

全柔連発第 19-0144 号

2019 年 5 月 24 日

都道府県柔道連盟（協会）会長・安全指導員各位

重大事故総合対策委員会  
委員長 磯村元信



重大事故防止の安全指導講習会等の実施及び実施計画書・報告書の提出のお願い

平素より、当連盟事業にご理解、ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

当連盟では、かねてより柔道事故防止のための啓発活動をお願いしているところです。新年度を迎え各都道府県柔道連盟（協会）の総会や試合等において、下記の安全講習会の統一的な伝達事項を踏まえ、安全講習会等において事故防止の徹底に努めていただきたくお願いいたします。

なお、各地域の安全講習会の実施状況把握のため、計画書及び報告書の提出をお願いします。年度末に予定している第 2 回全国安全指導員連絡会で各地域における安全講習会等の実施状況の総括を行いたいと考えています。ご協力をよろしくお願いします。

\*計画書・報告書は全柔連ホームページにフォーマットを掲載しています。

全柔連ホームページ→安全指導の資料→安全指導講習会（年間計画・講習会報告書）

\*計画書については 5 月末までに、報告書については実施後速やかに提出をお願いします。

#### 安全講習会の統一的な伝達事項

(1) 初心者の高い位置からの投げ込みは、少なくとも3ヶ月経過後、大外刈りの高い位置からの投げ込み（受の両脚が宙に浮くような投げ込み）、および投げ技の乱取りは少なくとも5ヶ月経過後、試合に出場するまでは少なくとも6ヶ月経過後とすること。

(注) この場合の初心者は基本的に小中高の児童・生徒を想定した目安であり、大学生や大人の初心者については、体力や運動経験等を考慮して全柔連の示した目安を参考に、指導者の責任で適切な開始時期を判断するものとする。

(2) 経験者であっても体格差や技能差の大きい相手との練習には十分に配慮すること。

(3) 無理な巻き込み技や頸椎を損傷する可能性のある危険な技を掛けないように指導を徹底すること。

※低い姿勢からバランスを失った内股、前屈した姿勢からの背負投、袖釣込腰、また、寝技の攻防でも頸椎の事故がみられる。

(4) 熱中症を発生させないため適切な休憩や水分補給、WBGT 測定器の設置等の対応を図ること。

(5) 「柔道の安全指導第四版」「初心者向け 練習プログラム・練習めあて・投げ込み」、「大外刈り段階的指導手順」等を参考に無理のない計画的練習メニューを作成すること。

全柔連発第 19-0121 号

平成 31 年 4 月 26 日

都道府県柔道連盟（協会）会長・安全指導員各位

重大事故総合対策委員会

委員長 磯村 元信



初心者の投げ込み、乱取り、および試合までの期間について（補足再通知）

平素、当委員会の諸事業にご理解ご協力を賜り厚く御礼を申し上げます。

3 月に同内容の啓発文を発出しましたが、初心者の重大事故が発生する時期を迎えています。初心者はこの時期まだ受け身の技能が十分でなく、高い位置から両脚が空中に浮くような本格的な投げ技で投げられると、受け身をしっかりとるのが難しく事故につながる可能性が考えられます。初心者が投げ込み、乱取りおよび試合を始めるまで受け身を習得するための期間を十分にとることについて、これまでもお願いをしてきたところですが、再度、確認をしていただくようお願いいたします。

初心者の指導に際しては、投げ込み、乱取りおよび試合を始めるまで目安を下記のとおり設け、段階的な練習により受け身をしっかりと習得してから投げ込み、乱取りや試合を行うことを、指導者のみなさんにご周知いただくようお願いいたします。

（注）この場合の初心者は基本的に小中高の児童・生徒を想定した目安であり、大学生や大人の初心者については、体力や運動経験等を考慮して全柔連の示した目安を参考に、指導者の責任で適切な開始時期を判断するものとします。

#### 記

初心者の投げ込み（取、受とも）、乱取り、および試合までの期間

- 1 高い位置からの投げ込みは、少なくとも 3ヶ月経過後
- 2 大外刈りの高い位置からの投げ込み（受の両脚が宙に浮くような投げ込み）、および投げ技の乱取りは少なくとも 5ヶ月経過後  
\*従来は 3 ヶ月経過後でしたが大外刈りによる事故防止を徹底するために平成 30 年夏以降 5 ヶ月経過後としています。
- 3 試合に出場するまでは、少なくとも 6ヶ月経過後

以上