2025 年 5 月 3 0 日

文責　永冨明彦

（一社）山口県柔道協会

2025-2028 国際柔道連盟試合審判規程の変更点に係る疑義について

標記について、(公財)全日本柔道連盟からの回答について、下記のとおりまとめましたのでお知らせします。

なお、文書内容の責任者は永冨明彦ですので、よろしくお願いいたします。

記

疑義　1

●疑義の項目(添付資料の項目番号等)（添付資料を参照。以下同じ。）

１③　一本の定義

●疑義内容

一本の定義は変更なしとありますが、「背中が着く」とは、背中が大きく着かず一部でも背中が着くことも含むと解してよろしいでしょうか？

★回答の概要

「一本」の定義の中で「背中が着く」とは、背中が大きく着かず一部でも背中が着くことも含む。

なお、「一本」の定義の「背中が着く」以外の、「スピード・力強さ・コントロールしている」は、従前の日本国内での「一本」（相当な威力（圧倒的な強さ））をイメージして判断してほしい。

疑義　2

●疑義の項目(添付資料の項目番号等)

16①　抑え込みの定義

●疑義内容

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とありますが、「裏固め」は抑え込みの定義にあてはまると解してよろしいでしょうか。

★回答の概要

「裏固め」は、抑え込みの定義にあてはまる。

なお、今回の変更において「有効」が加えられ、「抑え込み」においては、5 秒で「有効」となることから、抑え込みの判定に当たっては、「しっかりと抑え込みの形（相手の背中が畳に着いており、抑え込み技の名称が付く形で、相手に覆い被さり圧力を掛け、

制している状態)」になっていることを確認して「抑え込み」の宣告を行うことになった。

例えば、投げ技で「技あり」となり、抑え込みの状態に移行した場合、これまで「技あり、抑え込み」と連続して宣告していたが、これからは、「技あり」の宣告の後に、「しっかりと抑え込みの形になっていること」を確認して「抑え込み」を宣告することになる。

疑義　3

●疑義の項目(添付資料の項目番号等)

16①　抑え込みの定義

●疑義内容

いわゆる「シバロック」(相手の腕の上に腹ばいで乗って固める)は、抑え込みの定義にあてはまると解してよろしいでしょうか。

★回答の概要

いろいろな名称の抑え込みがあるが、今回の「相手の腕の上に腹ばいで乗って固める」については、腕のみでなく、肩の付け根あたりまで覆い被さり、相手を制し、しっかりと抑え込みの形になっていれば、「抑え込み」の宣告をする。腕だけ固めたのでは体幹を制することができないことから、肩の付け根あたりまで覆い被さり、体幹を制していることが必要である。

覆い被さりとは、IJF ルールブックでは、「cover」が使われており、全体を覆うのみではない。相手の体幹の動きを制御することができる覆い被さりが要件となる。

また、講道館の抑込技の中にある「浮固」(相手の右側から、片腕又は両腕で相手の右腕を抱え、左脚を後方に伸ばし、右脚で相手の状態を圧して抑え込む技）も相手に覆い被さり圧力を掛け、制し、背中が畳に着いてこんでいれば「抑え込み」となる。

2025-2028 国際柔道連盟試合審判規程の変更点について（20250210）

2025 年 1 月 1 日より施行

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 ## 1　技の定義

① ・「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

② ・「有効」の累積は、「技あり」に加算されない

③ ・「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

④ ・「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 ２　「技あり」の定義

① ・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

② ・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の着地、尻餅から背中の着地等）

③ ・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 ３　「有効」の定義

① ・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

② ・背中上部の着地

③ ・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

④ ・体側面の着地（背中側に 90 度あるいは若干うつ伏せ）

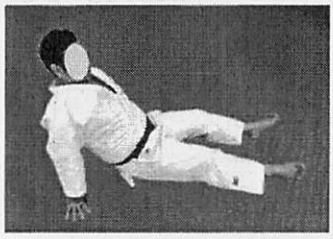
補足説明

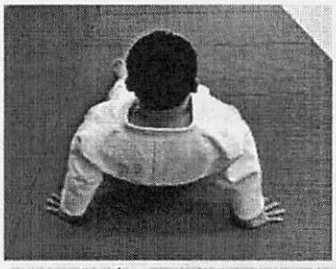
⑤ 体側面から着地した際に、畳に対して肩のラインが 90 度は「有効」であり、それを超えて背中側に倒れていれば「技あり」となる。

⑥ 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。

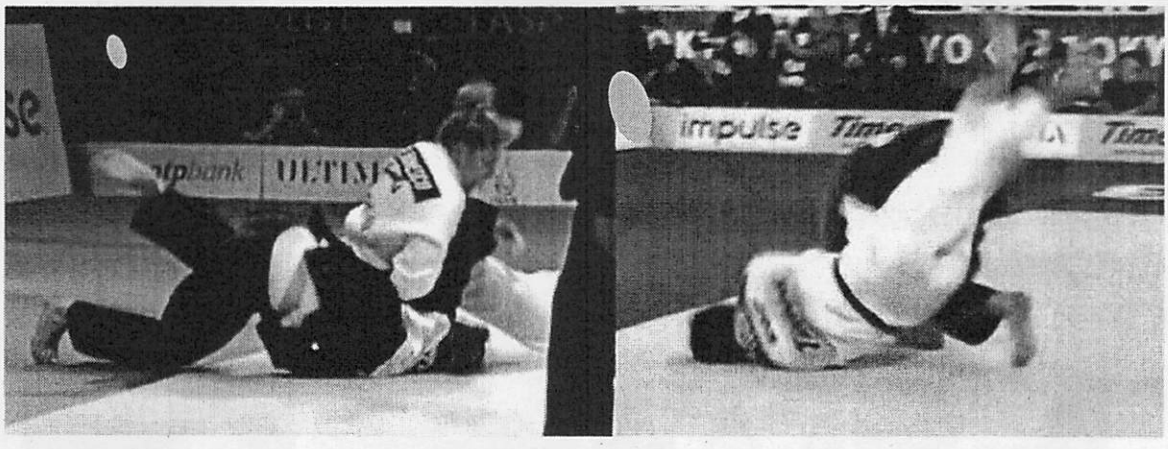
⑦ 但し、肩のラインは 90 度近くあっても、お腹から落ちたり、両膝から着地する（特に、身体の柔らかい選手は、肩は 90 度弱でも、下半身はうつ伏せに近い状態）場合は、「ノースコア」となる。

⑧ 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。



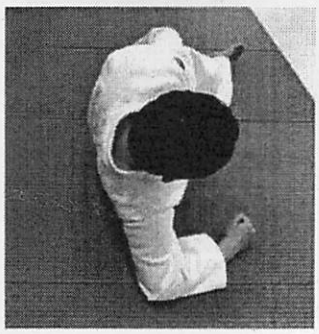


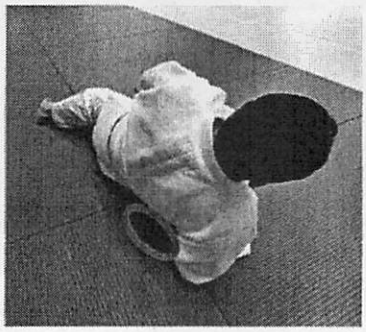
※両肘/両手/片肘と片手が着いた場合は「指導」なし

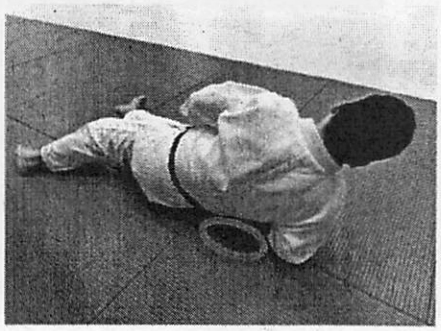


⑨ 背中上部の着地

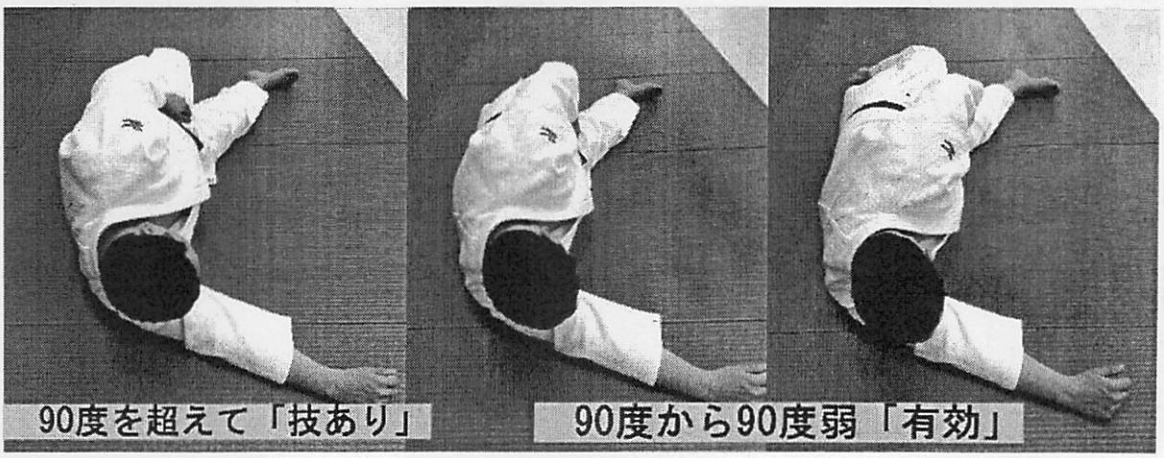
⑩ 肘の着地（背中側に90度以上傾く）







⑪ 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。



⑫ 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

① ・両膝が着いている状態

② ・腹ばいの状態

③ ・腰の前側がついている状態

④ ・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

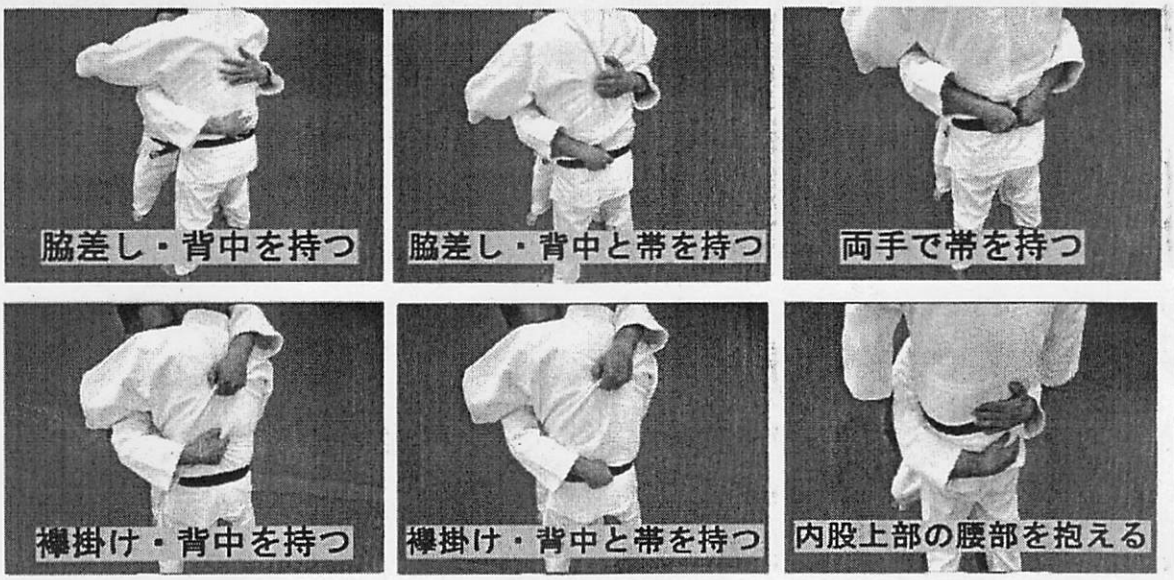
5 5　ベアハグ

① ・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

② ※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

③ ・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

④ ベアハグが認められるケース



⑤ ベアハグ「指導」となるケース

6 6　逆背負投（通称）

① ・シニア、ジュニア大会では、認められる

② ・カデ大会では認められず、「待て、指導」とする

7 7　ユージングザヘッド（通称）　※頭部を使っての投技

① ・シニア、ジュニア大会では、認められる

② ・カデ大会では認められず、「待て、指導」とする

8 8　ダイビング（通称）　※真正面・真後に飛び込む

① ・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

② ・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 9　ヘッドディフェンス（通称）　※頭部を使っての防御

① ・シニア、ジュニア大会では、認められる

② ・カデ大会では認められず、「待て、指導」とする

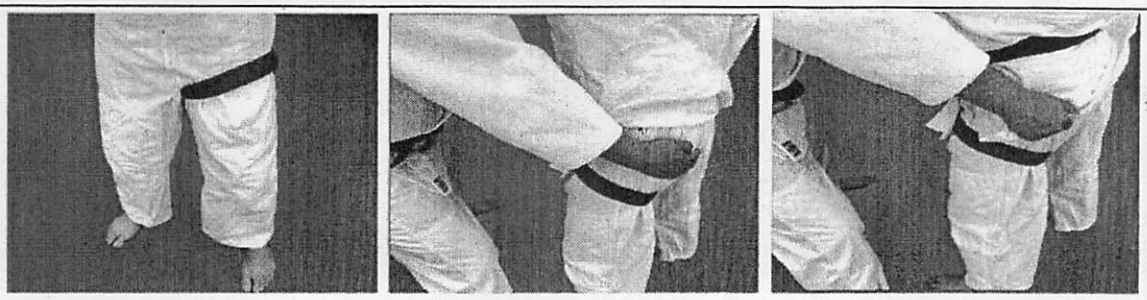
③ ・ブリッジについては、従来通り「一本」と評価する

10 10　帯から下への攻撃・防御

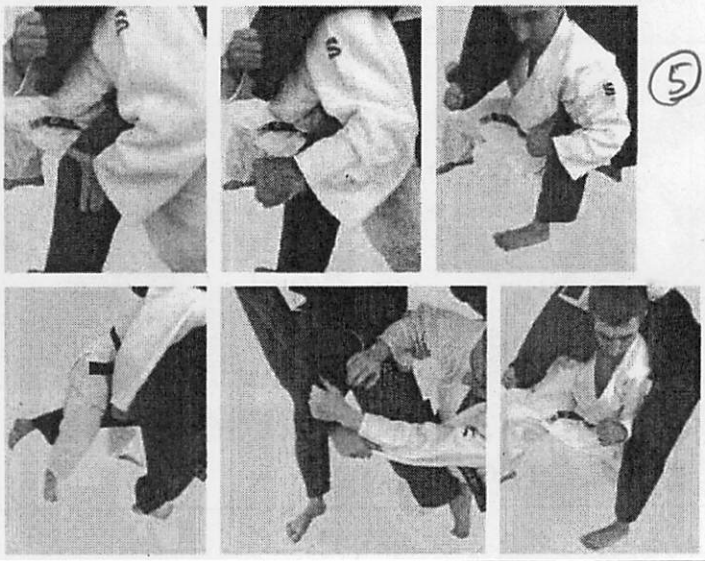
① ・帯から下への攻撃・防御については、内股上部（両脚の付け根の水平のライン）までのレベルであれば掴む（握る）ことが認められる

② ・内股上部より下に腕（肘）や手で脚を引っ掛けたり、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

③ ・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



④ **・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。**



⑤ **・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 11　立ち姿勢における関節技

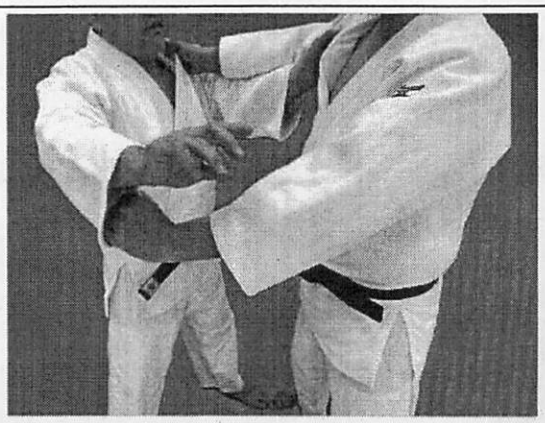
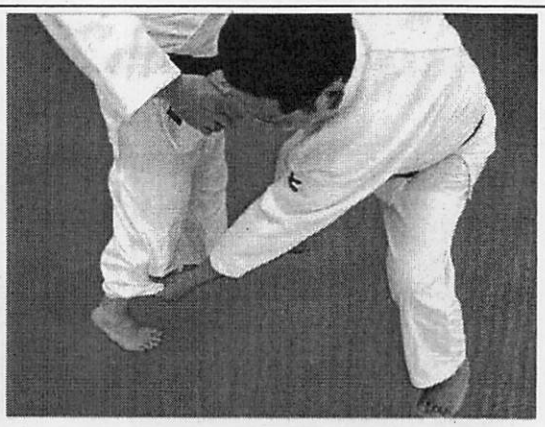
① ・従来通り、肘関節を固定し、相手の逃げ場を無くして、一気に体を捨てる危険行為には「反則負け」が与えられる

② ・但し、相手に逃げる余地がある場合は、「指導」が与えられる

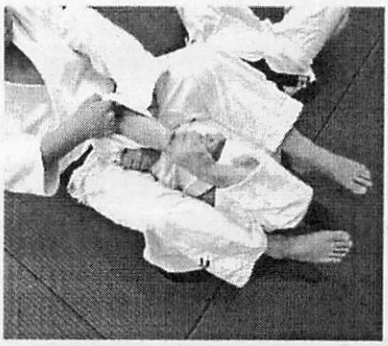
12 12　組み方

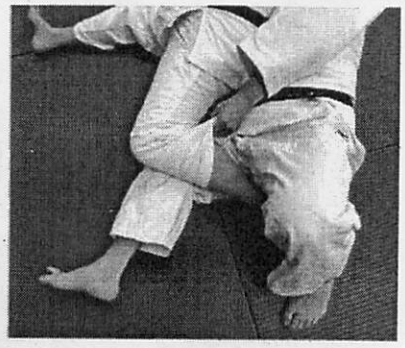
① ・立ち姿勢において、相手の上衣の袖の中に指を入れて組手を取ることを認めるが、下履きの裾に指を入れて組手を取ると「指導」が与えられる

② ・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

③ **・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。**





④ **・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 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。

① ・取が投げる意思がない場合

② ・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

③ ・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

④ ・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

⑤ ・取が現実的に投げる可能性がない場合

⑥ ※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 14　場外「指導」と押し出し「指導」

① ・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

② ・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

③ ・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 15　標準的でない組手

① ・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

② ・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

③ ・標準的ではない組手でも、従来より長めにみること

16 16　「抑え込み」の定義

① ・「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

② ・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

③ ・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

④ ・寝技における積極的な攻撃は考慮される