



ボウリングで
こころも体も
健康に



健康ボウラー日本大会 2026

大会ハンドブック

2026年3月5日(木)

会場：新狭山グランドボウル (JB公認競技場No.111 - 030)

〒350-1331 埼玉県狭山市新狭山1-1-9 TEL：04-2952-2111

主催：公益財団法人 JAPAN BOWLING

後援：公益社団法人 日本ボウリング場協会、株式会社L T B、株式会社コロナワールド、株式会社イースタンスポーツ

協力：日本ボウリング機構 (JBO)、株式会社グランドボウル、埼玉県ボウリング連盟

主管運営：大会実行委員会

ルールとマナーを守って 楽しくプレーしましょう！

安全にプレーするために…

- アプローチパウダー等を使用して、アプローチの状態を変更しないでください。
万一不備のある場合には、大会スタッフにお申し出ください。
- ハンドコンディショナー（パウダー）を使用するときは「床に落ちないように」注意してください。
- 飲み物や雨天時の水滴も「床に落ちないように」注意してください。
ボックスに持ち込む飲み物は、ふたの閉められる容器（水筒・ペットボトル等）に入ったものにしてください。
- 今大会は1ボックス牽制で競技を行います。
左右のボックスの競技者の投球準備ができていない場合、または順番を譲った場合を除き、同じボックスの競技者は左右のボックスでそれぞれ1名の競技者が投球を完了しない内に連続して投球することはできません。

公正な試合のために…

- 画面上のスコアを訂正する場合は、大会スタッフにお申し出ください。
- マシンタッチによるピン倒れが生じた場合は、大会スタッフにお申し出ください。
- ゲーム途中にリセットしたい場合は、同じボックスで投球する他チームに確認をとってください。
- ファールは、投球中から、投球者がアプローチを降りるまでの間で適用します。
- ファールラインの向こう側に物が落ちた場合は、自分で拾わずに大会スタッフにお申し出ください。

ボールに関するご注意…

- ボールラックには「1人1個まで」置くことが可能です。
スペアボールなどで2個以上のボールを使用する場合は、ボールベースなどを使用して床上に置いて下さい。（落下の危険があるため、椅子の上には置かないでください）
- 使用するボールは自由です。ただし、ボールの表面にテープ等を貼ることはおやめください。

スムーズな試合進行のために…

- 左右のボックスが空いたら投球してください。
- ゲーム進行中の喫煙はお控えください。

楽しい試合にするために…

- 選手間の応援、掛け声、拍手等を推奨します。
- 他チームの方々との交流も楽しんでください。
- ハンドタッチは、投球に影響する可能性もありますので、無理のない範囲で行ってください。

今大会の競技内容

- **3人チーム戦です**

前半は3人×3ゲーム、後半はベーカー方式6ゲームを行います

- **ハンディキャップ込みトータルピンにより最終順位を決定します**

ハンディキャップは、エントリーの際に自己申告いただいたアベレージをもとに計算します。

前半：レギュラー方式

【180点基準】より【個人の登録アベレージ】を差し引き【80%掛け】

後半：ベーカー方式

1ゲームにつき、投球する選手の上記ハンディキャップを全て加算し、3で除算した数

※小数点以下は切り捨て

当日欠場者(ブラインド)が発生した場合の対応

前半：レギュラー方式

欠場者の登録アベレージから10点分を差し引いたブラインドスコアを適用してチームスコアに加算します。その際、欠場者分のハンディキャップはチームスコアに加算します。ゲーム途中での棄権が発生した場合も、未投球のゲームにブラインドスコアを適用します

後半：ベーカー方式

欠場者を除く2名で競技を行います。欠場者分のハンディキャップはチームスコアに加算しません。

スコアが同点の場合には、以下のとおり順位を決定します

1. ハンディキャップの少ないチームを上位とする
2. 後半の合計スコアの大きいチームを上位とする
3. 前半の合計スコアの大きいチームを上位とする
4. 後半の最高ゲーム・最低ゲームのスコアの差が少ないチームを上位とする
5. 前半のチーム最高ゲーム・チーム最低ゲームのスコアの差が少ないチームを上位とする
6. 前半・後半を合わせた合計ストライク数の多いチームを上位とする
7. 前半・後半を合わせた合計スペア数の多いチームを上位とする
8. 上記全てを適用しても裁定できない場合はその順位を共有し、次の順位を欠位とする。

● **前半戦（3人×3ゲーム）は、デュアルレーン（アメリカン）方式で行います**

【デュアルレーン方式とは？】

1 ボックス（2レーン）を使用して投球する方式です。

1 ゲーム目・3 ゲーム目：奇数レーンのチームは、奇数フレームを奇数レーンで、偶数フレームを偶数レーンで投球します。偶数レーンのチームはその逆です。

2 ゲーム目：奇数レーンのチームは、奇数フレームを偶数レーンで、偶数フレームを奇数レーンで投球します。偶数レーンのチームはその逆です。

※スコア表示画面に、投球するフレームが矢印で表示されます。

● **後半戦は、ベーカー方式で行います**

【ベーカー方式とは？】

3人が1フレームずつ交代で投球して、1つのゲームを完成させます。

1人目：1・4・7・10フレーム目を投球

2人目：2・5・8フレーム目を投球

3人目：3・6・9フレーム目を投球

1レーンのみを使用して投球します。

● **後半戦（ベーカー方式）の注意事項**

- ・ 投球順はリボンの色で判別します。（1人目：青 2人目：黄 3人目：赤）
- ・ 投球順はゲームごとに変更できますが、各ゲーム開始前にリボンにより明示してください。
リボンは左袖（左投げの選手は右袖可）に着用してください。
- ・ 競技はシングルレーン（ヨーロッパ）で行います。練習投球は2つのレーンを使用せず、1つのレーンのみで行ってください。
- ・ リボンは競技終了後、スコアカードとともにボウラーズベンチ内の机に置いたままにしてください。

● **表彰内容**

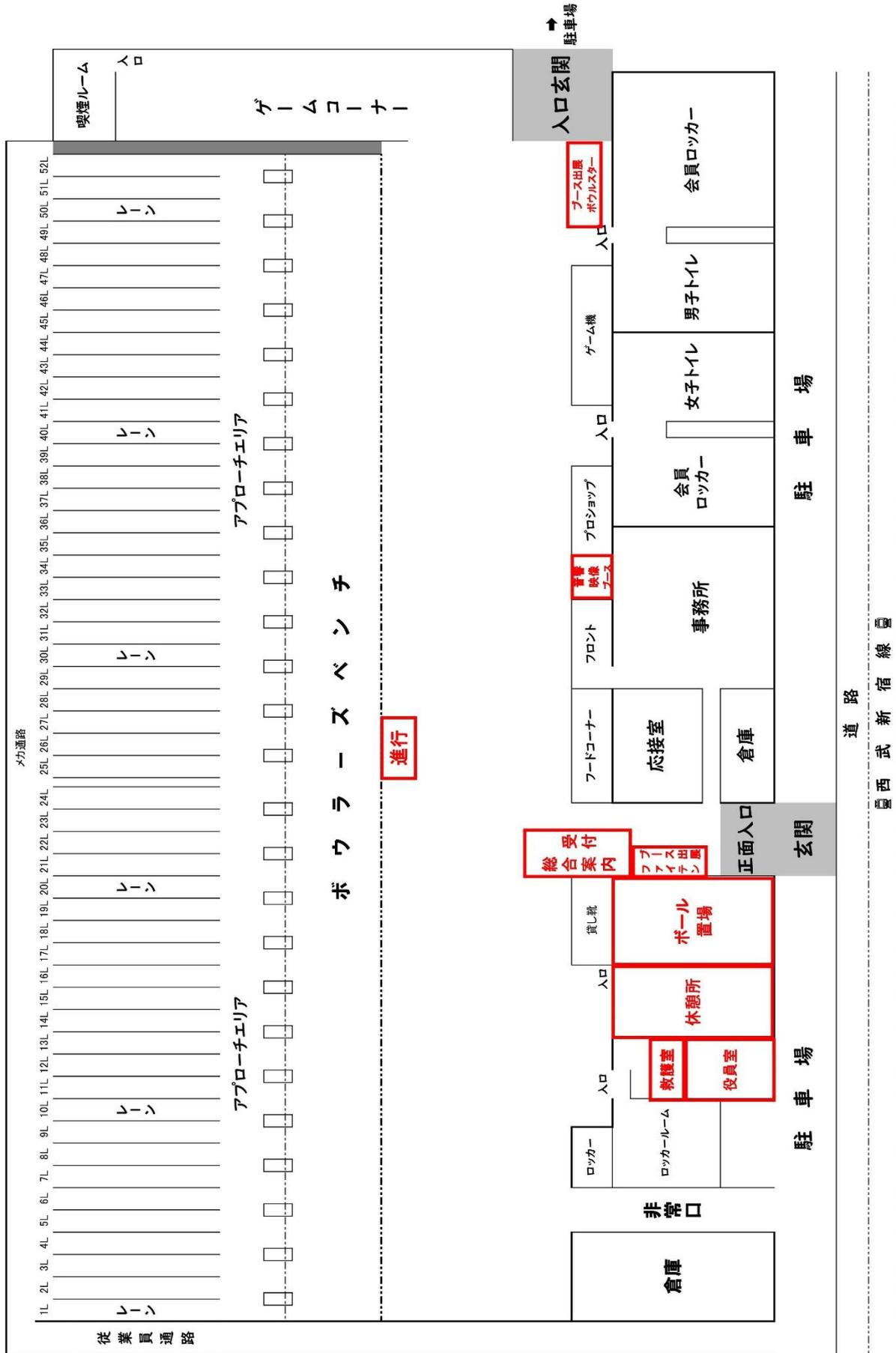
- ◆ 優勝・準優勝・第3位
- ◆ 飛び賞（5位きざみ）
- ◆ パーフェクト賞
- ◆ 抽選賞（順位表彰後に抽選会を行います）

大会日程

9:00	～	9:30	集合・受付
10:00	～	10:15	オープニングセレモニー
10:30	～	13:00	前半（レギュラー方式 3人×3ゲーム）
13:00	～	14:15	昼食・休憩
14:30	～	16:30	後半（ベーカー方式 6ゲーム）
17:00	～	17:40	表彰式

タイムスケジュールは変動する可能性があります。時間に余裕をもって行動して下さい。

新狭山グランドボウル 会場配置図



① 大会が始まるまで

- 輸送したボールバッグはボール置き場に置いております。なおボール置き場は施錠できませんので、貴重品は置かないようにしてください。
- **大会会場へボウリングボール等を送る場合、宅配業者の指定はありません。**
3月4日(水)12時～15時に到着するよう日時指定をお願いします。
※伝票の備考欄に「健康ボウラー日本大会」とご記入ください。
- 使用するボールは自由とします。(ハウスボールの使用も可)
- マイボールの持ち込みは、1名につき4個を上限とします。
- 今大会で着用するユニフォームに関しては自由としますが、チーム統一ウェアでの参加を推奨します。

① 会場に到着してから競技が始まるまで

- 大会総合案内ブースをフロント前に設けます。大会運営スタッフが常駐しておりますので、必要に応じてお声掛け下さい。
- 競技受付は大会総合案内ブースにて行います。チームメンバー全員が揃ったことを確認のうえ、チーム代表者が受付時間内に完了してください。
- 受付時に配布するスコア用紙にレーン配当やハンディキャップを記載しております。選手名に誤字、脱字等があれば申し出てください。なお今大会は各選手に日頃参加している健康ボウリング教室・リーグでのアベレージを基にハンディキャップを付与しています。数値に誤りがないか競技開始前に必ず確認するようにしてください。
- 前半戦の選手・投球順を変更ご希望の場合は、大会当日 10:00 までに変更届にご記入の上大会総合案内ブースにご提出ください。
- 前半戦の競技開始前にオープニングセレモニーを行います。前半戦を投球するレーンにお入りいただき、ボウラーズベンチに着席のうえご参加ください。
- 後半戦は各ゲームの開始時に投球順を変更することができます。届け出は必要ありません。投球順を示すリボンを付け替えてからゲームを開始してください。

② 試合中のこと

- 競技中の選手のボールバックは、ボウラーズベンチ内またはコンコース上に整理して置いて下さい。
- 前半の最中、後半の最中はレーン移動せず、同じレーンで投球していただきます。
- 今大会はボックス6人打ちでの競技となります。練習投球は前半・後半共に12分間を予定しています。
- 練習投球は1投ずつとします。1投目の状態にする場合は同じボックス内の選手の了解を得て、リセットボタンを押してください。

- 競技中にトラブルが発生した場合には挙手してください。大会運営スタッフが立ち会って対応します。
- マシンタッチによるピン倒れが生じた場合は、大会スタッフにお申し出ください。
1 投目投球前のピンの脱落・ピン倒れは、同じボックス内の選手の了解を得て、リセットボタンを押して下さい。マシントラブルの場合（ボールリターンの不具合も含む）は挙手をし、大会運営スタッフに合図してください。
- ボールリターンに手を入れないようにしてください。
- スコア修正等のボックス内のパネル操作は、すべて大会運営スタッフ・センタースタッフに行います。選手は触らないようにして下さい。
- 今大会は、前半の競技はデュアルレーン方式（アメリカ方式）で行います。投球するレーン、順番はモニターに表示される矢印の向きにしたがって投球してください。後半の競技はベーカー方式で行います。（各方式について詳しくは、3 ページをご参照ください）
- ファール判定器（ブザー）が鳴った場合、原則ファールとなります。
- 体調面で無理をしないでください。また、こまめに水分補給するよう心掛けてください。
- 記録用紙は各ゲームが終了したら、誤りや漏れがないようにスコアを記入するようにしてください。前半戦および後半戦終了後、そのままボウラーズベンチ内の机に置いたままにしてください。大会運営スタッフが回収します。

③ 昼食・休憩のこと

- お弁当は、総合案内においてチーム単位でお渡しします。チームごとに受け取りにお越しく
ださい。
- 休憩所（15 レーン後方ミーティングルーム）もしくはボウラーズベンチ内でお召し上がり
ください。
- 弁当ガラは総合案内で回収します。ボウリング場のごみ箱には捨てないでください。

④ 試合後のこと

- 成績発表は結果がまとまり次第、場内放送・オーバーヘッドモニターに表示します。
- 発表された記録に対して異議のある場合は、総合案内ブースに申し出てください。
- 後半戦の競技終了後、表彰式を行います。最終ゲームを投球したレーンのボウラーズベンチ
に着席してご参加ください。また参加選手を対象としたお楽しみ抽選会を行いますので、順
位による表彰対象ではなかった場合でもお帰りにならないようにしてください。
- 復路の宅配業者は「日本郵便」の着払いのみとなります。ご利用の方は大会終了後、お荷物
に記入済の伝票を添えて、ボール置場内に置いてください。（受付窓口は設けません）

【復路宅配便利用の注意事項】

- 配達日時の指定はできません。
- 集荷は 3/6(金)の予定です。
- 以下のお荷物は引き受けされません。
 - ・重量 25kg 以上の荷物
 - ・液状ボールクリーナーやスプレー缶が入っている荷物
- 日本郵便以外の宅配業者で往復便をご利用の方は、集荷依頼の連絡等は個人でご対応ください。

※往路の宅配便については、6 ページ目の「⑩大会が始まるまで」をご参照ください。

⑤ その他注意事項

- 大会期間中は、競技関係以外の個人的な呼び出しは緊急の場合を除き行いません。
- 大会期間中、会場内（駐車場も含む）は禁煙です。喫煙は『喫煙ルーム内』でお願いします。ゲーム進行中の喫煙はお控えください。
- 大会期間中の貴重品・所持品については各自が責任をもって管理して下さい。盗難等のトラブルが発生しても、大会実行委員会及び競技会場は一切の責任を負いません。
- 大会中のボールの損傷については、大会実行委員会及び競技会場は一切の責任を負いません。
- 各選手の健康管理には充分ご注意ください。会場内に医務室を設けています。万一、会場内での事故や病人が発生した場合や体調が優れない等の場合は、お近くの大会運営スタッフにお声掛けまたは大会総合案内ブースまでご連絡ください。

【個人情報の取り扱いについて】

- 大会参加選手の個人情報は、本大会の為の競技活動及び広報活動に関する業務に限り利用いたします。
- 本大会の映像・写真・記事・記録等における個人情報（氏名・年齢・性別・記録・肖像等）は、広報の目的で使用・公開することがあります。また報道機関に提供することがあります。その掲載権・使用权は主催者に属します。
- 本大会開催中、会場内で撮影した写真・映像等は、映る人物の個人情報（肖像を含む）およびプライバシーに配慮し、個人使用の範囲内に限ることとします。報道目的、企業活動での撮影および公開は、必ず主催者の許可を得てください。

試合中のお楽しみイベント

【前半】 1 フレームスコアチャレンジ！

第1ゲームの第1フレームに倒したピンの数が、3人合計で25本以上ならクリア！
クリアしたチームにプレゼントを差し上げます。

達成されたチームは、お近くの大会スタッフまでお申し出ください。

※2投目で倒した本数も含まれます。 ※ストライクとスペアは10本と数えます。

【後半】 ベーカーでノーミスチャレンジ！

競技中に「第●ゲームでノーミスチャレンジを実施します！」と発表します。

指定したゲームでノーミスを達成したチームにプレゼントを差し上げます。

※達成されたチームは、コンピュータスコア画面を「次のゲーム」に
切り替える前に大会スタッフまでお申し出ください。

