

〔 資 料 1 柔道試合審判規定について 〕

1 柔道試合と審判規定

柔道の試合は、規定(ルール)に則り行われる。試合者や審判員は、試合審判規定を遵守しなければならない。試合は、試合者が規定(ルール)を守ることによって成立する。審判員は、規定(ルール)に則り公正な判断を下さなければならない。授業では、学習過程に応じて独自の規定(ルール)を定めて試合を楽しむようにするとよい。そして公式の柔道試合に段階的に近づけるようにする。

講道館において最初に試合審判規定が制定されたのは 1900(明治 33)年で、13 カ条であった。その後、時々の社会的条件に応じて改正されてきた。つまり、試合審判規定は不変ではなく改正を繰り返している。したがって、常に最新のルールブック(柔道試合審判規定)を手元に置いておくことが大切である。

現在、我が国における公式の柔道試合は、『講道館柔道試合審判規定』と『国際柔道連盟試合審判規程』によって行われている。試合に臨む際には、大会要項に示されている規定(ルール)の確認を行うことが必要である。

ここでは、『講道館柔道試合審判規定(平成 12 年 1 月 12 日改正)』を取り上げて、その骨子を説明する。

2 講道館柔道試合審判規定(抜粋)

現行(平成 12 年 1 月 12 日改正)の講道館柔道試合審判規定は表に示したように 6 項目、44 カ条から成り立っている。

表 1 講道館柔道試合審判規定について

項 目	条 文	内 容
1 試合場	第 1 条	試合場について
2 服装	第 2 条～第 4 条	服装、危害防止について
3 試合	第 5 条～第 15 条	試合の開始と終了、試合の技、寝技への移行、試合時間、終了の合図など
4 審判	第 16 条～第 34 条	審判員の構成、主審の宣告、副審の異見、判定、審判員の動作など
5 禁止事項	第 35 条、第 36 条	禁止事項(1～33)、反則の判定基準と処置
6 勝負の判定	第 37 条～第 44 条	「一本」の判定など

(1) 試合場について

- ・原則として、14.55メートル(8間)四方とする。
- ・中央に9.1メートル(5間)四方の場内を設け、これに畳50枚を敷き、その外側の周囲2.73メートル(1間半)に畳を敷く。
- ・場内と場外の区別を明確にするため、その境界線の内側に幅約90センチメートル(3尺)の赤い畳を敷く。

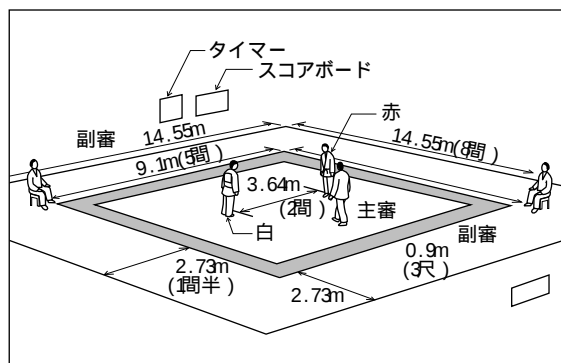


図 1 試合場

(2) 服装について

試合者は、規格に合った柔道衣を着用し、赤又は白の紐を各々その帯の上に締める。
(柔道衣の条件)

① 上衣(うわぎ)

- 身 丈…帯を締めたとき臀部(でんぶ)を覆う程度あること。
- 袖の長さ…手首の関節までとする(最短、手首の関節から 5 センチメートル短いもの)。
- 袖の空き…袖全体にわたって袖と腕(包帯等を含む)との間が 10 センチメートルから 15 センチメートルあること。
- 胸 幅…胸郭の最下部で少なくとも 20 センチメートル以上重なっているものでなければならない。

(注)女子は、上衣の下に、半袖、丸首のシャツ(白色)を着用する。

② 下穿(したばき)

- 長さ…最長、足首の関節までとし、最短、足首の関節から 5 センチメートル短いもの。
- 空き…全長にわたって脚(包帯等を含む)との間が 10 センチメートルから 15 センチメートルあること。

③ 帶

上衣がはだけるのを防ぐために適度の締め方で腰部を 2 回りして結んで、その結び目から両端まで 20 センチメートル程度の余裕のある長さのもの。

(注)女子の黒帯は、帯の両面の長軸中央に約5分の一幅の白線を入れる。

(危害防止)

試合者は爪を短く切ること。また金属その他相手に危険を及ぼすようなものは、一切身に付けてはならない。長髪の場合は、彼我の動作の妨げにならないようにこれを束ねる。⇒ 試合者が服装と危険防止に違反しており、主審の指示に従わないときは「失格」となる。

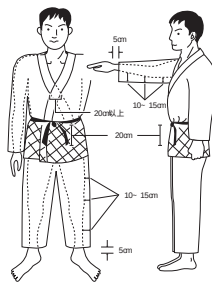


図2 柔道衣の規格

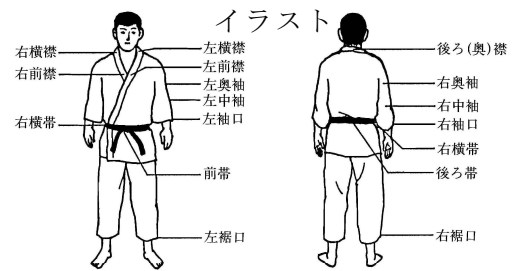


図3 柔道衣の各部の名称

(3) 試合について

試合は、試合場内で行う。試合者の一方又は双方が、場外に出た場合に施された技は、無効とする。また、試合は、立ち勝負から始め、一本勝負とする。

○ 場外に出た場合とは・・・立ち姿勢 → 片足でも出たとき

捨て身技 → 半身以上

寝技 → 両試合者の全身が出た場合

表2 試合について

試合の開始	試合者は、試合場の中央で、約 3.64 メートル(2 間)の距離を置いて向かい合って立ち、互いに立礼を行い、 <u>左足から一步前に進んで</u> それぞれ自然本体に構え、審判員の「始め」の宣告により、試合を始める。礼は、座礼を行ってもよい。
試合の終了	試合者は、審判員の「それまで」の宣告により、試合を終える。試合開始時の位置に戻り、向かい合って自然本体に立ち、審判員の宣告と指示あるいは宣言と動作の後、 <u>右足から一步さがって</u> 直立の姿勢になり、互いに立礼を行う。礼は、座礼を行ってもよい。
試合時間	3 分から 20 分の間で、あらかじめ定める。ただし、試合時間の延長を行うことができる。
試合の技	投技(手技、腰技、足技、真捨身技、横捨身技)、又は固技(抑込技、絞技、関節技)で勝負を決する。
寝技への移行	寝技に移ることができる場合。 (1) 投技が相当に効果があって、引き続き寝技に転じて攻める場合。 (2) 投技を施そうとして倒れたとき、又は倒れかかるのを利用して、他方が攻める場合。 (3) 立ったまま、絞技又は関節技を施し、相当の効果があって、引き続き寝技に転じて攻める場合。 (4) 投技とは認めがたいが、巧みに相手を倒し、引き続き寝技に転じて攻める場合。

	(5)前各号に相当しない場合でも、一方の倒れたとき、又は倒れかかるのを利用して、他方が攻める場合。
--	---

(4) 審判について

審判員は、主審 1 名、副審 2 名をもって原則とする。場合によっては、主審、副審各々 1 名、又は審判員 1 名でもよい。

審判員の決定は絶対であって、これに抗議することは許されない。

- 主審・・・場内に在って、試合の進行並びに勝負の判定を司る。
- 副審・・・主審を補佐する。副審 2 名は、場外の勝負の見やすい相隔たった場所に各々位置する。
- 記録係・・・主審の宣告を、その都度、得点表示板に表示し、同時に所定の試合記録用紙に記入する。
- 時計係・・・試合時間、「抑え込み」時間、停止時間を計るとともに、試合時間の終了、及び「抑え込み」の終了時間を鈴等によって審判員に知らせる。

表 3 主審の宣告について

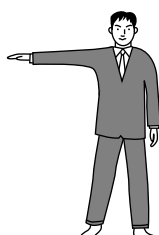
宣 告	内 容	動 作
「始め」及び「それまで」	始め → 試合を開始するとき それまで → 終了したとき	※言葉のみ
「一本」	試合者の施した技を「一本」と認めたとき	片手を伸ばし、上方に高く上げる。
「技あり」	試合者の施した技を「技あり」と認めたとき	掌を下にして片手を伸ばし、側方肩の高さに上げる。
「有効」	試合者の施した技を「有効」と認めたとき	掌を下にして片手を伸ばし、側方斜め下 45 度に上げる。
「総合勝ち」	「技あり」と禁止事項の「警告」の場合	片手を伸ばし、上方に高く上げる。
「抑え込み」及び「解けた」	抑え込み → 抑え込みが完全にその体勢に入ったと認めたとき	掌を下にして片手を伸ばし、抑え込んでいる者に向け、前下方に上げる。
	解けた → 「抑え込み」と宣告された後で技をはずしたとき	片手を伸ばし、体の前方で左右に 2, 3 回早く振る。
「優勢勝ち」	判定表示を求めた場合、三者多数の表決に従って、「優勢勝ち」又は「引き分け」を	勝者指示は、一歩前に出て、勝者側の片手を伸ばし、掌を内側に向けな

及び「引き分け」の宣言	決定し、宣告と指示あるいは宣言と動作をする	がら斜め上方に上げ、その後一步戻る。「引き分け」の場合は、片手(拇指を上)を伸ばし、上方から前方に下ろして一時停止させる。
「待て」及び「始め」	待て → 試合を一時やめさせる場合 ※第 32 条に(1)～(10)の場合が記されている。	片手を伸ばし肩の高さまで水平に上げ、指を上にして掌を時計係に向ける。
	始め → 再び始める場合	
「不戦勝ち」等	「不戦」「反則」「棄権」「失格」「負傷」その他により勝負を決した場合	※勝者指示の動作

①「一本」



②「技あり」



③「有効」



④「待て」



表 4 副審の動作について

場内と認める場合	片手(拇指を上にする)を伸ばし、その試合場の境界線に沿わせて上方に上げた後、ほぼ肩の高さに下ろして停止させる
場外と認める場合	片手(拇指を上にする)を伸ばし、その試合場の境界線に沿わせ、ほぼ肩の高さに上げ、水平に 2, 3 回振る。
主審の宣告に対し異見がある場合	「一本」、「技あり」、「有効」の宣告に対し、自らの判定を所定の動作によって示す。
主審の判定を適当と認めない場合	片手を伸ばして上方に高く上げ、左右に 2, 3 回振る。
合議等の必要を認めた場合	その場に立ち上がり、片手を伸ばし肩の高さまで水平に上げ、指を上にして掌を主審に向ける。
判定	主審の動作に応じて赤・白の旗を持った両手を前方 45 度に上げ、主審の

	「判定」の呼称に応じて、優秀な試合者側の旗を高く上げる。「引き分け」の場合は、赤・白の旗をともに高く上げる。 ※「判定」の動作は主審も同様。
--	--

(注) 動作は、通常、最低3秒間持続する。

①場内と認める ②場外と認める ③主審の判定を適当と認めない ④判定



(5) 禁止事項について

技並びに動作等に関する禁止事項と反則の判定基準は次の通りである。

表5 反則の判定基準と禁止事項について

反則の判定基準	内 容	禁止事項(第35条1～33)
指 導	軽微な禁止事項を犯した場合	(1)～(14)
注 意	少し重い禁止事項を犯した場合 「指導」＋「指導」 「有効」と同等	(15)～(20)
警 告	重い禁止事項を犯した場合 「注意」＋「指導」又は「注意」 「技あり」と同等	「警告」又は「反則負け」 (21)～(32)
反則負け	極めて重い禁止事項を犯した場合 「警告」＋禁止事項 「一本」と同等	(33)

(注) ① 前に受けた反則は自動的に消滅する。

② 同時に禁止事項を犯した場合は、両者それぞれの反則として処置する。

「指導」

- (1) 積極的戦意に欠け、攻撃しないこと。
(約 30 秒間)

(注) 最初に与えられるものを「教育的指導」といい、反則とはならない。
2 回目は反則となる。

- (3) 攻撃しているような印象を与えるが、明らかに相手を投げる意志のない動作を行うこと。(偽装的な攻撃)

< 立ち勝負のとき >

- (4) 極端な防御姿勢をとること。

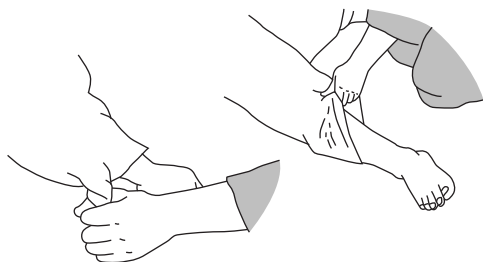


- (6) 相手の帯や裾等を握り続けること。

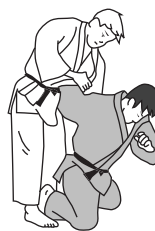
(4), (5), (6) は 6 秒以上。



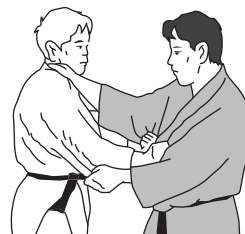
- (8) 相手の袖口や裾口に指を入れて握ること。及び立ち勝負のとき、相手の袖口を直接ねじって握ること。又は絞って握ること。



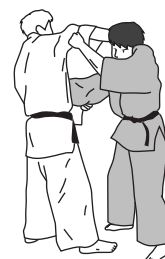
- (2) 相手と取り組まず勝負をしようとしな
いと(約 20 秒間)。また組んでも切り離
す動作を繰り返すこと。



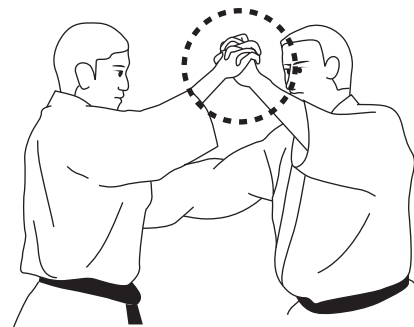
- (5) 相手の同じ側の襟や袖を握り続けるこ
と。



- (7) 必要もなく相手の腕の下をくぐりぬけ
ること。



- (9) 立ったままで、試合者が互いの手の指
を組み合わせず姿勢を続けること。(6 秒以
上)



- (10) 服装を乱すこと、及び審判員の許可を得ないで勝手に帯等を締め直すこと。

- (11) 防御又は寝技に移るために、立ち姿勢又は寝姿勢から、立ち姿勢の相手の足(又は脚)を手でとること。ただし、巧みに相手を倒す場合を除く。

- (12) 帯の端や上衣の裾を相手の腕に巻きつけること。
- (13) 柔道衣をくわえたり、相手の顔面に直接手(又は腕)や足(又は脚)をかけること。又は相手の髪をつかむこと。
- (14) 無意味な発声をする事。

「注意」

- (15) 絞技の中で、頸部以外を絞めること。頸部であっても帯の端又は上衣の裾を利用して絞め、拳又は指で直接絞め、もしくは直接両脚で挟んで絞めること。
- (16) 固技のとき、相手の帯や襟に足(又は脚)をかけること。
- (17) 相手の指を逆にして引き離すこと。
- (18) 寝技に引き込むこと。

(15)



(16)



(17)



- (19) 相手の握りを切るために、相手の手又は腕を膝や足(又は脚)で蹴り放すこと。
- (20) 立ち勝負のとき、場外に出ること。ただし、相手の技又は動作により出る場合を除く。

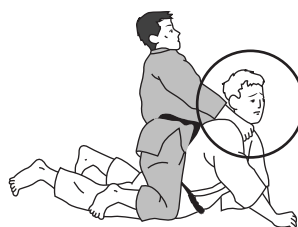
「警告」又は「反則負け」

- (21) 故意に、場外に出ることや相手を出すこと。
- (22) 払腰等をかけられたとき、相手の支えている脚を内側から刈り又は払うこと。
- (23) 河津掛で投げること。
- (24) 関節技の中で、肘関節以外の関節をとること。
- (25) 頸の関節及び脊柱に故障を及ぼすような動作をすること。
- (26) 背を畳に着けている相手を引き上げ又は抱きかかえたとき、これを突き落すこと。

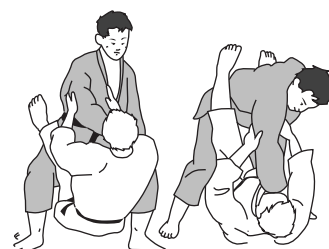
(22)



(25)



(26)



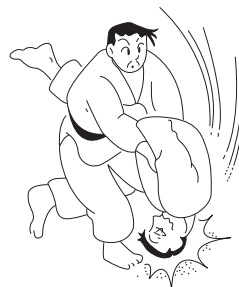
- (27) 試合者の一方が後ろから搦みついたとき、これを制しながら、故意に同体となつて後方へ倒れること。
- (28) 立ち姿勢から腕挫腋固等を施す場合、一挙に体を捨ててとること。



- (29) 場外で技を施すこと。
 (30) 審判員の制止又は指示に従わないこと。
 (31) 相手の人格を無視するような言動をすること。
 (32) 相手の体に危害を及ぼしたり，柔道精神に反するようなこと。

「反則負け」

- (33) 内股，跳腰，払腰等の技をかけながら
 身体を前方に低く曲げ，頭から畳に突っ
 込むこと。



(6) 勝負の判定について

表 6 勝負の判定基準について

一 本	投 技	技をかけるか，又は相手の技をはずして，相当の勢い，あるいははずみで，だいたい仰向けに倒したとき。
	固 技	①「参った」と発声するか，又は手か足で相手又は自分の体あるいは畳を 2 度以上打って合図したとき。 ②「抑え込み」と宣告があってから 30 秒間，抑えられた者がそれをはずすことができなかったとき。 ③絞技と関節技では，技の効果が十分現れたとき。
	※「技あり」を 2 度とったとき。	
技あり	投 技	完全に「一本」と認めがたいが，今少しで「一本」となるような技のあったとき。
	固 技	抑込技で，25 秒以上経過したとき。 「技あり」又は「警告」がある場合，25 秒。
有 効	投 技	「技あり」と認めがたいが，今少しで「技あり」となるような技のあったとき。
	固 技	抑込技で，20 秒以上経過したとき。
優勢勝ち	①「技あり」又は「警告」があったとき。 ②「有効」又は「注意」があったとき。	

	③試合態度，技の効果と巧拙，及び反則の有無等を総合的に比較して僅少の差を認めたとき。	
引き分け	試合時間内で勝負が決せず，且つその優劣の判定がつかないときは「引き分け」とする。	
不戦勝ち	試合者の一方が，初めから出場しないときは，他方を「不戦勝ち」。	「一本」と同等にみなす。
棄権勝ち	試合者の一方が棄権したときは，他方を「棄権勝ち」。	
負傷勝ち	試合中に一方が「負傷負け」となったときは，他方を「負傷勝ち」。	
反則勝ち	試合中に一方が「反則負け」となったときは，他方を「反則勝ち」。	
失格勝ち	一方が「失格」となったときは，他方を「失格勝ち」。	
負傷等	試合中に負傷，発病，又は事故のため試合を継続することができない場合，主審は，副審と合議の上，「勝ち」，「負け」，又は「引き分け」を決定する。	

(7) 規定に定められていない事態が生じた場合は，原則として，審判員全員の合議によってこれを処置する。

3 講道館柔道試合審判規定・少年規定(抜粋)

少年とは，中学生・小学生を指す。

少年の柔道試合は，「講道館柔道試合審判規定」のうち，次の条項を加え，あるいは置き換えたものによって行うものとする。(平成12年1月12日改正)

ここでは，中学生の場合に焦点をあてて説明する。

(1) 加えるもの・・・第35条(禁止事項)に，次の各号を加える。

(1)立ち勝負のとき	ア 相手の後ろ襟，背部又は帯を握ること。 後ろ襟は，試合者の程度に応じて認められる。 技を施すため，瞬間的(1, 2 秒程度)に握るのは認められる。	指導
	イ 両膝を最初から畳について背負投を施すこと。	
	ウ いきなり相手の足(又は脚)をとること。 試合者の程度に応じて，片手で襟，又は袖を握っている状態から，相手の足(又は脚)をとって技を施す	注意以上

	ことは認められる。	
(2) 関節技を用いること、及び絞技のうち、三角絞を用いること。		注意以上
(3) 次の技を施すこと	蟹挟(かにばさみ)	反則負け
	無理な巻き込み技	
	相手の頸を抱えて施す大外刈，払腰など。	注意以上
	双手刈	
(4) 固技などで、頸の関節及び脊椎に故障を及ぼすような動作をすること。		指導以上

(2) 置き換えるもの

① 第 27 条 （「抑え込み」及び「解けた」の宣告）

抑えられている試合者が両膝とも畳に着いた形になったときは「解けた」「待て」と宣告して立たせる。

② 第 37 条 （「一本」の判定）

固技に関しては、「絞技と関節技では、技の効果が十分現れたとき」を適用する。また、絞技においては、審判員は見込みによって「一本」の判定を下す。

(3) 教育的配慮から特に留意する禁止事項

第 35 条の(2)，(4)，(9)，(10)，(14)，(32)。