

# 試合で正しいサービスを出すために ～ ルールにあったサービスを出せていますか？ ～

公益財団法人 日本卓球協会  
ルール・審判委員会 編

近年、小学生や中学生などの大会で、サービスの乱れが指摘されています。注意を受けても正しいサービスが出せない選手がいるとの指摘もあります。

選手の皆さんの努力はもちろん、指導者の皆さんの協力も欠かせないと考え、サービスルールの要点をまとめ、お知らせします。

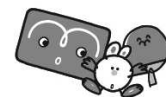
正しいサービスを身につけるためには、日頃の練習が欠かせません。この文書を参考にして、ルールにあった正しいサービスが出せるように練習して、地域の大会や全国大会に参加しましょう。

次に書いてあるサービスはルールにあっていません（違反サービスです）



## サービスを始める時

- しっかり動作が止まっていない
- ボールをのせている手のひらが開いていない
- ボールが手のひらではなく、指にのっている
- ボールの位置がエンドラインの内側にある  
(ボールをのせた手や腕はエンドラインの内側に入ってもよいが、ボールは入ってはいけない)
- ボールの位置がプレーイングサーフェス(卓球台の表面)の下にある  
(投げ上げる時の反動で、プレーイングサーフェスから、ボールが下がってもいけない)



## ボールを投げ上げてから打球する時まで

- ボールを、ほぼ垂直方向に投げ上げられなかった
- 手のひらや指でボールに回転をかけた
- ボールが手のひらから離れたあと、16 cm 以上上がっていない  
(審判員はネットの高さ(15.25 cm)を基準に判定します。ネットの高さ以上に投げ上げること)

- 打球までに何かほかのものに触れてしまった  
(天井の照明、競技者の体やユニフォームなどに触れた場合)
  - ボールが上がっていく途中で打球した (ぶっつけサービス)
  - ラバーを貼っていない面で打球した
  - ボールをサーバーの体で隠した
  - ボールをダブルスパートナーで隠した
  - ボールを投げ上げたあと、手や腕をすぐに「ボールとネットとの間の空間」から外に出さなかった
  - エンドラインの内側(台の上)で打球した
  - プレーイングサーフェスより下で打球した
- ※サービスが正しいかどうか疑わしいと審判員が判断した場合、その試合で最初の疑問であれば「レット」とコールされ注意が与えられる。明らかな違反サービスは、レットではなく、最初から「フォールト」となり、相手のポイントになります。



### サービスを打球した(出した)あと

- サーバー側のコートに触れなかった
- サーバー側のコートに触れたあと、レシーバー側のコートに触れなかった
- ダブルスで、サーバーのコートの左半分にボールが触れた
- ダブルスで、サーバーのコートの右半分にボールが触れたあと、レシーバーのコートの左半分に触れた

ルールにあった、正しいサービスができるように練習しましょう！

以上