

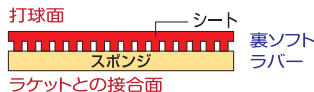
ラバー 基礎知識

ラバーは、ゴムでできていて「シート」と「スポンジ」の組み合わせにより、分類されます。主な種類とアイコンなどを紹介します。

ラバーの種類と特長

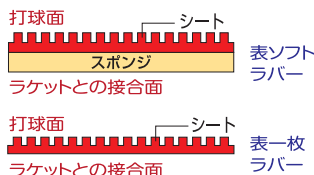
裏ソフトラバー

表面が平らで摩擦力が大きいため、回転をかけやすい。反発力を重視したもの、回転量を重視したもの、攻撃用・守備用などさまざまな種類がある。攻撃型の選手を中心に、もっとも多く使われている。



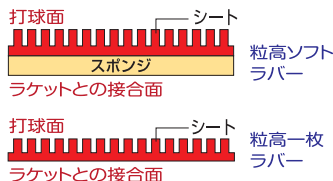
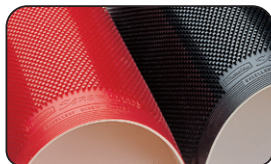
表ソフト／表一枚ラバー

表面にツブが出ているので、球離れが速い（スピードが出やすい）。裏ソフトに比べて回転量は少ないが、相手の回転の影響も受けにくい。速いラリーで勝負する選手が使うことが多い。



粒高ソフト／粒高一枚ラバー

表ソフトのツブの形状が長く、無回転のボールを出せる。回転がかかったボールに対しては、逆回転の変化にして返球できる。ボールの変化で勝負する選手が使用する。回転のかかるラバーとのコンビネーションで特長を発揮する。



貼り替え時期の目安

なぜ貼り替えるの？

シートはボールを打つたびにすり減ります。するとボールに回転をかけることができなくなってきます。スポンジは徐々に弾力が弱くなります。するとボールを飛ばす力が弱くなるのです。

ラバーはいつ貼り替えるの？

トップ選手は1週間程度で貼り替えます。一般的にはだいたい80時間が替えどきといわれています。上手になるとラバーの中心部分にボールが当たりやすくなるのですり減ったり、弾力が弱くなったりするのが早くなります。

練習時間	交換の目安
毎日3～5時間	2～4週間で交換
毎日2～3時間	1～2ヶ月で交換
週2～3日	2～3ヶ月で交換 (ラージは3～4ヶ月)
週1～2日	3～5ヶ月で交換 (ラージは5～6ヶ月)

表ソフトの場合は、粒の角が丸くなったり根が少しでも切れたら交換しましょう。



使い込んだラバー
ラバーの端が欠けたり、表面に白い線が出たら替えどき。こくなる前に替えましょう。



新しいラバー
新しいラバーは、ボールの引っ掛かりも良く、スポンジの弾力性もあるので威力のあるボールが出ます。

スポンジの厚さによる違い

スポンジの厚さによる性質の違い

	超極薄	極薄	薄	中	中厚	厚	特厚	MAX
スピード	小	→			→			大
コントロール	大	←			←			小
ディフェンス	大	→			→			小

スポンジの厚さはさまざま

初心者には「中」や「厚」が使いやすく、スポンジが厚くなるほど、ボールにスピードや威力が出ますが、コントロールが難しくなります（また重くなるので、ラケットが振りにくくなります）。ラバーはスピードが出る＝良いではありません。自分の技術や、目指す戦型に合わせてお選びください。

スポンジの硬さもさまざま

シートを貼り合わせる前のスポンジの硬さを「スポンジ硬度」として数値化しています。数値低<35°<数値高
ソフト←ミドル→ハード
ソフト・ミドル・ハードは打球した時の感覚を表しています。ラケットとの組み合わせによって感覚が異なる場合があります。

ラバーアイコン・分類説明

⇒ スポンジ厚さ アイコン

超極薄 0.4mm～0.7mm ULTRA SUPER THIN	極薄 0.9mm～1.1mm SUPER THIN	薄 1.1mm～1.3mm THIN	中 1.3mm～1.5mm MIDDLE
中厚 1.5mm～1.7mm MIDDLE THICK	厚 1.7mm～1.9mm THICK	特厚 1.9mm～2.1mm SUPER THICK	MAX 2.1mm～ MAX (表ソフトのみ)

⇒ スポンジスピード アイコン

➤スピード:15.25 ⦿スピン:14.50 ↗変化:11.50 ↘スポンジ硬度:35.0

↑
ノディアスの値を10.00とした場合の比較値

↑
ノディアスの値を10.00とした場合の比較値

↑
数値が大きいほど変化が出やすい

↑
シートを貼り合わせる前のスポンジの硬さ
数値低<35°<数値高
ソフト←ミドル→ハード

テンション 高い弾性を持つ。ラバーを構成するゴムを引っ張った（テンション）状態にしている。

AC（アクティブチャージ） ゴム本来が持つ弾力性能を引きだし、シートとスポンジに張り感を持たせた状態。食い込み感抜群。

IE（エネルギー集約型） 合成ゴムと天然ゴムの比重を従来の高弾性に比べ、合成ゴムの比率を高め、弾みが良い。比較的軽量で扱いやすいのが特長。

高弾性 反発性に優れスピードが出しやすく、シートの摩擦力が高く回転をかけやすい。伸びのある曲線を描く弾道で安定性が良い。

Z9 弾力性の高い合成ゴム比率を極限まで高め、高いスピード性能を実現。

粘着性 ボールに強い回転をかけるのに適していて、弧を描く弾道で安定性がある。硬いラバーが多い。

高摩擦 微粘着成分をシートに配合。高弾性+回転性能で、攻守にわたり回転力を生かすことができるのが特長。

コントロール系 やわらかいスポンジとシートが主流で、ボールコントロールしやすい。反発力と摩擦力は低い。