

1. 技の評価

投技

- 1) 立ち姿勢は片膝が畳から離れていること。両膝が着いたら寝姿勢。ただし、立ち勝負からの流れの中で瞬間的に両膝が畳に着く程度は立ち姿勢とみなす。流れを理解すること。
- 2) 捨身技で自ら倒れたときや返し技で同体のように倒れたときは最終的にどちらがコントロールしているかを見極めること。スコアを与える場合選手の試合開始位置を指差すことが重要。
- 3) ブリッジ（頭から突っ込んで背中がつかないようにアーチ状に着地）して逃れた場合は一本を与える。足が着く前に既に頭が畳から離れていても同じく一本を与える。頭から突っ込んで技から逃れる危険な行為を止めさせることが狙い。
ただし、横車や巴投などで頭から突っ込むのではなく、受けの体が横に回転し体を反るように倒れた場合は技の評価に相当するスコアを与える。
- 4) 巴投や背負投等において、中断して投げたときはワンランク下のスコアとなる。
- 5) 引込返は投技としてスコアとなる。
- 6) 関節技を施しながらの投技（腕返等）はスコアとならないが、絞技を施しての技はスコアとなる。
- 7) 試合終了の合図と同時に施された技はスコアとなる。微妙な場合は時計係への確認と合議が必要。
- 8) 背負投や釣込腰で反対側に投げたときは相手を制しているかどうかを見極めること。
- 9) 1回目～3回目の「指導」は得点とはせず、4回目の「指導」は反則負けとなる。ただし、1回目の「指導」においても発声し、掲示板には「指導マーク」を表示する。

固技

- 1) 主審は、施された技が次の基準に相当するときは、「抑え込み」と宣告する。
 - a) 抑えられた試合者が、相手によって制せられており、畳に背、両肩又は片方の肩がついていること。
 - b) 横側、頭上、身体の上から制していること。
 - c) 抑えている試合者は、相手の脚で自分の脚又は身体を制せられていないこと。
 - d) 抑え込んでいる試合者は、その身体が「袈裟」又は「四方」の体勢、すなわち「袈裟固」あるいは「上四方固」のような形になり、相手に覆い被さっていること。
ただし、俗称「裏固」は抑え込みと評価する。
- 2) 三角固からの「抑え込み」は尻が畳に着地していないこと、上体の大部分を覆っていること。
- 3) 抑え込まれている選手に、上側からでもしっかりと確実に脚を挟まれた場合は「解けた」となるが、すぐ外れる程度では「解けた」とはならない。※上側からは簡単に脚は挟めない

2. 反則の適用

- 1) 罰則を与えるタイミングを考えること。見極めが大切であり、ただ単に機械的に与えるのではなく、技を掛けるタイミングを狙っている場合は攻防を継続させ様子を見る。
- 2) 次の禁止事項を犯した場合は、より厳格に対処する。
 - ①腰を曲げ、頭を下げた低い姿勢を取り続けること
 - ②偽装的な攻撃をすること（掛け逃げ）
 - ③組み手を嫌うこと（早めに片方もしくは双方に「指導」を与える）。また、自分の襟を押さえたり、ただ相手の後襟を上から押さえ続けて相手に組ませないようにすること。

3) 組み方

- ①両手を使って相手に組まれないようにする行為。
 - ②自身の襟を腕や手で隠す、握るなどの行為で相手が組みに行くのを妨害する。
 - ③袖口のピストルグリップやポケットグリップをした場合は直ちに攻撃しない場合「指導」。(今までは時間を与えずにいた。これからは厳しく「指導」を取る)
 - ④ポケットグリップは袖口部分を握った場合をいう。袖口以外の袖をポケットグリップの形で握ることは問題ない。
 - ⑤組み手争いのなかで2回組み手を切った後、3回目に切った場合は「指導」。組み手を切って技を仕掛けたりする場合は問題ないが、組み手を切るだけの行為を繰り返した場合はネガティブ柔道となり「指導」が与えられる。(3回切って指導が与えられた後にもさらに組み手を切るだけの行為をした場合には数に関係なくネガティブ柔道とみなされ「指導」が与えられる。
 - ⑥両手を使って相手の組み手を切る行為は「指導」。
 - ⑦右組と左組の場合、引手を宙に浮かせて組まない場合は「指導」。
 - ⑧自身の引手の手首にもう一方の手をおいて組み手を切る行為は「指導」。(両手を使って組み手を切ると同じ行為であると判断)
 - ⑨片襟を持ち、その手で相手の釣り手を切る行為は「指導」。(両手で切る行為と判断)
 - ⑩お互いが組み手を切りあった場合、同じ行為が繰り返された場合は両者に「指導」。
 - ⑪相手の組み手を強くはたく行為は「指導」。
 - ⑫片襟、クロスグリップ、帯を持つなどの組み手で「直ちに」攻撃しない場合は「指導」。(これまでは、時間的な猶予を与えずにいた)
 - ⑬クロスグリップの状態から見せかけの内股(内股を仕掛け、ケンケンしている状態)は、本当の攻撃とはいえないので最初は「待て」を宣言し、2回目は「指導」。
 - ⑭相手を押して腰を曲げた状態にさせる行為は押している選手に「指導」が与えられる。(攻撃をしないで押し倒しているだけの状態の場合)
 - ⑮足を使って組み手を切る行為は「指導」。
 - ⑯脇の下を相手が頭を抜いて標準的な組み方でなくなる場合は、頭を抜いた選手が直ちに攻撃すれば問題ないが、攻撃動作が見られない場合は「指導」。
 - ⑰両袖を握り、下に落として相手の組手を妨害した場合、攻撃しなければ「指導」。
 - ⑱相手の手首を直接握り、ブロックしている場合は「指導」。
- 4) 3回目までの「指導」はポイントにならないので、「消極的柔道に対する罰則」は、早い段階で厳格に与えていく。ただし、安易に双方に与えるのではなく片方に与える見極めが必要となってくる。
- 5) 防禦姿勢の反則は、実際に防禦しているのか、相手によってブロックされた状態で攻撃できないでいるのかをよく判断すること。明らかにブロックして攻撃動作を見せない場合は、ブロックしている方に「指導」を与える。
- 6) 髪のかき直しは1回だけ許され、2回目は「指導」。ただし、相手が服装を直す等時間を要したときに素早く直す場合はカウントされない。
- 7) 頭から畳に突っ込む「反則負け」について釣込腰や肩車のような技で、たとえ綺麗に投げたとしても、また頭が畳に着くか着かないに関わらず、正面から飛び込む方法は「反則負け」。
- ※直接的「反則負け」のうち、「正面から飛び込む(通称ダイビング)方法」と本年から適用された「帯から下部を直接腕や手で・・・」の「反則負け」のみ、その後の一連の試合(たとえば敗者復活戦)に出場できる。

- 8) 肩車で直接後方に投げることは、膝立ちの姿勢からでも立ち姿勢と同様に「反則負け」。
- 9) 河津掛のように相手の脚に自分の脚を巻きつけて真後ろ、または相手を持ち上げて捻りながら後方に投げることは「反則負け」。ただし、大内刈や大外刈のように向かい合って相手の後方に投げる方法は反則とならない。
- 10) 帯から下への攻撃・防御の禁止
 - ①立姿勢において、相手の帯から下への攻撃・防御は、全て「反則負け」となる。寝姿勢と判断されれば攻撃しても防御しても「反則負け」とはならない。
 - ②立姿勢から寝姿勢に移行する際に脚を攻撃・防御した場合も「反則負け」とする。明確な「寝姿勢の状態（相手が腹ばいになる、立技から明確なブレイク時間がある等）」にならないと取りも受けも脚を掴んではいけない。
 - ③相手の帯から下に触れたくらい（明確にブロックしていない場合）では、「反則負け」としない。
 - ④巴投や隅返等を掛けられた場合、相手が技を掛けている段階で脚を掴んだ場合は「反則負け」。ただし、完全に施技が終わり寝姿勢になった後であれば問題ない。また、それらの技を防御するために伏せた結果として触れた程度は「反則負け」とはしない。
 - ⑤自身が背負投を掛けて、相手がそれを受けて内股で返した場合、手で相手の脚をブロックしたような状態になった場合であっても、極端な場合（抱え込む等）でなければ「反則負け」とはしない。
 - ⑥大腰や裏投を掛ける時に、帯の周辺に手がかかった場合でも、「反則負け」とはしない。
 - ⑦相手の柔道衣が、帯の中に収まっている時に帯から下を掴んだ場合は「反則負け」となる。ただし、帯から柔道衣が出ている場合は裾を掴んで攻撃することは認められる。故意に相手の柔道衣を帯から出した場合は「指導」が与えられる。
 - ⑧両手で組んでいる場合、肩車や小内巻込等で腕や肘が相手の脚に触れたとしても「反則負け」にはならない。
 - ⑨「反則負け」は、主審および2名の副審及び審判委員が100%認めた場合にのみ与える。

3. 試合

1) 試合時間

試合時間は、男子はシニア5分間、ジュニア・カデ4分間、女子はシニア・ジュニア・カデ4分間が公式であり延長戦はゴールデンスコア方式（時間無制限）で行われる。ただし、国内で行われる各種大会の試合時間及び延長戦（ゴールデンスコア方式）等の時間や方法については、試合者の程度に応じて決めることができる。

- 2) ゴールデンスコア方式とは、延長戦に入ってから先に「有効」以上の得点を得た選手が勝者となる。もしくは先に「指導」を与えられた選手が敗者となる。本戦のスコアや罰則は、延長戦にそのまま引き継がれる。

※本戦内で両者が累積による「反則負け」の場合は、掲示板と時間はリセットされて始まる。

3) 試合の進行

審判員は試合の流れを十分理解し、選手たちによるダイナミック柔道を熟知しておく必要がある。選手の動作を理解していない審判員は、攻撃のチャンスを伺っているときに罰則を与えたり、「待て」を宣告して服装を直させたりして、試合をつまらなくしている。

4. 「待て」「始め」の宣告について

- 1) 「待て」のあと選手が試合開始線に戻らなくても、また主審が試合の開始の位置に戻らなくても（逆の位置にいても）、選手同士が向かい合った平等な状態であれば「始め」を宣告してもよい。また、柔道衣が少し乱れていても、試合の流れを止めることなく、安易に「待て」をかけるべきでない。

また、「指導」を与える反則行為があった場合、試合場内のどの位置にあっても「待て」、「指導」、「始め」を宣告し、出来るだけ試合の流れを止めないこと。ただし、寝技の攻防が停滞した場合と選手が場外に出た場合は、両選手をほぼ開始位置へ戻し平等な状態で「始め」と宣告する。

服装の乱れを直す必要がある場合には、開始位置に戻る。

- 2) 主審は危険と思われる状態以外で試合場外に出ようとしている試合者を止めるために「待て」を宣告してはならない。理由のない「待て」は宣告してはならない。
- 3) 主審は絞技、関節技などから逃れた試合者に休息が必要と見られても、また試合者から休息を要求されても「待て」を宣告してはならない。

5. 「寝技」の進展の理解について

主審は、もう少し進展すれば「抑え込み」になるか、「絞技」や「関節技」が決まる可能性がある場合には通常より長く状況を見ることが大切である。「待て」が早すぎる傾向にあるので注意すること。また、試合場内から始まった寝技の攻防および立技から一連の流れの中において場外へ出て寝技の攻防となった場合、もう少しで「抑え込み」になるか、「絞技」や「関節技」が決まる可能性がある場合も状況を見ることが大切である。

柔道において、重要な寝技の技術の発展を阻害させる原因になっている。（副審も安易に「待て」を要求してはならない）

6. 場内・外の判定

- 1) 場内で技を掛け合うことを目的としている。意味もなく場外に出た場合は厳しく「指導」を与える。
- 2) 片足が出た場合は直ちに攻撃するか、場内に戻らないと「指導」が与えられる。
- 3) 片足が出て偽装攻撃をした場合には「指導」が与えられる。
- 4) 攻撃などのアクションのないまま両足が場外に出た場合は「指導」。
- 5) 相手を押して場外に出した場合は、押した選手に「指導」が与えられる。（押しているだけで攻撃をしていない場合）
- 6) 相手に技を掛けられて場外に出た場合は「指導」ではなく「待て」。
- 7) 場内で始まった攻撃は、立技・寝技共に一連のアクションであれば場外に行っても継続される。（今までと同じ解釈）一連のアクションが続いている限りは場外での返し技等も有効とする。

例：場内でケンケン内股をかけて両者が場外に出た後、受けが返し技で取りを投げた場合はスコアになる。

- 8) 試合者がほぼ同時に技もなく場外へ出た場合は、両者に「指導」を与える。

7. 負傷

- 1) 主審は頭部または背部（脊椎）に大きな衝撃のあった負傷の場合、又は大きな負傷の疑いをもった場合、試合者に対処するために医師を呼ぶことができる。この場合医師はできるだけ短時間に診察を行い、主審に試合者が継続してよいか否かを報告する。もし、継続できないようであれば、医師と合議のうえ「棄権勝ち」を与え終了する。

- 2) 試合者は主審に医師を呼ぶよう要請することができるが、その試合は終了し相手に「棄権勝ち」が与えられるので医師を呼ぶ場合は慎重に。※一般的な負傷・怪我。
- 3) 出血がある場合にはどのような場合にも常に粘着テープ、包帯、鼻用の止血栓などで覆わなければならない。※出血が止まらない場合は、相手に「棄権勝ち」が与えられる。
- 4) 出血を伴う負傷は、同じ箇所に関り2回まで医師による手当を受けることができるが、もし、3回目の出血があった場合、副審と合議のうえ、相手に「棄権勝ち」が与えられる。
- 5) 指や肩の脱臼は、同じ箇所に関り2回まで試合者自身で治すことができるが、3回目は副審と合議のうえ相手に「棄権勝ち」が与えられる。
- 6) 3審制の場合、医師を呼んだとき、副審は主審に呼ばれない限り着席のままで状況の目視確認を行う。
- 7) 試合者が打撲等によって軽微な負傷をした場合、3〜4秒程度様子を見て試合の続行を促す。

8. ジェスチャー・態度

- 1) 審判員の全ての合図は少なくとも3秒から5秒間維持し、試合者から目を離さず、両副審にわかるように動きながら継続すること。ただし、体を回すとき、両試合者から目を離さないように注意する。また、3審制の場合、副審の片方を視野に入れて異見がないか確認する。
- 2) 3審制の場合、副審が主審に「待て」や「合議」を要求したい場合は、手を上げたりしないでその場に立ち上がる。もう一方の副審もそれに気づいたら立ち上がる。
- 3) もし、主審が両副審の異なったジェスチャーに気づかなかったときは、主審に近い副審が歩み寄って知らせる。
- 4) 不明瞭と思われる場合は、主審は公式合図の後、技の効果を得た試合者又は罰則を与えられた試合者を示すために、開始位置を指差す。※明らかな場合は出す必要はない。
- 5) 3審制の場合、主審は、試合者と副審の位置を考慮しつつ、動きを予測して位置を確保する。
- 6) 両試合者に罰則を与える場合は、主審は、該当する動作を行い、試合者を交互に指差し、訂正する合図が必要なときは、取り消しの合図の後、速やかに示す。「待て」の発声は試合者等に聞こえるように、手は時計係へ向け、試合者から目を離さない。
- 7) 自然体を保ち、腕だけでジェスチャーを行う。体がアップダウンしないよう注意する。
- 8) 「有効」「技あり」の場合、右手は左肩からスタートさせると大きく見える。
- 9) 苦笑いをしたり、うなずいたり、「しまった!」というような表情はつつしむ。
- 10) 自信あふれる表情を保ち、副審や周りをキョロキョロ見ないこと。

9. 宣告

- 1) 大きく明瞭に、覇気のある声で発声し、だみ声にならず、怒鳴らないこと。
ただし、観客の応援等で会場が騒然としている場合や選手の安全を確保する必要がある場合には素早く、はっきりと選手に聞こえる声で宣告すること。
- 2) 発声と必要なジェスチャーは同時に行う。ジェスチャーが遅れる傾向にあるので注意。
- 3) 「反則負け」の処置を的確に行う。
※直接的「反則負け」の場合は合議が必要。「指導」が重なり4回目のときは、まず合議をしたあと「反則負け」「それまで」と宣告して試合を終了させる。
- 4) 試合を終了させる「それまで」の宣告を忘れないようにすること

10. 礼法

- 1) 審判団は決められた礼法を正しく行う。
- 2) 3 審制の場合、主審と副審は試合者が場内に上がる前に常に所定の位置についていなければならない。
- 3) 試合者は赤畳の入退場のとき行っていた礼は強制しない。試合者自身が自発的に行う。
- 4) 試合場内に選手を入れる場合は、主審の合図で同時に入場させること
- 5) 試合開始時、選手は「礼」の後、1 歩前にて主審の「始め」の宣告で開始し、終了時は、主審の勝者の指示の後一歩下が「礼」をさせる。この礼法は IJF では審判はコントロールしていないが、大切に守るべき礼法であり、このコントロールは審判員の重要な任務である。

11. 審判員の習性と反省

- 1) 「積極的戦意の欠如」や「指を握り続ける」反則は無難に双方に与える傾向にあるが片方を選別する技量が必要である。
※機械的に反則を取るのではなく寛容な気持ちも大切である。
- 2) 審判員は、試合者よりも数段偉い人がやるものだ勘違いしている。
※誠実な姿勢や態度が必要であり、選手に敬意をはらうこと。
- 3) 審判員は自分の判断が一番正しいと思っており、他人から指摘されると反発的になり、他人の助言を素直に聞き入れたくない習性がある。
※周囲の審判員に自分の評価を確認する等、常に審判技術の向上に努めることが大切である。

12. その他

- 1) 主審は試合が始まる前に、試合場、用具、柔道衣、衛生、競技係員等すべてが適正な状態にあることを確認しなければならない。
- 2) 記録係、得点表示係、時計係、さらに他の競技係員は 21 歳以上で、国内審判員として最低 3 年の経験を有し、審判規定をよく理解している者と義務付けられている。従って、審判員にとって強い味方となるので、協力を得る。
※国内の各種大会では、係員等の基準は柔軟的に位置づけされているので慣例に従って運営される場合もある。
- 3) 柔道衣検査は、あらかじめ用意されている「柔道衣測定器」によって選手自身が測定して基準に合格しなくてはならない。指定された係員は試合前に「柔道衣測定器」によるチェックの有無の確認、サポーターを付けている場合は「硬い物質」や「金属」が混入していないかの確認、また女子の場合は T シャツの規格・マーク等についても言及して確認する。さらに柔道衣の中に異物が混入していないか等についても確認する。
これらの確認が行われた後、試合中に違法行為等によって改ざんが認められた場合は「棄権勝ち」や「反則負け」が適用される。正確な確認が行われていない場合は試合中であっても除去して試合を続行成立させることが重要である。
- 4) 特別に「審判委員」が設置されていない場合は、次回の審判員が交互に任務に着く等して試合のトラブルや誤審の解決に取り組む。