

葛飾区柔道会審判講習会資料（2025.10.04）

文責 内山雅人

○国際柔道連盟（IJF）試合審判規定 2018 年～2020 年

<https://x.gd/tq8GD>

○2025-2028 国際柔道連盟試合審判規程の変更点について（全柔連）

<https://x.gd/t4uOA>

○柔道審判ライセンスガイド 2023（全柔連）

<https://x.gd/tz8D0>

○全柔連 TV

<https://www.youtube.com/@JAPAN-JUDO>

○2025-2028 国際柔道連盟試合審判規程の変更点について（全柔連TV動画）

https://www.youtube.com/watch?v=vh_2Z0cROp4

1. 審判員の礼法の統一（3 審制）

- ・団体戦 試合上の外で一礼 → 中に入って一礼、お互いに一礼（終了はその逆）
（選手の礼の際は審判は礼をしない）
- ・個人戦 試合場の外で一礼のみで出入りをする。

2. 審判員のジェスチャー・発声を明確に

3 秒～5 秒は持続する

3. 試合の始めと終了

- ・試合者の礼法
- ・発声
「はじめ」
「それまで」
- ・勝者を指示するときの発音は「引き分け」のときのみ。

4. 技の判定

- ・「一本」の 4 つの基準

① スピード・②力強さ・③背中がつく・④着地の終わりまでコントロール

(受けが故意にブリッジをした場合「一本」)

・「技あり」の基準

「一本」の4つの基準のうち、ひとつでも満たしていない場合

その他「8. 新ルール」参照

・「有効」の基準

尻餅（背中側に90度以上） 背中上部の着地 肘の着地

体側面の着地（若干うつ伏せ）

固め技 5秒で有効

有効はいくつとっても技ありにはならない

5. 場内場外について

技の攻防の中でどちらかの足が場内にあれば継続。

6. 少年規定

別紙

7. 審判員の動作

8. 2025年1月1日より施行の新ルール（6月に微調整あり）

別紙

9. 禁止事項

別紙

・「ライセンスガイド2023」「2025-2028 国際柔道連盟試合審判規程の変更点」を参照

10. 禁止事項の諸注意

・立ち技で袖口に指を入れたり、寝技で裾口に指を入れたりする行為は大人は認められる。

少年は指導。（高体連ルールでは指導だが、葛飾区において青年の大会に出場する高校生は認める。）

・逆背負投げについては大人は認める。少年、カデは指導。

（葛飾区において青年の大会に出場する高校生は認める。）

・中学生の奥襟 後ろ襟を持ち続けることは認められるが背部は認められない。

・少年規定の両袖の解釈 → 技を施された相手が「ヘッドディフェンス」以外に対処す

ることが出来ない投げ技を禁止。出足払、支釣込足等を施して、相手を背部あるいは上部側面から着地させることまで禁止するものではない。

- ・ヘッドダイビングは反則負けだが、その後の一連の試合には出場できる。
- ・ヘッドディフェンス、ユージングザヘッドは青年は認められる。少年、カデは指導。

(葛飾区において青年の大会に出場する高校生は認める。)

- ・ベアハグは手と腕で輪を作っていなければ認められる。
- ・帯より下の攻撃防御について、内股上部までなら触れても良い。
- ・柔道衣の乱れ、髪の手直しについては、「待て」から「はじめ」までの間に選手が自主的に直しながら試合に臨むことが原則である。服装に大きな乱れが合った場合に時間稼ごのために直さなかったり、髪の手直しのゴムをわざとはずしたりしたとき等には、速やかに直すように審判員は選手に指示をする。その行為は1試合に1回認められ、2回目以降は「指導」になる。ただし、試合の流れの中で相手の技により柔道衣がぬげてしまったりした際等は、カウントに数えない。

※この資料の URL と QR コード

<http://www.katsushika-judo.org/shinpan20251004.pdf>



<メモ>

審判規程変更の趣旨

今回のルール変更は、柔道に関わる選手、指導者、審判員並びに柔道ファンに対して、できるだけ分かりやすく、面白く、柔道が発展していくことを念頭に行われた。

やはり柔道の魅力は技の醍醐味であるため、できるだけ技で試合を決着させるようなルールでなければならないことを主眼に変更がなされた。

近年の大会では、ゴールデンスコア (GS) が頻繁に発生し、「指導」狙いの試合が増加していることから、そこを抑制していくために、ペナルティの緩和と簡素化が行われ、併せて幅広くなった「技あり」の評価を適正化するために、技の評価を細分化し「有効」を加えることで、技による試合決着を選手自身が目指すことを求めた。

審判規程変更の経緯

ルール変更の経緯は、2024 年 10 月に、IJF の審判理事及び各大陸の審判理事によるミーティングが行われ、ルール変更の検討が行われた。その会議には、日本側（講道館並びに全柔連）の意見も集約され、提出された。

このミーティングで検討された中には、大幅な脚取りの緩和や判定の復活及びセンタージュリー介入の抑制等も含まれていた。

そして、2024 年 12 月にイスタンブールで行われた IJF テクニカルセミナーにおいて、今回のルール変更がアナウンスされた。

主な改正点

- ・「有効」ポイントの復活
- ・ペナルティの緩和（組み手、逆背負投、ベアハグ、ダイビングヘッド、危険技及び場外「指導」・押し出し「指導」の解釈変更）、偽装攻撃の見極めをしっかりと行うことなど

このルールの適用は、2025 年 2 月の GS パリからスタートし、その後の国際大会における運用状況を検証し、2025 年 6 月のブダペスト世界選手権大会後に見直し（微調整）が行われる。

国内においては、2025 年 4 月の全日本選抜体重別選手権大会から導入されるので、国際大会におけるルールの適用状況は、是非注目してほしい。

1 技の定義

- ・「一本」「技あり」に加えて 3 つ目のスコアとして、「有効」が追加される
 - ・「有効」の累積は、「技あり」に加算されない
 - ・「一本」の定義は変更なし
- ①スピード ②力強さ ③背中が着く ④コントロールしている 4 つが評価基準となる
- ・「抑え込み」時間
- 「一本」20 秒 「技あり」10 秒 「有効」5 秒
- ゴールデンスコア方式の延長戦では、「抑え込み」5 秒で「有効、それまで」となる

2 「技あり」の定義

- ・従来とおり「一本」の4つの評価基準の内、1つを満たしていない場合に「技あり」が与えられる
- ・最初の着地から2回目の着地まで中断があるものは「技あり」が与えられる
※2 ランディング (1 アクションではなく2アクションでの着地、側面の着地から背中への着地、尻餅から背中への着地等)
- ・体側面が着地し背中側に肩のラインが90度を超えて倒れた場合も「技あり」が与えられる

3 「有効」の定義

- ・尻餅 (上半身が背中側に90度以上傾く)
※両肘/両手/片肘と片手が着いた場合は「指導」なし
- ・背中上部の着地
- ・肘の着地 (背中側に90度以上傾く)
※脇が空いていてもスコアとなる
- ・体側面の着地 (背中側に90度あるいは若干うつ伏せ)

補足説明

体側面から着地した際に、畳に対して肩のラインが90度は「有効」であり、それを超えて背中側に倒れていれば「技あり」となる。

そして、やや90度には満たない場合も、体側面が畳についている場合も「有効」となる。

但し、肩のラインは90度近くあっても、お腹から落ちたり、両膝から着地する (特に、身体の柔らかい選手は、肩は90度弱でも、下半身はうつ伏せに近い状態) 場合は、「ノースコア」となる。

IJF テクニカルセミナーにおいて、審判理事から「有効」だけに限らず投技の評価は、着地面だけでは無く、スピード、力強さ、技のキレをトータルで判断すべきことが、求められた。

□



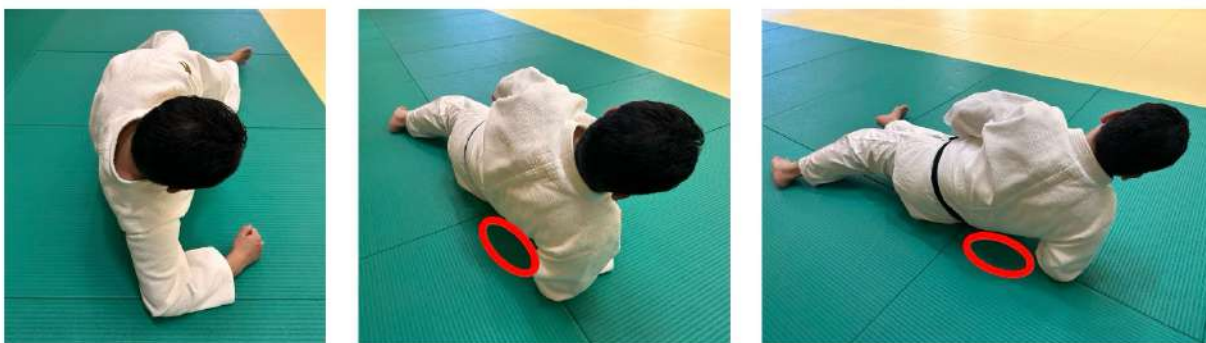
尻餅 (上半身が背中側に90度以上傾く)

※両肘/両手/片肘と片手が着いた場合は「指導」なし



背中上部の着地

肘の着地（背中側に90度以上傾く）



肘から着地際に、肩のラインが背中側に90度以上傾いておれば、脇が空いていても「有効」となる。



体側面の着地

4 「ノースコア」の定義

肩のラインが 90 度弱でも

- ・両膝が着いている状態
- ・腹ばいの状態
- ・腰の前側がついている状態
- ・尻餅で上半身が胸腹側に倒れている状態

も「ノースコア」となる



5 ベアハグ

- ・袖及び襟を掴んでいない状態から、直ちにベアハグを施すことは認められるが、手と腕で輪を作ってベアハグを施した場合は「指導」が与えられる
- ※従来は、ベアハグによる「指導」が与えられる判断基準は「組手の有無（袖または襟を掴んでいるかどうか）」であったが、今後の「指導」を与える判断基準は、「ベアハグの組み方（手と腕で輪を作っているかどうか）」となる
- ・内股上部（両脚足の付け根の水平ライン）から下部への双手刈等は認められず、施した場合は「指導」が与えられる

ベアハグが認められるケース



ベアハグ「指導」となるケース



6 逆背負投 (通称)

- ・シニア、ジュニア大会では、認められる
- ・カデ大会では認められず、「待て、指導」とする

7 ユージングザヘッド (通称) ※頭部を使つての投技

- ・シニア、ジュニア大会では、認められる
- ・カデ大会では認められず、「待て、指導」とする

8 ダイビング (通称) ※真正面・真後に飛び込む

- ・ユージングザヘッド (通称) は認められるが、従来通り内股、袖釣込腰等で真正面に飛び込む、あるいは肩車等で相手を担ぎ上げて真後ろに飛び込む行為は、ダイビング (通称) として「反則負け」が与えられる
- ・ダイビング (通称) は、頭部と両肩が着地した場合とし、頭部と片方の肩が着いた場合はダイビング (通称) としない

9 ヘッドディフェンス (通称) ※頭部を使つての防御

- ・シニア、ジュニア大会では、認められる
- ・カデ大会では認められず、「待て、指導」とする
- ・ブリッジについては、従来通り「一本」と評価する

10 帯から下への攻撃・防御

- ・帯から下への攻撃・防御については、内股上部（両足の付け根の水平のライン）までのレベルであれば掴む（握る）ことが認められる
- ・内股上部より下に腕（肘）や手で足を引っ掛けたり、脚を抱えたり、下履きを掴んだり、触れる行為は禁止され、「指導」が与えられる
- ・上衣や内股上部までの組手がネガティブ（ディフェンスやブロッキング）なものであった場合は「指導」が与えられる



・帯から下への攻撃・防御については、内股上部（両足の付け根の水平のライン）までのレベルであれば掴む（握る）ことが認められる。



・腕（肘）や手で足を引っ掛けたり、脚を抱えたり、下履きを掴んだり、内股上部より下に触れる行為は禁止され、「指導」が与えられる。

11 立ち姿勢における関節技

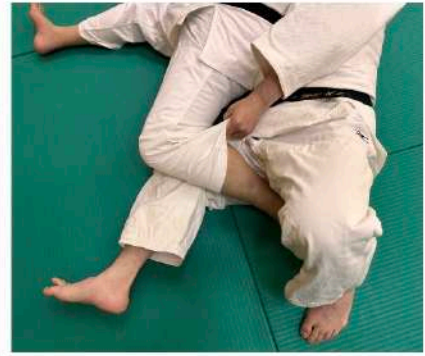
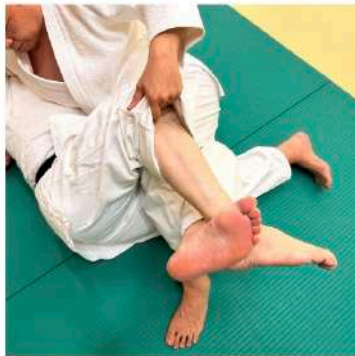
- ・従来通り、肘関節を固定し、相手の逃げ場を無くして、一気に体を捨てる危険行為には「反則負け」が与えられる
- ・但し、相手に逃げる余地がある場合は、「指導」が与えられる

12 組み方

- ・立ち姿勢において、相手の上衣の袖の中に指を入れて組手を取ることを認めるが、下履きの裾に指を入れて組手を取ると「指導」が与えられる
- ・寝姿勢において、相手の袖・下履きの裾の中に指を入れることは認められる



・立姿勢において、相手の上衣の袖の中に指を入れて組手を取ることを認めるが、下履きの裾に指を入れて組手を取ると「指導」が与えられる。



・寝姿勢の攻防において、相手の上衣の袖口及び下履きの裾口の中に、指を入れることは認められる。

13 偽装攻撃

下記の場合は、偽装攻撃として「指導」が与えられる。

- ・取が投げる意思がない場合
- ・取が組手を持たずに攻撃する、またはすぐに組手を放す場合
- ・取が単発の偽装攻撃や、相手のバランスを崩さない状態で繰り返し攻撃を行う場合
- ・取が脚を受けの両脚の間に入れて、攻撃の可能性を妨ぐ場合
- ・取が現実的に投げる可能性がない場合

※いわゆるバッドアタックを繰り返したことに対して、相手側に消極的として「指導」を与えないように留意する

14 場外「指導」と押し出し「指導」

- ・立ち姿勢、寝姿勢において、故意によらず試合場から出た場合は「待て」、故意の場合は「指導」が与えられる
- ・どちらかが、片脚だけでも場内にいて、投技が施されれば、両者が完全に場外に出ても技の継続が認められ、技が決まればスコアが認められる
- ・場外にいる側が、返し技を施しても技の効果は認められる

15 標準的でない組手

- ・標準的な組手（釣手、引手を持つ）の場合、攻撃をするまでに 30 秒が与えられる
- ・標準的ではない組手（クロスグリップ等）はポジティブな状態であれば継続とする
- ・標準的ではない組手でも、従来より長めにみる

16 「抑え込み」の定義

- ・「抑え込み」が宣告される為には、講道館の技名称にある抑込技で、相手に覆い被さり圧力を掛け、制していることが必要である
- ・相手の側方から、相手の胴体を脚で挟む等して、コントロールして、たとえ相手が動けなくても、それは「抑え込み」ではない
- ・今までは、抑込技の名称が付かないような浅い形で相手をコントロールしている状態で、早い「抑え込み」の宣告をする場面があったが、今後はしっかりと抑え込みの形（抑込技の名称が付く形）になってから「抑え込み」の宣告をする
- ・寝技における積極的な攻撃は考慮される

国内における「少年大会特別規程」

国内における少年（中学生以下）の試合は、国際柔道連盟試合審判規程に則って行われるが、安全面を考慮し、次の条項を加えて行うものとする。

第17条（抑え込み）

附則として次を加える

寝技の攻撃・防御において、脊椎及び脊髄に損傷を及ぼす動作と判断したときは「待て」とする。

第18条 禁止事項と罰則

指導（軽微な違反）

1. 立ち姿勢で相手の後ろ襟、背部又は帯を握ること。
ただし、技を施すため、瞬間的（1, 2秒程度）に握ることを認める。
（注）中学生は、試合者の程度に応じて、後ろ襟を握ることを認める。
2. 両膝を最初から同時に畳について背負投等を施すこと。
3. 関節技及び絞技を用いること。
4. 無理な巻き込み技を施すこと。
5. 相手の頸を抱えて大外刈、払腰などを施すこと。
6. 小学生以下が、裏投を施すこと。
7. 「逆背負投」（通称）の様な技を施すこと。
8. 両袖を持って投げ技を施すこと。
9. 立ち姿勢において、相手の上衣の袖の中に指を入れて組手を取ること、下履きの裾に指を入れて組手を取ること。寝姿勢において、相手の袖・下履きの裾の中に指を入れること。

反則負け（重大な違反）

1. 攻撃・防御において、故意に相手の関節を極めること。

（附則）

指導（軽微な違反）

1. 「相手の後ろ襟、背部又は帯を握ること」関係
 - ①「後ろ襟」とは、柔道衣を正しく着用したときの頸の後ろ側（うなじあたり）の範囲をいう。試合者の一方が後ろ襟を握った後、その襟を引き下げて側頸部にずらした場合でも「後ろ襟」とみなす。
 - ②「背部を握る」の範囲は、目安として肩の中心線に手首がかかるような状態をいう。背部を握った後、柔道衣をたぐりよせて釣り手の一部の指が後ろ襟の内側を握る状態になっても背部とみなす。特例として「後ろ襟、又は背部を握った」状態で、通称ケンケン内股等（内股に限らずケンケンとなる大内刈や大外刈等）をかけることは、〔瞬間的（1, 2 秒程度）〕の事項を適用せず、また、その後、連絡した技や変化した技についても、技の効果が途切れるまで継続を認める。
2. 「両膝を最初から同時に畳について背負投等を施すこと。」関係
両膝を最初から畳につくとは、膝の外側部、内側部も含む。同時はもちろん、ほとんど同時と見なされる場合も含む。技が崩れた結果である場合は反則としない。

3. 「関節技及び絞技を用いること。」関係

①寝技の攻撃・防御において、脚を交差して相手を制しているだけの状態は、三角絞とはみなさない。抑え込もうと脚を交差して相手を制止した後、絞まっている状態あるいは脊椎及び脊髄に損傷を及ぼす動作と判断した場合は、受傷を防ぐために、早めに「待て」とする。また、通称「三角固」の体勢となった時点で、危険な状態ではないと判断しても、交差している脚を直ちに解かなければ「待て」とする。交差していた脚を直ちに解けば、寝技の攻撃・防御は継続となる。

②故意ではなかったが、絞技および関節が極まった場合は、「待て」とする。

4. 「無理な巻き込み技を施すこと。」関係

「無理な巻き込み」とは、軸足のバネを利かすことなく、体を利用して倒れ込むようにして巻き込んだ技をいう。技が崩れた結果である場合は反則としない。

5. 「相手の頸を抱えて施す大外刈、払腰などを施すこと。」関係

「相手の頸を抱えて施す大外刈、払腰等」とは、明らかに腕を相手の頸に巻きつけて施した場合のみをいう。

7. 「「逆背負投」（通称）の様な技を施すこと。」関係

例えば一方の試合者が右組み、他方の試合者が左組みの体勢から、右組みの試合者が、正しく組んだ釣り手側の前襟を両手で握りながら、右足前回り捌き又は、左足後回り捌きで技を施し、相手を左方向に一回転させながら捻りを加えて、背中、又は頭から投げ落とす様な技をいう。但し、背負投を施して、相手が技を防御するために反対の肩越しに落ちた場合は含まない。

8. 「両袖を持って投げ技を施すこと。」関係

相手の両袖を左右それぞれの手で持ったまま袖釣込腰、大外刈、外巻込等の技を施した場合をいう。但し、相手の片袖を持って、相手に自身の片袖を持たせたまま内股等の技を施した場合は含まない。

改廃

本規程の改廃は、審判委員会において協議し、理事会の承認を得て行う。

付則 この申し合わせは、平成22年5月1日から実施する。

この申し合わせは、平成23年6月14日から部分変更して施行する。

この申し合わせは、平成27年3月31日から改正し、平成27年6月1日から施行する。

この申し合わせは、平成27年11月30日から申し合わせを特別規定として改正し、施行する。

この特別規定は、平成30年3月1日から改正し、平成30年4月1日から施行する。

この特別規定は、令和3年3月15日から特別規程と改正し、施行する。

この特別規程は、2022年1月24日から改正し、2022年4月1日から施行する。

この特別規程は、2023年12月8日から改正し、2024年4月1日から施行する。

この特別規程は、2025年3月13日から改正し、2025年4月1日から施行する。

全柔連発第23-0497号
2023年12月8日

公益財団法人全日本柔道連盟 加盟団体 各位

公益財団法人全日本柔道連盟
審判委員会委員長 大迫 明伸
〔 公 印 省 略 〕

国内における「少年大会特別規程」における
「逆背負投（通称）」並びに「両袖を持って施す投げ技」による罰則の取り扱いについて

拝啓 師走の候、時下ますます御健勝のこととお喜び申し上げます。

平素は本連盟の諸事業に対し格別のご高配を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、過去の少年の大会等におきまして、「逆背負投（通称）」により投げられた選手が後頭部を強打して脳震盪を起こすケース、あるいは「両袖を持って施す投げ技」により投げられた選手が顔面及び頭頂部から落下し頸椎損傷あるいは脳振盪等を起こすケースが報告され、発育発達段階の観点から全柔連審判委員会では少年大会特別規程を改正し、少年の大会（中学生以下）においては「逆背負投（通称）」並びに「両袖を持って施す投げ技」を禁止とし、施した場合には重大な違反として「反則負け」の扱いとしてきました。

この少年大会特別規程の改正により、近時の少年大会では、「逆背負投（通称）」及び「両袖を持って施す投げ技」が使用されることはほとんど無くなりました。

その反面、通常の背負投を仕掛けたが受の選手が反対側に投げ落とされる、あるいはお互いが片袖を絞った状態で技を仕掛けることで、不十分な見極めにより、前者を「逆背負投（通称）」、後者を「両袖を持って施す投げ技」を施したとして裁定され、本来試合続行が許される選手が「反則負け」となるケースが見受けられます。

このような裁定により、不利益を被るのは多感な少年期の選手であることから、少年健全育成の観点からも「逆背負投（通称）」並びに「両袖を持って施す投げ技」による罰則の取り扱いを重大な違反「反則負け」から軽微な違反「指導」に変更することとします。

本連盟主催大会では、**2024年4月1日**より施行します。

今後、本連盟審判委員会では、引き続き審判講習会等で「逆背負投（通称）」並びに「両袖を持って施す投げ技」を施すことの危険性を注意喚起して参ります。

なお国際柔道連盟試合審判規程では、「逆背負投（通称）」を施すことは「指導」であり、「両袖を持って施す投げ技」を施すことはノーペナルティとなっております。

関係各団体におかれましては、以上の趣旨をご理解戴き、各団体関係者及び選手への啓発・ご周知をお願い申し上げます。

【問い合わせ先】公益財団法人全日本柔道連盟 大会事業課 大塚・渡辺・関口・城地

メール shinpan@judo.or.jp

全柔連発第 24-0609 号
2025 年 3 月 13 日

公益財団法人全日本柔道連盟 加盟団体 各位

公益財団法人全日本柔道連盟
審判委員会委員長 大迫 明伸
〔 公 印 省 略 〕

国内における「少年大会特別規程」における
国際柔道連盟試合審判規程の変更に伴う組み方の緩和による罰則の取り扱いについて

拝啓 弥生の候、皆様におかれましては、ますますご健勝のこととお慶び申し上げます。
また、平素より本連盟の諸事業に対し格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、このたび国際柔道連盟試合審判規程の変更に伴い、「立ち姿勢において相手の上衣の袖の中に指を入れて組手を取る事」および「寝姿勢において相手の袖・下履きの裾の中に指を入れる事」が認められることとなりました。

しかしながら、国内の講道館柔道試合審判規定では、蟹挟が禁止される以前から、袖や裾口に指を入れる組み方の危険性が懸念され、禁止されてきた経緯がございます。

そのため、これまで通り、国内における「少年大会特別規程」では罰則の対象といたします。

本連盟主催の大会におきましては、2025 年 4 月 1 日より本規程を施行いたします。

関係各団体におかれましては、本件の趣旨をご理解いただき、関係者および選手への周知・啓発にご協力を賜りますようお願い申し上げます。

敬具

【想定される危険性】

・立ち姿勢

袖口を持たれた選手が強引に組み手を切る際に、袖口に指を入れた選手の指が引っかかり、脱臼や骨折を引き起こす可能性があります。

・寝姿勢

うつ伏せの相手を返す際、下履きの裾の中に指を入れて一気に持ち上げ、頭方向に返すことで、脊椎を損傷する恐れがあります。

【国内での対応】

本連盟では、発育発達段階にある小学生および中学生を危険に晒すことを防ぐため、従来通りこの組み方を認めないことといたします。

- ・立ち姿勢において、相手の上衣の袖の中に指を入れて組手を取った場合

→直ちに「待て、指導」を適用

- ・寝姿勢において、相手の袖・下履きの裾の中に指を入れた場合

→直ちに「待て、指導」を適用

【問い合わせ先】

公益財団法人全日本柔道連盟 大会事業課 渡辺・多田・関口
電話 03-3818-4392 メール shinpan@judo.or.jp

1. 有効の復活

尻餅 背中上部 肘の着地 体側面の着地

2. 主な禁止事項比較表

	区分	IJF	全柔連	中体連	高体連
逆背負投	小中学生	指導	指導	指導	
	高校生	指導	指導		指導
	青年	認	認		
袖口・裾口	小中学生	認	指導	指導	
	高校生	認	認		指導
	青年	認	認		
ダイビング	小中学生	反則負け	反則負け	反則負け	
	高校生	反則負け	反則負け		反則負け
	青年	反則負け	反則負け		
ユージング・ザ・ヘッド	小中学生	指導	指導	指導	
	高校生	指導	指導		反則負け
	青年	認	認		
ヘッド・ディフェンス	小中学生	指導	指導	指導	
	高校生	指導	指導		反則負け
	青年	認	認		

葛飾区柔道会としては、原則全柔連の規約どおりに行う

- ・ 幼小中学生のユージングザヘッドとヘッドディフェンスは指導
- ・ 青年の部の袖口、裾口は高校生も認める

IV

現行国際柔道連盟試合審判規程 (2022 年 4 月 1 日より完全施行)

国際柔道連盟試合審判規程変更点について (2022 年 4 月 1 日より有効)

付加 : (2022 年 3 月 9 日更新版 SOR などを参考)

2021 年 12 月に示された IJF 審判規程の変更点・12 ポイントについて

変更点 1 :

- ★技を掛け始めてから中断せず、継続した動きの中で投げ技が決まり、その技がスコアを与える基準を満たしている場合はスコアを与える。ただし、技が中断した場合はスコアの対象としない（ノースコア）。

変更点 2 : 「技あり」の基準 1

- ★体側全体が 90 度以上背中側が接地した場合、「技あり」とする。
- ★体側全体が（90 度以上背中側に傾いて接地した場合）肘が外側に出ているスコアを与える。
- ★「体側の全体」は「腰」と「肩」のポジションをみること。
補足※今までは引手を引いて肩が付いていれば多少は体がうつ伏せ気味でもスコアにしていたが体が直上から見て 90 度かどうかで見極める。

変更点 3 : 技有の基準 2

- ★片方の「肩」及び「背中上部」が接地した場合「技あり」とする。
補足※一部分が畳に接地していればスコアとして認める。

変更点 4 : 「技あり」の基準 3

- ★「受」が同時に両手、両肘または片肘・片手をついた場合、「取」に「技あり」を与えると共に「受」にも指導を与える。
補足※寝技の攻防に移った場合「受」が有利になったら「待て」。累積指導 3 になった場合は反則負けを優先させる。

変更点 5 :

- ★IJF 通称「Rollover counter technique（めくり：ジャンプオーバー）」はノースコアである。
補足※谷落・内股すかし・内股返などは有効。寝技の攻防としては継続していれば認める。

変更点 6 :

- ★IJF 通称「Reverse Seoi Nage（逆背負投）」はノースコア、指導である。
補足※故意なのか、たまたま片襟背負で反対側に落ちたのか見極める。

変更点 7 :

- ★技の最後の動作で帯より下に触れることを認める（投げた場合はスコアとなる）。

★技が中断した場合に帯より下を掴んだ場合は寝技としてみなす（スコアやペナルティは与えない）。

補足※主に払巻込・外巻込を指し、背負投からの脚取りや脚を抑えながらの小内巻込などは認めない。

変更点 8：

★両腕で襟と奥襟を持って相手を屈ませるような状態になった場合、持っている方がポジティブな展開

（ブロッキングをしていない場合）であれば、ベンディングによる指導はとらない。

変更点 9：

★帯、片側、クロスグリップ、ピストル・ポケットグリップはすべて標準的な組方ではない。

★標準的な組方ではない組手の場合、技の準備を行う時間が与えられる。

補足※攻撃を仕掛けようとしていなければ「指導」

変更点 10：

★（相手の）組手を片手、もしくは両手で切り、直ちに組手を持ち直してポジティブな展開であれば、「指導」ではない。

★（相手の）組手を片手、もしくは両手で切り、直ちに組手を持ち直さない場合は指導を与える。

補足※脚で切った場合、叩いて切った場合はその後の動きに関係なく「指導」

変更点 11：

★「柔道衣の直し」、「髪の直し」は 1 試合にそれぞれ 1 回認められる。2 回目は「指導」である。

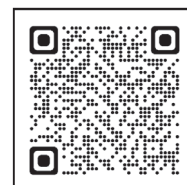
変更点 12：

★ヘッドダイビングは危険な為、「反則負け」になる。

補足※頭を付けずに正面から飛び込むような技はもちろん「反則負け」

◎全柔連 HP：【審判委員会】国際柔道連盟審判規程一部改正（2021.12）解説動画の公開について

参照 <https://www.judo.or.jp/news/9672>



【反則】

- (1)すべての罰則は「軽微」な違反（指導）と「重大」な違反（反則負け）に分類される。
- (2)重大な違反とは、試合者の安全に対する侵害、あるいは柔道精神に反するもの。
- (3)主審が罰則を与えるときは、罰則に対する理由を簡単な動作で示さなければならない。

a)「指導」

（留意点）

- ★試合時間内に、選手が積極性に欠ける場合や違反とされる動き、重大な危険を伴わない行為、柔道衣の乱れ、髪（の結い直し）などの場合に与えられる。
- ★2回目の指導が与えられ、3回目の指導が与えられる場合「反則負け」となる。3回目の指導で反則負けとなった選手は、その後、（敗者復活戦等）試合があれば出場することが出来る。
- ★「指導」は、相手のスコアに反映されない。
- ★試合両者が同時に違反行為を行った場合、それぞれの試合者に違反内容に沿った罰則が与えられる。
- ★両試合者が指導2を受けており、その後、両者に指導が与えられる場合は両者ともに「反則負け」が宣告される。
- ★指導とされる行為であっても、その行為が明らかにスポーツ精神やフェアプレイ精神に反していれば、反則負けが与えられる（例：一方の選手が相手を投げるために1回より多く相手の足を踏みつける、もしくは、抑え込まれている選手が逃げるために抑え込んでいる選手の顔を乱暴に押すなど）。
 - ☆「1回より多く相手の足を踏みつける」とは、偶発的に踏みつけた場合1回目はノーペナルティ、2回目踏みつけた場合は故意であると判断し、反則負けが与えられる。
 - ☆「終了間際で、明らかに場外に逃げ回る」行為については、柔道精神やフェアプレイに反する行為と言える。
- ★仮に、青の選手が「指導」を与えられる行為を行い、同時に白の選手が「技あり」相当の技で投げた場合、青の選手に「指導」、白の選手に「技あり」が与えられる。
- ★仮に、青の選手が「指導」を与えられる行為を行い、同時に白の選手が「一本」相当の技で投げた場合、白の選手に「一本」が与えられ、試合は終了となる（指導は与えない）。
- ★仮に、白の選手が既に「技あり」を獲得している状況で、青の選手が「指導」を与えられる行為を行い、同時に白の選手が「一本」もしくは「技あり」相当の技で投げた場合、白の選手に「一本」が与えられ、試合は終了となる（指導は与えない）。
- ★仮に、青の選手が「指導」を与えられる行為を行い白の選手を投げるなどした後、寝技の展開に移行した場合、主審は白の選手が寝技で有利な間は寝技を行うことを許す。しかし、寝技において、青の選手が有利になった場合、主審は「待て」を宣告し、青の選手に「指導」を与える。
 - （例：青の選手が、白の選手の抑え込みから逃れ、白の選手をコントロールしている状況、青の選手が、白の選手の抑え込み技から逃れ、絞技、関節技などを施す状況、並びに一端寝姿勢と認められる状況から、白の選手が自ら立ち姿勢に戻った場合については、主審は「待て」を宣告。）
- ★主審が罰則を与えるときは、罰則に対する理由を簡単な動作で示さなければならない。

(内容)

1. 試合において、勝負を決しようとしないうえ、故意に取り組まないこと（消極的指導）。
★消極的な進展なのか、技を施すには至らないが積極的な進展があるか見極める。積極的である場合は、消極的な進展の場合よりも少し時間的猶予を与える。
2. 片袖や片襟のみを掴んで勝負を決しようとしないうえ（ワンハンド）。
3. 立ち姿勢において組んだ後、極端な防御姿勢をとること。
4. 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攻撃を行うこと。
（偽装的攻撃）
★偽装的攻撃の定義とは以下の通りである。
 - ・取が投げる意思のない技を施す。
 - ・取が、組んでない状態で技を施す。もしくは技を施してすぐに手を離す。
 - ・取が、受のバランスを崩すことなく、一つの技、もしくは技を繰り返し施す。
5. 立ち姿勢において、防御のために相手の袖口を握り続けること。また絞って握ること。
6. 立ち姿勢において、勝負を避けるために、相手と片手又は両手の指を組合す姿勢を続けること。どちらが組み合わせているかを良く見極めること。
7. 故意に自身並びに相手の柔道衣を乱すこと、及び主審の許可なしに、帯や下穿の紐をほどこいたり、締め直したりすること。
★正しく柔道衣と帯を着用することは選手の責任である。柔道衣の乱れは試合中に各選手一度は許されるが、それ以上は指導が与えられる。
★試合者が試合場へ入場、退場する際、柔道衣を正しく着用していなければならない。柔道衣や帯が試合中に乱れた場合、選手は「待て」と「始め」の間、もしくは試合の中断中に、早急に着用の乱れを直す義務がある。
★主審は、「待て」と「始め」の間に柔道衣の乱れを直さなかった場合、(2度目以降は)指導（その指導が3回累積すれば、当然反則負けとなる）を与える。
 - ・故意に柔道衣を直すのに時間をかける行為にも指導を与える。
★主審は、選手の柔道衣や帯に原則触れてはいけない。主審が選手に触れるのは、例外的な場合（例：「よし」を宣告する場合）や選手の安全にかかわる場合（例：寝技で自身の上衣が頭にかぶさって選手の動きを妨げている場合）のみである。
8. 立ち姿勢において寝技を始めるために相手を引き込むこと。（*2018 ～ 2020 年国際柔道連盟試合審判規程を参照）
9. 相手の袖口又は、下穿の裾口に指を差し入れること。
10. 立ち姿勢において、攻撃しないで、「標準的」な組み方以外の組み方をすること。
★「標準的」組み方とは、左手（右手）で相手の柔道衣の右側部より、すなわち袖、襟、胸部、肩の上部、背部を、右手（左手）で相手の柔道衣の左側部より、すなわち袖、襟胸部、肩の上部、背部を握ることである。いずれにおいても帯より上を握ること。
*「標準的でない」組み方：片襟・片袖、両手で片襟、両手で片袖などのワンサイドグリップ、クロスグリップ、帯を握り続けること、ピストルグリップ、ポケットグリップ、片手もしくは両手で、相手の腕をブロックする行為、両襟等を強制的に押さえつけ、相手の腰を故意に曲げさせる行為等」
★柔道衣に触れただけでは組んでいるとはみなさない。

- * 試合者が「標準的でない」組み方を繰り返す場合は、「指導」を与える。
11. 相手の腕の下から首を抜き（ダッキング）、直ちに攻撃を行わない場合。
 12. 片足を相手の脚の間に入れて引っ掛けるだけで、直ちに攻撃しない場合。
 14. 立ち姿勢において、手または腕で相手の帯から下を攻撃・防御したとき。
★投げ技の終盤で帯及び帯の下を掴むことについては、寝技への移行の場合は指導とはならない。
★組んでいる手で相手の脚に触れても指導は取らない。
 15. 帯の端や上衣の裾を、相手の身体のどの部分にでも巻きつけること。（一周以上）
 16. 柔道衣を口にくわえること。
 17. 相手の顔面に、直接手又は腕、足又は脚をかけること。
★「顔面」とは、額、耳、あごの線から前の範囲を意味する。
 18. 相手の帯、もしくは襟に足や脚をかけること。
 19. 柔道衣の上衣の裾又は帯を使って、あるいは直接指で絞め技を施すこと。
 20. 立ち姿勢、寝技のいずれにおいても、場外に出るか、相手を故意に場外に押し出すこと。
★立ち姿勢の状況で、片足が試合場の外にあり、直ちに技を施さない場合、もしくは試合場内に直ちに戻らない場合は、「指導」が与えられる。両足が場外に出た場合は「指導」とする。
 21. 相手の胴（胴絞）、頸、頭を脚で挟んで絞めること（両足を交差し、両脚を伸ばして）。絞め技において（例：両手絞）のような技を施す場合、脚を交差して握りをアシストすることは禁止されている。
 22. 相手の手又は腕を、脚を利用して切ること。
 22. 技を掛けることなく、相手の脚や足首（踵部も含む）を蹴ること。
 23. 相手の握りを解くために、相手の指を逆にとること。
 24. 立ち姿勢において絞め技・関節技を施すこと。寝技への移行も認めない。
★その行為が非常に危険であった場合、相手に危害を与えるような場合は「反則負け」が与えられる。
 25. 寝姿勢において、相手の脚を過度に進展しながら絞め技・関節技を施すこと。
 26. 攻撃を行う前に少なくとも片方の組み手を持っていない状態でベアハグを仕掛けること。
 27. 片手、もしくは両手で相手の組手を切り、直ちに組みに行かない場合は指導が与えられる。但し、相手の組手を片手、もしくは両手を使って切った場合、直ちに攻撃を施した場合は指導を与えない。また、組手を切ったあと、その組手の少なくとも一方を持ち続けている場合は指導が与えられない。
 28. 相手に組ませないために自分の襟を覆う。
 29. 相手の腕や手を叩いて組手を切る。
 30. 逆背負投については、スコアを与えず「指導」を与える。
★背負投を施す際は、「受」が受け身を取れるように施技することが重要である。「取」が、「受」のコントロールを行うことなく、投げる方向を変え、かつ「受」の襟を釣手や引手としてねじるような背負投は、立っというが膝をついていうが、「受」にとって投げる方向もわからず、「受」自身が受身をする事が出来ない。
時に、受は首から畳に落ちることもあり、このような技は禁止される。
 31. 髪の毛の結い直しは、各選手各試合に一度は許される。それ以上に髪の毛の結い直しが必要な場

合は、指導が与えられる。

★しっかりと髪を結って試合に臨むことも非常に基本的なことであり、各選手に責任がある。

b)「反則負け」

【留意点】

★主審が直接的「反則負け」を与えた場合、原則、主審は全日本柔道連盟柔道審判規程の手順に沿って審判委員に通知しなければならない。報告を受けた審判委員は、大会運営者にその旨を報告する。

★柔道ならびにスポーツ精神に反する反則負け（直接的反則負け）については、例外事項を除いては、その後の試合に出場することは出来ない。ただし、トーナメントでそこまで勝ち上がった成績は記録として残る。

★以下の理由（例外事項、以下9・12）により反則負けを受けた選手は、その後の試合に出場することが出来る。

- ・ヘッドダイビング
- ・ヘッドディフェンス

★試合時間中に行われた禁止事項に対して、または特別な状況において、試合終了の合図の後に行われた重大な違反行為に対し、試合結果が与えられた後であっても、結果を覆らせることができる。

★「反則負け」を与える前に、主審は副審と審判委員の同意を得なければならない。両試合者が同時に反則を犯した場合は、両者各々の反則程度に応じて罰則が与えられる。

（内容）

1. 河津掛を掛けること。

相手の足に自分の足を巻きつけ、持ち上げて、捻りを加えて投げた場合「反則負け」。ただし、相手の試合者と向き合って相手の後方に向かって「大内刈」や「大外刈」のようにして投げた技や、「内股」のような技は認める。

2. 肘関節以外の関節をとること。

3. 背を畳につけている相手を引き上げ、柔道の技を用いることなく畳に突き落とすこと。

4. 受が取の後ろに位置し、取の支えている脚を内側から刈った場合

5. 主審の指示に従わないこと。

6. 試合中に、無意味な発声や、相手や審判員の人格を無視するような言動を行うこと。

7. 特に首や脊椎など、相手を傷つけたり危害を及ぼしたり、あるいは柔道精神に反するような動作（故意に相手の足を踏みつけて技を仕掛ける及び故意に相手の頭髪を掴んで技を仕掛ける行為をすることも含まれる）をすること。

★これには、スコアでリードしている選手が試合時間終了間際に組み合わないよう場外に逃げ回るような柔道精神に反する行為も含まれる。

8. 腕挫腋固のような技を掛けるか又は掛けようとしながら、畳の上に直接倒れること。

★片手で相手の襟を握り、腕挫腋固のようにして（相手の手首が投げる者の腋の下に固定されている状態）、うつ伏せに倒れこむことは、負傷の可能性があるので、罰則が与えられ

るべき。相手をきれいに仰向けに投げようと意図しない動作は危険であり、「腕挫腋固」と同様に扱う。

9. 内股、払腰等の技を掛けるか、又は掛けようとしながら、身体を前方へ低くまげ、頭から突っ込むこと。また、受を取の肩もしくは背中に乗せた状態で前方回転をして（頭から突っ込む）ことは禁止されている。更に、立ち姿勢又は膝をついた姿勢から、肩車のような技を掛けながら、あるいは掛けようとしながら、まっすぐ後方に倒れること。
10. 試合者の一方が、後ろからからみついたとき、これを制しながら、故意に同体となって後方に倒れること。
11. 硬い物質又は金属の物質を身につけていること。（覆っていても、いなくても）
12. 投技から逃れる為に「ヘッドディフェンス」で受けること。

★ヘッドディフェンス:柔道において重大な事故を防ぐために、受が（相手の投技に対して）背中から着地することやスコアを取られることを防ぐ為、頭や首、脊椎などに危害が及ぶ危険性があるにもかかわらず故意に頭部を使用する動作には反則負けが与えられる

★取が投技で相手を投げようと試みた状況、例えば、背負落、背負投、相手の両袖を掴んだまま施される袖釣込腰、相手の両襟を掴んだまま施される腰車など、受が故意ではなくヘッドディフェンスの形になった場合は特に注意深く判定が行われる。これらは、良く認められる例であり、別の投技でも起こりうる。このような場合は、取にも受にも罰則は与えない。

13. 蟹挟を施すこと。
14. 柔道精神に反する行為があった場合は、試合時間のいかなる時にでも直接的な「反則負け」が与えられる。
（これには、スコアでリードしている選手が試合時間終了間際に組み合わないように場外に逃げ回るような柔道精神に反する行為も含まれる）

【両者反則負け】

《トーナメント》

★両者が同時に直接的反則負け、もしくは（指導の累積）指導3による「反則負け」を受けた場合、「両者反則負け」として（通常の試合時間であっても延長戦であっても）、両者とも敗者となり、その場合の結果は、以下の通りである。

- ・決勝戦 両者ともに2位
- ・3位決定戦 両者ともに5位
- ・準決勝戦 両者ともに5位
- ・準々決勝・敗者復活最終戦 両者ともに7位
- ・予選（準々決勝戦までの試合）両者ともに敗者とし、個人戦の場合はそれにて終了となるが、トーナメントで勝ち上がった記録は残る。個人戦後に団体戦が行われる場合（世界選手権、オリンピックなど）は出場することができる。

《ラウンドロビン（総あたり）の場合》

- ・両選手に同時に指導3が与えられた場合、両者ともに敗者となり、その試合における得点は0-0となる。両選手とも、次に試合があれば出場することが出来る。