やってみよう！
きっと見つかる
新しい趣味！

Let's
Enjoy Airsoft!

サバゲー初心者ガイド

BEGINNER GUIDE

保存版

安全・ルール・装備・動き方が
これ1冊でわかる！



サバゲーって
こんなに楽しい!!



安全
ケガを防いで
安全に楽しむ



装備
自分に合う装備で
もっと楽しく



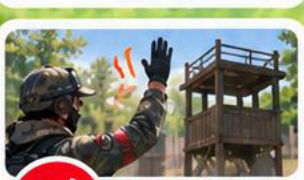
動き方
撃たれにくく
ヒットとりやすく



フィールド
いろいろな遊び方で
楽しめる



仲間
一緒に遊ぶと
もっと楽しい



ヒットコール
正しく伝えて
気持ちよくプレー

仲間と遊び
体を動かし
新しい世界が
きっと見つかる！

はじめての
サバゲー参加を
やさしくサポート！

**安全に。無理せず。
好きなスタイルで。**

Let's Enjoy Airsoft!

\これで迷わない！/

01 初参加までのロードマップ

予約からゲーム開始までの流れをチェックしよう！



1 フィールドを探す

行ってみたいフィールドを見つけよう！



ポイント
公式サイトの「初めての方へ」をチェックしよう！

2 予約をする

参加方法を確認して予約しよう！



- 定例会（1人で参加OK）
- 貸切（友達同士で参加）
- 予約方法（WEB・電話など）
- キャンセル規定も確認

ポイント
初心者歓迎の定例会を選ぶと安心です！

3 レンタル・持ち物確認

必要なものを準備しよう！



- レンタルできるものを確認（銃・ゴーグル・服 など）
- 自分で用意するものを準備
- 動きやすく、肌を出さない服装
- 飲み物・タオル・着替えもあると安心

ポイント
ほとんどのフィールドでレンタルが充実しています！

4 当日の受付

時間に余裕をもって到着しよう！



- 受付で名前を伝える
- 参加費の支払い
- レンタル品の受け取り
- 更衣室で着替える

ポイント
集合・受付時間を確認して、余裕をもって到着しよう。

5 ルール説明・準備

安全に楽しむためにしっかり聞こう！



- フィールドのルール説明を聞く
- セーフティの使い方を確認
- チーム分け・ゲーム内容の説明
- 分からないことは遠慮せず質問

ポイント
ここでしっかり聞いておくと安心してゲームに参加できます！

6 ゲーム開始！

いよいよサバゲーを楽しもう！



- スタッフの合図でゲームスタート
- 無理せず、自分のペースで参加
- 仲間と連携して楽しむ
- 終わったら次のゲームに参加

ポイント
最初は当たっても気にせず、楽しむ気持ちが一番大切です！



初参加の準備チェックリスト

- ☑ フィールドを予約した
- ☑ レンタル内容を確認した
- ☑ 動きやすい服を用意した
- ☑ 飲み物・タオルを準備した
- ☑ 集合時間を確認した
- ☑ 楽しむ気持ちを準備した！

ちゃんと準備すればきっと楽しい！

さあ、最初の一歩を踏み出そう！

Let's Enjoy Airsoft!

サバゲー初心者ガイド

BEGINNER'S GUIDE

02 安全とヒットの基本

まずはこの6つ。安全に遊ぶための最重要ルール！



1 ゴーグルは ゲームエリアで外さない



ゲームエリアではゴーグルを外さない。外してよいタイミングは、スタッフの案内に従いましょう。

2 当たったら「ヒット！」



BB弾が当たったら、大きな声で「ヒット！」と申告します。
手を上げるなど、周囲のプレイヤーにも分かるように伝えましょう。
自己申告はサバゲーの基本です。

3 ヒット後は 撃たずに退場・復活する



ヒット後はすぐに射撃をやめ、手を上げます。その後はルールに従って退場するか、決められた方法で復活しましょう。
復活方法はゲームごとに異なるので、開始前にルール説明を確認しましょう。

4 セーフティでは 銃を安全な状態にする



セーフティエリアでは、スタッフの指示に従い、マガジンを外す・残弾処理をするなど、銃を安全な状態にします。具体的な手順はフィールドのルールに従いましょう。

5 セーフティでは 銃口を人に向けない



セーフティエリアでは、人に銃口を向けないようにしましょう。撃たない場面だからこそ、事故や誤解を防ぐために、銃口は安全な方向へ向けます。

6 迷ったらスタッフに聞く



「これってヒット？」「ここから撃っていい？」など、迷ったときは自己判断せず、スタッフに確認しましょう。
分からないまま行動しないことが、自分と周りの安全につながります。

! フィールドによってルールは異なります

以下は一例です。必ず、当日のレギュレーション説明を確認し、不明な点はスタッフに聞きましょう。

- 跳弾の扱い（当たった扱いかどうか）
- 銃への被弾（ガンヒット）の扱い
- 味方からの被弾（フレンドリーファイア）の扱い
- 復活方法（リスポーンの場所・方法）
- セミ／フルオートの使用可否
- BB弾の重さの制限
- セーフティでの具体的な安全手順
- 至近距離でのルール
- その他、フィールド独自のルール



迷ったら、撃たない。スタッフに聞く。

安全が守れてこそ、サバゲーは思いきり楽しめる！

Let's Enjoy Airsoft!

\ 撃つ前の準備で差がつく! /

03 ヒットを取るには?

たくさん撃つより、当てやすい状況を作ろう!



1 相手に先に気づく

周囲をよく見て、先に相手に気づこう!



- ✓ 常に周囲に意識を向ける
- ✓ 少しの動きや違和感に気づく
- ✓ 相手より先に気づければ撃つ・隠れる・動くの選択ができる

ポイント
先に気づくことが、ヒットへの第一歩! 焦らず、視野を広く持とう。

2 見られにくい位置を取る

相手から見えにくい場所に身を置こう!



- ✓ バリケードや遮蔽物を使う
- ✓ シルエットを小さくする(立たない・しゃがむ)
- ✓ 背景に溶け込む(迷彩・暗い場所など)

ポイント
見つからないことが最大の防御。撃たれない位置から次の行動を考えよう。

3 無理な距離で撃たない

当てやすい距離で、確実にヒットを狙おう!



- ✓ 遠すぎる相手は狙わない
- ✓ 自分の銃の有効射程を知る
- ✓ 距離があるほど、弾道・風・相手の動きの影響を受ける
- ✓ 近く・中距離で確実に当てられる距離を選ぶ

ポイント
当てられる距離で撃つことが、ヒット率を上げるコツ。

4 同じ出方を繰り返さない

動きに変化をつけて、読まれないようにしよう!



- ✓ 同じ場所・同じタイミングで出ない
- ✓ 撃つ位置・角度・高さを変える
- ✓ 相手に動きを読まれないようにする
- ✓ 何度も同じ行動を繰り返さない

ポイント
相手に読まれると、待ち構えられてヒットされやすくなる。動きに変化をつけよう。

5 狙いやすい瞬間を使う

相手の注意がこちらから外れた瞬間を狙おう!

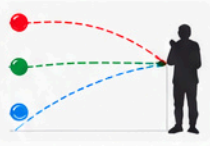


ポイント
相手の注意がこちらから外れた瞬間を使うと、当てやすくなる。

6 弾道・HOP・ゼロインを確認する

自分の銃の弾道を理解しておこう!





- ✓ 使用するBB弾に合わせてHOPを調整する
- ✓ 基準距離でサイトの照準点と着弾点を合わせる
- ✓ 定期的に弾道を確認する
- ✓ フィールドの環境(風・明るさ)でもズレるためゲーム前にチェックする

ポイント
自分の銃の弾道を把握しておくと、狙った場所にしっかり当てられる。



ヒットを取るための基本の流れ

1. **見つける** — 相手に先に気づく
2. **隠れる** — 見られにくい位置を取る
3. **有利な瞬間を待つ** — 相手の注意が外れたタイミングを狙う
4. **撃つ** — 確実にヒットを狙う

たくさん撃つより、当てやすい状況を作る。
それがサバゲーをもっと楽しくする!

Let's Enjoy Airsoft!

\よく見るだけで、ヒットのチャンスが増える！/

04 相手を見つけよう！索敵の基本

人全体ではなく、「人の一部」を探すのがコツ！



1 人の一部を探す

人全体ではなく、こんな部分が見える！

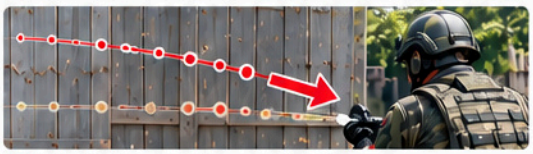


- ✓ 少しの情報でも相手を見つけられる
- ✓ 動いているもの・不自然なものに注目する
- ✓ 視野の端も意識する（トンネル視にならない）

ポイント
「人全体」ではなく「見える一部」から探す意識を持とう！

2 BB弾から位置を読む

BB弾が来た方向は、相手の位置を探すヒント！



- ✓ 弾が来た方向に注意して、周辺を見てみる
- ✓ 跳弾している可能性もあるので、必ずしもその場所にいるとは限らない
- ✓ 複数回、同じ方向から来たら、可能性が高い

ポイント
BB弾は「相手の大まかな位置を知るヒント」。落ち着いて周辺を観察しよう。

3 近い場所から順番に見る

遠くよりも、まずは近くをチェック！



- ✓ まずは自分の周り（近く）から見る
- ✓ 近くにいない場合は、少しずつ遠くを見る
- ✓ 一度に広く見ようとせず、順番に確認する

ポイント
まず近くから確認すると、見落としを減らしやすい！順番に見る習慣をつけよう。

4 アウトドアでの違和感

自然の中の「不自然」を見つけよう！



- ✓ 草木の動き（風でも動くので注意）
- ✓ 木の間に不自然な影や色
- ✓ 顔や銃だけが見える
- ✓ 動いた瞬間を見逃さない

ポイント
すべてを「相手」と決めつけず、違和感をヒントに探そう。

5 見つけても、すぐ撃たない

見つけた後も、冷静に状況を確認！



- ✓ 見つけたら、すぐに撃たずに状況を確認する
- ✓ 距離・射線・相手の向きを確認する
- ✓ 味方の位置も確認して、無理に撃たない
- ✓ 撃つタイミングは、焦らず確実に狙える時に

ポイント
見つけた＝必ず撃つ、ではない。状況を見て、確実にヒットを狙おう。

6 視野を広く使う

周りを見るクセをつけよう！



- ✓ 正面だけでなく、左右・上下・後ろにも注意する
- ✓ 一点だけを見続けない
- ✓ 止まっているときも、周囲を確認する

ポイント
視野を広く使うと、相手に先に気づきやすくなる！

索敵の流れ

① 見つける	② 状況を見る	③ 撃つ
人の一部・違和感 BB弾の方向で探す	人数・動き・味方 本当に相手か確認	有利なタイミングで ヒットを狙う

まずは「見つける力」を身につけよう！
それだけで、ゲームがもっと楽しくなる！

よく見るほど、先に気づける！



- ✓ 先に気づけると動く余裕が生まれる
- ✓ 味方にも相手の位置を伝えやすい
- ✓ ゲーム全体がもっと楽しくなる！



見つけられるようになると、サバゲーはもっと面白くなる！

Let's Enjoy Airsoft!

\見つけた後が勝負！/

05 バリケードと動き方の基本

上手に動けば、ヒットされにくく、もっと楽しめる！



1 バリケードを正しく使う

できるだけ体を隠して、少しだけ覗く！



- ✅ 体の大部分を隠す
- ✅ 見る・撃つために必要な分だけ出す
- ✅ 覗く時間はできるだけ短く
- ✅ 同じ場所から何度も覗かない

ポイント

バリケードは“盾”ではなく“体を隠すための道具」。
見えないことが最大の防御です。

2 左右に動いて撃ち合う

同じ場所に留まらず、角度を変える！



- ✅ 左右に動いて角度を変える
- ✅ 相手の射線をずらす
- ✅ 同じ出方を繰り返さない
- ✅ 相手の反応を見て次の動きを決める

ポイント

左右に動くことで、相手に狙われ続けにくくなり、ヒットされるリスクを減らせます。

3 高さを意識して動く

しゃがむ・立つを使い分けよう！



- ✅ しゃがんで低い位置を使う
- ✅ 立って高い位置から見る
- ✅ バリケードの形に合わせて姿勢を変える
- ✅ 相手に合わせて高さを切り替える

ポイント

高さを変えると、相手の狙いが合いにくくなり、こちらの視野も広がります。

4 移動の基本を押さえる

次に隠れる場所を決めて、短く移動！



- ✅ 相手から見えにくいルートを選ぶ
- ✅ 開けた場所は素早く通過する
- ✅ 次に隠れる場所を決めてから動く
- ✅ 味方と連携しやすく、射線が重ならない位置を選ぶ

ポイント

移動は“短く・隠れて・素早く”。
無計画に動くと、発見されやすくなります。

5 撃ったら隠れて、もう一度確認

一度隠れて、相手の反応を見る！



- ✅ 撃ったらすぐに隠れる
- ✅ 相手の反撃や動きを確認する
- ✅ 相手が動いたら、再度狙う
- ✅ 焦って連続で覗かない

ポイント

撃ったあとは一度隠れて、相手の反応を見てから次の行動を決める。
これで反撃され続けにくくなります。

6 位置がバレたら変える

同じ場所に居続けないことが大切！



- ✅ 撃たれた場所には留まらない
- ✅ 高さ・左右・別のバリケードへ変える
- ✅ 相手の予測を外す動きをする
- ✅ 味方とタイミングを合わせて動く

ポイント

一度位置がバレると、相手に狙われ続けます。少しでも疑われたら、別の場所へ移動しましょう。



動き方の基本の流れ

1. **見つける** — 相手を発見する
2. **隠れる** — 体を隠してやり過ごす
3. **動く** — 次の位置へ移動する
4. **撃つ** — 確実にヒットを狙う
5. **確認する** — 相手の反応を見て次へ

動き方を覚えれば、
サバゲーはもっと楽しくなる！

Let's Enjoy Airsoft!

06
AIRSOFT BEGINNER'S GUIDE

CQBの基礎 5つのテクニック

まずは5つの違いを知ろう。全部できなくてもOK!

見る技・待つ技・撃つ技はそれぞれ役割が違うよ!焦らず、少しずつ身につけていこう!

サバゲーもっと楽しくなる!

1 クイックピーク

顔だけを最小限に出して、見て、すぐ引く。

使う場面
- 角の先に相手がいるか分からないとき
- 相手の位置や向きを確認したいとき

POINT 撃つ技ではなく「見る技」



コツ
- 顔だけを最小限に出す
- 長く見続けない
- 確認したらすぐ戻る

NG例
- 上半身を出しすぎる
- 撃ってしまう
- 長く覗き続ける

2 カットパイ

一気に飛び出さず、角の向こうを小さな範囲に分けて順番に確認する。

使う場面
- 角や部屋の奥を確認したいとき
- 相手の位置がまだ分からないとき

POINT 少しずつ死角を減らしていく技



コツ
- 一気に飛び出さない
- 見える範囲を少しずつ増やす
- 確認済みの範囲から次へ進む

NG例
- 一気に全身で飛び出す
- 角の処理が雑になる
- 横に歩くだけになってしまう

3 ガンロック

相手が出てくる場所に照準を置いて待つ。

使う場面
- 相手が出てくる場所を予測できるとき
- 通路や角を押さえたいとき
- 自分から無理に出る必要がないとき

POINT 「待って取る技」



コツ
- 相手ではなく出てくる場所を狙う
- 銃口を範囲しすぎない
- 相手が出た瞬間に撃てる状態で待つ
- 余計に身体を出さない

NG例
- 自分から出ていく
- 銃口が落ちている
- 漫然と長く待ち続ける

4 引きロック

撃ったら残らず、すぐバリケードへ引く。

使う場面
- 相手と撃ち合っているとき
- 短時間だけ射線を通したいとき
- 長く出ると反撃されるとき



POINT 「撃つ→引くまでが1セット」

コツ
- 戻る場所を決めてから撃つ
- 1~2発で区切る
- 撃ったらすぐ引く
- 次に出る高さ・位置を考える

NG例
- 撃ったまま居続ける
- 連射しすぎる
- 引くのが遅い

5 クイックショット

最小露出で素早く撃ち、正面の撃ち合いを有利に進める。

使う場面
- 相手の位置が分かっているとき
- 正面から撃ち合う場面
- 相手より先に射線を通したいとき

POINT 最小露出で素早く撃つ技





隠れる → 角度や高さを変えて、また撃つ

コツ
- 出てから相手を探さない
- 狙う場所を決めてから出る
- 最小露出で1~2発
- 高さやタイミングを変えて繰り返す

NG例
- 相手が見えていないのに撃つ
- 大きく出てしまう
- 1発で終わってしまう

5つの役割を覚えよう!

クイックピーク	カットパイ	ガンロック	引きロック	クイックショット
見る (顔だけ出して確認)	死角を少しずつ確認 (範囲を分けて確認)	待つ (出てくる場所を狙う)	撃って引く (撃ってすぐ戻る)	最小露出で素早く撃つ (正面の撃ち合いを有利に進める)

全部同じ"撃ち方"ではない。目的に合わせて使い分けよう!

一つできるともっと楽しくなるよ!

Move Smart, Have Fun!

※ テクニックの呼称や使い方は、フィールドやコミュニティによって異なる場合があります。安全とフィールド規則を優先してください。

07 インドアとアウトドア、戦い方はこんなに違う

同じ銃でも、見る場所・動く速さ・撃つ距離は変わる。



インドア
反応・角・短い射線・音

- 近距離が多い
- 判断が速い
- 角から相手が出てくる
- 足音や発射音もヒントになる

VS

アウトドア
観察・距離・地形・風

- 中〜遠距離が増える
- 相手を見つける力が重要
- 草木・高低差・地形を使う
- 風で弾道が変わることがある

近いほど「反応」遠いほど「観察」が大事。

01 見る場所



- バリケードの角
- ドア・通路
- 足元の隙間
- 一瞬の飛び出し

ポイント 次に相手が出る場所を見る。



- 草木の動き
- 木・障害物の横
- 地形の高低差
- 人の一部や影

ポイント 動き・違和感を探す。

02 撃つ距離



近距離中心
- 素早く構える
- 大きく身体を出さない
- 無理な連射より確実に撃つ



中〜遠距離も使う
- 弾道を確認する
- HOPの状況を把握する
- 遠すぎる相手は無理に撃たない

03 動き方



短く・素早く
- 次のバリケードまで短く移動
- 角を一つずつ確認
- 同じ場所から何度も出ない



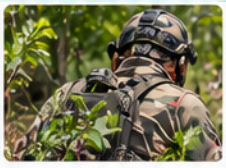
見てから動く
- 次に隠れる場所を決める
- 開けた場所を長く歩かない
- 地形を使って射線を減らす

04 音



- 足音
- 発射音
- マガジン交換音
- バリケードに触れる音

音が相手の位置を探すヒントになる。



- 音が広がりやすい
- 風や周囲の音で判断しにくい
- 視覚情報を優先

ポイント アウトドアは「目」をより広く使う。

05 銃・装備



インドア向き
- 短めの銃
- 軽い銃
- 取り回しやすい装備
- トレーサーが便利なこともある



アウトドア向き
- 扱いやすい長さならOK
- 安定した弾道を重視
- 予備BB・水分も意識
- 地形に合わせて撃さも重要

06 おすすめな人



インドアがおすすめな人
- 近距離戦が好き
- 短時間でも遊びたい
- 天候を気にしたくない
- CQBを覚えたい



アウトドアがおすすめな人
- 広いフィールドが好き
- 素敵や位置取りを楽しみたい
- 自然の中で遊びたい
- 少し長い距離でも撃ちたい

どっちから始めてもOK！両方行くと違いが分かって面白い！

インドア ＝ 反応・角・音

アウトドア ＝ 観察・距離・地形

フィールドに合わせて戦い方を変えると、サバゲーはもっと楽しくなる！

Let's Enjoy Airsoft!

サバゲー初心者ガイド

BEGINNER'S GUIDE

08 楽しく遊ぶためのマナー

強さより大事なのは、フェアプレーと思いやり！



1 ゾンビ行為をしない



ヒットしたら、すぐにプレーをやめましょう。
当たったか迷ったときも、無理に続けないことが大切です。

！ ヒット後も、そのままプレーを続けない。

2 オーバーキルを避ける



相手がヒットを示したら、撃つのをやめましょう。
声だけでなく、相手の動きも確認します。

！ ヒットした相手には撃ち続けない。

3 味方を撃ったら一言



間違えて味方を撃つこともあります。
そのときは「ごめん！」と一言伝えましょう。

✓ ミスしたら、一言伝えよう。

4 至近距離では配慮する



至近距離のルールはフィールドごとに異なります。
必要以上に撃たず、その日のルールを優先しましょう。

！ 近いほど、相手への配慮を忘れずに。

5 暴言・煽りをしない



暴言や煽り、ヒット判定への文句はトラブルのもと。気になることはスタッフへ相談しましょう。

！ 相手を責めない・煽らない。

6 「ナイス！」を伝える



味方の活躍には「ナイス！」、
助けてもらったら「ありがとう！」。
声かけでゲームはもっと楽しくなります。

✓ 楽しい声かけを増やそう。

7 スタッフの進行に協力する



開始・終了や移動は、スタッフの案内に合わせましょう。
スムーズな進行で遊べる時間も増えます。

✓ スタッフの案内を聞いて、スムーズに行動。

8 フィールドを大切に使う



バリケードや設備は丁寧に扱いましょう。
登る・動かす・立ち入るのは、許可された場合だけにします。

✓ フィールドも、みんなで使う遊び場。



上手い人より、「また一緒に遊びたい人」になろう！

フェアプレーとひと声が、サバゲーをもっと楽しくする。



09 困ったときのトラブル対処

焦らなくて大丈夫。「無理に直さない」が一番大事！



1 弾が出ない

まずは次のポイントを確認！



- ☑ セレクターは撃てる位置？
- ☑ マガジンは入っている？
- ☑ BB弾は入っている？
- ☑ 電動ガンならバッテリーは接続されている？

何度もトリガーを引かない。直らなければスタッフへ相談！

2 給弾されない

こんな原因がよくあります



- ☑ 多弾マガジンのゼンマイ不足
- ☑ マガジンが奥まで入っていない
- ☑ BB弾が少ない
- ☑ 給弾口にゴミ・詰まり

対処手順

巻く → 差し直す → BB弾を確認

それでも改善しない場合は、無理に分解せずスタッフへ。

3 弾が落ちる・まっすぐ飛ばない

弾道が安定しないときは、次を確認！



- ☑ HOPが強すぎ・弱すぎではない？
- ☑ 使用しているBB弾は適している？
- ☑ バレルやパッキンが汚れていない？
- ☑ 風の影響（屋外の場合）

ポイント

まずは試射して、弾道を確認しよう。急に当たらなくなったら、銃より先に弾道チェック！

4 ゴーグルが曇った

ゲームエリアでは絶対に外さない！



- ☑ ゲームエリアでゴーグルを外さない
- ☑ その場で止まり、スタッフに伝える
- ☑ 案内に従って安全な場所へ移動
- ☑ 安全な場所で曇りを解消する
- ☑ 装着を確認してゲームへ戻る

見えなくても、その場では外さない。

曇ってもスタッフに相談すればOK！

5 ヒットか分からない

迷ったらヒット申告でOK！



- ☑ 「当たったかも」と思ったらヒット申告
- ☑ 相手とその場で揉めない
- ☑ 判定に迷ったらスタッフに確認

迷ったら「ヒット！」で気持ちよく遊ぼう。

※最終的な判定はフィールド規定を優先します。

6 銃から変な音・強い発熱

こんな症状があればすぐ使用をやめよう！



- ☑ ガガガッなどの異音がする
- ☑ 動かない・動きが重い
- ☑ 異常に熱くなる
- ☑ 焦げたような臭いがする
- ☑ バッテリーに異常を感じる

バッテリーの膨らみ・煙・異臭がある場合は、触り続けずすぐスタッフへ！

すぐに使用を中止する。

- ▸ 無理に撃ち続けない
- ▸ 自分で分解しない
- ▸ スタッフ・ショップへ相談する

7 ルール・復活方法が分からない

分からないまま動かず、スタッフに聞こう！



- ☑ どこから復活する？
- ☑ 今ここで撃っていい？
- ☑ ヒット扱い？
- ☑ ゲームが終わった？
- ☑ どこへ移動すればいい？

正しい行動

止まる ▸ 銃口を安全な方向へ ▸ スタッフに聞く

困ったときの基本ルール

1 無理に撃たない	2 無理に分解しない	3 安全を確保する	4 スタッフに聞く
トラブル時に無理に撃つと、悪化や事故の原因になります。	自己判断での分解は故障の悪化につながります。ショップやスタッフに相談しましょう。	銃口を人に向けない。周囲の安全を最優先に行動しましょう。	分からないことは遠慮せずスタッフへ。聞くことは恥ずかしくありません。

分からないまま続けるより、止まって確認する方が正解。トラブルも安全に対処できれば怖くない！



安全に、楽しく、長く続けられる趣味に。
それがサバゲーの魅力です！

Let's Enjoy Airsoft!

サバゲー初心者ガイド

10 装備をそろえよう

まずはこれがあればOK!

安全・快適に楽しむための基本装備です。



無理に高いものをそろえなくて大丈夫!まずはここから!

1 顔まわりはこの組み合わせで!

目と口をしっかり守るのが最優先です。

このセットが初心者におすすめ!



Bollé Safety
X800 バリスティックゴーグル
(クリア)

- 広い視野で高い防曇性
- メガネ併用可能
- サバゲーで定番のタクティカルゴーグル

＋



LayLax
ハーフメッシュ フェイスガード
【GARUDA／ガルーダ】BK

- 中型はスチールメッシュでしっかり保護
- 頬部分は柔らかく顔折れしやすい
- 通気性が良く、呼吸がしやすい



2 手を守る

被弾時の痛み軽減と操作性の向上に。



Mechanix Wear
The Original®

- 優れたフィット感と操作性
- 手の保護とグリップ力
- サバゲーで定番のグローブ

3 膝の痛みを軽減

膝立ちやしゃがみ込みが多いのであると快適です。



LayLax
オリジナルデザイン ニーパッド
【Battle Style／バトルスタイル】

- 動きやすくしっかりガード
- 膝立ちの痛みを大幅に軽減
- 軽量でフィット感の高い設計

4 BB弾はバイオを選ぼう

屋外フィールドでは生分解性のバイオBB弾が基本です。



東京マルイ
ファイネストBB 0.25g弾
バイオBB弾｜0.25g｜1,300発

- 生分解性のバイオBB弾で、屋外フィールドでも安心して使用できます。
- 丈夫で上質な三角い精度
- フィールドのレギュレーションを確認しよう。

5 BBローダーで快適に

マガジンの装填がスムーズに。



東京マルイ
BBローダーXL

- 約470発収納
- 1プッシュで4発給弾
- ゲーム中の装弾がラクに

6 曇り止めで視界をクリアに

曇りはゲームの大敵。1本あっておくと安心。



LayLax
Anti Fog Spray

- ゴーグル・メガネ対応
- 視界をクリアに保つ
- コンパクトで持ち運びやすい

7 ダンプポーチでスマートに

空になったマガジンをすばやく収納。



LayLax
コンパクト ダンプポーチ
【Battle Style／バトルスタイル】

- ベルトに装着可能
- 大きく開いて収納しやすい
- ゲーム中の動きを妨げない

買う順番の目安

1.  ゴーグル+フェイスガード (安全)
2.  グローブ+ニーパッド (痛み対策)
3.  BB弾+ローダー (ゲーム用品)
4.  曇り止め+ダンプポーチ (快適装備)

ワンポイント

- ☑ まずは安全装備からそろえよう
- ☑ 高品質装備・予備。レンタルで試してからでもOK
- ☑ 電動ガン購入時は対応バッテリー・充電器も確認
- ☑ フィールドのルール・レギュレーションを確認



安全に、楽しく、長く続けられる趣味に。
それがサバゲーの魅力です!

Let's Enjoy Airsoft!

サバゲー初心者ガイド

11 はじめての1丁、どう選ぶ？

使いやすさも、好きも、どっちも大事！



1 最初の1丁は、2つの軸で選ぼう！

どちらか一方だけでなく、「使いやすさ」と「好き」、この2つをバランスよく考えるのがおすすめです。

使いやすさ

- ☑ 重すぎない
- ☑ 長すぎない
- ☑ 自然に構えられる
- ☑ 取り回しやすい
- ☑ 撃った感触が好み



POINT スペックだけでなく、実際に持った感覚も大切！

好き

- ☑ 見た目が好き
- ☑ 好きな銃種
- ☑ 憧れがある
- ☑ 持つとワクワクする
- ☑ この銃で遊びたい



POINT 「好き」は、サバゲーを続ける大事な理由！

実際にやってみよう！

持つ ▸ 構える ▸ 狙う ▸ 撃つ ▸ 弾道を見る ▸ これで遊びたい？

41PXなど、実際に触ったり試射できる店舗もあります。
※店舗・商品により異なります。事前に確認がおすすめです。

2 実際のエアガンを見てみよう！

ここでは、初心者におすすめのエアガンの一例を紹介します。
気になるものがあれば、ぜひ実物を見て、触ってみてください！

3 王道の長物

サバゲーでよく使われる、扱いやすくて人気のスタイルです。



東京マルイ
コルト M4A1カービン
スタンダード電動ガン ｜ 767〜851mm ｜ 2,950g

迷ったらコレ！

伸縮ストックを備えた王道のM4スタイル。
カスタムパーツも豊富で、自分好みにしていく楽しさもあります。



東京マルイ
AK47
次世代電動ガン ｜ 875mm ｜ 3,155g

やっぱりAKは憧れ！

木目調のハンドガードと固定ストックを備えた王道のAK47。
AKらしいシルエットと発射時のリコイルを楽しめます。

4 コンパクトな長物

取り回しやすく、初心者にも扱いやすいコンパクトなモデルです。



東京マルイ
H&K MP5A5（ハイグレード）
スタンダード電動ガン ｜ 490〜660mm ｜ 1,900g

軽くて扱いやすい！

伸縮ストックを備えた軽量・コンパクトなMP5。
細身のSMGスタイルで取り回しの良さが特徴です。



東京マルイ
M4パトリオットHC
ハイサイクル電動ガン ｜ 463mm ｜ 1,800g※

※重量はバッテリー含まず

コンパクトなのにカッコいい！

ストックをなくした非常に短いM4スタイル。
コンパクトでショートM4らしい見た目が特徴。

A こんな遊び方もある！

最初のメインとして積極的にすすめる枠ではありませんが、いろいろなスタイルがあるのもサバゲーの魅力です！



東京マルイ
VSR-10 プロスナイパーバージョン
ボルトアクション ｜ 1,075mm ｜ 1,923g

じっくり狙う楽しさ！

1発ごとにボルトを操作して撃つスタイル。
1発を狙う操作や静かな撃ち方を楽しめます。



東京マルイ
ハイキャパ5.1 ガバメントモデル
ガスブローバック ｜ 222mm ｜ 894g

手軽に始められる！

軽快な操作感と、スライドが動くブローバックが魅力。
ハンドガン中心で遊ぶスタイルもあります。



使いやすさも、好きも、どっちも大事。

好き → 持ちたくなる → 使いたくなる → またサバゲーに行きたくなる

お気に入りの1丁を見つけよう！

Let's Enjoy Airsoft!

12 脱初心者！もっとサバゲーを楽しむ5つのコツ

ちょっと考えて動くだけで、ゲームはもっと面白くなる！



01 今日の課題を1つ決める

1ゲームに1つだけ、意識することを決めてみよう。全部を一度に直そうとしなくてOK！



POINT 1ゲーム＝1テーマくらいがちょうどいい！

02 撃たれた理由を考える



ヒットされたときは、少し立ち止まって理由を考えてみよう。次に同じ失敗を減らすヒントになります。

- ☑ どこから撃たれた？
- ☑ 出すぎていなかった？
- ☑ 同じ場所に長くいなかった？

POINT ヒットされた場面も、次のゲームのヒント！

03 味方を見て動く



自分だけでなく、味方の位置も見てみよう。味方の動きに合わせると、より安全に、楽しく動けます。

- ☑ 味方はどこにいる？
- ☑ どこを見ている？
- ☑ 一緒に動けそう？

POINT まずは「味方はどこ？」を見るクセをつけよう！

04 読まれたら、少し変える

同じ動きを繰り返すと、相手に読まれやすくなる。うまくいかなかったら、1つだけ変えてみよう。



POINT 場所・高さ・タイミング。どれか1つでOK！

05 上手い人を1つだけ真似する



全部を真似しなくてOK。「これならできそう」を1つ見つけよう。

- ☑ 構え方
- ☑ 動くタイミング
- ☑ 味方との距離

POINT 1つ真似する → 次のゲームで試してみる！

上達は、このくり返し！

1. **試す** 実際にゲームでやってみる
2. **失敗する** うまくいかないこともある
3. **気づく** なぜダメだったか考える
4. **変えてみる** 1つだけやり方を変える
5. **できることが増える** 少しずつ上達してもっと楽しくなる！



自分に合う戦い方を見つけよう！

できることが1つ増えると、サバゲーはもっと楽しくなる。

Let's Enjoy Airsoft!

13 サバゲーの楽しみ方はひとつじゃない！

撃ち合いも、装備も、仲間との時間も。
自分が「楽しい」と思える遊び方を見つけよう！



01 撃ち合いを楽しむ



相手との読み合いや、素早く動いてヒットを取る瞬間もサバゲーの醍醐味。

「ヒットが取れた瞬間が気持ちいい！」

02 索敵・立ち回りを楽しむ



相手を見つけたり、どこへ動くか考えたり。撃つ前の駆け引きも面白い。

「見つける・考えるのが好き！」

03 好きな銃を使う



性能だけでなく、見た目や持った感覚も大事。使いたくなる1丁なら、それだけで楽しくなる。

「この銃で遊びたい」でOK！

04 装備・スタイルを楽しむ



服装や装備、カラーの組み合わせも自由。自分が「かっこいい」と思えるスタイルで楽しもう。

「見た目が好き」も立派な楽しみ方！

05 仲間との連携を楽しむ



声を掛けたり、味方と一緒に動いたり。一人では作れない展開が生まれる。

「ナイス！」が増えるともっと楽しい。

06 いろいろな遊び方を試す



インドア、アウトドア、CQB、定例会、競技系。場所やルールが変われば、楽しさも変わる。

「次は違うフィールドにも行ってみよう！」

「好き」があると、また行きたくなる。

好きな銃 ＋ 好きな装備 ＋ 好きな戦い方 ＋ 好きなフィールド ＋ 一緒に遊ぶ仲間

それが、自分のサバゲーになる。

遊び方はきっともっと広がる！



自分が楽しいと思える遊び方を見つけよう。

安全に。無理せず。好きなスタイルで。
またフィールドで遊ぼう！

Let's Enjoy Airsoft!