

目 次

(財)全日本柔道連盟審判員マニュアル

はじめに

1 . 全日本柔道連盟審判員マニュアル -----	6
---------------------------	---

【総論】

1 審判員として	(1) ~ (14)	6
----------	------------------	---

2 審判員としての心掛け	(1) ~ (9)	10
--------------	-----------------	----

【各論】

3 技の評価	14
--------------	----

4 反則の判断	17
---------------	----

5 動作	19
------------	----

6 発生・進行	24
---------------	----

7 姿勢態度・位置等	27
------------------	----

8 礼法	30
------------	----

(1) 個人戦

(2) 団体戦

9 講道館柔道試合審判規定・少年規定	42
--------------------------	----

2 . IJF 審判マニュアルの要点 (2004)	46
3 . 国際・国内規定比較表	54
4 . 柔道衣に関する規格規定 (講道館) -----	90
5 . 国内における柔道衣のマーキングに関する規則 -----	92
6 . 全日本柔道連盟公認審判員規程 -----	93
7 . 講道館技名称 -----	100
8 . 国際柔道連盟技名称 -----	102

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

はじめに

世界中に普及発展した柔道は、オリンピックや世界選手権大会を頂点に競技としても発展を続けている。主要な国際大会のメダル獲得国は、かつての限られた強豪国だけでなく、より多くの国がメダルを獲得するようになっており、競技レベルは世界的に高度化している。また、従来は見られなかった技の掛け方や新しい技も見られるようになり、技術が多様化しているといえる。

試合における審判員は、技の評価や反則の適用をはじめ、審判活動のすべてが試合内容に大きな影響を与える存在である。レベルの高い審判員は、選手の能力を最大限に引き出し、活発で見応えのある試合を演出することができる。また、そのような審判員は公正・明快であり、選手に信頼感を与える存在でもある。このような審判員になるためには、審判技術の向上を図ることはもちろん、競技レベルの高度化や多様化に対応できるよう努力を続ける必要がある。また、講道館柔道試合審判規定と国際柔道連盟試合審判規定との違

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

いを理解するとともに、使い分けが明確にできるように心掛ける必要がある。

この全柔連審判員マニュアルは、審判技術の向上を目指すための参考資料となるものであるとともに、充実した審判活動を行うための資料として活用されることを期待して作成されたものである。

【総論】

1. 審判員として

(1) 審判活動に必要な事項全てに熟練する

必要事項には、まず、規定の理解があるが、試合運営要領（全柔連）やスポーツ・運営規定（国際柔連）等に記載しているゼッケンの名前の位置、サイズなども確認する。さらに審判員の服装も定められた通り、季節にあわせて着用する。国内の夏場にネクタイが略される場合があるが、予め省略の通知がある場合を除いて正装で行う。

(2) 柔道の経験を豊富に持ち、柔道の基本と技術を十分理解する

ここでいう経験とは審判の対象となる競技者の競技レベルの高低、幅広い年齢層や男女における柔道の質的な差違等を踏まえた体験のことである。また、禁止技は通常の稽古では施技されないので確認が必要である。稀少的な技も乱取で理解するなど、特に取り上げて研究しておく必要がある。

(3) 審判を多く経験し、常に審判技術の向上に努める 審判員として熟練するには多くの経験が必要で

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

ある。しかし、単に数をこなすだけでは向上は期待できない。審判員として常に課題を持つこと、及び試合後、反省をすること等が必要である。審判技術について改善すべき場合が多いからである。

(4) 多くの試合を視察する

規定をすべて理解したとしても、すぐに審判ができる訳ではない。審判員としてどのように試合者の技を評価し、試合を円滑に進行させるか等は、試合を観察することから始まる。他の審判員を見ることも技術や運営の観察眼を養う上で必要なことである。

(5) 技術の動向に注目し、技能の高度化・多様化についていける目を養う

競技力の高い試合は、多くの場合テレビ放映があるので観察できる。高い水準の攻撃防御の場合、禁止事項も巧妙に行われる場合がある。従来見られなかった技や禁止行為も出てきているので、注意が必要である。

(6) 審判規定に精通し、大会前日に審判規定を再確認する

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

大会当日に規定を携帯することはもちろん、平素から規定を精読し、試合の前に規定を見直すことは、勘違いを避け理解不足を補う意味でも、自信を保持する意味でも極く重要である。油断することなく、事前の準備をしておきたい。

(7) 研修会に出て最新情報を得る

規定の文言は同じでも、どのように解釈するか、どの条項を適用するかは変わることもある。特に、国際規定ではこの傾向が強い。研修会や講習会には積極的に参加し、新しい情報を収集することが大切である。

(8) 判断力を養成する

条文が示す内容について、具体的な状況、場面を想定できるようにしておく。そうでなければ、条文が示す内容と実際の審判とが結びつかない。観客席にいながらでも自分の判断を下し、試合場の審判員と比較してみるなどは判断力の養成に役立つ。

(9) 素直さと協調性を心掛ける

十分な自信は審判にとって必要であるが、審判

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

員同士の間では、互いに協力、尊重しあうことが必要である。副審2人が異見を示したら、冷静に訂正しなければならない。それがたびたび起こるようでも、明瞭かつ的確に処理しなければならない。

(10) 適度な緊張と集中力を持続する

試合が連続するときや食事後、あるいは副審で同じ姿勢を保つときなどは、無意識のうちに集中力が低下しがちである。休憩中には水分を取るなどして、気分転換を図ることは効果的である。

(11) プレッシャーに負けない精神力と平常心を養う

「間違えたら…」 「難しい状況が起こったら…」 「うるさいコーチがいる」などと考えることから、必要以上のプレッシャーが生じてくる。その場合は、万全の準備をしたと自分に言い聞かせ、息を十分吐くことである。「規定に忠実であったか」という点が問われるのだと考えるのがよい。

(12) 瞬時に評価する判断力を磨く

投技の場合、技が決まると、周囲全体が主審に注目する。そのときが適時であり、これを逸するべきではない。空中に大きく浮いて「一本」を確

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

信させるようなときもあるが、畳につく瞬間を確認する。抑込技では時間が影響するので「抑え込み」や「解けた」の宣告が遅れないようにする。

- (13) 反則の種類・内容を的確に判断する能力を養う
- 禁止事項に関して適用される罰則は、国際・国内で違いがあるので再確認しておく。さらに、禁止事項を安易に見逃せば、そのまま試合が流れ、公平を欠くしまりのないものとなる。試合とは練習の成果を発表し、評価を得るという極く重要な場であることを深く認識しなければならない。

- (14) 試合後、審判活動を反省する

反省ノートを持てば理想的であるが、そうでなくても審判活動を振り返って、他の審判員や観戦した人と相互評価しあうことが有益である。そこで規定を読み返すと、条文に対する理解がさらに深まるであろう。

2. 審判員としての心掛け

- (1) 健康管理を行う

審判員は日頃から健康に留意し、心身とも健全

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

な状態でありたい。特に大会前日は睡眠を十分にとり、当日は選手と同様に万全の状態ですべてに臨むべきである。

(2) 公認審判服を正しく着用する

審判員は公認のプレザー・ズボン・ネクタイの服装で所定の場所にエンブレムをつけ、ワイシャツは白色を、靴下は黒色を着用する。その服装は清潔であり、正しく着用されていることは言うまでもない。

(3) 係員や医師、表示板の位置を確認する

審判員は試合開始の前に、試合場の状況をよく把握しておく。試合場が複数ある場合には、担当する試合場の係員の位置を確認するとともに、表示板や時間の合図を知らせるブザーの音などを事前に確認しておき、隣の試合場と間違えないようにしておく。

また、医師が控えている場所や、試合者が試合場を離れる際の付き添う役員がどこにいるか、また、~~審判長の席なども確認もしておく。~~

(4) 姿勢、態度に注意をする

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

審判員の姿勢・態度は極く重要である。

なぜならば、審判員が緊張し過ぎる態度や自信のなさそうな態度を見せたり、或いは周囲の声に惑わされるような態度では、選手・コーチや観客から信頼を失うからである。落ち着き、威厳ある態度で審判することが肝要である。

また、主審のとき手をブラブラさせたり、休めの姿勢をとったり、またメリハリのない動作をすると、試合全体の雰囲気悪い影響を与えるので注意を要する。

なお、副審のときは、椅子にもたれ過ぎず、背筋をまっすぐに伸ばし、両脚は肩幅位をひらき、手は軽く大腿部の上に置く。

(5) 審判規定の解釈に従って忠実に判断する

柔道の本質やルールを的確に理解し、規定通りに判定する。自分勝手な判断を避ける。

(6) 周囲に惑わされることなく、終始毅然とした態度を保つ

人は、無意識のうちに自分の関係する者が優位に立っているように感じるものである。しかし、

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

監督・コーチが、所属する選手にアドバイスするのはともかく、所属の選手を勝たせたい一心で相手の選手を誹謗したり、審判員に対して投技の判定や反則の扱いについて異議を申し述べる者がいる。

このようなときにこそ、審判員は冷静に揺るぎない信念を持って審判をすることが大切である。

(7) 試合者に公平である

審判員は公平であり、血縁、所属地域、所属団体、出身校または知名度等、個人的な如何なるひいきもあってはならない。

(8) 会場で選手やコーチとの話を慎む

審判員は会場でコーチや選手と話をすると無用な誤解を生じかねない。審判員は審判席を中心に行動することが肝要である。

(9) 自分の順番に注意を払う

大会当日、時間的余裕をもって集合すること、及び審判をいつ割り振られても良いよう準備し、審判員席で待機する。

【各論】

3. 技の評価

(1) 技の評価基準を一定に保つ

技の評価が試合の展開や勝敗を左右する。審判員は、施技の結果を瞬時に判断して宣告と動作を行わなければならない。判断は規定に即して行い、ばらつきや偏りのないようにする。

内股・払腰等のように大きく宙に舞う技も、小内刈・大内刈のように低く投げる技も、評価は同等に行わなければならない。

(2) どちらが最終的に投げたか、よく見極める

●捨身技の場合

捨身技では、体を後方又は側方などに捨てながら技を掛けるため、技を掛けた試合者が自ら倒れたか、或いは技を掛けられた相手が巧みに変化したかなど判断の難しい状況が起こりうる。

●返し技の場合

相手の掛けてきた技を、返し技で応酬することがある。投技はどちらが掛けた技か、どちらが返したか、どちらの技が有効かを見極めて、

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

その結果を判断する。

- 自滅した場合

投技を掛けたが失敗し、自滅して倒れた場合は、その機に乗じて相手が返したり、すかしたりして投げたかどうか、その経過を見極めて判断する。

- 同体の場合

同体で倒れて同じような体勢になったときは相殺し、得点を与えない。

(3) 場外際での投技について、特によく見る

場外際での投技の攻防には、判断が難しい場面がある。特に連絡技、変化技、捨身技については規定どおりに「場内」「場外」を決定する。難しい場面では、まず、副審の判断を確認する。

(4) 「技あり」を取った後、投技の判断を正確にとる

一方の試合者に「技あり」の得点があり、さらにその試合者が明らかに「一本」を取った場合、「一本」「それまで」と宣告する。

{副審}

- (5) 副審自身の目で判断し、判定を下す

副審は、主審を補佐するのであるが。技の判断は主審にゆだねず、また他方の副審に惑わされず自身で確実に行う。

技の判断は、主審より先に動作しない。ただし、技の効果を認めたときや主審の判断に異見のある場合は動作で知らせる。

- (6) 主審と同じ気持ちで審判をする

副審にあたると、ややもすると緊張感のない審判をしがちである。

主審に任せきりにせず、技の判断、反則の有無、場内外の判断等をしっかり行う。また、異見等は迷うことなく行い、自分の意見を示すことが審判のチームワークとなる。

- (7) 時計・表示板を確認する

「待て」で時計が止まるときや、「抑え込み」が計測されるときには、時計に目を送る。また、技評価や反則が与えられたときにも表示板を確認し、誤りに気づいた時は主審に知らせる。

(8) 場内外における判断を正確に動作で示す

場内外の判断は、副審の責任のもとに行う。したがって、その判定は正確なものでなければならない。

4. 反則の判断

(1) 反則の判断は、技判断と同等に重要である

反則の判断は技の判断と同様に、審判員が裁量権を持っている。違反行為に対して正しい罰則を適用させる能力が必要である。

(2) 反則の種類と内容をよく見て判断を下す

試合者の違反行為に対して、その都度、適切な罰則を与えなければならない。違反行為とそれに関する罰則は、審判規定に定められている。

(3) 罰則を与えるタイミングをよく考える

審判員は罰則を与える場合、「待て」あるいは「そのまま」で試合を止めなければならない。しかし、試合の流れをよく把握することが肝心である。例えば、組み手争いからやっと組み合った時に「待て」をかけるべきではない。

- (4) 「極端な防御姿勢」か「積極的戦意の欠如」か、よく見極める

一方の試合者が防御姿勢をとっているため、攻撃出来ないのか、「積極的戦意の欠如」のため攻撃できないのか、よく見極める。

- (5) 「消極的柔道」の反則は、原則として片方に与える
どちらの試合者が「消極的柔道」なのかをよく見極め、原則として片方に罰則を与える。

- (6) 罰則を与えることに対して、日本人審判員は消極的な傾向がある

日本人審判員は外国人審判員と比べて、反則の適用に消極的な傾向がある。反則の判断にばらつきがあると、試合の勝敗に影響を及ぼすばかりか、選手や周囲に不信感を抱かせる。反則の判断基準は規定どおりに行い、一貫した審判を行う。

- (7) 「内股等をかけて頭から突っ込むこと」の反則は、見逃さない

「内股等をかけて頭から突っ込むこと」は怪我につながる禁止行為であり、厳しく対処しなければならない。1回目の行為から「反則負け」とすべ

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

きである。なお、「内股等」の反則適用の見解は、袖釣込腰、肩車等では頭から正面に飛び込んで投げのような動作をすること。また、肩車では後方にブリッジするような動作をすることが含まれる。

(8) 合議は必要最小限にする

罰則を与えるときの合議は、「与えるか、与えないか」などの確認にとどめ、試合の進行を円滑にする。

{副審}

(9) 主審とは見る位置と角度が違うので、反則を見逃さないように自分の意思を表明する

技の判断同様、副審自身の目で反則を判断し、異見がある場合は自分の見解をすみやかに示す。

5. 動作

(1) 常に適切な位置へ移動する

主審は、試合者の攻防の展開を予測し、試合者に接触することのない見やすい距離に位置し、常に試合者を視野に入れる。

さらに、副審が試合を把握しやすいように、副審

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

の視界を妨げるような位置には立たない。試合者を見る位置は、両副審と主審とで三角形をなすように移動すると、副審の異見なども確認しやすい。

(2) 移動中も試合者から目を離さない

主審は、試合者が組み合っているときはもちろん、「待て」をかけた場合でも試合者を視野に入れておく。場外などで「待て」の後、試合者から目を離すと、何らかのトラブルの発生に対して瞬時に判断が出来ないことになる。主審は、「待て」から「始め」の宣告をする間、戻る距離が長い場合には、試合者を見ながら元の位置に戻るようにする。

(3) 副審や時計・表示板も視野に入れておく

主審は、常々一方の副審を視野に入れておき、技の判定に対する異見や反則を示す動作が示されていないかを何時でも確認できるようにする。

電動式の表示板が使用される場合、主審は係員が時計を正しく操作しているかどうか確認すべきである。

また、主審は宣告を行った際、宣告通りの表示

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

になっているかどうか確認する。訂正が必要なときは、主審が係員に正しい表示をさせる。

- (4) 動作は正確に両副審や係員に、そして試合会場の全員に見えるようにする

主審の動作は、両副審や係員に分かるように、動きながら最低3秒間継続しなければならない。特に投技の「技あり」や「有効」から寝技の攻防に移った場合、両試合者から視線を外すことがないように体を捌く感じで身体を回すと、副審にも分かりやすく、また会場からもよく見ることができ。

なお、3秒程度とはいえ、感覚的にはかなり長い時間である。「技あり」などに続く抑込技では、反対側の腕で「抑え込み」の動作を行うとよい。また、場外際で「技あり」や「有効」を宣告した後「待て」を宣告する場合も、同じように反対側の腕で動作を行った方がよい。

- (5) 「待て」は掌を時計係の方向に向け、試合者に向かって発声する

「待て」を宣告するときは、攻防動作を瞬時に止

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

められるように、試合者の方に向かって発声する。会場が盛り上がっている場合など、声が小さかったり不明瞭な発声では、試合者が聞き取れないこともあるので、宣告はハッキリと大きく行う。

「待て」の動作は、時計係が確認しやすいように、掌を時計係の方向に向け、明確に示す。場外にしている場合などは、最低でも3秒間は続けなければならないので、元の位置に戻りながら動作を続けることになる。

- (6) 罰則を与える場合は、試合者の方に身体を向け、人差し指は正しく試合者を指さす

「指導」「注意」「警告」などの罰則を与えるときは、与えるべき試合者の方に身体を向け、定められた動作を行った後に、人差し指でその試合者を指す。指さす方向は試合者の頭上ではない。

なお、両試合者に罰則を与える場合は、前方に向いたままではなく、それぞれの試合者の方に向き、その試合者側の手を使う。

- (7) 技の効果がどちらのものか紛らわしいときは、“開始線”を指さす。

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

返し技が2転3転して決まった場合や、両者が同体に近い形で倒れて技の効果があったときなどは、記録係や観客がどちらの得点か判断に迷うときある。このとき、主審は技の効果を宣告し、動作で示すと同時に一方の開始線を指さし、ポイントをとった試合者を明示する。

{副審}

(1) 場内外の判断を動作で行う

副審は、場外で投技が施された場合は、場内外の判断をするとともに、規定に定められた動作をしなければならない。投技で試合者が場外に出た場合、技を掛けた試合者が場内にあったかどうか、よく見極める。

(2) 異見は主審の動作の後に示す

副審は、主審と同様に常に技の効果を評価しながら試合を見るが、主審と技の評価が異なる場合を除き、動作をしてはならない。

また、一方の副審が異見を示しても、自分に異見がなければ、動作をする必要はない。

6. 発声・進行

(1) 声は大きくハッキリと出す

主審は、試合進行に関する宣告、技評価に関する宣告、罰則に関する宣告等各種の宣告を行う。これらの宣告は、怒鳴りすぎてもいけないし、緊張感を欠いた発声もいけない。また、言葉としてはっきり聞き取れるように正しく大きな声を出す必要がある。

(2) 動作を伴う宣告は、動作と同時にする

審判員の動作に関して、国際規定では「公式会図をしなければならない」とされ、宣告との関係は述べられていないが、国内規定では「宣告等の際、次の動作を併せ示すものとする」となっている。原則として、宣告と動作は同時に行い、動作に対して宣告の遅速がないようにする。

(3) 「待て」と「そのまま」の宣告は、一方が不利にならないようにする

「待て」の宣告は、「試合者が場外に出たとき」「禁止事項を犯したとき」「負傷したり発病したとき」などに行われるが、宣告が早すぎても遅すぎ

でも試合者の有利・不利が生じかねない。よく見極めて、試合者も周囲の者も納得するタイミングで宣告する。

「そのまま」の宣告は、国際規定で規定されるように国内規定でも立技ではほとんど用いられず、寝技のときに反則を与える場合などに用いられる。宣告の際には一方が不利にならないように注意を要する。

- (4) 絞技や関節技の攻防で「待て」をかけるときは、そのタイミングをよく見極める

主審は、絞技や関節技の効果をよく見極めなければならない。絞技で受の防御により顎が絞められている場合は、「待て」をかけなければならない。このとき、主審が見やすい位置に直ちに移動することはもちろん、見やすい側にいる副審が顎を絞めていることを動作で知らせることも必要である。主審はそのためにも試合者とともに副審を視野に入れておく。

関節技では、「参った」の合図を見落とさないように注意する。この場合も、副審と連携して判断

する。

- (5) 「参った」の合図・発声をみて「一本」の宣告をする。

絞技では、「参った」の合図や発声がないのに「一本」を宣告してしまい、紛糾することがある。明らかに「落ち」た状態が確認できる場合を除いて、「参った」の合図か発声があるまでは「一本」の宣告をしない。

同様に関節技においても、「参った」の合図か発声がない場合は、技の効果が明らかにみられるまで「一本」を宣告しない。

- (6) 寝技で絞技をしている時は、近づいてよく見る

絞技で両者が俯せの状態の場合は、技の効果が現れていないか、逆に顎が絞められていないか等、試合者に近づいてよく見る。しかし、近づき過ぎると試合者の全身を確認しにくくなり、「落ち」の徴候を見逃しかねないので注意が必要である。

また、絞めを確認するために手や膝を畳につけて見る方法は、動きが制限され試合者の急な動きに対応しかねるのでとらない。

7. 姿勢態度・位置等

- (1) 周囲の声に惑わされず、躊躇のない、毅然とした態度で行う

主審、副審共にこの態度を基本とし、特に主審はキョロキョロした態度を慎む。時々、副審を見てから、自分の判断、裁定を下すような主審を見掛けるが、これはおかしい。あくまでも、自分の判断をまず明快に示すことが務めである。

- (2) 主審は、試合者との距離を適当に保って移動する
適当な距離とは近過ぎず遠過ぎずということであり、原則として約3mを意味する。

寝技の場合、特に絞技、関節技の攻防のときはこの限りでなく、より適切な距離に移動して見極める。

- (3) 原則として場内にあって審判をする

寝技の攻防で特に動作や施技の見にくい場合は、場外からみてもよい。主審の立つ向こう側で絞技等が施されるような場合、その主審の位置からでは死角が生じ、絞めている試合者の動作、絞めら

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

れている試合者の表情等が見えない。このような場合は、講道館規定では、主審は「場内にあつて」判定を司どることになっているが、場外から見ることもやむを得ない。

(4) 副審の視野を確保しておく

主審が試合者と副審を結ぶ線上に立つと、副審は主審の背中を見ることになり、試合者が見えなくなる。こういう状況では当然のことながら、その副審は判断が出来なくなる。主審は試合者と副審を結ぶ線上には立たない。

(5) 技の評価を示す時は、副審の一人を視野に入れて行う

3人の審判員による多数決制で行なわれている現在、審判は常にこの異見の確認が必要である。副審2名の異見が表明されたときは、すみやかに訂正を行なう。

(6) 自然体を基本とした姿勢で審判をする

審判員の姿勢に“休め”はない。試合者と共に常に活動状態にあることが務めである。

{副審}

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

(7) 正しい姿勢で座る

背もたれに寄り掛かることなく、背筋を伸ばし、適当な間隔に開脚し、拳を下にして軽く握り、大腿部に置き、肩に力を入れず座る。

(8) 試合者が近づいて来た時は、椅子を持ち、素早く適当な位置へ移動する

試合者への妨害をしないこと、及び試合者・副審双方に対する危険防止等の意味で非常に重要な動作である。このとき、椅子を持ちながら場内外の判断を示す場合があるが、その際、場内外を示す手が自分の身体の前をクロスするような指示の仕方にならないよう注意を要する。

(9) 寝技で絞技、関節技の攻防の時は特に注意する

危険な状態や反則行為に当たる動作等をいち早く察知するために、寝技の攻防の際、絞技、関節技には特に注意する。

(10) 試合中、柔道衣の着替えには、副審一人が付き添う

試合者が男性の場合は男性の副審が、女性の場合は女性の副審か、または女性の役員が付き添い、

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

不適格な柔道衣でないことや不正等を防ぐ。

- (11) 合議は試合者から離れた位置で行い、しかも試合者を視野に入れておく

試合者に合議の内容が漏れ聞こえないように音量に配慮し、半円形に並ぶ。

- (12) 医師の診察時は、副審もともに観察する

審判員がもっとも注視すべき対象は、常に試合者であることから、たとえ試合が中断された医師の診察時であっても同様である。副審も歩み寄って主審とともに観る。国際規定の場合は、着席したまま観察する

8. 礼法

礼は、人と交わるにあたり、まずその人格を尊重し、これに敬意を表することに発し、人と人との交際を整え、社会秩序を保つ道であり、礼法は、この精神をあらわす作法である。精力善用・自他共栄の道を学ぶ柔道人は、内に礼の精神を深め、外に礼法を正しく守ることが肝要である。

礼（立礼）は、直立の姿勢から上体を自然に約

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

30° 曲げ、両手の指先を膝頭から約一握り上の位置まで体に沿わせて下ろし、平常呼吸で大体一呼吸（約4秒）である。

主審、副審及び選手は、以下に示された礼法を正しく行い、他の国際的スポーツとは違った柔道の独自性を保つよう努めなければならない。

(1) 個人戦

1) 審判員の礼法

● 試合開始前

- ① 主審を中央にして、正面(上席)に相對する場外端の中央に位置して、正面(上席)に向かって礼をする。
- ② 赤畳上に進み、再度、主審を中央にして正面(上席)に向かって礼をし、その位置で主審は一步下がり、副審2名が互いに向き合い礼をし、その後、それぞれの位置につく。このとき両副審は同時に着席する。

● 第2試合以降

- ① 主審を中央にして、場外端の中央で正面

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

(上席)に礼をした後、それぞれの位置につく。
終了する場合も同様に行う。

- ② 主審、副審が交替する場合は、互いに歩み寄り赤畳上で礼をし、それぞれの位置につく。

●最後の試合

主審を中央にして、赤畳上で正面(上席)に向かって礼をし、次に試合開始前の時と同様に互いの礼をする。その後、場外端の中央に戻り、再度、正面(上席)に向かって礼をし、試合場から退場する。試合場が複数の場合も同様に行う。

2) 選手の礼法

国際柔道連盟試合審判規定と講道館柔道試合審判規定の礼法に違いがある。

[国際柔道連盟試合審判規定]

●試合の開始

- ① 試合場に入る時、試合者は上席に向かって礼をする。
- ② 試合者は赤畳の外側の中央の位置で待機し、主審の合図で開始線まで進む。試合者は場内に入るとき、自主的に礼をしてよい。

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

- ③ 試合者は互いに礼をし、一歩前に出て自然本体に立ち、主審の「始め」の宣告を待つ。

● 試合の終了

- ① 試合が終了し、主審が「それまで」を宣告したなら、両試合者は試合結果を待つために、それぞれの試合開始線の一歩前に立つ。試合者はこの時点で柔道衣を正す。
- ② 主審は一歩前に進み、試合結果を示し、一歩下がる。この指示に続き、試合者は同時に一歩下がって、互いの礼をする。
- ③ 試合者は赤畳の外側の中央の位置まで後退する。試合者は場内から出るとき、自主的に礼をしてよい。
- ④ 試合場を出る時に上席に向き、礼をする。

[講道館柔道試合審判規定]

● 試合の開始

- ① 試合場に入る時、試合者は正面に向かって礼をする。
- ② 試合者は試合場内のそれぞれの開始線上まで進み、正面に向きを変え、両者同時に礼を

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

する。

- ③ 試合者は再び向かい合って礼をし、左足から一步前に出て自然本体に立ち、主審の「始め」の宣告を待つ。

● 試合の終了

- ① 試合が終了し、主審が「それまで」を宣告したなら、試合者は試合結果を待つために、それぞれの試合開始線の一步前に立つ。
- ② 主審によって試合結果が示された後、試合者は右足から一步下がって互いの礼をし、次に正面に向きを変え、同時に礼をする。
- ③ 試合者は試合場から出る時に、正面に向かって礼をする。

(2) 団体戦

国際柔道連盟試合審判規定と講道館柔道試合審判規定の礼法に違いがある。

〔国際柔道連盟試合審判規定〕

1) 審判員の礼法

● 試合の開始

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

- ① 主審を中央にして、上席に相対する場外端の中央に位置して、上席に向かって礼をする。
 - ② 赤畳上に進み、再度、主審を中央にして上席に向かって礼をし、その位置で主審は一步下がり、副審2名が互いに向き合い、礼をする。
 - ③ 主審の位置まで進み、上席を向いて横一列に並び、両チームの入場を待つ。
 - ④ 主審は整列した両チームが上席を向くよう両手を伸ばして指示し、「礼」と合図し、両チームに礼をさせる（審判員は礼をしない）。
 - ⑤ 主審は両チームが互いに向き合うよう指示し、「礼」と合図し、両チームに互いの礼をさせる(審判員は礼をしない)。
- 主審、副審の交替
主審、副審が交替する場合は、互いに歩み寄り赤畳上で礼をし、それぞれの位置につく。
 - 各個人試合
 - ① 主審は試合者が開始線上に立ち、互いの礼をして一步前に出たら、「始め」と宣告し、試

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

合を開始させる。

- ② 主審は試合終了の合図があったら「それまで」と宣告し、試合者が開始線の一步前に立ったら、一步前に進んで試合結果を示し、一步下がる。

● 試合の終了

- ① 主審と副審は主審を中央にし、試合開始時の位置で上席を向いて横一列に並ぶ。
- ② 主審は一步前を出て結果を示し、一步下がって元の位置に戻り、「礼」と合図をして両チームに互いの礼をさせる（審判員は礼をしない）。
- ③ 主審は両チームが上席を向くよう両手を伸ばして指示し、「礼」と合図して両チームに礼をさせる（審判員は礼をしない）。
- ④ 主審と副審は赤畳上で横一列に並び、上席に向かって礼をし、その位置で主審は一步下がり、副審2名は互いに向き合い礼をし、試合場の端の中央に戻り、上席に礼をして試合場を出る。

2) 選手の礼法

● 試合の開始

- ① 両チームは試合場の端で礼をし、赤畳前で互いに礼をして、開始線上まで進み、向き合う。
- ② 両チームは主審の指示で上席を向き、「礼」の合図で礼をする。
- ③ 両チームは主審の指示で互いに向き合い、「礼」の合図で礼をする。
- ④ 両チームは赤畳の外側まで下がって互いに礼をし、試合場の端で礼をして試合場を出る。

● 各個人試合

個人戦の礼法を行う。

● 試合の終了

- ① 最後の個人試合が終了し、試合者が試合場を出た後、両チームは開始線上まで進み、互いに向き合って並ぶ（この時は赤畳外側で礼をしない）。
- ② 両チームは、主審が試合結果を示した後、「礼」の合図で互いの礼をする。
- ③ 両チームは、主審の指示に従い上席を向き、

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

「礼」の合図で礼をする。

- ④ 両チームは赤畳外側まで下がって互いに礼をし、次に試合場の端で礼をして試合場を出る。

〔講道館柔道試合審判規定〕

1) 審判員の礼法

● 試合の開始

- ① 主審を中央にして、正面に相對する場外端の中央に位置し、正面に向かって礼をする。
- ② 赤畳上に進み、再度、主審を中央にして正面に向かって礼をし、その位置で主審は一步下がり、副審2名が互いに向き合い、礼をする。
- ③ 主審の位置まで進み、正面を向いて横一列に並び、両チームの入場を待つ。
- ④ 主審は整列した両チームに「正面」と合図し、次に「礼」と合図して、両チームに礼をさせる（審判員は礼をしない）。
- ⑤ 両チームが互いに向かい合った時、主審は「礼」と合図し、両チームに礼をさせる（審判

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

員は礼をしない)。

●主審、副審の交替

主審、副審が交替する場合は、互いに歩み寄り赤畳上で礼をし、それぞれの位置につく。

●各個人試合

個人戦の礼法を行う。但し、正面への礼は除く。

●試合の終了

- ① 主審と副審は主審を中央にし、試合開始時の位置で正面を向いて横一列に並ぶ。
- ② 主審は一步前に出て結果を示し、一步下がって元の位置に戻り、「礼」と合図をして両チームに互いの礼をさせる（審判員は礼をしない）。
- ③ 主審は「正面」と合図し、両チームを正面に向かせ、「礼」と合図して両チームに礼をさせる（審判員は礼をしない）。
- ④ 主審と副審は赤畳上で横一列に並び、正面に向かって礼をし、その位置で主審は一步下がり、副審2名は互いに向き合い礼をし、試合場の端の中央に戻り、正面に礼をして試合

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

場を出る。

(注) 団体試合を終える場合、主審による勝ちの宣告と指示、或いは「引き分け」の宣言と動作は次のとおりとする。

一歩前に出て「赤（又は白）勝ち」と宣告して勝ったチームを指示する。

一歩前に出て「引き分け」と宣言して動作をする。

2) 選手の礼法

● 試合の開始

- ① 両チームは試合場の端で礼をし、開始線上まで進み、向き合う（この時、赤豊外側で礼をしない）。
- ② 両チームは主審の「正面」の合図で正面を向き、「礼」の合図で同時に礼をする。
- ③ 両チームは互いに向き合い、主審の「礼」の合図で互いの礼をする。

● 各個人試合

個人戦の礼法を行う。但し、正面への礼は除く。

● 試合の終了

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

- ① 最後の個人試合が終了した時、両チームは開始線上まで進み、互いに向き合って並ぶ（この時、赤畳外側で礼をしない）。
- ② 両チームは、主審によって試合結果が示された後、主審の「礼」の合図で互いの礼をする（審判員は礼をしない）。
- ③ 両チームは、主審の「正面」の合図により正面を向き、「礼」の合図で同時に礼をする（審判員は礼をしない）。
- ④ 両チームは、試合場を出る時、正面に向かって礼をし、試合場を出る。

※ 団体戦に於ける選手の並び方に、国際規定と国内規定とで違いがある。

国際規定：上席側に軽い階級が来るように順に並ぶ。

国内規定：正面側に大将が来るように順に並ぶ。

9. 講道館柔道試合審判規定・少年規定

「少年規定」は、小・中学生に適用される規定であるが、その基本理念は正しい組み方で、正しい技を掛け合う、講道館柔道の基礎を習得させ、生涯にわたって柔道に親しむ能力や態度を育成し、日本柔道の基盤を確実に築くことである。少年柔道に携わる全ての関係者は「基本の習得」と「安全管理」を認識し、少年柔道の育成に取り組む必要がある。

とくに審判員は、試合の場で少年を指導する立場として、大きな責任を担っている。従って、審判員はこの少年規定の基本的な考え方を十分に理解し、安全に留意し、正しい組み方、正しい礼法を徹底させる等、その役割は重要である。

(1) 後ろ襟・背部又は帯を握ること

「背部」又は「帯」は、瞬間的（1～2秒程度）であれば認められている。

但し、中学生の場合は、試合者の程度に応じて「後ろ襟」を握ることが認められる。「後ろ襟」は、正中線を越えて握り続けた場合は、いわゆる片

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

襟・片袖の反則（6秒）を適用する。「後ろ襟」を握ることにより、「相手の首を抱えて」施す反則が適用される技の掛け方や、後ろ襟を握られて「首を抜く」反則が予想されるので、この反則の適用について、審判員は適切に判断しなければならない。

(2) 両膝を畳について背負投を施すこと

正しい背負投を奨励するためにも、最初から同時に両膝をついて施した背負投はもちろんのこと、ほとんど同時に両膝をついても反則とする。

両膝をついての背負投による弊害は、技を掛けられる側の頸椎損傷や技を掛ける側の成長過程における膝関節傷害といった「負傷」である。

(3) いきなり相手の足（又は脚）を取ること

中学生に関しては、「後ろ襟」と同じく、試合者の程度に応じて、片手で襟、または袖を握っている状態からの踵返や朽木倒は認められる。これは、足を取っての肩車・掬投・谷落などが認められていることと整合性を持たせるためである。

(4) ケンケン内股の解釈（背部を握り続けた場合）

「後ろ襟・背部を握った」状態で、ケンケン内股

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

を掛ける場合は、〔瞬時的（1～2秒程度）〕の規定にかかわらず、特例として認められる。ただし、ケンケン内股から、大内刈等に変化しても技の効果は認められない。その場合は早めに「待て」をかけるべきである。なお、ケンケン内股を返して、技の効果があった時は、その効果は見るものとする。

(5) 三角絞を用いた寝技への移行

三角絞への入り方を利用して制するような場合があるが、絞めが効いているかどうかを判断し、反則の適用についてはよく見極める必要がある。

(6) 見込み「一本」について（中学生）

絞技をこれ以上継続させたら危険な状態となることを見込まれる時、審判員は見込みによって「一本」の判定を下さなければならない。柔道を始めて間もない選手が出場する大会ほど、審判員は絞技における「見込み」による判定について十分に注意を払わなければならない。

(7) 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

「頸の関節及び脊柱に故障を及ぼすような動作を

1. 全日本柔道連盟審判員マニュアル

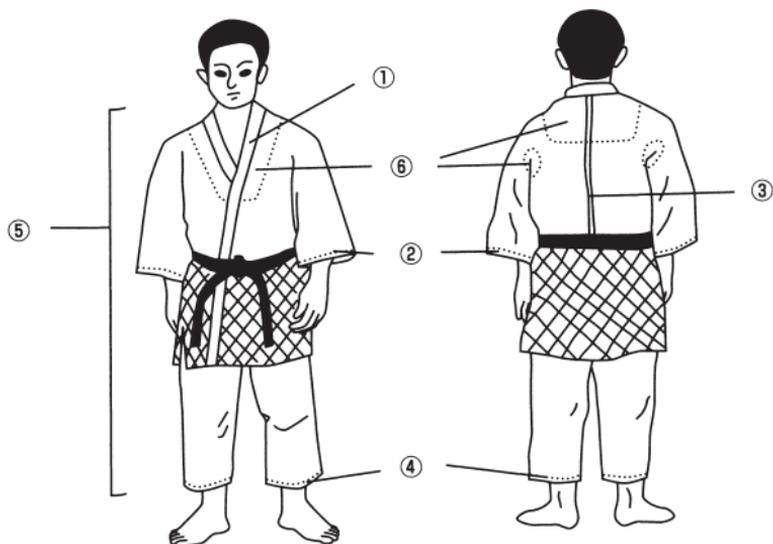
すること」は「警告」又は「反則負け」であるが、少年規定では「指導」以上としている。これは、重大な事故につながる危険性がある動作として、特に少年規定で重要視していることであり、事故が発生してからでは遅い。早めに「待て」をかけ反則の適用をすべき事項であることを認識する必要がある。

(8) 試合者の程度に応じて

柔道を始めて間もない選手が出場する大会と全国大会に出場する選手が同じレベルであると判断することには無理がある。中学生が出場する大会を運営する主催者は、正しい柔道の発展、少年柔道の充実した発展を考える時、その大会で適用する審判規定には十分配慮することが望ましい。

4. 柔道衣に関する規格規定（講道館）

4. 柔道衣に関する規格規定（講道館） （平成12年4月1日施行）



- ①襟 : 幅4cm以上5cm以内、厚み1cm以内
★背中で縫合せた柔道衣の場合は、背継ぎ延長線上の襟の厚みは除く
- ②袖 : 袖口の折り返し幅 3cm以内
- ③背中 : 背中で縫合せる場合、縫合せ幅（背継ぎ）3cm以内
- ④下穿 : 裾の折り返し幅 3cm以内
- ⑤素材 : 綿100%あるいは綿混率の高いもの（70%以上）を使用し手触りのよいもの

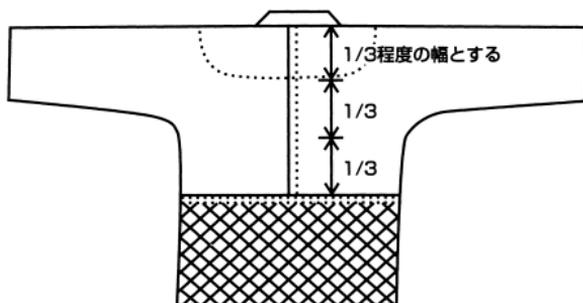
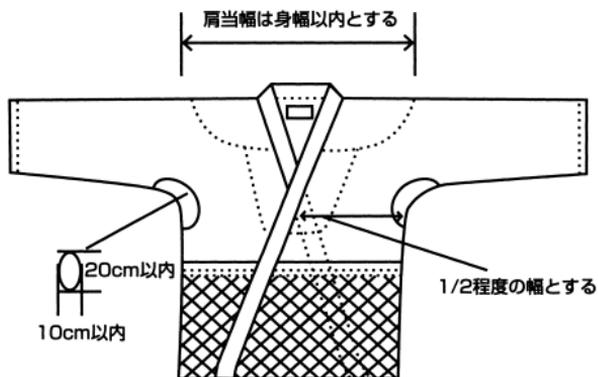
4. 柔道衣に関する規格規定（講道館）

⑥裏地補強生地：肩当・胸当・腋当（上着刺子部分）の3か所のみ裏地補強を認める

但し、裏地の使用は刺子の共生地1枚のみ可

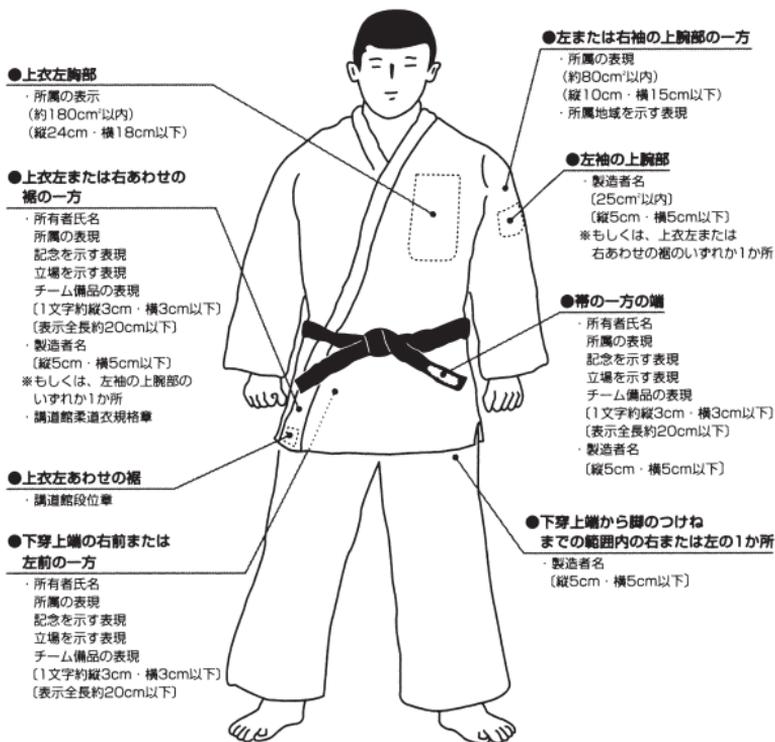
★各補強生地寸法は、別図を基準とする

★生地縫合せ部分に補強テープを施す場合は、幅3cm以内の薄手のテープを使用する



5. 国内における柔道衣のマーキングに関する規則

5. 国内における柔道衣のマーキングに関する規則 (平成11年4月1日施行)



全日本柔道連盟公認審判員規程

第1章 目的

(目的)

第1条

この規程は、財団法人全日本柔道連盟（以下、全柔連という。）の公認審判員の制度を定め、公認審判員の養成とその資質の向上を図ることを目的とする。

(定義)

第2条

本規程における公認審判員とは、審判員及び顧問審判員をいう。

第2章 審判員

(審判員)

第3条

審判員とは、次の各号に挙げるとおりとし、全柔連が選考のうえ認定した者をいう。

(1) Sライセンス審判員

特に技能が優秀であり、全柔連が主催、主管する全国的大会の審判員となる資格を有する者

(2) Aライセンス審判員

全柔連が主催、主管する全国的大会の審判員となる資格を有する者

(3) Bライセンス審判員

地区柔道連盟（連合会・協会）が主催、主管する大会の審判員となる資格を有する者

(4) Cライセンス審判員

都道府県柔道連盟（協会）及びその加盟団体が主催、主管する大会の審判員となる資格を有する者

(管轄)

第4条

審判員の管轄については、次の各号に挙げるとおりとする。

(1) Sライセンス審判員は、全柔連が管轄すること

(2) Aライセンス審判員は、全柔連が管轄すること

(3) Bライセンス審判員は、地区柔道連盟（連合会・協会）が管轄すること

(4) Cライセンス審判員は、都道府県柔道連盟（協会）が管轄すること

(審判員の義務等)

第5条

1 審判員は、指導者登録（Cライセンスは競技者登録でも良い）及び審判員登録を毎年更新するものとする。

2 審判員は、各種の大会における審判員活動について、都道府県柔道連盟（協会）を経由して管轄する団体に届けるものとする。

3 第1項及び前項に係る届け出は、管轄する団体から求められたとき、別紙様式により行うものとする。

4 審判員の服装は、別に定める服装規定による。

5 審判員が、次に定める各号の一に該当する場合は、全柔連の審判委員会は審判員の資格を停止し、又は喪失させることができる。

- (1) 特別の理由なく4年間（Sライセンス審判員については2年間）、試合の審判に携わらないとき
- (2) 更新手続きをしないとき
- (3) 審判員の義務を怠ったとき
- (4) 審判員として相応しくない言動のあったとき
- (5) その他審判員として不適格と認められたとき

（審判員研修会）

第6条

- 1 Sライセンス審判員は、全柔連が主催する審判員研修会に毎年出席しなければならない。
- 2 Aライセンス審判員、Bライセンス審判員及びCライセンス審判員は、第4条各号に定められる管轄団体が主催する審判員研修会に、少なくとも2年に1度、出席しなければならない。

（審判員の任期）

第7条

- 1 Sライセンス審判員の任期は2年間とし、審査のうえ更新することができる。
- 2 Aライセンス審判員、Bライセンス審判員及びCライセンス審判員の任期は4年間とし、審査のうえ更新することができる。

（審判員の定年）

第8条

審判員の定年は、満65歳とする。

（試験）

第9条

審判員に関する試験・選考は、別表第1のとおりとする。

（費用）

第10条

審判員に関する試験の受験料、ライセンス登録料（更新を含む）、講習会費は別表第2のとおりとし、その都度納付するものとする。

（審判の実施）

第11条

- 1 全国大会の試合の審判は、全柔連の審判委員会において選考したSライセンス審判員又はAライセンス審判員が行う。
- 2 全国大会のうち、実業団、大学、高等学校及び中学校等の全国大会の試合の審判は、前項の規定にかかわらず、原則として主催する団体において選考したSライセンス審判員、Aライセンス審判員又はBライセンス審判員が行う。ただし、全柔連が前項に準じて審判員の一部を派遣することができる。
- 3 全国大会を除く試合の審判は、原則として主催する団体が選考した審判員が行う。

第3章 顧問審判員

(顧問審判員)

第12条

顧問審判員とは、年齢65歳以上及び7段以上(女子にあつては5段以上)の者から、全柔連が選考のうえ認定した者をいう。ただし、年齢60歳以上の者であっても希望があれば選考の対象とする。

(顧問審判員の義務等)

第13条

- 1 顧問審判員は、指導者登録を毎年更新し、顧問審判員登録は初年度のみとする。
- 2 第5条第2項から第4項、第5項3号から5号の規定は、顧問審判員について準用する。

付則

- 1 本規程は、平成2年4月1日から施行する。
- 2 本規程は、平成12年4月1日改正・施行する。
- 3 本規程は、平成19年4月1日改正・施行する。

公認審判員規程（別表１）

ライセンス 区分		S	A	B	C
(1) 受験資格	年齢	30歳以上 満55歳まで	28歳以上 満55歳まで	25歳以上	20歳以上
	柔道経験	15年以上、 5段以上 (女子は3段以上)	15年以上、 5段以上 (女子は3段以上)	12年以上、 4段以上 (女子は3段以上)	有段者
	審判経験	「A」取得者の中から 選考する。	「B」取得後3年以上 の審判経験を有し、 指導者登録した都道 府県より推薦を受け た者とする。	「C」取得後2年以上 の審判経験を有し、 指導者登録した都道 府県より推薦を受け た者とする。	都道府県において指 導者登録又は競技者 登録し、かつ講習会 に出席し、許可され た者とする。
(2) 試験方法	全柔連より指名され た審判委員会の選考 審査委員3名以上が これにあたる。 全柔連が主催する大 会において審査・選 考する。	全柔連より指名され た審判委員会の選考 審査委員3名以上が これにあたる。 地区以上が主催する 大会において審査す る。受験回数は年1 回とする。	地区柔道連盟（連合 会・協会）から選ば れた審査員3名以上 がこれにあたる。 地区柔道連盟（連合 会・協会）が主催す る講習会に出席し、 その主催する試合に おいて審査する。	都道府県における講 習会等に出席し、そ の地域において審査 する。	
(3) 試験内容	実技によって審査を 行う。	筆記および実技によって審査を行う。			

平成19年4月1日改正・施行

公認審判員規程（別表2）

項目	顧問	S	A	B	C	備考
受験料		なし	5,000円	3,000円 以下	2,000円 以下	試験を受ける時 (1回につき)
講習会費		5,000円	5,000円	3,000円 以下	2,000円 以下	講習会受講時
登録費	20,000円	3,000円	2,500円	1,500円	1,000円	毎年納入 (B・Cの1/2は全柔連) 顧問は初年度のみ

平成20年4月1日実施

7. 講道館技名称

7. 講道館技名称

1982年10月制定

1997年4月改正

1. 投技 (67本)

手技 (15本)

背負投 一本背負投 背負落 体落 肩車 浮落
隅落 掬投 帯落 双手刈 朽木倒 踵返 小内
返 内股すかし 山嵐

腰技 (11本)

大腰 浮腰 払腰 釣込腰 袖釣込腰 釣腰 跳
腰 移腰 後腰 腰車 抱上

(注) 抱上は、現在、試合では技の効果は認められ
ない。

足技 (21本)

膝車 支釣込足 払釣込足 出足払 送足払 燕
返 小内刈 大内刈 小外刈 小外掛 大外刈
大外落 大外車 内股 大車 足車 大外返 大
内返 跳腰返 払腰返 内股返

真捨身技 (5本)

巴投 裏投 隅返 引込返 俵返

7. 講道館技名称

横捨身技（15本）

浮技 横落 谷落 横分 横車 横掛 抱分 外
卷込 内卷込 跳卷込 払卷込 内股卷込 大外
卷込 蟹挟 河津掛

（注）河津掛は、現在、試合では禁止である。

2. 固技（29本）

抑込技（7本）

袈裟固 崩袈裟固 肩固 上四方固 崩上四方固
横四方固 縦四方固

絞技（12本）

並十字絞 逆十字絞 片十字絞 裸絞 送襟絞
片羽絞 袖車絞 片手絞 両手絞 突込絞 三角
絞 胴絞

（注）胴絞は、現在、試合では禁止技である。

関節技（10本）

腕緘 腕挫十字固 腕挫腕固 腕挫膝固 腕挫腋
固 腕挫腹固 腕挫脚固 腕挫手固 腕挫三角固
足緘

（注）足緘は、現在、試合では禁止技である。

8. 國際柔道連盟技名称

8. 國際柔道連盟技名称

1995年 9 月制定

1998年 6 月改正

1. 投技 (66本)

手技 (16本)

背負投 一本背負投 背負落 体落 肩車 浮落
隅落 掬投 帶落 帶取返 双手刈 朽木倒 踵
返 小内返 内股すかし 山嵐

腰技 (10本)

大腰 浮腰 払腰 釣込腰 袖釣込腰 釣腰 跳
腰 移腰 後腰 腰車

足技 (21本)

膝車 支釣込足 払釣込足 出足払 送足払 燕
返 小内刈 大内刈 小外刈 小外掛 大外刈
大外落 大外車 内股 大車 足車 大外返 大
内返 跳腰返 払腰返 内股返

真捨身技 (5本)

巴投 裏投 隅返 引込返 俵返

横捨身技 (14本)

浮技 横落 谷落 横分 横車 横掛 抱分 外

8. 國際柔道連盟技名稱

卷込 内卷込 跳卷込 払卷込 内股卷込 大外
卷込 小内卷込

2. 固技 (29本)

抑込技 (9本)

袈裟固 崩袈裟固 後袈裟固 肩固 上四方固
崩上四方固 横四方固 縦四方固 浮固

絞技 (11本)

並十字絞 逆十字絞 片十字絞 裸絞 送襟絞
片羽絞 袖車絞 片手絞 両手絞 突込絞 三角
絞

関節技 (9本)

腕緘 腕挫十字固 腕挫腕固 腕挫膝固 腕挫腋
固 腕挫腹固 腕挫脚固 腕挫手固 腕挫三角固

3. 禁止技 (4本)

足緘 胴絞 蟹挟 河津掛