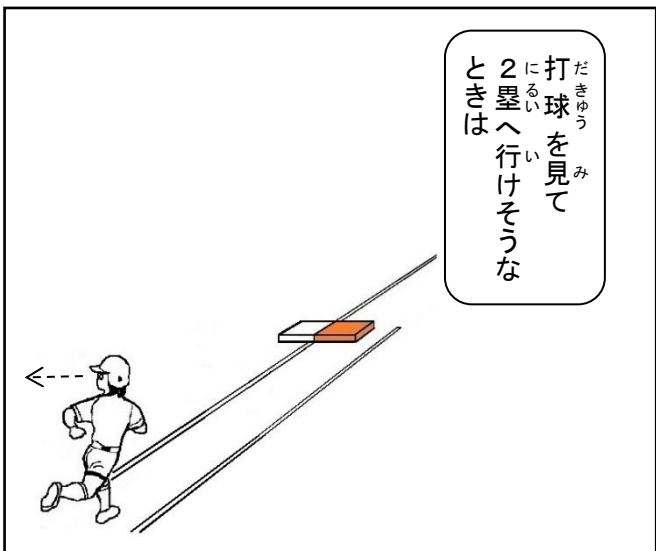
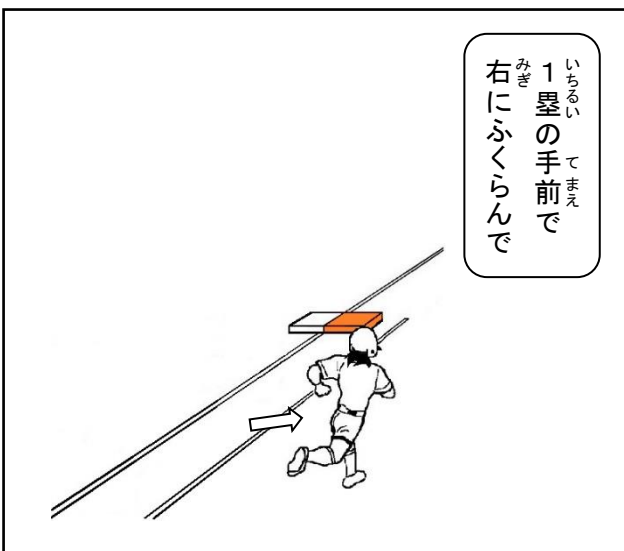
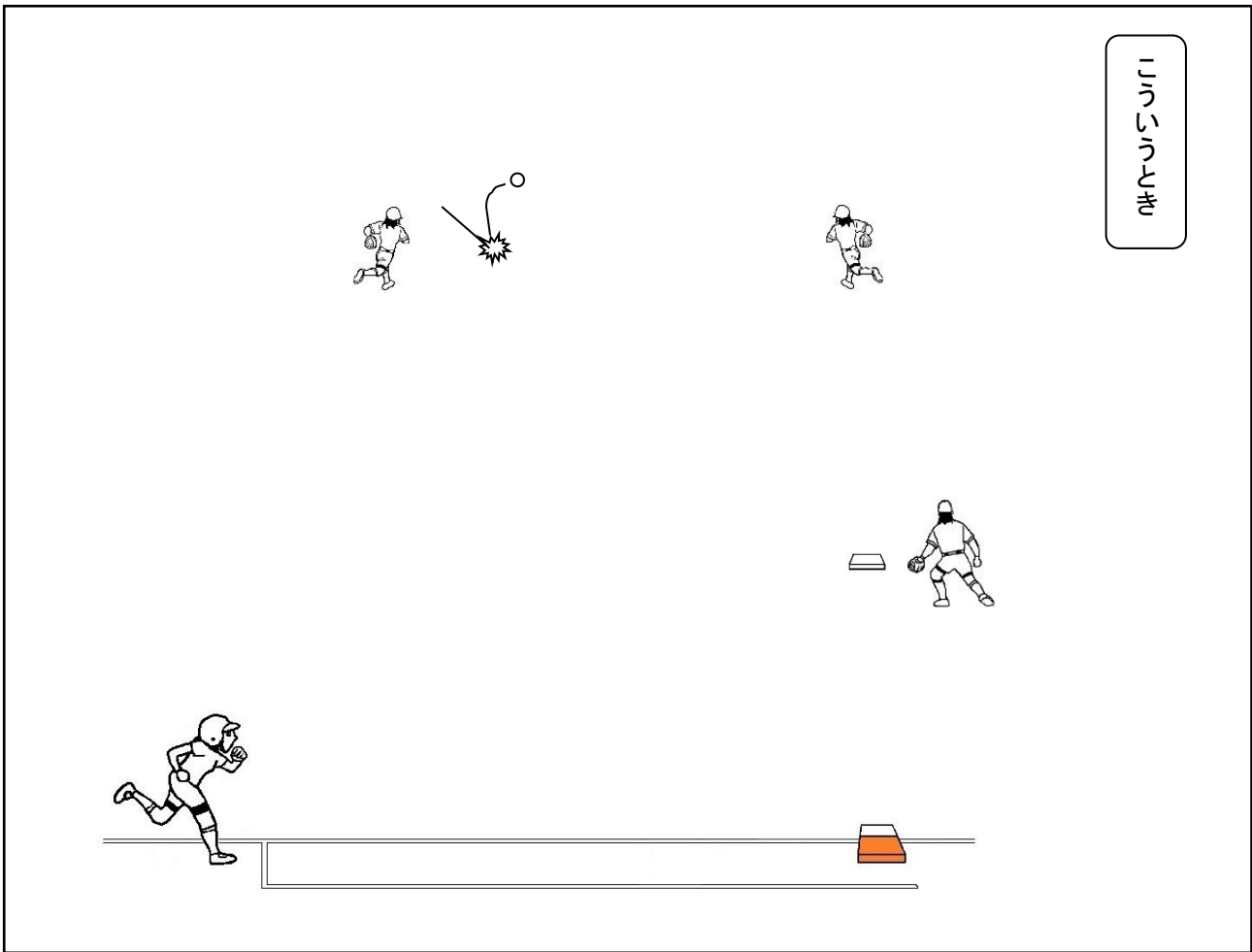
いつも盗塁を
かんが
考えておくのね

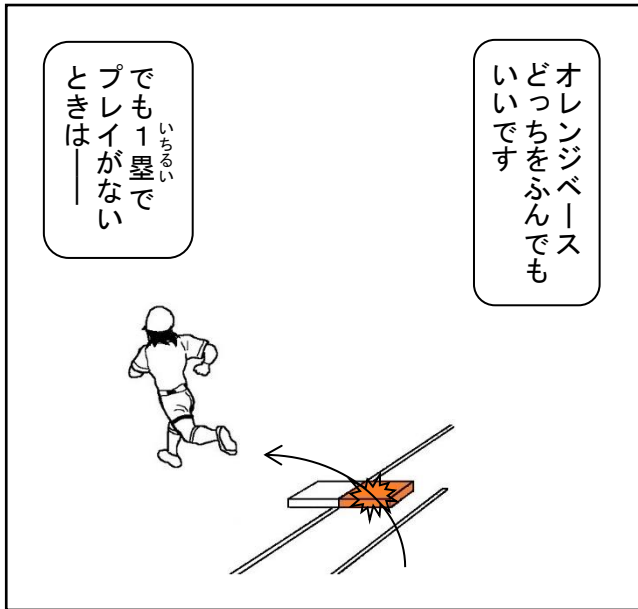
それでは
あと少しなので
このまま
続きをいこうよ

ベースをふんで
走るので

ランナーは
矢印の順番、
左回りに

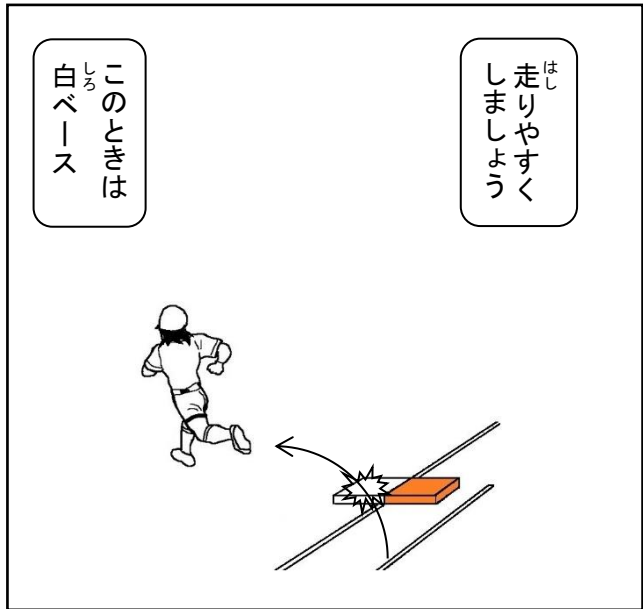






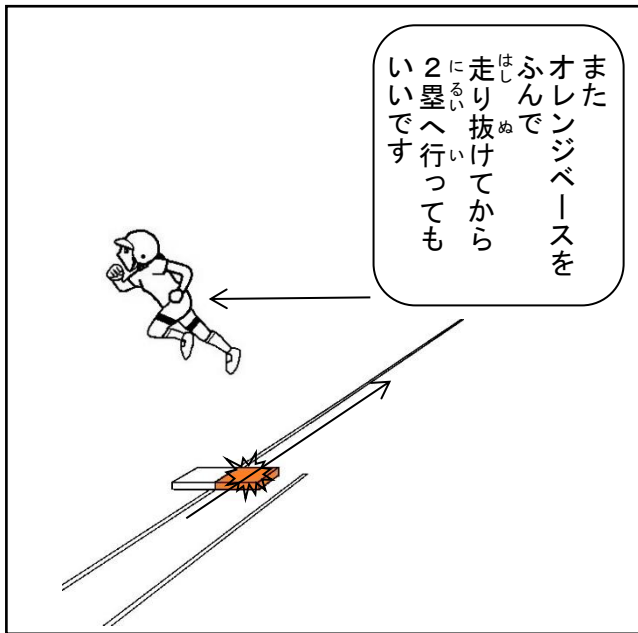
でも1塁で
プレイがない
ときは——

オレンジベース
どっちをふんでも
いいです

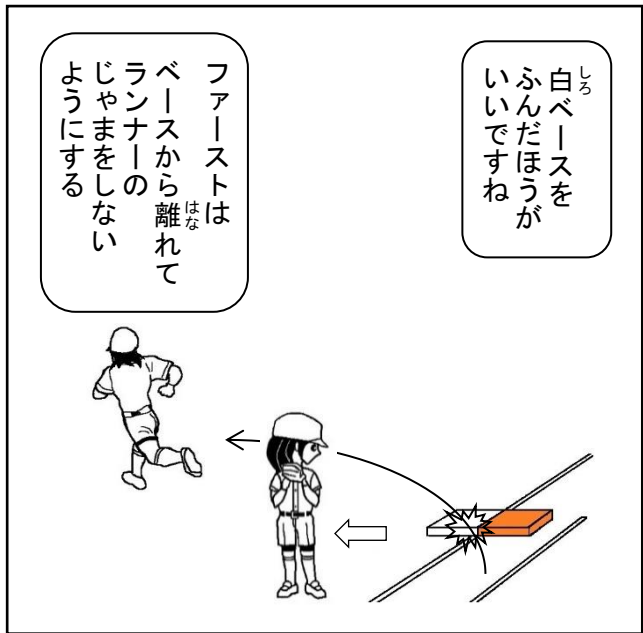


このときは
白ベース

走りやすく
しましょう



また
オレンジベースを
ふんで
走り抜けてから
2塁へ行って
もいいです



ファーストは
ベースから離れて
ランナーの
じゃまをしない
ようにする

白ベースを
ふんだほうが
いいですね

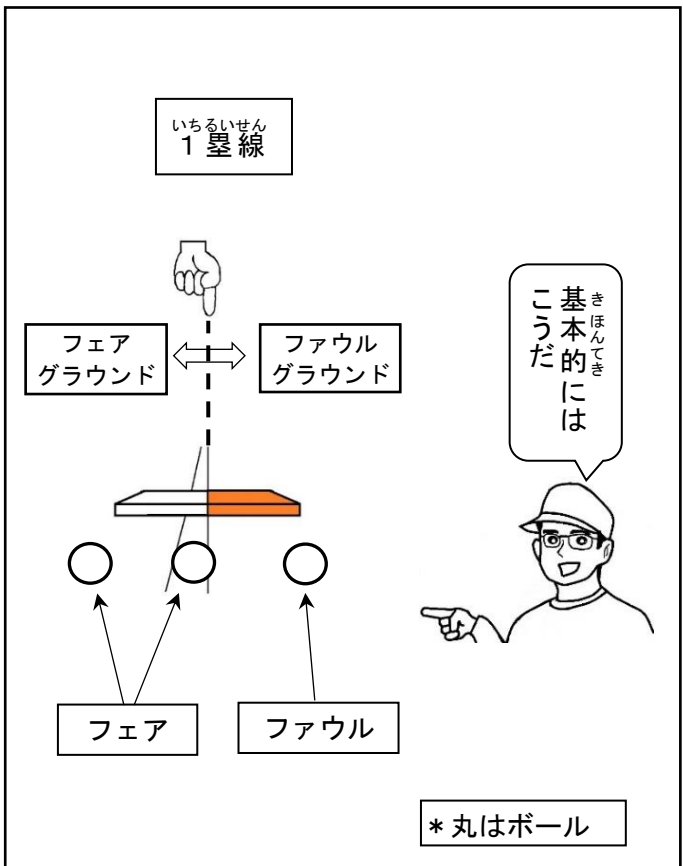
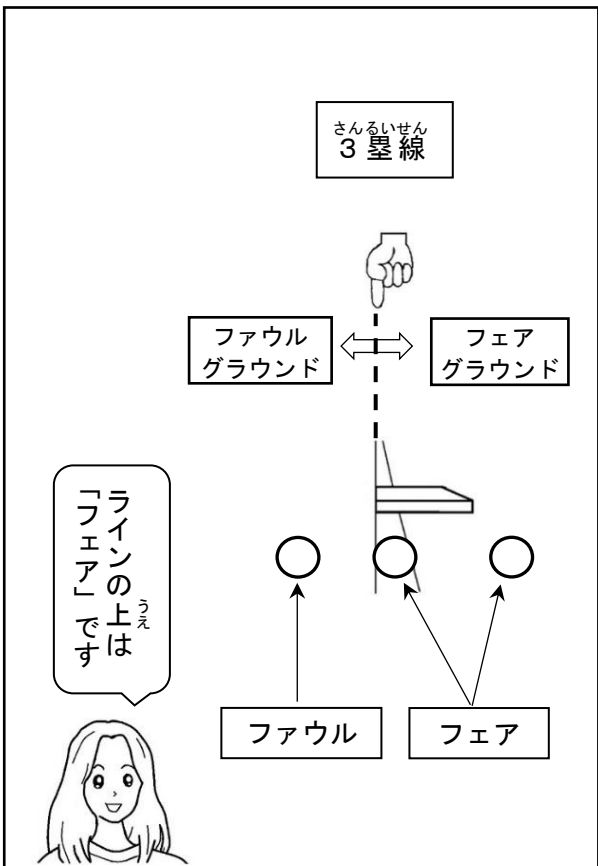
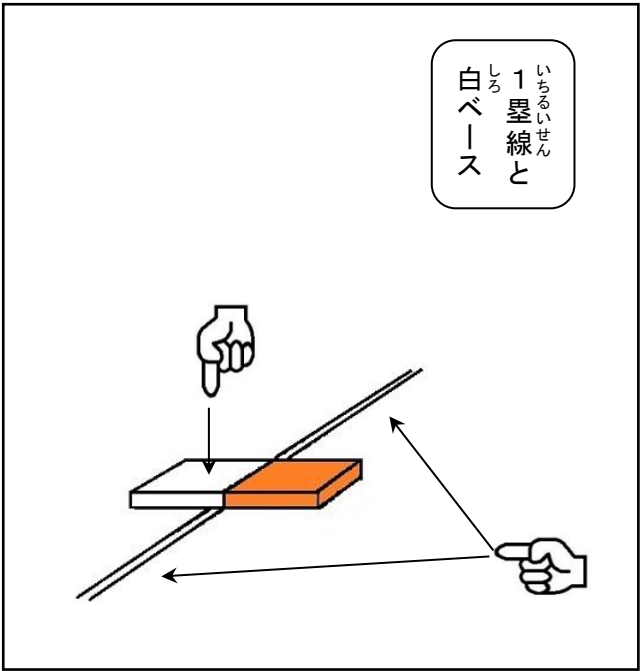
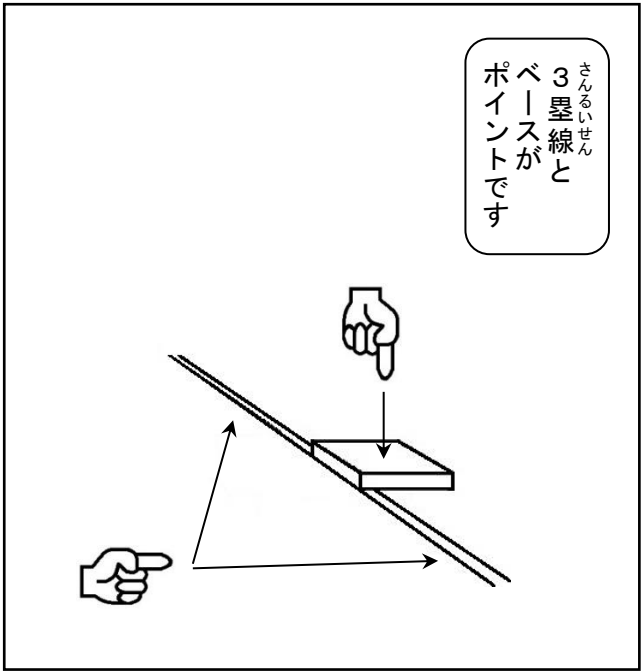


打球に投げて
あてるのは
ダメです

野手は
グローブや
帽子などを

9. 「フェア」と「ファウル」のルール





「ファウル」のときは
声とポーズで
教えてくれる

ファウル

「フェア」のときは
ポーズだけで

フェア

前編にあった
どっちなのかを教える
審判のポーズを
復習しておこう

それでは
いつ決まるのかを
打球で見ても
いきましよう

どちらか
ハッキリとわかる
打球は何もしない
ときがある

1塁線か3塁線の
近くの打球は
教えてくれるけど

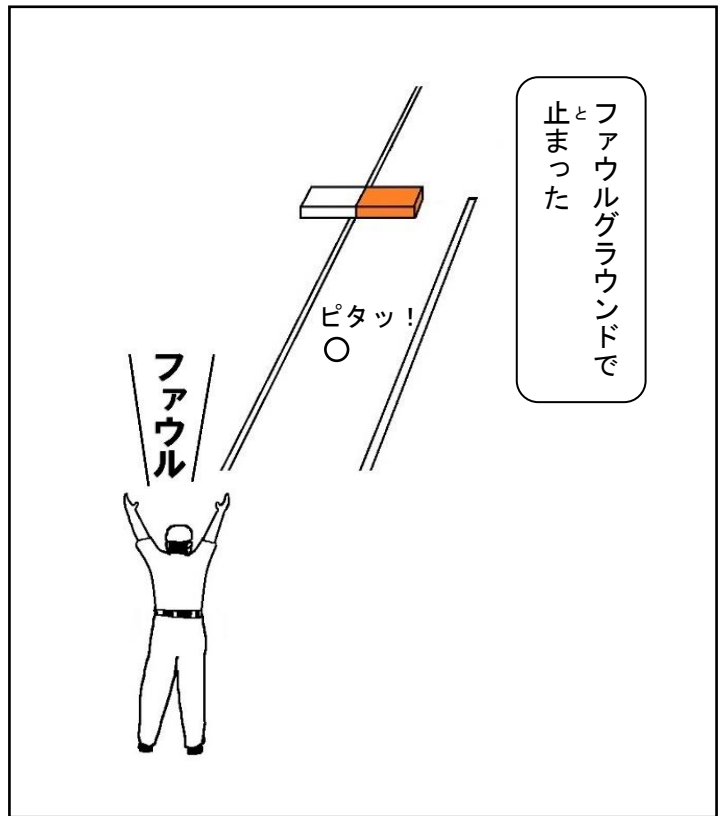
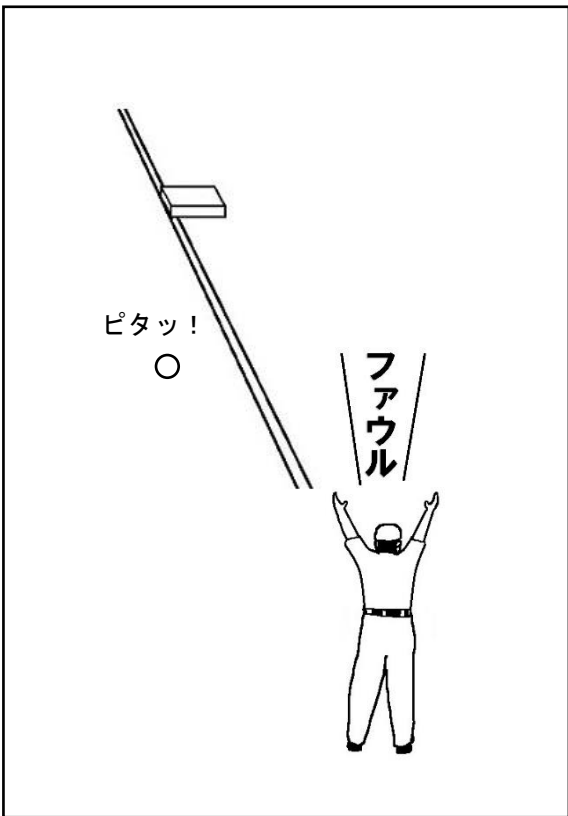
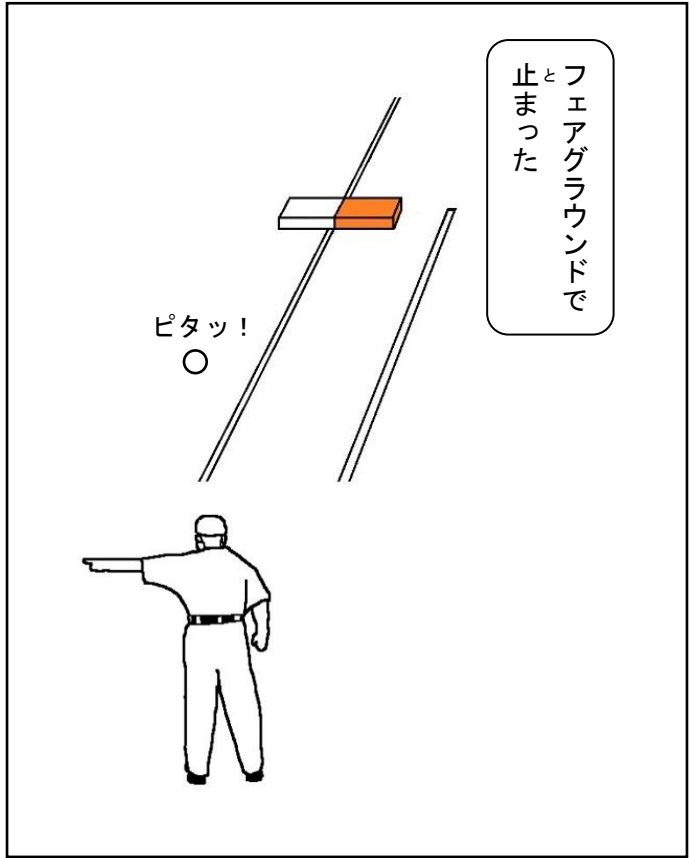
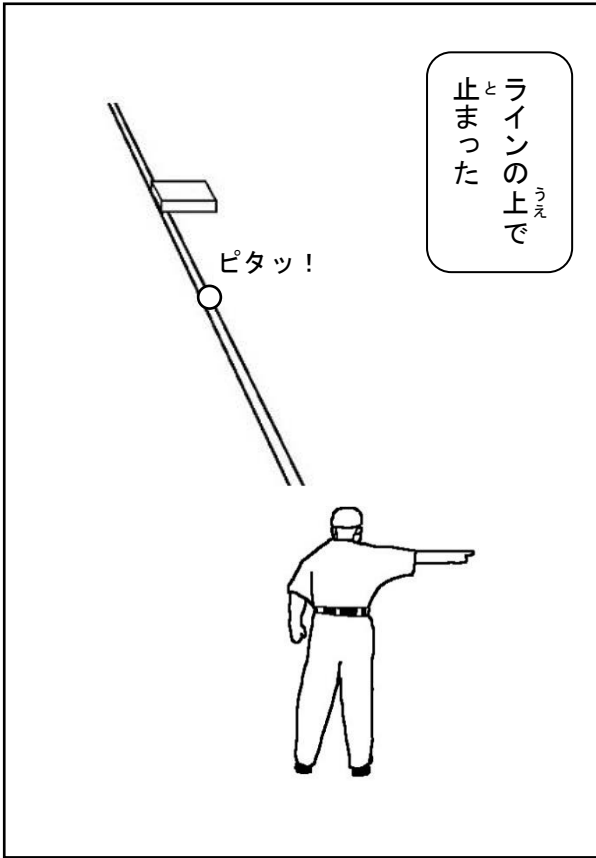
① ボールが止まったときに決まる

ボールが止まった
ときに決まる

ピタッ!

ベースまでの
ゴロは

転がっている
ときは決まってい
ないんだ



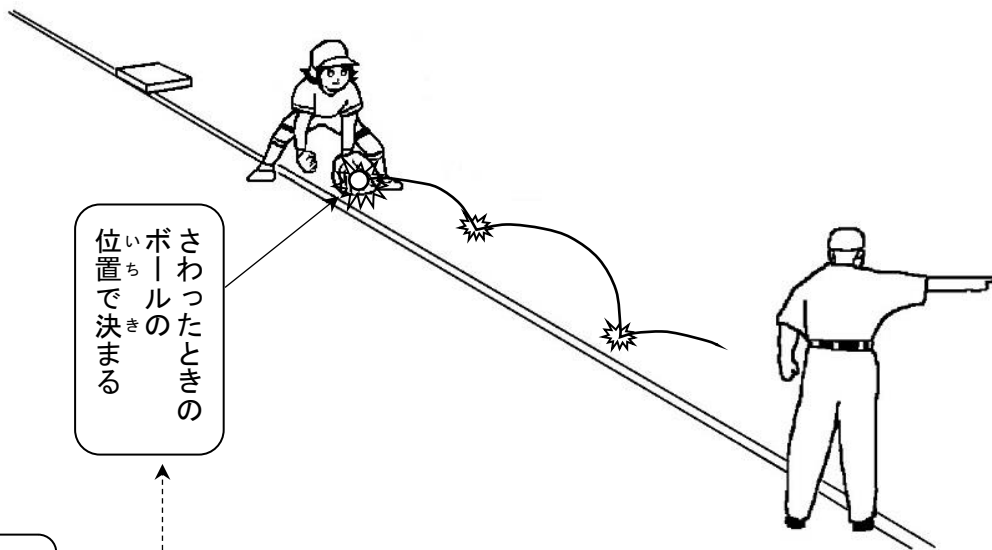
② ボールにさわったときに決まる
(さわったボールの位置)



ちが
違いを
よく
見
みて
ね

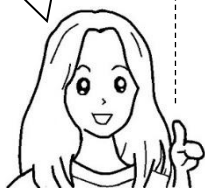


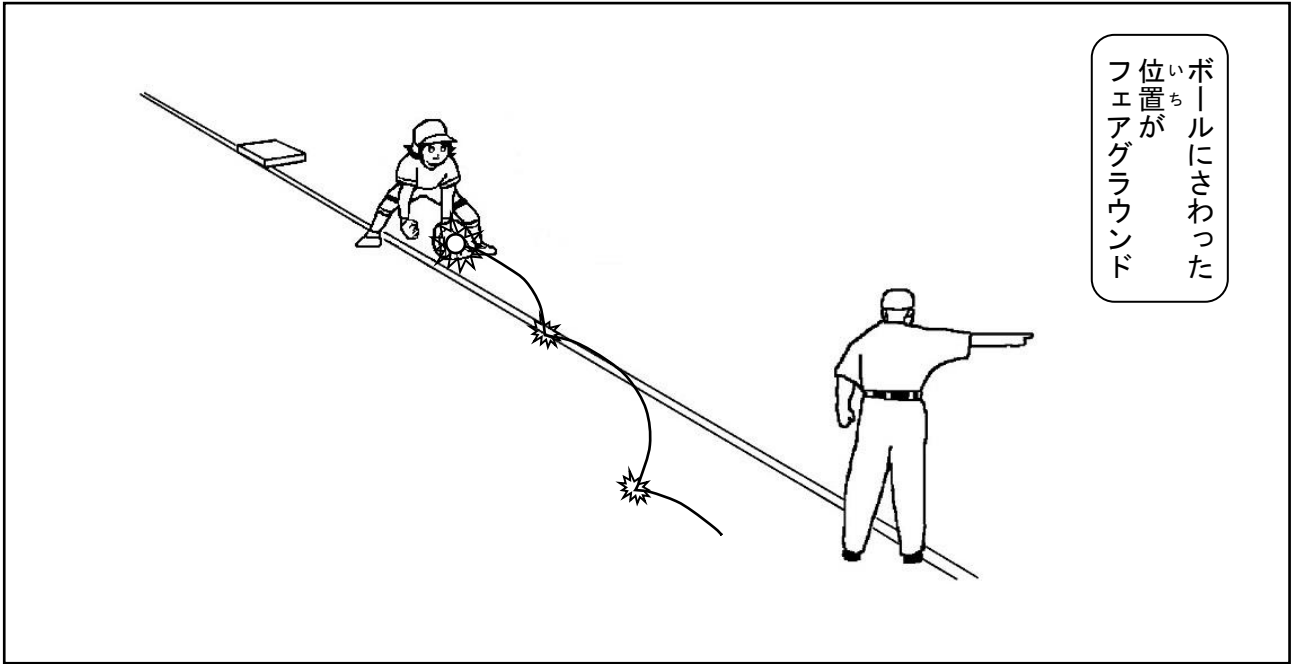
つぎ
次はボールに
さわったときに
決まる
ケースだ



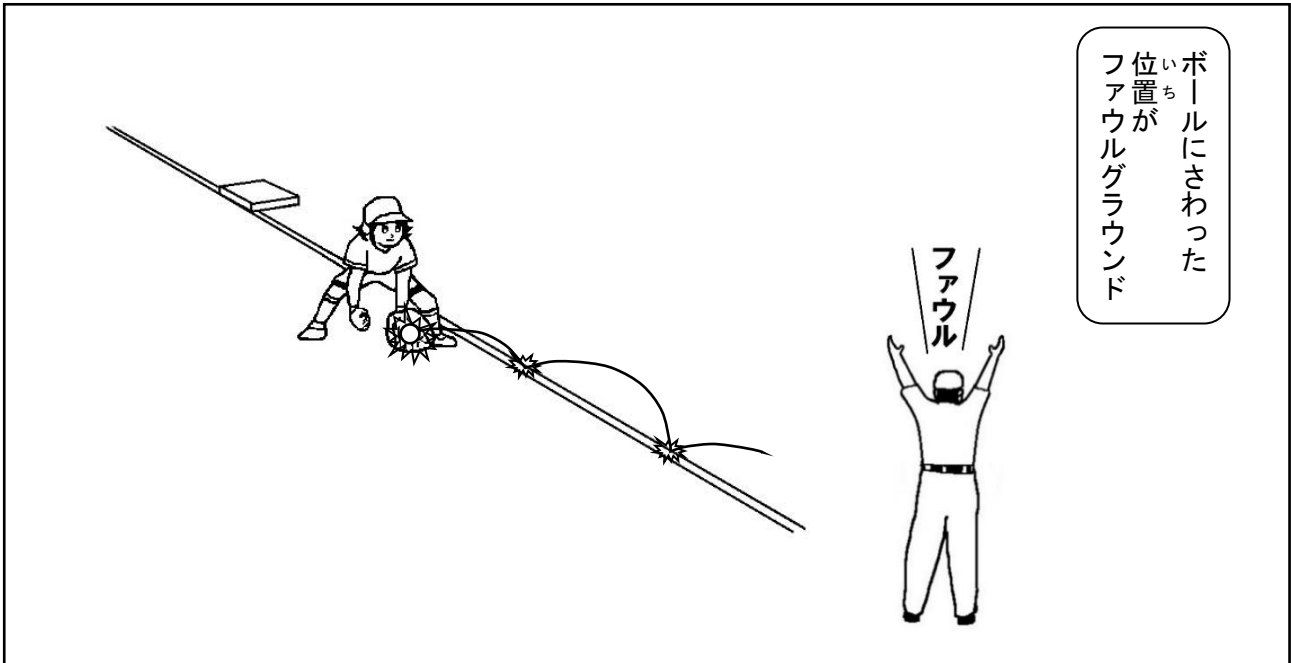
さわったときの
ボールの
位置で決まる

おほ
これを
覚えて
いて
ね



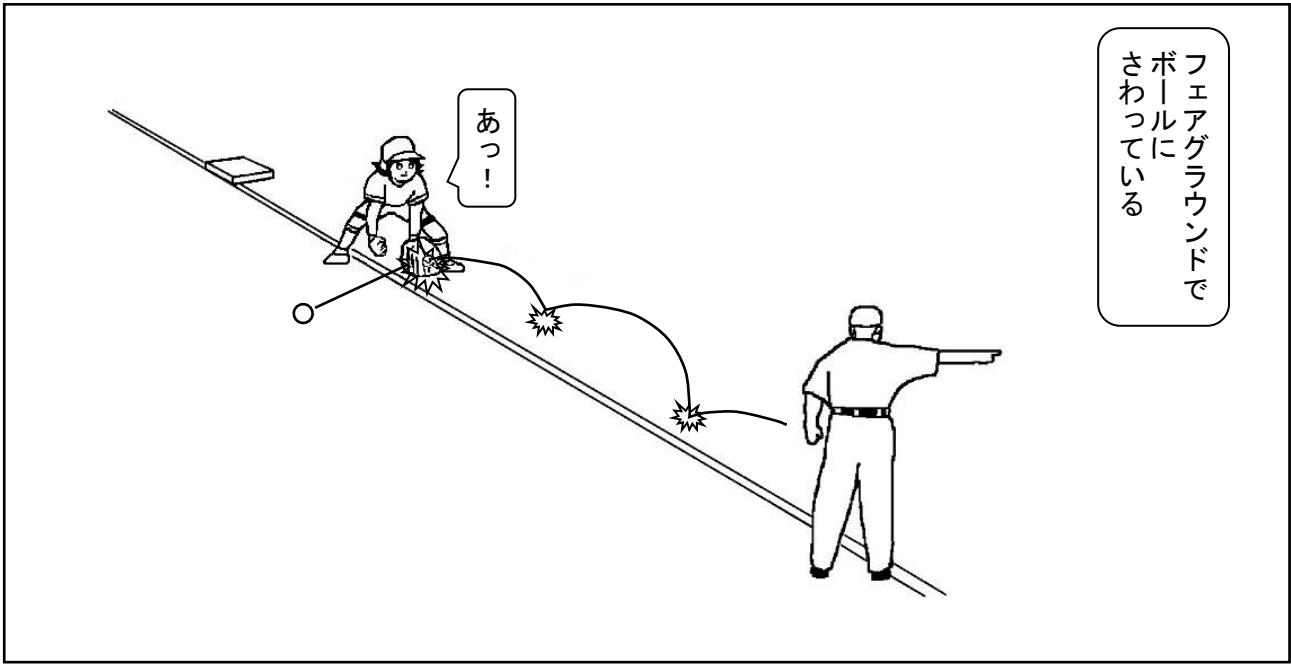


ボールにさわった
位置が
フェアグラウンド



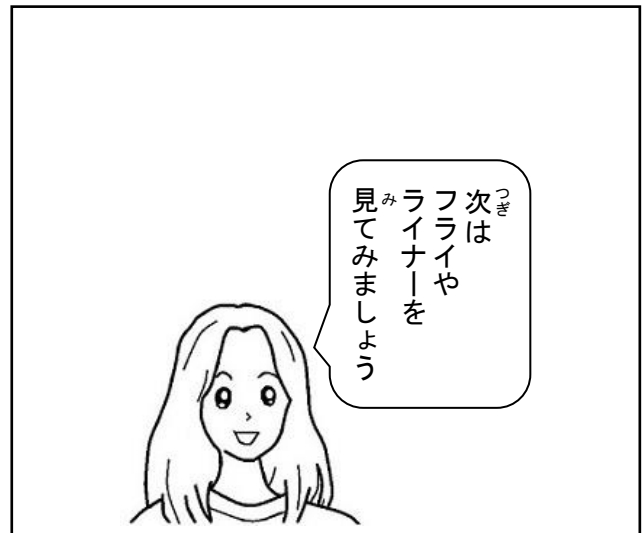
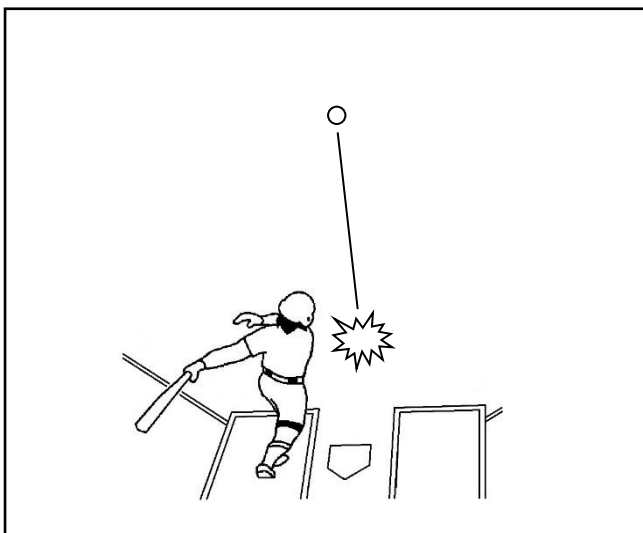
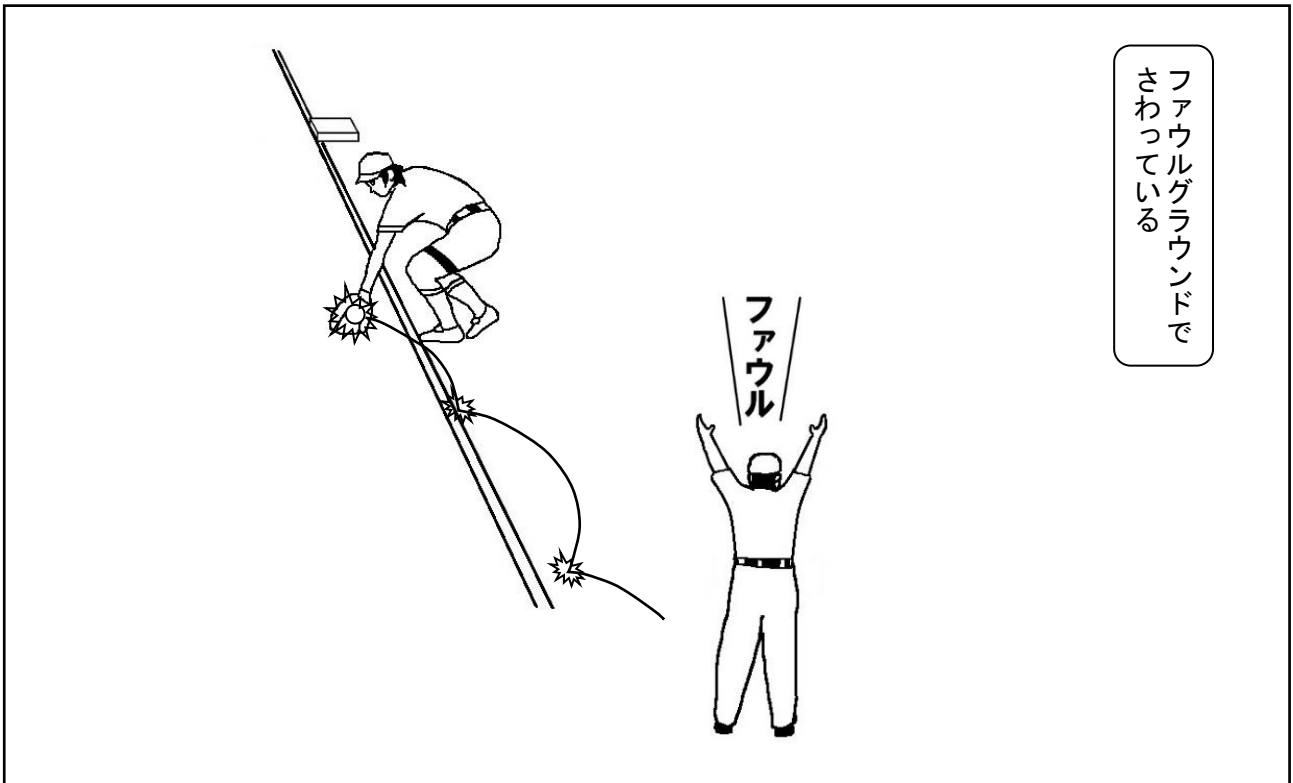
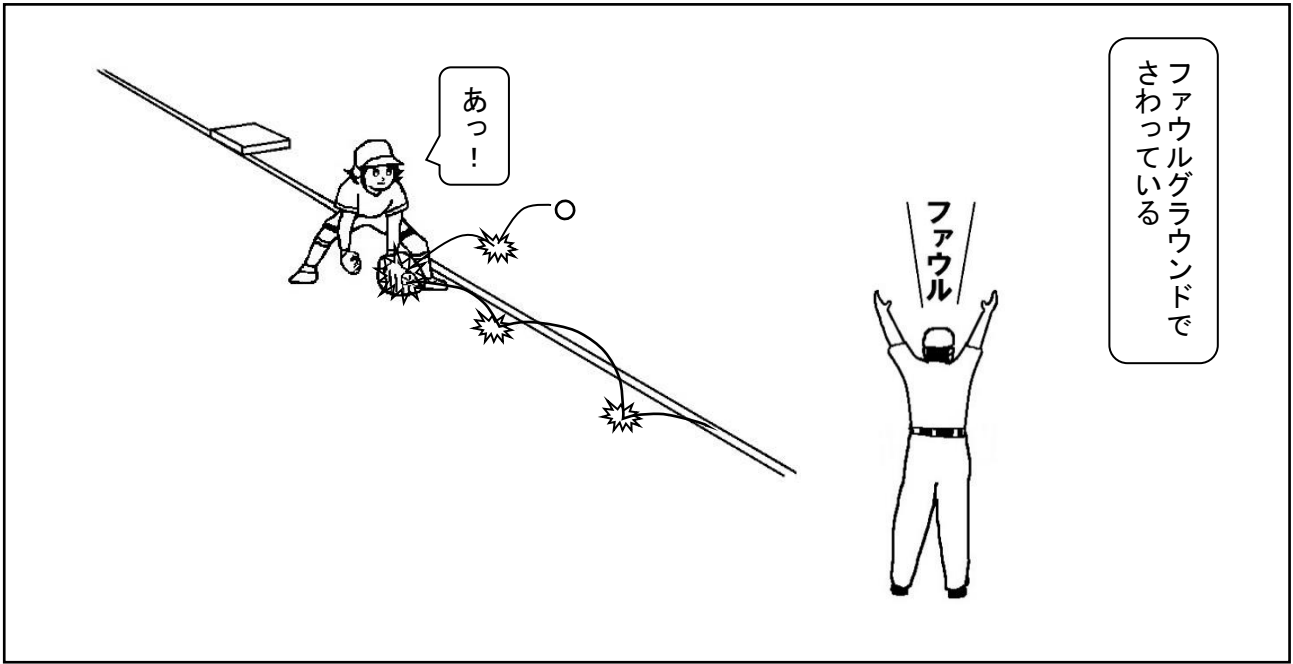
ボールにさわった
位置が
ファウルグラウンド

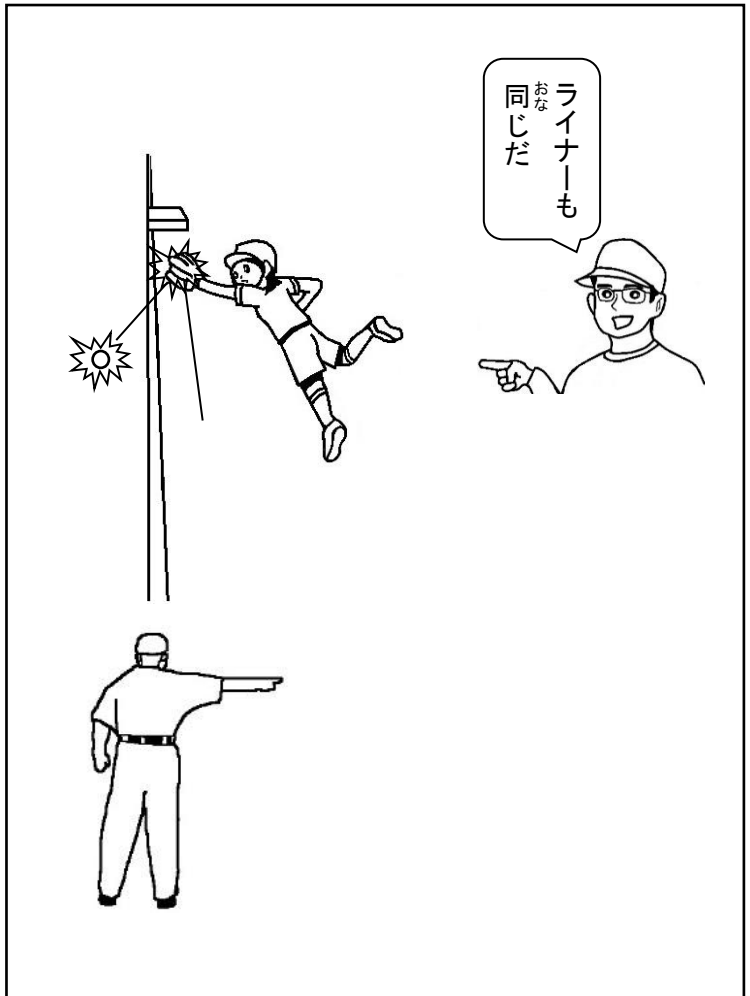
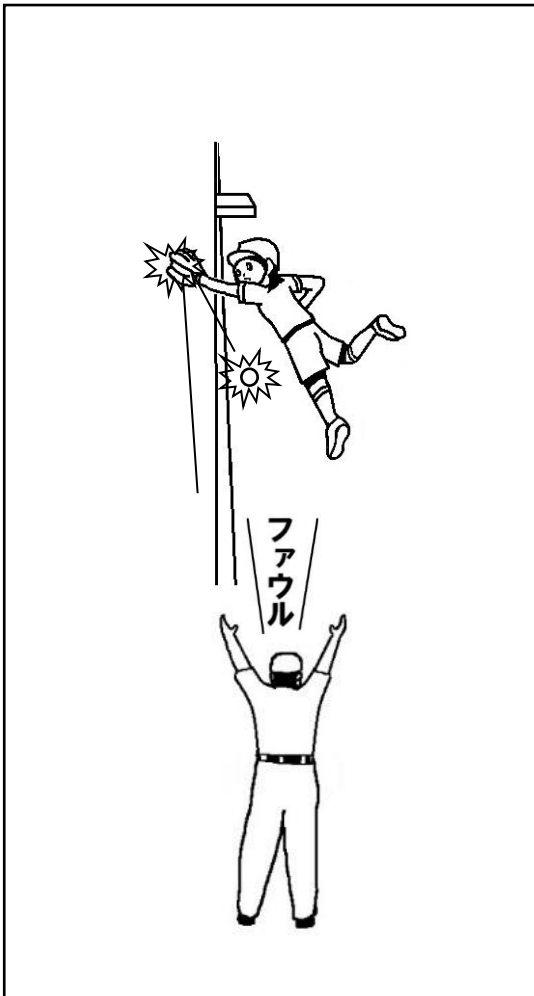
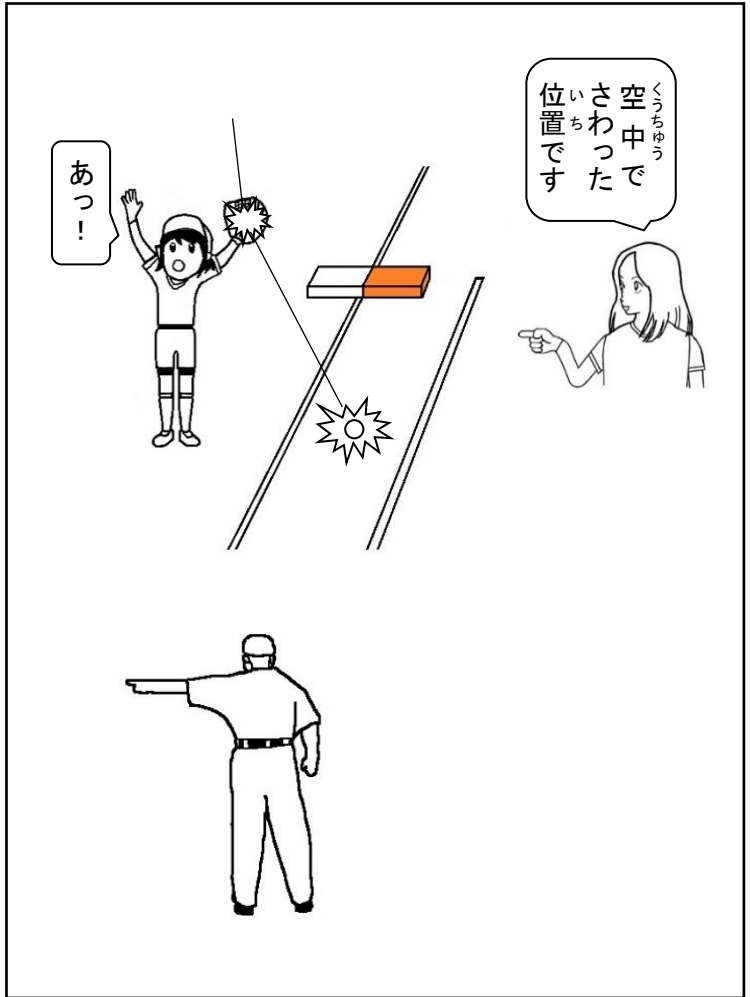
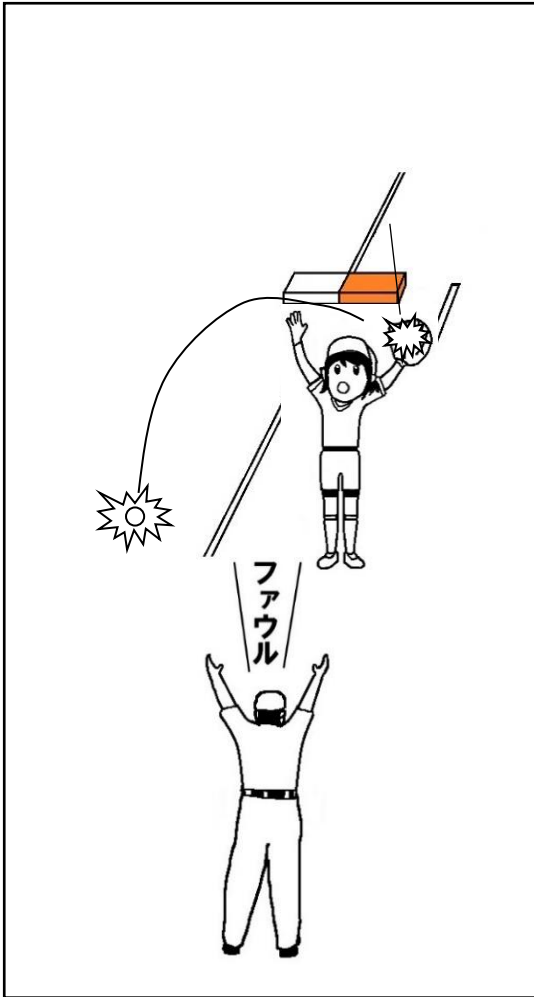
ファウル



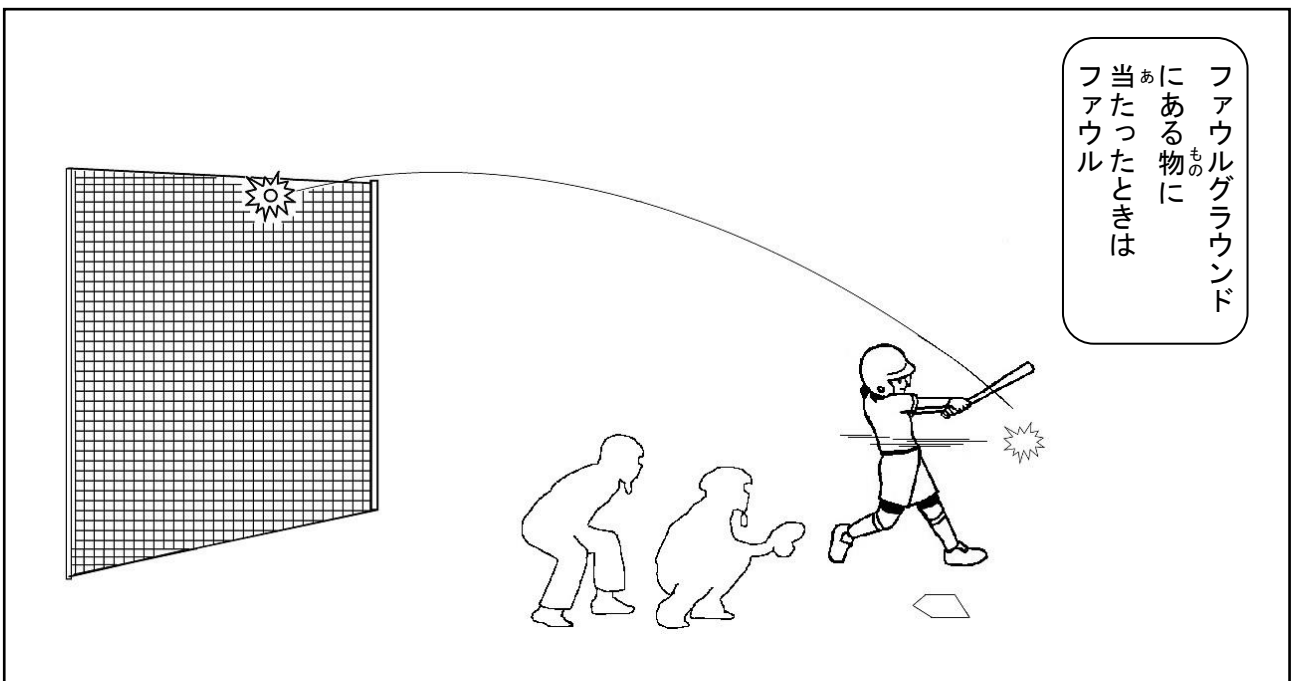
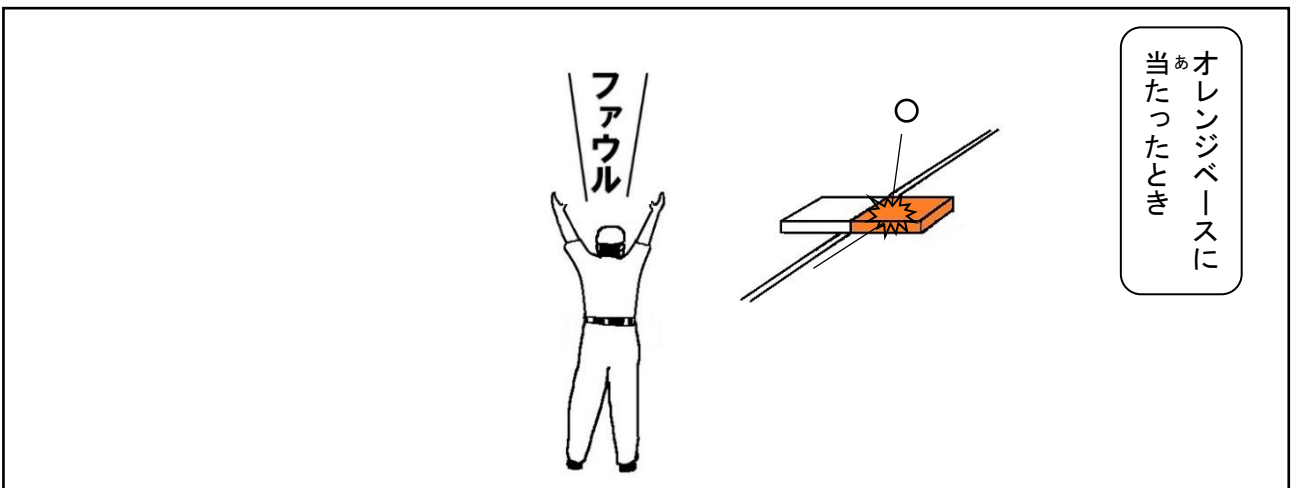
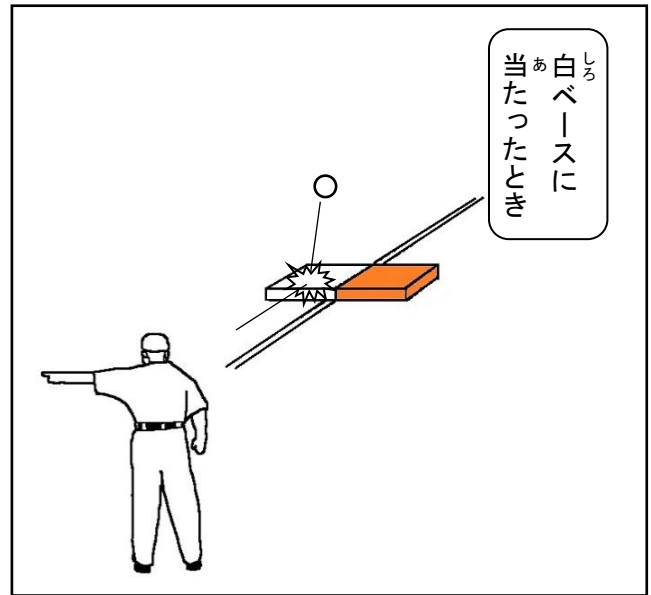
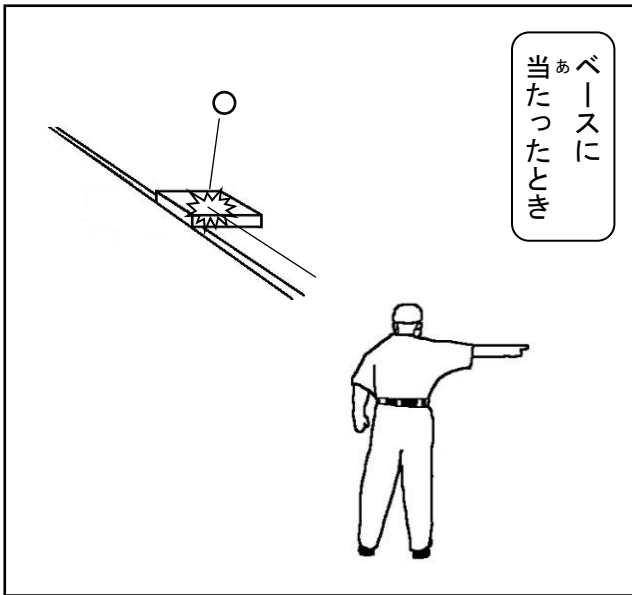
フェアグラウンドで
ボールに
さわっている

あっ!





③ ボールが何かに^{なに}当たった^あときに^き決まる



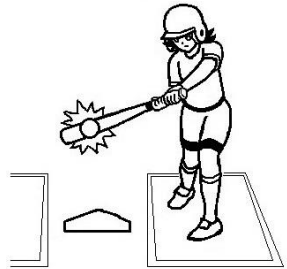


ボックス内ないで
バットあに当あたつた



ボックス内ないで
からだあに当あたつた

打うつた後あとの
打球だきゅうが



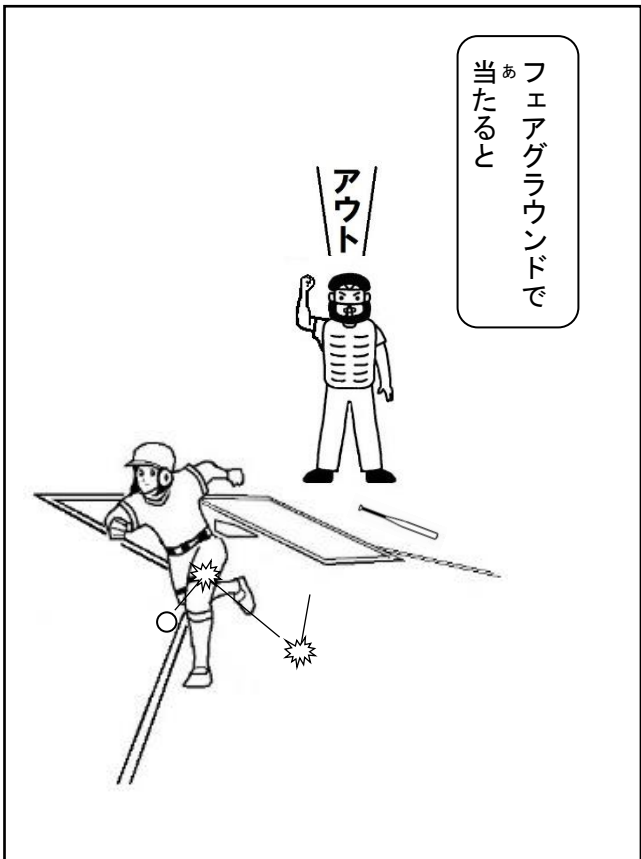
それみも
見みておこう



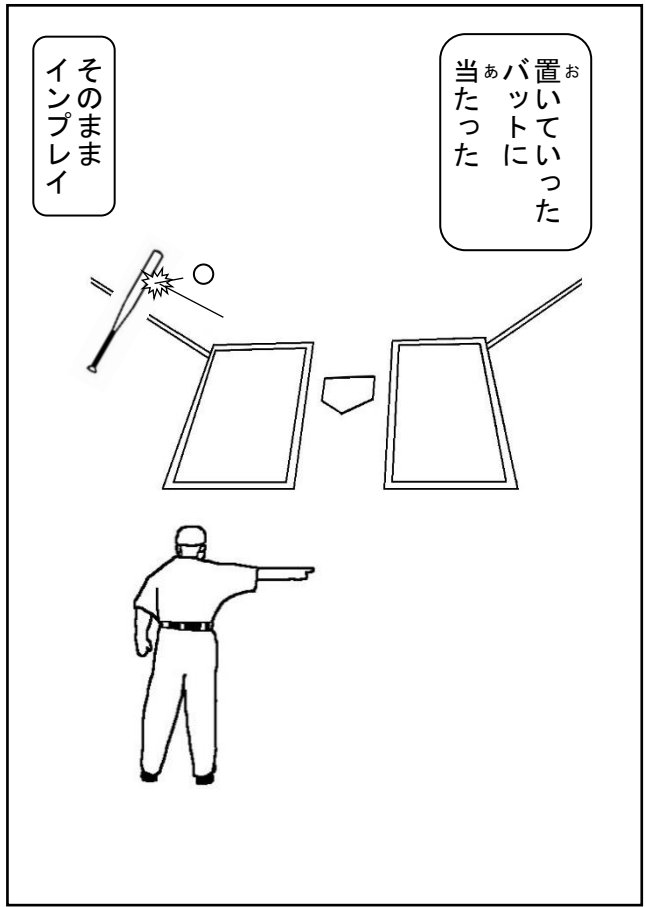
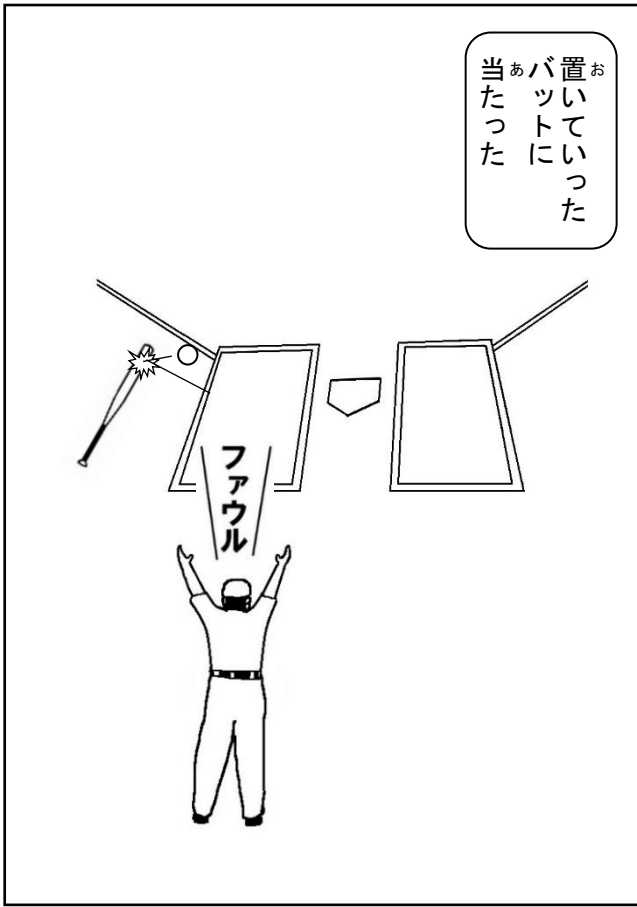
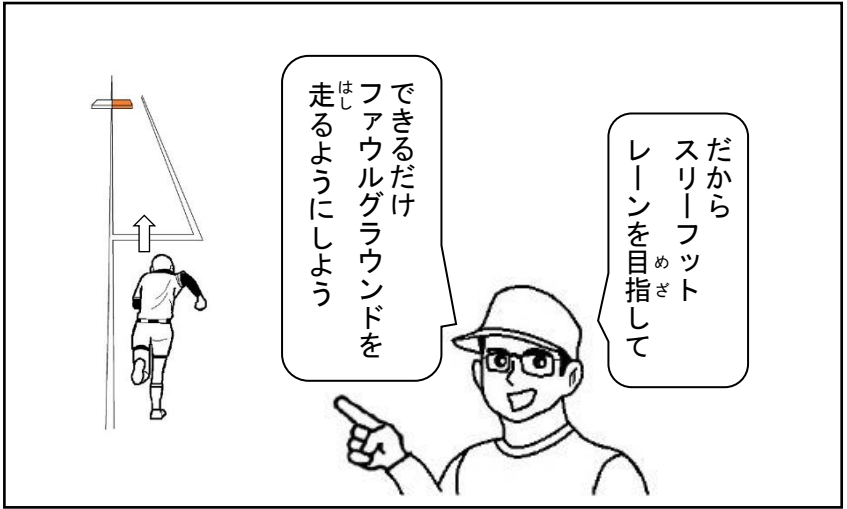
ボックスでから
出でていると
どうなるの



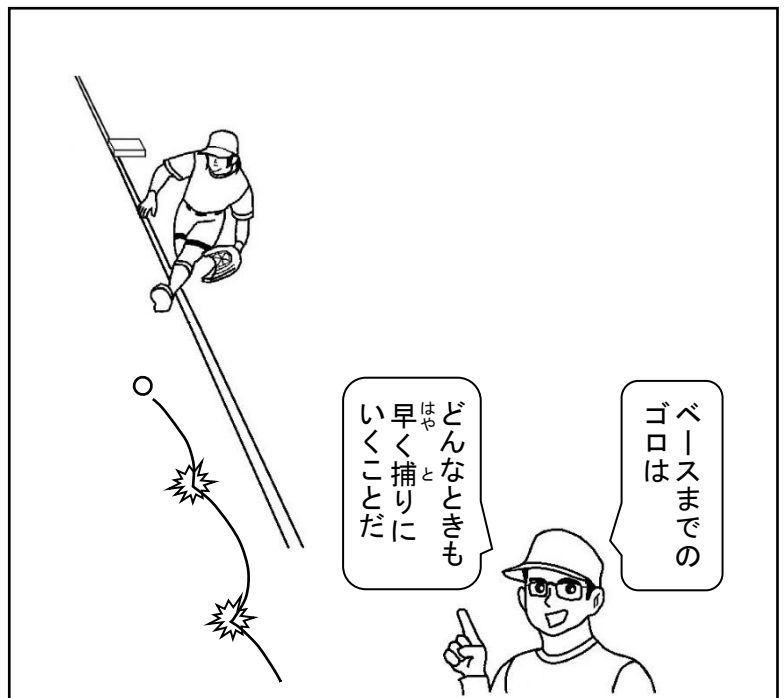
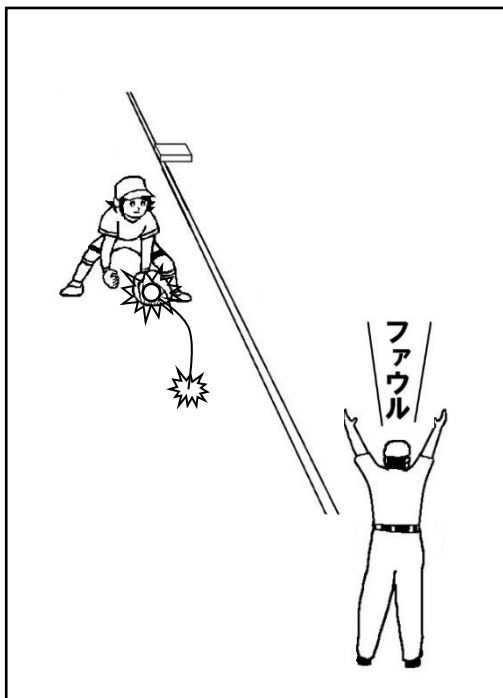
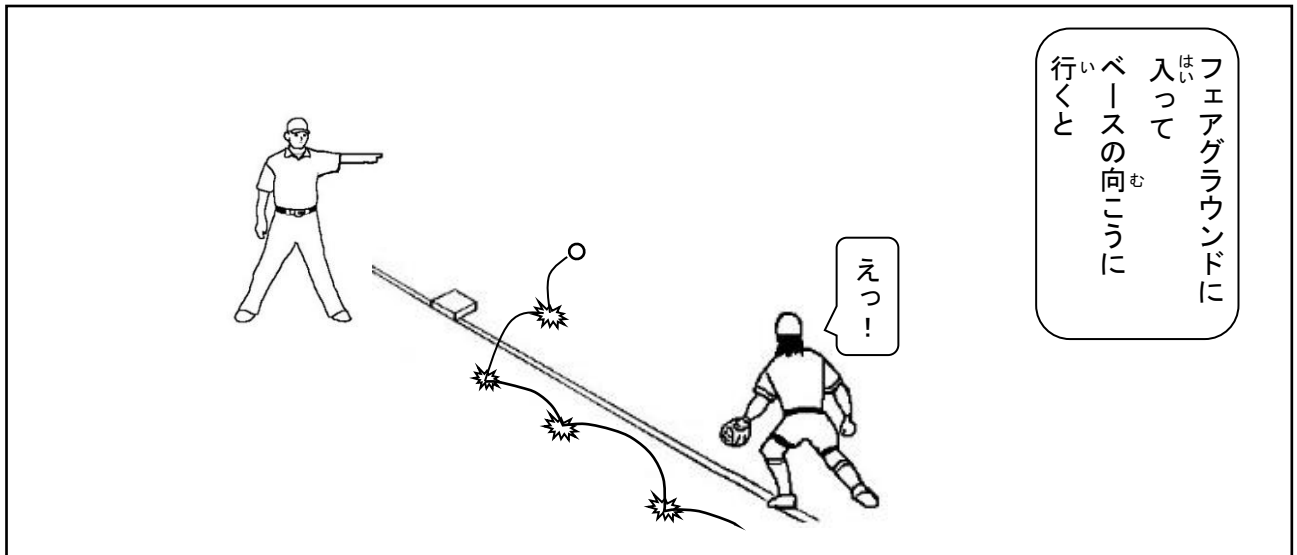
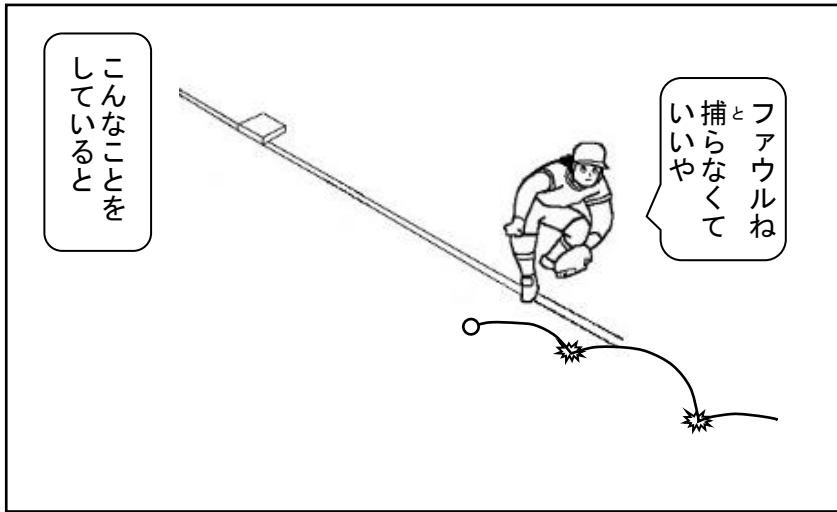
フェアあグラウンドで
当あたると

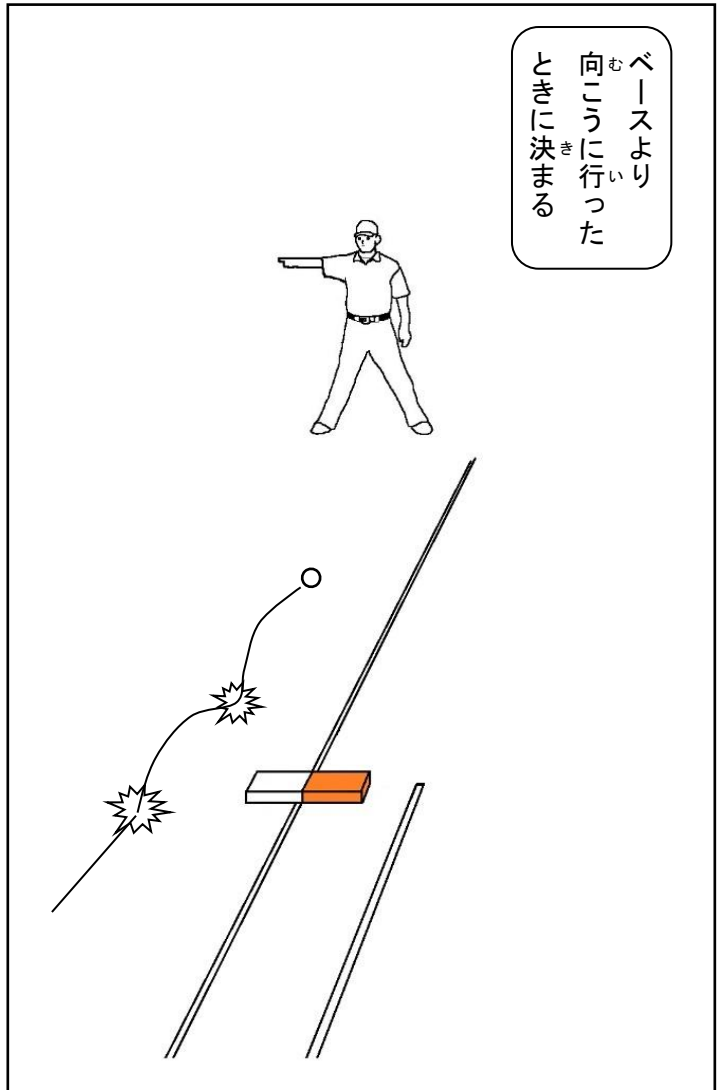
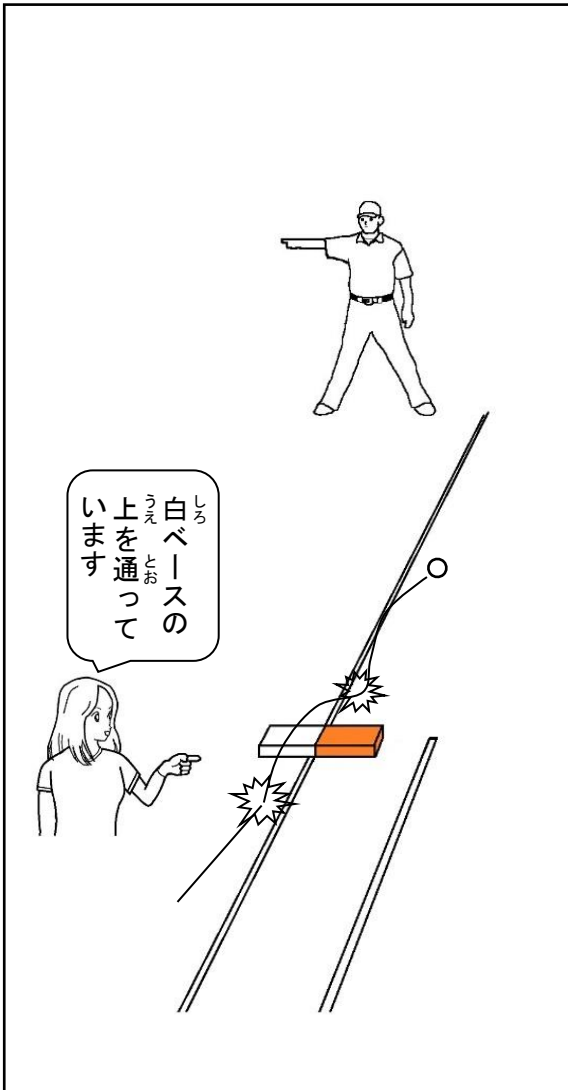
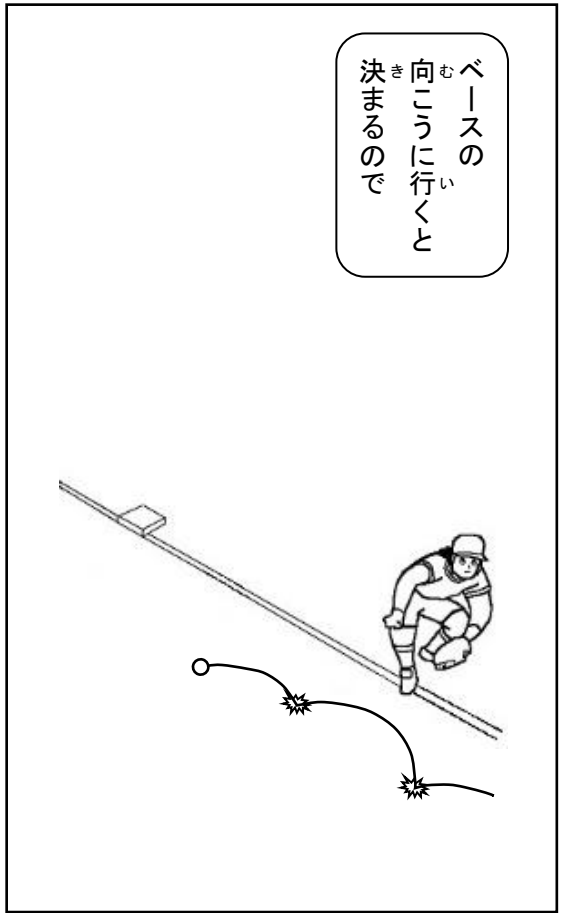
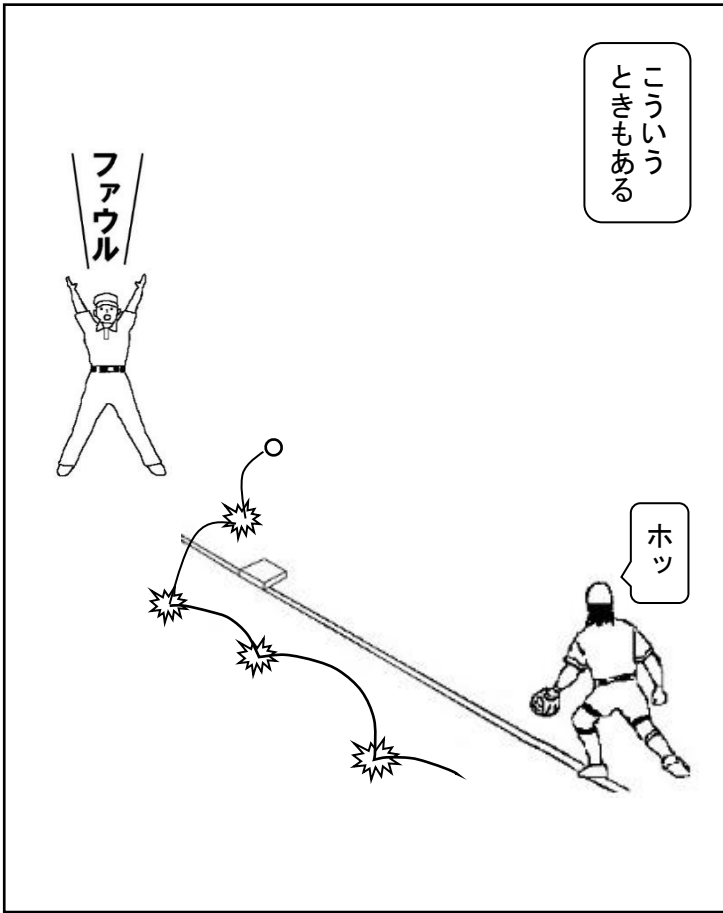


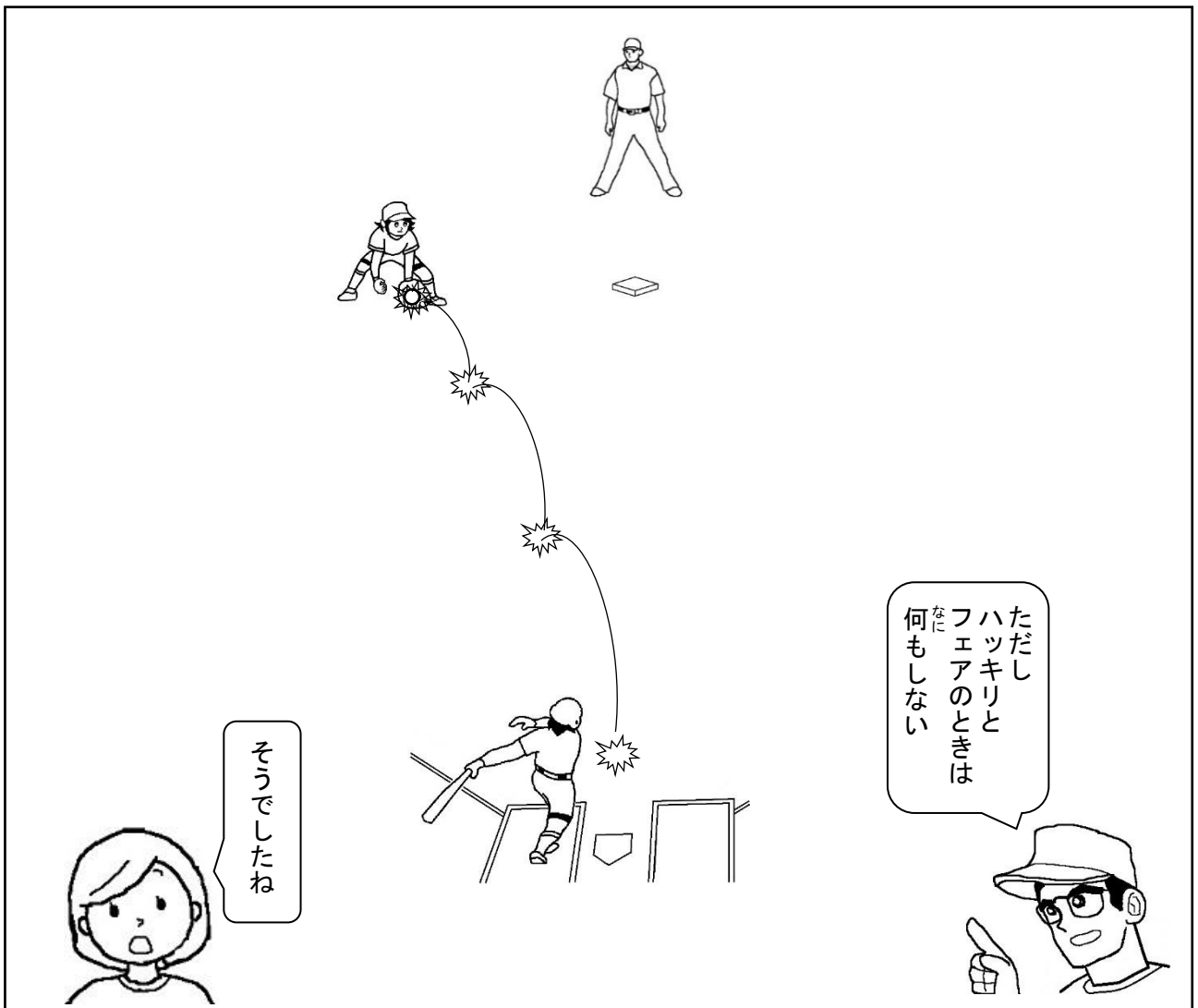
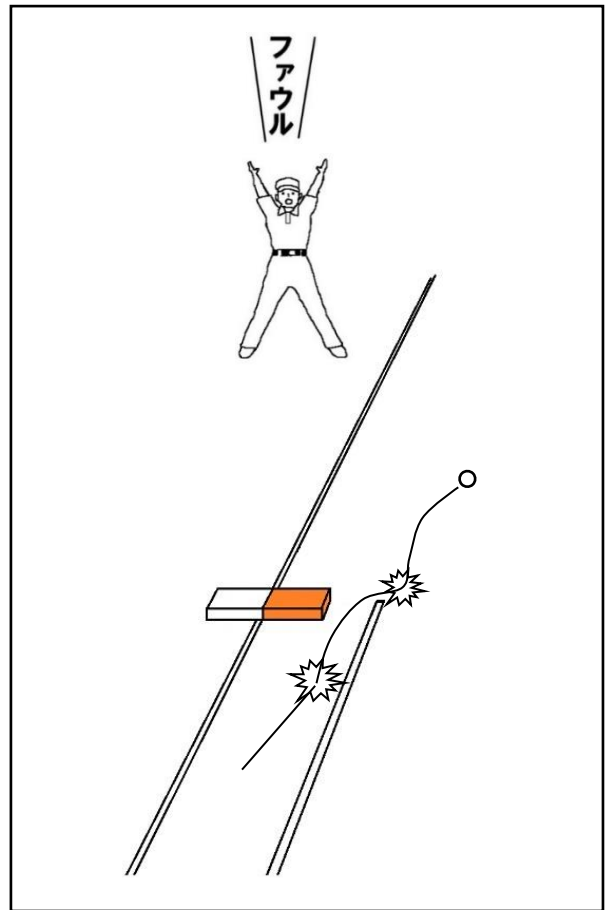
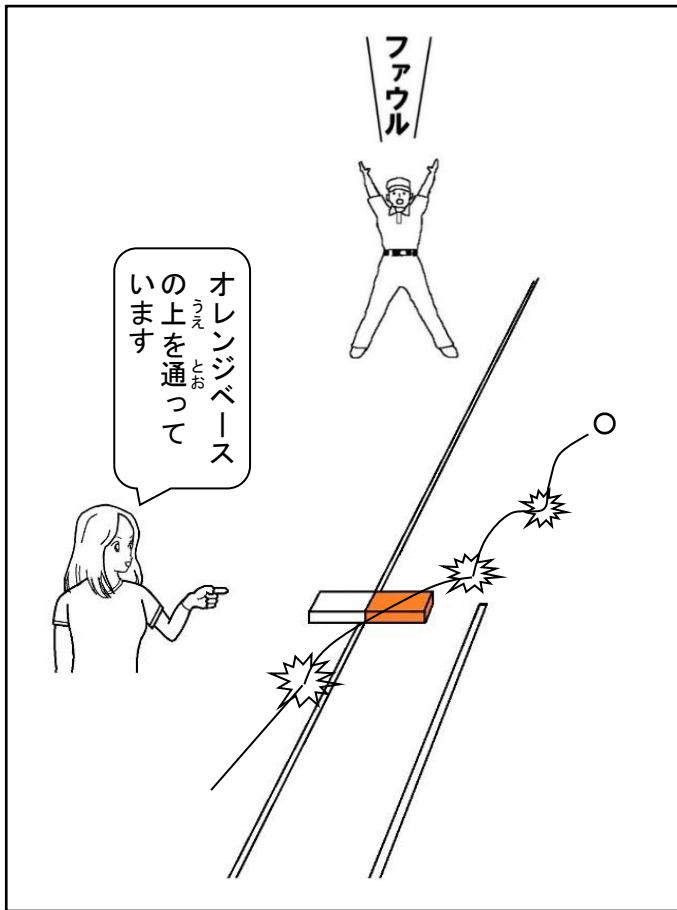
フェアあグラウンドで
当あたると



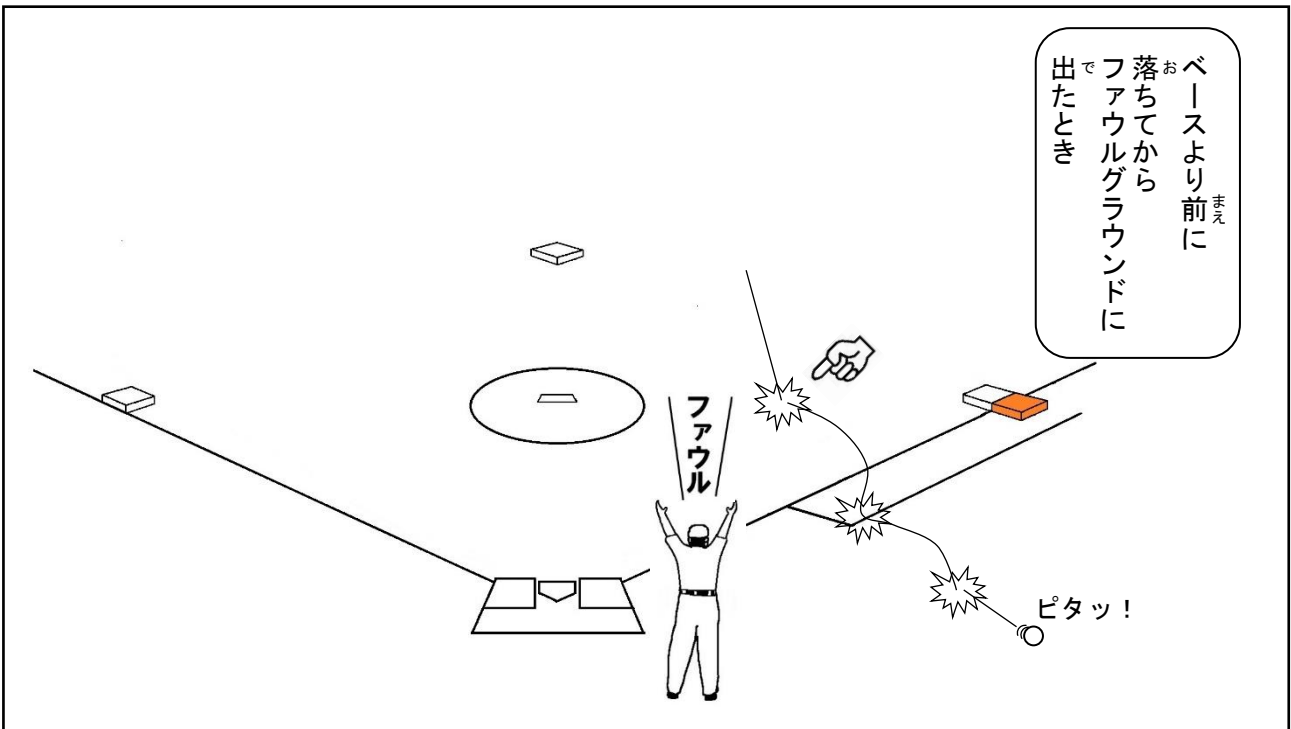
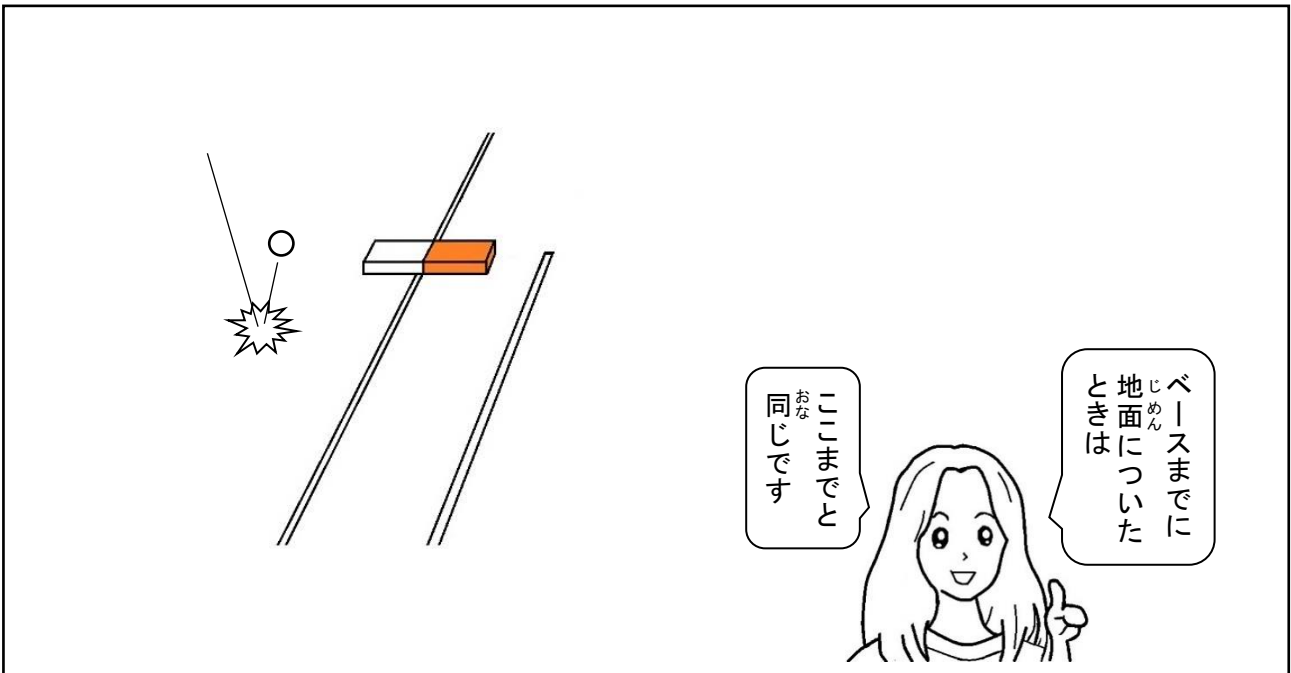
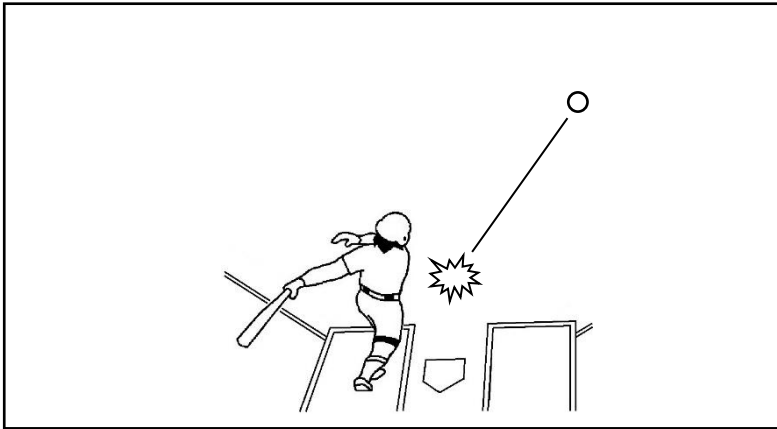
④ ボールが1塁か3塁ベースの向こうに行く^{いちるい}と決まる^{さんるい}

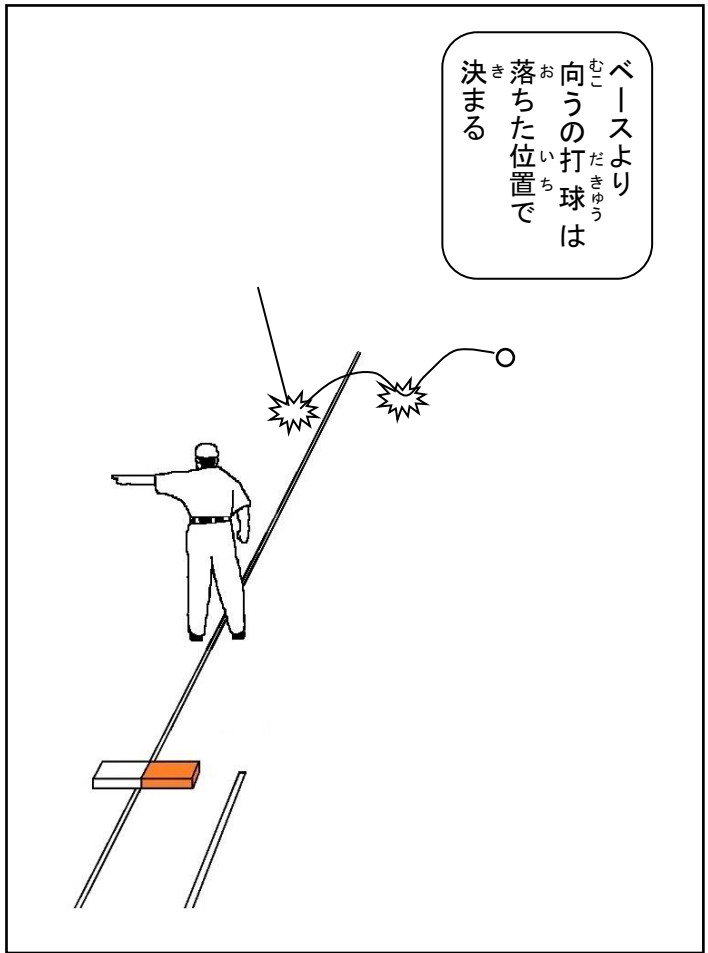
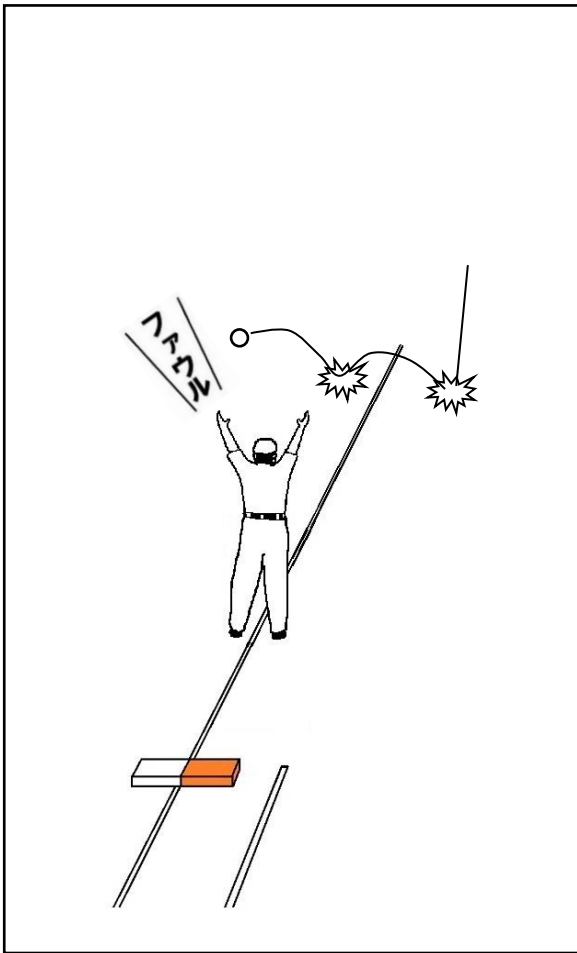




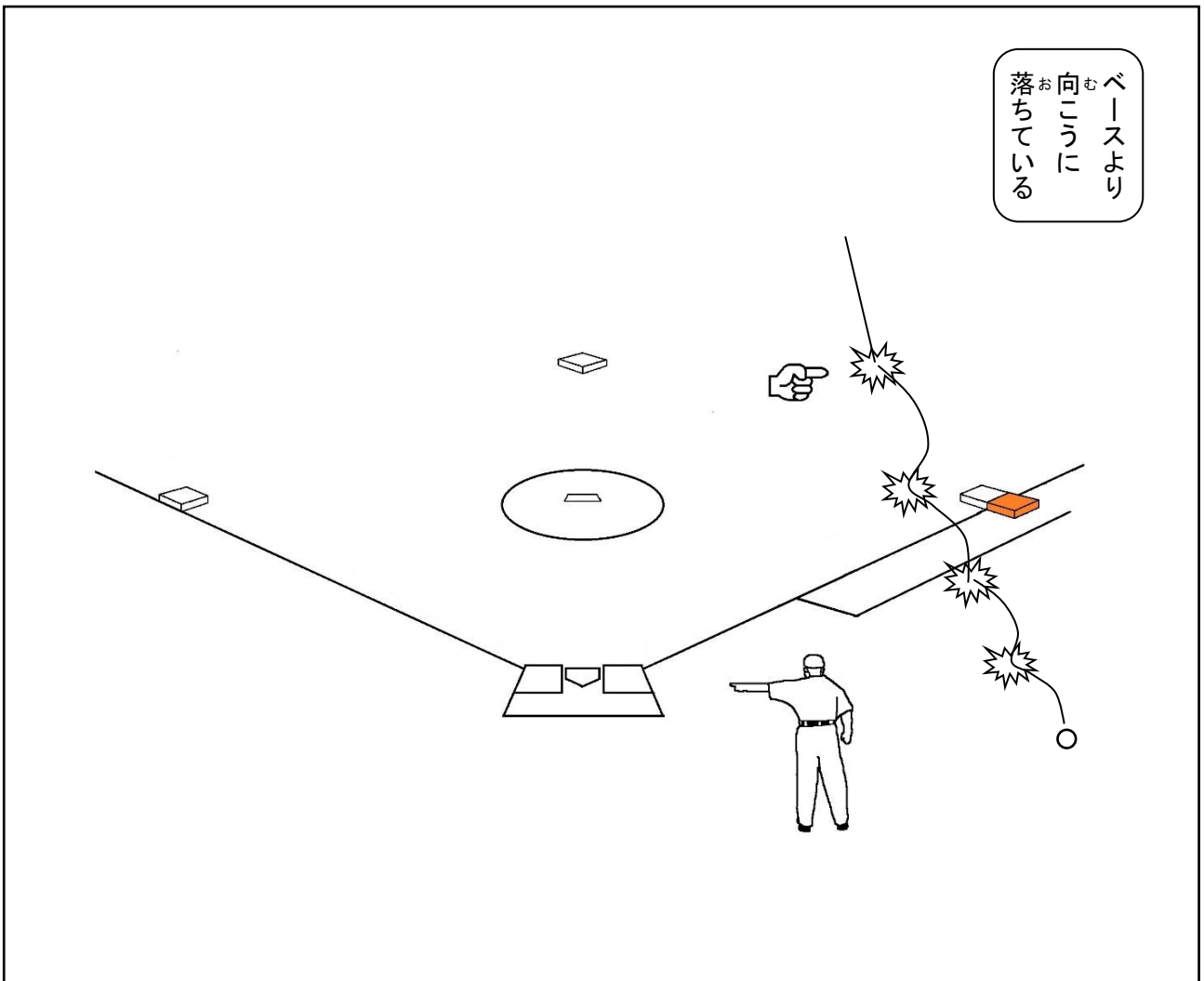


⑤ ボールが地面についたときに決まる

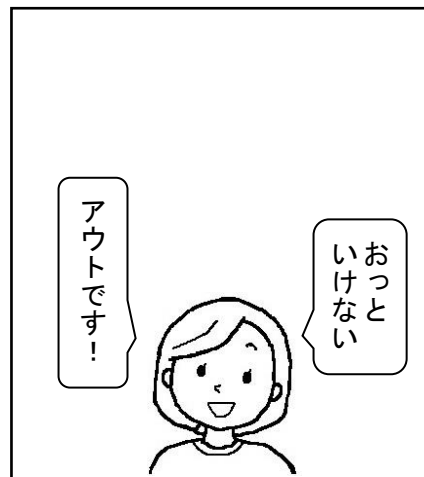
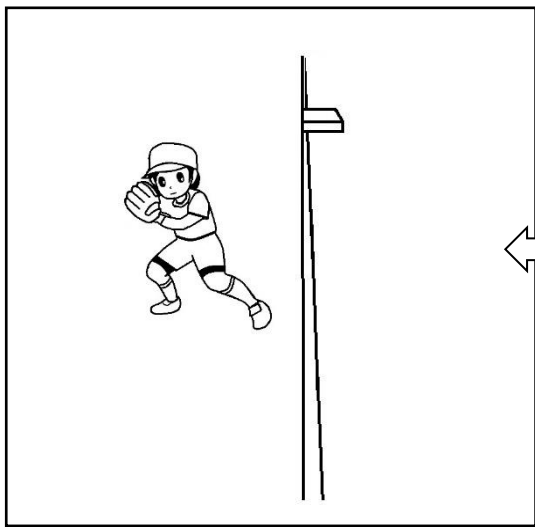
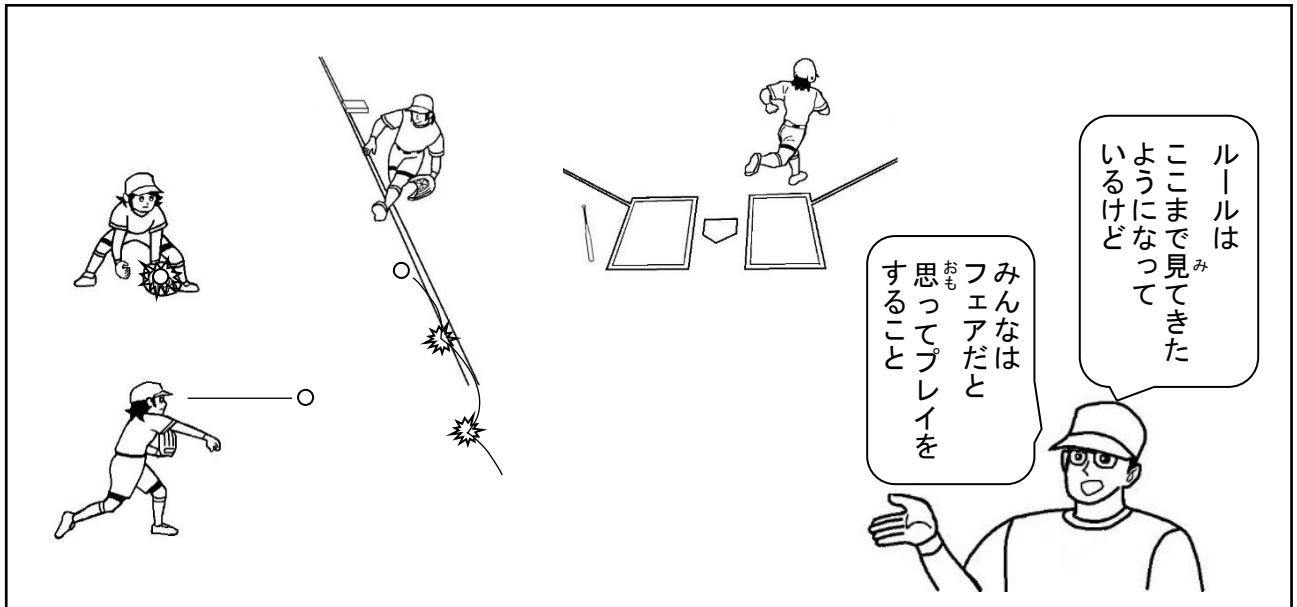


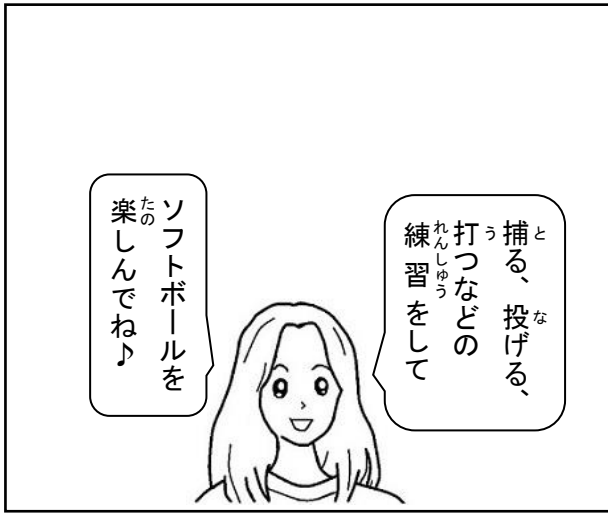


ベースより
むすむす
向うの打球は
おちいた位置で
決まる



ベースより
むすむす
向こうに
おちている



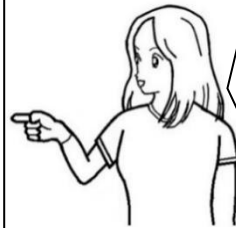


インフォメーション

ひと = 1塁 (いちるい)
 ふた = 2塁 (にるい)
 みっ = 3塁 (さんるい)
 よっ = ホームベース
 ホーム = ホームベース

まわ 回れ = 次のベースへ走る (つぎ はし)

ほか 他に、「帰れ」や「もどれ」などのプレイを
 おし 教える言葉は、どうすることかをチーム内で
 き 決めておこう。



試合で
 ランナーや野手に
 次のプレイを教える
 言葉を紹介します

テキストのセリフ

正式な名前

ピッチャーサークル → ピッチャーズサークル
 または円
 バッターボックス → バッターズボックス
 キャッチャーボックス → キャッチャーズボックス
 ピッチャープレート → ピッチャーズプレート
 ネクストバッターサークル → ネクストバッターズサークル
 または円
 コーチボックス → コーチズボックス
 タッチ → タッグ
 振り逃げ → 第3ストライクルール

テキストのセリフなどは
 グラウンドでよく言う
 言葉を使っています

ほか い かた
他の言い方

ベース = 塁るい

いちるい
1 塁ベース = ファーストベース

にるい
2 塁ベース = セカンドベース

さんるい
3 塁ベース = サードベース

ホームベース = 本塁ほんるい

ピッチャーズプレート = 投手板とうしゅばん

キャッチャーズボックス = 捕手席ほしゅせき

バッターズボックス = 打者席だしゃせきや打席だせき

ネクストバッターズサークル = 次打者席じだしゃせき

ばしょなどの
ほか
他の言い方も
しょうかい
紹介します

バッター = 打者だしゃ

ランナー = 走者そうしゃ

バッターランナー = 打者走者だしゃそうしゃ

ピッチャー = 投手とうしゅ

キャッチャー = 捕手ほしゅ

ファースト = 1 塁手いちるいしゅ

セカンド = 2 塁手にるいしゅ

サード = 3 塁手さんるいしゅ

ショート = 遊撃手ゆうげきしゅ

レフト = 左翼手さよくしゅ

センター = 中堅手ちゅうけんしゅ

ライト = 右翼手うよくしゅ

ランナーコーチ = ベースコーチ

ひと
人の名前の
ほか
他の言い方を
しょうかい
紹介します

本テキストは、2026 年度のオフィシャル・ソフトボール・ルールです。

ソフトボール
壘球ゲーム 2026 年度版 後編

2026 年 3 月 22 日 初 版発行

著 者 あだち ゆうじ
阿立 有司
©2026 Yuji Adachi

連絡先メールアドレス toikanm@gmail.com

本作品または本デジタルデータの一部または全部を無断で転載（ダウンロード機能を有するホームページなどを含む）、改ざん・改変することは、法律で認められた場合を除き、著作権の侵害となります。全日本大学ソフトボール連盟のホームページからダウンロードをして、個人・団体・組織などが、ソフトボールの発展・普及・知識の習得を目的として本作品または本デジタルデータの複写、印刷などをして、使用や配布することは許可をします。

Made in Japan