【2022―2024】　国際柔道連盟新ルール

1. 技の連続　一度動きが止まってから押し込むような技はポイントにならない。

掛けた技が一旦終わって次の動きに入って投げている場合はノースコア

最初にかけた技の方向と違う方向に移行して投げている場合はノースコア

1. 技あり認定（1）　側面が接地した時に、90度以上の角度で体が畳に傾けば認定。
2. 技あり認定（2）　肩と背中の上部が着けば認定。

　「体側全体が９０度以上背中側、もしくは片方の「肩」と「背中上部」が着地した場合は技有とする。

体全体が（９０度以上背中側に向いて着地した場合）肘が外側に出ていてもスコアを与える。

「体側の全体」は、「腰」と「肩」のポジションをみること。

＜4＞受け身　両手や両肘をついての受け身は、技ありに加えて指導に。

　　　　取に技有を与えて寝技の攻防をみるが「受」が有利なポジションになった場合は直ちに「待て」→受けに「指導」を与える。

指導２を与えられている選手が両手、両肘をついての受け身をした場合は「技有それまで」ではなく「技有」→待て→反則負けを与える。※団体戦の勝敗に関係

1. めくり技　相手の背後からめくるように返していく技は技認定なし。

取の反対側に飛ぶだけの行為は技として定められていない「俗称：ジャンプオーバー」

内股に対しては、内股返、内股すかし、谷落など他にも施す技がある。

両者、寝技への継続は認める。

＜6＞逆背負い投げ　通常の背負い投げと逆に落とす投げは技の認定をされず、指導に。いわゆる「韓国背負い」などが対象になると見

られる。

背負い投げの種類が多数あるため片襟の背負い投げなのか「逆背負い」であるか？の見極めが難しい。

明らかな「逆背負い」であるかを見極める。

＜7＞投げ終わりの帯より下をつかむ動き　投げ終わりに限り、相手が寝技状態であれば帯より下（下半身）を触っても反則にはならず。

「巻き込み」で多く見られるケースである。低い背負い投げからの脚取り、脚を抑えながらの小内巻き込みは認めない。

技を終える時に偶発的に取の腕が脚に振れた場合に指導は与えない。ただし脚に触れる行為が（受の脚を押すなど）投げ技を

アシストする行為である場合は指導

＜8＞（首回りの）襟と襟（首）を持つ組み手　攻撃中であれば認められる。

　　　ポジティブな展開（ブロッキングをしていない場合）であれば「奥襟」と「襟」を認める。

＜9＞慣例的ではない組み手　後帯、片襟、クロスグリップ、ピストルグリップ、ポケットグリップは攻撃準備段階では認める。

今までは直ちに攻撃　→　技の準備を行う時間が与えられる。

持ち続ける動作、攻撃動作が無ければ指導を与える。

※場内から場外に出た寝技と同じように時間的猶予を与える。

＜10＞切り離しの反則　組み手を切った場合は、すぐに自分から組み直さなければ指導

　　　　（相手の）組手を片手、もしくは両手で切り、直ちに組手を持ち直してポジティブな展開であれば「指導」ではない。

　　　　組手を切った選手が（自身の組み手も離すなど）直ちに持ち直さなった場合は指導を与える。

＜11＞柔道着、髪を直す行為　自ら服装を正す、ヘアゴムなどで髪を結い直す行為は1試合1度まで。2度目からは指導。

故意に帯をほどくことは今までと変わらず「指導」である。

＜12＞頭から突っ込んでの投げ技　頭から畳に突っ込むように投げる技は反則負け。従来では対象でなかった頭の側部でも同様に反

則負けとなる。

ヘッドダイブは危険な行為である。畳に頭がついてから技を施す行為。頭を畳に着いてなくても真正面に飛び込んで技を掛けれ

ば「反則負け」

※子供が真似をしないように厳しくする。

参考動画

国際柔道連盟(IJF)ルールの改正について