



南フランス発祥のゲーム「ペタンク」 ～公園で楽しむシニア世代が増えています～

シニアライフアドバイザー 松本すみ子

仕事の合間、公園のベンチでひと休みしていたら、目の前でシニア男性たちが、なにやら丸い球を投げ合って一喜一憂している様子。休憩時間を見計らって、訊いてみました。すると、「ペタンクだよ」という返事。ほとんど毎日のように集まっては、仲間で楽しんでいるそうです。ということで、今回は、ペタンクについて調べてみました。

◆目標に一番近い球が勝ち

ペタンクは、目標にどれだけ近く球を投げることができるかを競い合うゲーム。簡単に言ってしまうと、こんなところでしょうか。子供のころ、石ころやおはじきで、一番近くに投げた人が勝ちという遊びをしたことはありませんか。まさに、それです。

しかし、長年続けられているうちに様々なルールが確立しました。ここでは両チーム3人ずつで競う場合で説明しましょう。

- ①4m×15mの長方形の枠を作ります。競技者はそれぞれ3個ずつ、合計12個のボールを持ちます。ボールはステンレスや鋼鉄などの金属製。
- ②じゃんけんで目標となる球を投げるチームを決めます。勝ったチームは、長方形の内側1m程度の所に35～50cmの円を描きます。そして、円から目標球を投げます。6mより近く、10m以上遠くに落ちた場合は、3回まで投げなおすことができます。それでもだめな時は、相手チームに投球権が移ります。
- ③さて、試合はここからが本番。目標球を投げたチームが先にボールを投げます。次に、相手チームが投げます。どっちのボールが目標球に近いかを判断します。必ず両チームで確かめるのはフェア精神を重視しているからとか。
- ④次に、目標からボールが遠かったチームが投げます。うまく投げれば、逆転も可能。難しいと判断した時は、相手のボール



を弾き飛ばす作戦もありとか。お互いが持ち球を使い切ったところで、1ゲーム終了。

- ⑤勝ったチームが投球円を書き、次の試合を開始。13点を先に獲得したチームが勝利者となります。

◆シニア向きのスポーツ？

ペタンクは、1910年に南フランスの港町ラ・シオタで生まれ、「ピエタンケ（両足を揃える）」が語源になったと言われていいます。大昔、石などを投げて、獲物を獲ったり、敵を攻撃したりしていたという人類共通のDNAから生まれた競技かもしれません。シニア向けの競技というわけではなく、フランスでは老若男女500万人以上が楽しんでおり、そのうち40万人が様々な大会に参加する競技者。

私が公園で出会ったシニア男性たちは、地域のペタンク協会に属していると言っていました。地域に協会ができているということは、ペタンク人口がそれなりにあるということです。ペタンクのいいところは、それほど大きなスペースを使うことなく、特別なウエアなどを必要としないこと。負けていても、たった1球で形勢逆転できるという醍醐味。投げるという簡単なルールながら、技術力と集中力が養われ、作戦を練るために頭を使うこと。シニア世代に向いているスポーツのような気がします。