

## 2025 年度 第 15 回新人（交流会）ルール

### 1. 大会ルール

- ・JBA発行の「2025 バスケットボール競技規則（ルールブック）」に準ずるものとします。
- ・JBA公式ホームページよりダウンロード可能ですので、ご確認ください。  
競技規則ダウンロード <http://japanbas.jp/referee/ruleketball>

#### 1) 競技時間

- ＊5 分-(1 分)-5 分-(5 分)-5 分-(1 分)-5 分(4Q 制)。但しオープン・混合エントリーの絡む試合については対戦チームと協議の上、3Q 制(1-2-4Q 扱い)に変更ができる。
- ＊延長戦は行わない。

#### 2) 出場

- ＊10人以上で大会エントリーしたチームが、大会当日に 10 人未満のプレーヤーしか試合に出場できなかった場合、試合は不成立とする。
- ＊8 人もしくは 9 人で大会エントリーしたチームが、試合当日その人数を満たさなかった場合は大会不成立とする。
- ＊当日やむを得ない理由にて選手の人数不足が生じた場合、コート主任、相手チームの了承を得ることで男女混合チームでの試合参加することを許可する。

#### 3) 選手交代

- ・第 1 クォーターから第 3 クォーターまでの間は、プレーのインターバルとハーフタイムのときのみ交代することができる。
- ・第 4 クォーターは、次のときにどちらのチームもプレーヤーを交代することができる。
  - ◆ タイムアウトがあったとき
  - ◆ 審判が笛を吹いてゲームクロックが止まったとき
  - ◆ ファウルの後、審判がテーブルオフィシャルに伝達を終えたとき
  - ◆ 最後のフリースローが成功したとき

#### 4) タイムアウト

- ・各クォーターに 1 回ずつ、45 秒間のタイムアウトをとることができる。

#### 5) 24 秒ルール(ショットクロック)

- ・ボールを保持するオフェンスチームは 24 秒以内にシュートを打たなくてはならない。
- ・ボールがリングに触れたあと、それまでボールをコントロールしていたチームが引き続きボールをコントロールしたとき、ショットクロックを 14 秒にリセットする(14 秒リセット採用)。

#### 6) ユニフォーム

- ・シャツとパンツは同じ主となる色でなければならない。
- ・次のものは身に着けても差し支えない。
  - 十分にパッドで覆われている肩、上腕、大腿部や下腿部の防具
  - 腕や足のコンプレッションスリーブ
  - ヘッドギア
    - 顔の一部(目・鼻・唇等)あるいは全部を覆うものではなく、着用するプレーヤーあるいはその他のプレーヤーに危険なものであってはならない。また顔や首に開閉部を持たず、表面に突起物があってはならない
  - 膝の装具
  - 負傷した鼻のプロテクター(硬い素材でつくられたものを含む)
  - 無色透明なマウスガード

- 眼鏡(ほかのプレーヤーに危険が及ばないもの)
- リストバンドやヘッドバンド(最大10cmの幅で、繊維素材のもの)
- 腕や肩、足などのテーピング。
- 足首の装具。

**\* ユニフォームが不足の場合、類似した物の使用について相手チームの了承を得ること及び TO・審判へ報告することで出場可能とする。**

7) 人数

- ・全試合20人まで登録できる
- ・ベンチスタッフは、全試合4人までベンチ入りできる。

8) その他

- ・マンツーマンディフェンスの基準規則に則って行う。  
(日本バスケットボール協会 HP 参照)  
[http://www.japanbasketball.jp/players\\_development](http://www.japanbasketball.jp/players_development)

9) 指導者

- ・ベンチで指揮を執る指導者は、コーチライセンス(JBA公認コーチ)E 級以上の取得者とする。  
試合中は、登録証を必ず携帯すること。

10) 帯同審判

- 大会参加チームは、必ず審判ライセンス(JBA公認)E 級以上の取得者が登録されていること。  
また、大会中の割り当てについて帯同審判員として活動する。

## 2. その他

- ・「チーム表示」を持参する(各チームで試合前に得点板への貼り付け、取り外しを行ってください)。
- ・競技場内での選手のユニフォームの着替えは禁止です。
- ・参加者は全員スポーツ傷害保険に加入しておくこと。

### 問い合わせ



競技関係(学校行事、会場)  
審判関係(帯同審判、講習会)  
技術関係(コミッショナー)  
総務関係(選手登録、その他)

宮 澤  
鴨 崎  
宮 出  
菅 田