

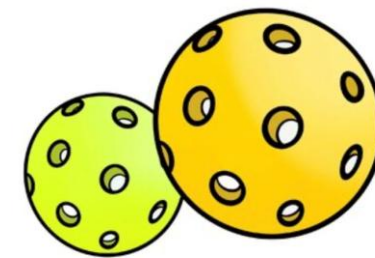
# Pickleball



一般財団法人ピックルボール日本連盟

© Ichiro.K campLLC

# ピックルボールってなんだろう？？？

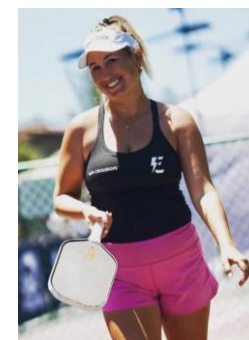


パドルと呼ばれる板状のラケットとプラスチック製の穴の空いたボールでプレイをする、ピックルボール。10-15分練習するとみんなゲームができる、とても簡単に楽しむことができるスポーツです。現在、日本でも10歳から90歳までのプレイヤーがいて、みんな一緒に楽しむことのできる生涯スポーツです。

壁のないスポーツとも呼ばれるピックルボールは、男女、年齢、レベルは関係なく、1人でコートに行って自分のパドルをパドル置きに置いて順番を待ち、ゲームに入ります。普通、コートでプレイをするスポーツはパートナーなど一緒にプレイをする4名集めて、初めてゲームに入ることができますが、このピックルボールは、1人で行って1人で参加できるユニークなシステムで行われます。1ゲーム11点先取。約15分ほどで終わります。最初と同じようにパドル置きに置いて順番を待つと、次は別のプレイヤーとのゲームになりこれを繰り返すことで、新しい友達がすぐにできます。ピックルボールには、パドルタッチと呼ばれる「音を発しない言葉」があります。これによってお互いを称え、励ましなど、相手にパドルを通して簡単に気持ちを伝えることもできます。これも壁のないスポーツと言われる一つです。外国人とのプレイも楽しく会った瞬間からプレイができます。

## ピックルボールから生まれてくるもの

1. 健康
2. コミュニティ
3. 笑顔



# ピックルボールに必要な道具

## パドル



カーボンファイバーやグラファイトなどからできているもの。形は正方形、長方形、楕円形などいろいろある。

## ボール



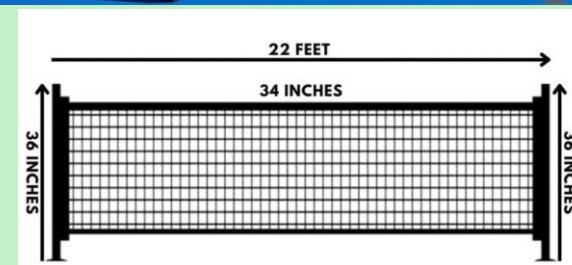
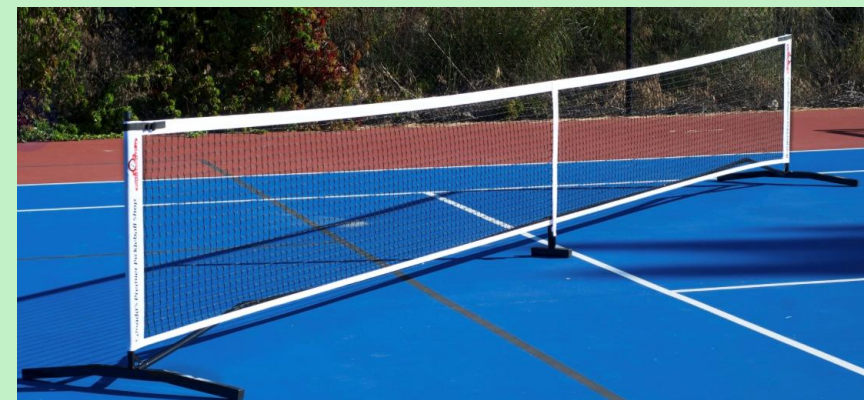
室内用ボール  
穴の数は23



屋外用ボール  
穴の数は46

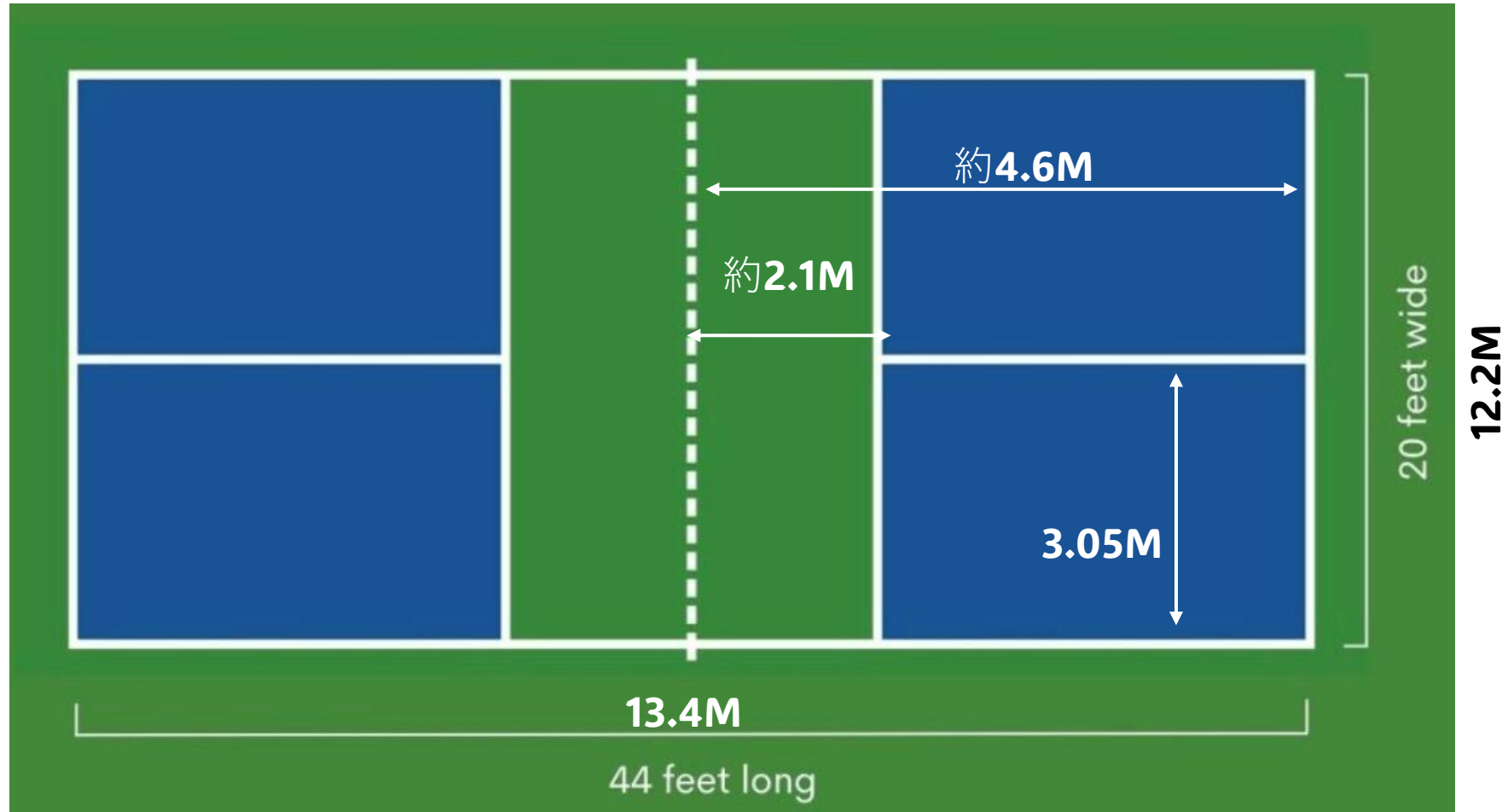
プラスチックからできているボールは直径が2.9インチ（7.4 cm）均等に穴が空いていて、空気抵抗がかかり、スピードをコントロールしやすくしている。

## ネット



沢山のパーツからなるネットは持ち運びでき、誰でも簡単に組み立てることができる。サイズは高さ約92センチ横幅約67.3センチ

# ピックルボールコートの大さきさ



ピックルボールのコートはバドミントンコートと同じ大きさ  
注) 但し、キッチンラインはバドミントンサービスラインより15センチ長い

# ピククルボールプレイヤー、コート推移

アメリカでは

年	人数
2020	420万人
2021	482万人
2022	895万人
2023	1,358万人
2024	1,981万人
2025	2,270万人

SFIAより  
(Sports&Fitness industry association)

年	コート数
2020	30,000
2023	50,000
2024	68,000

日本では

年	人数
2020	約1,000人以下
2022	約3,000人
2024	約5,000~10,000人
2025	約45,000人~50,000人

UPA Asiaより

	施設数
専用施設	約 1 3 施設
東京	約 4 施設

注) テニスコート兼用、体育館使用などは含まれていない

主なアジアでの推定人数

国名	推定人数
中国	6,000万人
インド	約5万人から6万人
ベトナム	1,600万人
フィリピン	1.8万人
日本	4.5万人

UPA Asiaより

アメリカは  
**1コートあたり約300人**  
日本は  
**1コートあたり数百~数千人**

# アメリカでのピックルボールの現状

## Key Pickleball Stats



**48.3 million**  
Number of pickleball players in the US



**223.5%**  
Pickleball's average growth rate over the last 3 years



**25-34**  
Largest age bracket of pickleball players (28.8% of total)



**16,210**  
Number of places to play pickleball in the US



**\$1.5 billion**  
Pickleball market (latest 2023)



**11.3%**  
Forecasted compound annual growth rate through 2028

## 2024年末の統計

ピックルボールをやったことがある：4830万人  
ピックルボールプレイヤー：1360万人

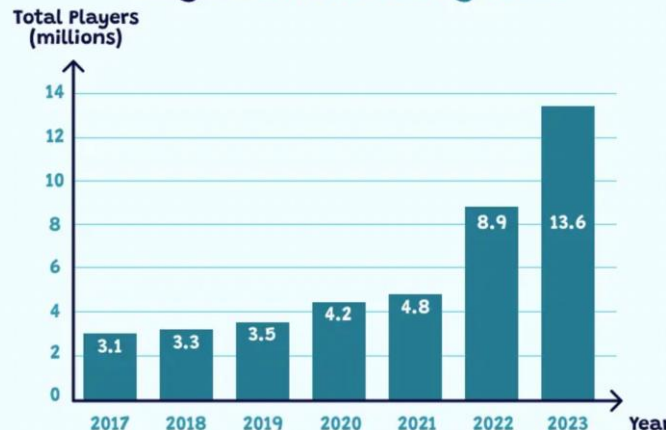
注目すべきは、プレイヤーの年齢が下がってきており、現在の平均年齢は34.8歳。新たに100万人の子供達がプレイを始め、ますます若者のスポーツとなってきている。

ピックルボールコート（施設）数：16210

ピックルボール成長率：3年間で223.5%

ピックルボール市場：15億円  
476社の新規事業登録、1225種類の新規パドル、81種類のボール

## Total Number of Pickleball Players in the US by Year



2017年から2023年までのプレイヤー人口の推移：  
2022年から1年間で51.8%の増加

出典：picklehead.comの統計より

## 健康と地元コミュニティ

ピックルボールコートができると変わること  
ピックルボールは1人でふらっときて参加できるスポーツ。  
その特徴を活かし、人が集まりやすい場所にコートを設置。

ここにくれば人と話せる。  
ここにくると仲間がいる。  
ここにくると笑いがある。



従来のスポーツは、ゲームをするには練習が必要でしたが、楽しむピックルボールは、すぐに簡単にプレイをすることができます。ですので、人が集まりやすく、プレイをすることで体を適度に動かし、ポイントをカウントしたり、笑ったり気持ちも明るくなり、楽しく時間を過ごすことができるようになります。

特に、現在ベッタウンでリタイアされた男性は、孤独になりがち。もともとお茶を飲む文化がない男性にとって、人と新しい交流をもつ。というのは、大変高いハードルとなり家にこもってゲームをしたりと、健康にもあまりおすすめでない生活をされている方が多いので、マンションの一角であったり、空き地や駐車場にコートを作ると、そこにグループが生まれ、人が集まる場所ができる。1人で参加することが当たり前前のスポーツなので、友達がいなくても参加がとてもしやすく、ハードルもぐーんと下がります。



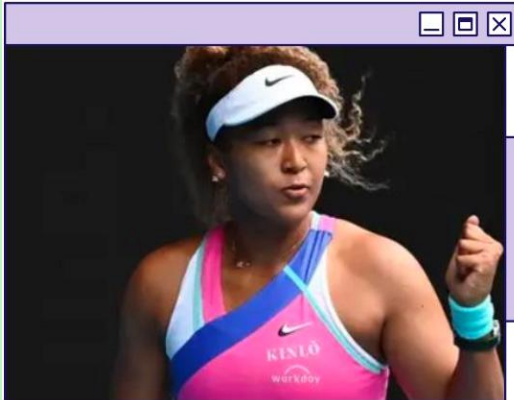
# PJFの活動

- 2023年11月 渋谷スポーツフェスティバル体験会ブース提供  
80名以上がピククルボール初体験
- 2023年12月 アメリカンスクール・ウィンターフェス 3セッション 合計65名参加
- 2024年1月 アメリカ大使館コンパウンドにおいてピククルボール体験会を開始
- 2024年2月 品川女子学園 先生向けに体験会を実施(パドル寄贈 体育教員5名)
- 2024年4月 長崎市で初めての体験会を実施(50名)
- 2024年4月 青山スポーツ主催新宿高島屋にて4日間の体験会を実施(合計約200名参加)
- 2024年5月 新宿高島屋 ピククルボールイベントを開催
- 2024年5月以降 毎週末体験会と月に1回のピククルボール勉強会を実施し、今に至る
- 2024年6月 桜美林大学 学生へのピククルボール体験会開催(約30名)
- 2024年6月 金沢工業大学院 学生へのピククルボール体験会開催
- 2024年7月 江戸川小学校 在校生向け体験会を開催(20名)
- 2024年7月 有明アリーナスportsフェス2024にて体験会を実施(約150人)
- 2024年11月 東京タワーピククルボールフレンドシップイベント
- 2024年11月 渋谷区スポーツフェスティバル体験会ブース提供  
100人近くが参加
- 2025年1月 アメリカンスクールミドルスクール6年生全員にピククルボールを教えるプロジェクト開始4月までに合計8回
- 2025年1月 2025年4月からの石川県珠洲市復興に伴い  
「被災者健康保持増進支援事業」への参加。現地で4月に向けテスト実施  
珠洲市「みさき小学校」「宝立小中学校」「緑丘中学校」
- 2025年2月 豊島区長とのミーティング。豊島区でのピククルボール普及について
- 2025年3月 2025年4月からの石川県珠洲市復興に伴い第2回  
「被災者健康保持増進支援事業」への参加。現地で4月に向けテスト実施  
珠洲市「みさき小学校」「宝立小中学校」「緑丘中学校」
- 2025年3月 都庁からの依頼でイベントにピククルボール体験
- 2025年4月 「金沢スポーツ見本市」へ金沢市より依頼を受け体験会を開催（3時間で約100人以上参加）
- 2025年4月 逗子市より依頼を受け、逗子ホノルルフェスタにて体験会を後援
- 2025年5月 企業内体験会を開催（3社3回開催）
- 2025年6月 埼玉県久喜市との今年度後期の久喜市のスポーツとPJFとの企画開始
- 2025年6月 渋谷区主催 渋谷区ピククルボール大会 運営後援（1-3回）
- 2025年7月 品川女子学園 高校生体育授業にてピククルボール体験授業開催
- 2025年7月 東京タワーコートオープン PJF後援協力
- 2025年7月 アジアJunior大会出場代表選手 ベトナム大使館表敬訪問、林官房長官へ表敬訪問

## 体験会のサポート

まずは自分たちがピククルボールを体験し、どのように活用できるか知りたい方々に対して、PJFが体験会を企画しコーチを派遣して実際にピククルボールをプレイしてもらうことを実施しております。

# ピックルボールに関わるセレブリティ

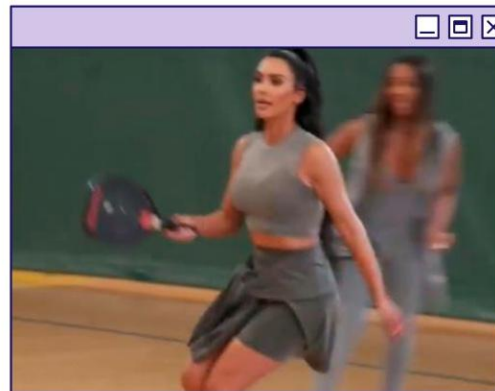


テニスのスター大坂なおみ選手が  
ピックルボールに投資

\*出典: Tennis World USA

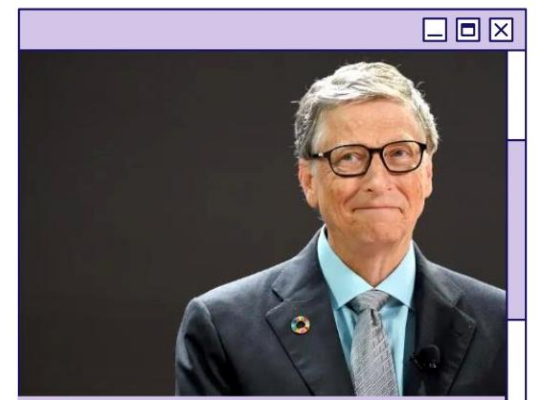


株式証券取引所の一室にコートが誕生



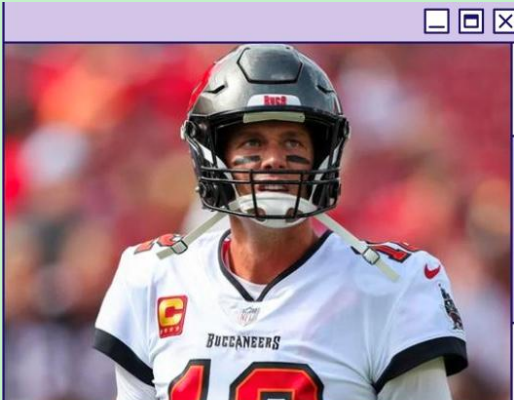
キム・カーダシアンは自らの  
インスタにゲームを投稿

\*出典: Kim Kardashian instagram



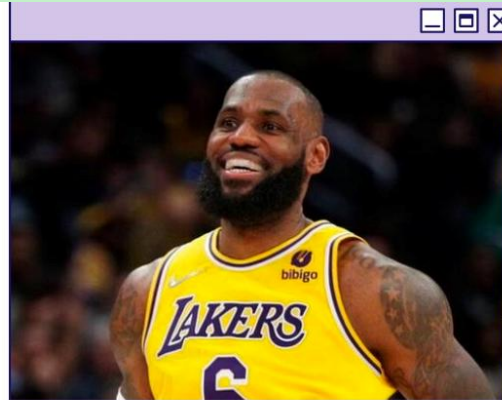
ビル・ゲイツ氏もお気に入り  
生涯ピックルボールをプレイ

\*出典: Forbes



MLPのトム・ブレイディもピックル  
ボールへ投資

\*出典: CNN Sports



NBAのレブロン・ジェームズが  
ピックルボールチームを買収

\*出典: Gray Television, Inc.



司会者エレン・デジェネレスは  
自らピックルボールの大ファン

\*出典: Racket Sports World



ディカプリオはユニセフ支援の  
チャリティトーナメントに参加

\*出典: MD Racket Sports