

全柔連発第 26-0087 号  
2026 年 4 月 21 日

関係各位

公益財団法人全日本柔道連盟  
審判委員会委員長 天野安喜子  
(公印省略)

本連盟主催大会以外における国際柔道連盟試合審判規程改正に伴う  
「有効」の取り扱いについて (通知)

拝啓 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、本年 1 月に国際柔道連盟により国際柔道連盟試合審判規程 (以下 IJF 規程) の改正の公表があり、同年 1 月から開催される国際大会から実施となっております。

これに伴う本連盟主催大会への適用については、2026 年 3 月 17 日に発出しております「全柔連発第 25-0573 号」にてお示しの通りであり、先般開催された全日本選抜体重別選手権大会において初めて適用されました。

この IJF 規程の運用上の問題点について審判委員会において検証したところ、本連盟主催大会以外では、下記の通り、設備や条件等の様々な要因により公平性が保てないと判断いたしました。

○設備・条件面

- ・ 2 方向からのカメラ撮影とスロー再生機能 (再生速度×0.1) を有するケアシステムが必須である。
- ・ ケアシステム検証時間を短縮化するため、ケアシステム操作技量の向上が必要である。
- ・ 審判技能と経験差により判断の統一が困難であり、現行 IJF 規程に精通した審判員を講師とした審判トレーニングが必須となる。

○教育・安全面

- ・ うつ伏せに近い技が「有効」となることから、引き手を持たずに片手だけで施す技が多用され、柔道本来の背中から着地させる技術の低下が危惧される。
- ・ 引き手を持たないことから投げの制御が困難となり、受傷リスクが高まることが危惧される。

つきましては、「有効」の基準は 2025 年の「有効」の基準を準用する等、主催団体と関係団体にて協議し、大会ごとで定めていただきたく、公平性および安全面にご配慮した運用へのご協力をよろしくお願い申し上げます。

敬具

【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](mailto:shinpan@judo.or.jp)

以上

山柔協第26—309号  
令和8(2026)年4月26日

各市柔道協会等団体の長 様  
各チームの長 様  
Judo-Member ough ン会員  
(2025・2026年度)

一般社団法人山口県柔道協会  
会長 正司直樹  
(会長印を省略しています。)

(一社)山口県柔道協会主催大会における 2025-2028 国際柔道連盟試合審判規程改正に伴う「有効」の取扱いについて

当協会の事業につきましては、平素から格別の御協力をいただき、厚くお礼申し上げます。

さて、(公財)全日本柔道連盟から添付のとおり「本連盟主催大会以外における国際柔道連盟試合審判規程改正に伴う「有効」の取り扱いについて(通知)」(以下、「全柔連通知」)があり、当協会主催大会については下記のとおり取扱うこととしたのでお知らせします。

なお、当協会関係団体等にあつては、全柔連通知の趣旨を踏まえ、公平性及び安全面に配慮した対応をお願いします。

記

(一社)山口県柔道協会主催大会においては、「有効」基準は2025年の「有効」の基準※を準用する。

※「2025年の有効の基準」については、添付の資料(2~4ページ)を参照してください。

問合せ先

一般社団法人山口県柔道協会  
〒753-0871 山口市浅田引地581-2  
電話・FAX 083-924-9510  
E-mail [yjk@c-able.ne.jp](mailto:yjk@c-able.ne.jp)

## 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。

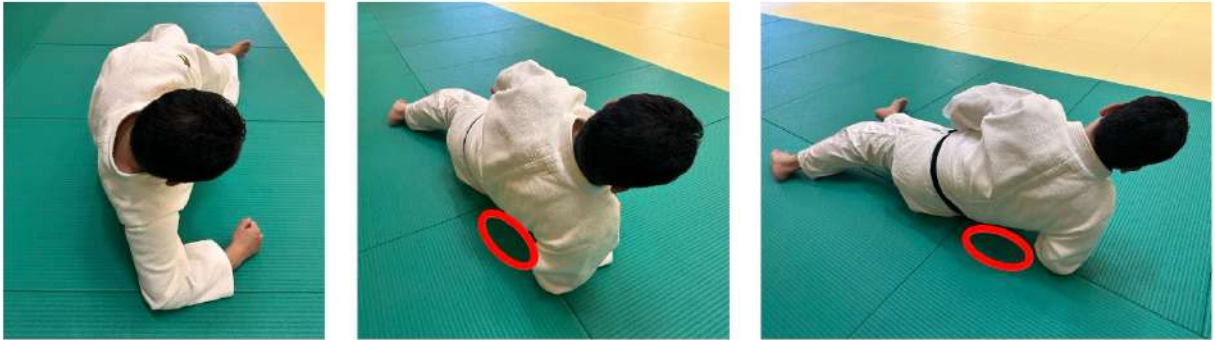
IJF テクニカルセミナーにおいて、審判理事から「有効」だけに限らず投技の評価は、着地面だけでは無く、スピード、力強さ、技のキレをトータルで判断すべきことが、求められた。





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。



90度を超えて「技あり」

90度から90度弱「有効」

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

