

## ソフトテニスの魅力

ソフトテニスとは、ネットを挟んで相手と向かい合い、直径6cm、約30グラムのゴム製のボールを専用のラケットを使って打ち合い、自分のコートに飛んできたボールをノーバウンドか、ワンバウンドで相手コートに返球してポイントを競うスポーツです。

ソフトテニスの試合にはダブルスとシングルスがあり、対戦方法としては個人戦と団体戦があります。試合は、1ゲーム4ポイント先取で行われ、7ゲームマッチ（4ゲーム先取で勝利）か9ゲームマッチ（5ゲーム先取で勝利）があります。1試合の平均試合時間は約30分です。開催される大会は、1回戦から決勝戦までの日程をほとんどの場合1日で終了します。

この競技の第一の魅力は、軽く柔らかいボールを使用しているため力いっぱいボールを打って相手に返球できることの爽快感、思い通りにボールを操る事ができた達成感などが挙げられます。

また、テニスコートのほとんどが屋外に設置されていて、風、日光、雲、雨などの自然条件がプレーに多大なる影響を与えるため、プレイヤーは自然条件を利用し予測をしながらプレーを行うことも魅力のひとつです。

藤沢市ソフトテニス協会の開催する試合はすべて2人1組のペアで相手と戦うダブルスで行われ、コンビネーションを駆使した試合が行われています。

ダブルスの魅力は、2人1組で試合が行われるため、ペアを組んだパートナーと互いに協力し攻守を行うところにあり、例えば、後方にいるプレイヤーは前方にいるパートナーがポイント決められるように早いシュートボールを打ったり、相手のいないところへ山なりのロビングボールを打ち、この配球により前方にいるプレイヤーがスマッシュやボレーなど華麗なネットプレーを決めるなどのコンビネーションプレイができることです。

ソフトテニスは、軽く柔らかいボールを使用していることにより、ラケットを振ることやボールのラケットに当たった時の衝撃が少ないため、体への負担が少なく、小学生から80歳を超える人まで男女を問わず幅広い年齢層の人々がプレーを楽しんでおり生涯スポーツとしての地位を築いています。

今後も、より多くの人にソフトテニスの魅力を伝えプレーを楽しんでもらえるような活動をしていきたいと思っております。

藤沢市ソフトテニス協会  
鈴木 正美