

1. テクニック（技）の価値

「一本」にもっと価値を与える。背中が畳につく際に本当のインパクトがある場合にのみその技を一本とみなす。倒れた時に巻き込まれて本当のインパクトがない場合は一本とは考えない。

（解釈）側面から着地してローリングして背中が着いた場合は最高で「技有」。韓国式背負の場合、体側がついてからのローリング状態であれば最高で「技有」とする。

◆スーパー一本

内股や払腰などの技で技が切れすぎて相手がやや回転し過ぎて、背中の一部のみが畳に着いた場合、「スーパー一本」として一本を与える。この場合、受が自ら回転して回り過ぎているのか、取の技が切れ過ぎて（受はなにもできずに）回転しているのかを見極めることが重要。回転しないで背中の一部のみが畳についた場合は「一本」は与えない。

◆「有効」の定義

選手が相手をコントロールして投げて体の上部側面が着地した場合は「有効」とする。

（解釈）上部側面と定義されているため、下半身が側面であろうが、うつぶせ状態であろうが、上部側面がハッキリと畳に着いた場合は「有効」

※ 体側から落ちた場合、腕が前に伸びて体が地面に垂直な場合は有効。限りなく腹ばいに近い状態、もしくは腹ばいの状態はノースコア。肘で着地し肩が地面に着いていない状態はノースコア。

※ 肘（の上に自身の体があり）と同時に肩が地面に着いている状態は「有効」。受の腕が着地した体側の外側（背中側）にある場合はノースコア。

最初にしりもちをつき、その後の別のアクションで背中を着けた場合は有効ではない。（古い規定では「効果」二つの別のタイミングとなるため「有効」ではない。

しりもちをついた後に同じアクション（続いた場合）であれば有効とする。

2. ブリッジの姿勢での着地

ブリッジの姿勢で着地した場合はすべて「一本」とみなされる。選手が相手の技からブリッジを使って逃げるのがないよう、そして頸椎に対する危険性をなくすために、選手の安全を考慮してこの決定がなされた。

頭が畳について、足がつく前に頭が離れたとしてもブリッジとみなす。（一本）

ブリッジの着地の姿勢ではなく、背中から着地することを防ぐためにアーチを描いた行為は一本とする。今まではブリッジの定義は「頭と足が畳についてアーチを描いた場合」だったが、これからは足がついていようが、頭が離れていようが、肩がついていようが、背中からの着地を防ぐために描いたアーチ状の姿勢はブリッジとみなす。

柔道は安全なスポーツであるということを世界に伝えなければならない。16歳の若い選手が首から着地して車椅子生活になるようなことは避けなければいけない。

3. 罰則

1つの試合において、3つの「指導」があり、4つ目の「指導」は「反則負け」となる。

「指導」は相手の選手にスコアを与えない。技によるポイントのみがスコアとして表示される。「指導」は受けた回数のみが表示される。試合の最後にスコアが同等の場合、「指導」が少ない選手が勝者となる。

スコアも「指導」も同等の場合、時間無制限のゴールデンスコアへ続くが、最初に「指導」を受けた選手が敗者となる。または、最初に技によるスコアを得た選手が勝者となる。

◆「指導」を与える場所について

1. 指導を与える際には開始線に戻らないでその場で与える。選手は1, 2歩下がったり少しだけ位置を変えることは可能だが（全くそのままではいけないということではない）今までのように歩いて呼吸を整えたりすることはできない。
 2. 場外に出て指導が与えられる場合は開始線に戻る。
 3. 寝技の際に指導を受けた場合は一度立ち上がって開始線に戻ってから指導が与えられる。
 4. 指導を与える流れ
 - ① 指導を与える反則が発生
 - ② 主審が「待て」を宣告
 - ③ 試合者はその場で組み手を離し（もしくは立ち上がり）、少し間合いを開けて向き合った状態になる
 - ④ 主審が指導を与える（指導を宣告する前にはジェスチャーでその理由を示す）
 - ⑤ 主審が「始め」を宣告→試合再開※場外に出たり、帯がほどけたり、寝技がこう着状態となり「待て」が宣告された場合、選手は試合場中央に戻り、主審が「始め」を宣告する。（従来どおり）
- 4回目の指導（「反則負け」）は開始位置に選手が戻ってから与えること。

4. 以下の場合、「指導」の罰則が与えられる

◆ 組み手について

- 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。グリップした瞬間攻撃に移らないと「指導」。（今までは時間を与えずぎていた。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、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ぎていた）
- 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。

◆ 場内外について

- 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。

◆ その他について

- ① 自分で自分の柔道衣を帯から出す行為は指導。
- ② 相手の上着が帯から出ている状態のときに、裾部分を握ったら直ちに攻撃しなければ指導が与えられる。
- ③ 奥襟などを持ってプレッシャーのみを与える場合、指導。※この規定は今までもあったがほとんど適用されていなかった。これからは厳しく適用する。このような柔道をする選手は、指導で勝とうとする選手が多いがそれは正しくない。ただし、奥襟を持たれている方が明らかに防御姿勢である場合は、その選手に指導。
- ④ 自身の脚を相手の脚の間に入れる状態は、繰り返し行う場合は指導。
- ⑤ ベアハグについて、組み手を持たず相手の選手に直接抱きついて投げる行為は1回目から「指導」。少なくとも受・取に関係なくどちらかが片手で組んでいるときは指導は与えられない。
- ⑥ 偽装攻撃に関しては、過去には指導を与えるのが緩い場面もあったが、今後は厳しく指導を取っていく。

5. 以下の場合、「反則負け」の罰則が与えられる

立ち技の際、片手、または両手、もしくは片腕、または両腕を使って相手の帯から下を攻撃する、またはブロックする全ての行為は反則負けとなる。脚を掴んでいいのは、両選手が立ち技からクリアに寝技の姿勢になった場合のみである。

※肘で足をブロックする行為も反則負け。（足を掴んでいなくてもブロックしているということで反則負け）

6. 抑え込み、関節技、絞め技

- ① 抑え込みが場内で宣告された場合は、試合場から両選手が出て抑え込みは継続される。
- ② 抑え込みのスコアは、有効10秒、技有15秒、一本20秒とする。
- ③ 投技が場外で決まって、そのまま場外で直ちに一人の選手が抑え込み、絞め技、関節技を施した場合、それらの技は効力があるとみなされる。寝技の時に、受が反撃をして上記の寝技のテクニックを施した場合、それが継続的で（動きが）連動している場合は効力を認める。
- ④ 関節技と絞め技が試合場内で始まり、相手の選手に対してその効果が認められる時、選手が場外に出てもそのまま続行される。

例：場内で「抑え込み」を宣告後、抑え込みの状態のまま両者が場外に行き、そこで受が鉄砲で返して直ちに取を抑え込んだ場合は「解けた、（受の）抑え込み」を宣告。

例：場内で「抑え込み」を宣告後、抑え込みの状態のまま両者が場外に行き、そこで抑え込んでいる方が関節技に移行し、相手が参ったした場合は関節技による一本となる。

例：場内でかけた背負投が場外で決まり「有効」もしくは「技有」を宣告後、投げた選手が投げられた選手に関節を極められ参ったをした場合は一本となる。

7. 抑え込み

抑え込んでいる試合者は、その身体が「袈裟」又は「四方」又は「裏」の体勢、すなわち「袈裟固」あるいは「上四方固」、「裏固」のような形にならないといけない。

※これまでは、「後袈裟固」の状態が相手の反撃によって顔や胸が上（天井側）を向いたり脚の位置が変わった程度で「とけた」となり、再度形を整えば「抑え込み」を宣告する場面が度々見られたが、コントロールしていることに代わりはないので今後はこのような場面でも「抑え込み」は継続させる。

8. 第27条

13) と17) について厳しく取り締まられる。

絞め技は自身、もしくは相手のベルトや上衣の裾、指だけを使用しての絞め技は許されない。

13) 帯の端や上衣の裾を、相手の身体のだのの部分にでも巻きつけること。(IJFは14項)

17) 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。(IJFは18項)

9. カデ-U18

カデの選手が関節技を施すことを許可する。

カデの選手が、絞め技によって意識を失った場合、その選手はその大会は試合をすることはできない。この年代の選手に多くの試合をさせる機会を与える為に、ダブルレベチャージ、もしくはその他のシステムを適用する。

10. 礼

量に上がる際、(二名の) 選手は同時に試合場入り口に歩いて行き、お互いに同時に礼をする。

試合開始前に選手は握手をしてはいけない。

選手が試合場を降りるとき、選手は柔道衣をきちんと着用していなければならない。試合会場を出て行く時に、いかなる柔道衣の部分もあるいは帯も脱いではいけない。

1 1. 試合時間

ゴールデンスコアの時間制限はなし。(判定は取りやめ)

シニア男子—5分

シニア女子—4分

ジュニア・カデー変更なし

1 2. 前日計量

シニア並びにジュニアの公式計量は、試合の前日に行われる。

ランダムに選出した選手に対して、公式計量と同じ方法で大会当日朝の初戦の前に体重チェックを行う。選手の体重が、階級の公式体重上限より5%以上であってはいけない。例えば100キロ級の選手は、柔道衣なしの状態で105キロが最大の体重である。(改訂される可能性あり)

カデの計量に関しては、大会当日の朝に行う。

団体戦の計量については、大会の前日に行う。個人戦に出場していない選手は、自身の階級体重内であること。個人戦に出場した選手に関しては2キロまで許容範囲とする。

1 3. 柔道衣

柔道衣サイズの計測システムについて、より正確な測定手順を行うこととする。

両袖が前ならえした状態で手首にかかっている状態でなければいけない。(横に伸ばした上体ではなく前ならえした状態)

胸骨から合わせまでが10cm以内。合わせの前身が20cm以上。

2015年には柔道衣の素材が軽くなる方向。詳細は未定。※国内は全柔連の規定を確認のこと。

1 4. 大会当日の選手の呼び出し

今までは、選手が試合時間に現れない場合に名前を1分間隔で3度ほど呼び出していたが、今後は厳しくしていく。選手が試合場に上がった時点で対戦選手が試合場にいない場合、スコアボードでカウントダウン(30秒)を始める。30秒たっても対戦選手が現れない場合は、不戦勝となる。

1 5. 試合結果について

審判員が試合場を降りた後でも、結果に誤りがあり、その原因が明らかに人為的ミス(タイムキーパーの記録違い)である場合は、試合者を再度試合場にあげて勝者宣告のやり直し、もしくはGSからの試合再開ができることとする。