

平成30年8月6日

(公財) 日本中学校体育連盟  
柔道競技部ブロック長様  
都道府県中学校体育連盟  
柔道競技部委員長(部長)様  
関係者各位

(公財) 日本中学校体育連盟柔道競技部  
競技部長 高橋健司

### 試合における礼法指導の徹底について(通知)

平素より中学校柔道の普及発展にご尽力いただき、まことにありがとうございます。

(公財) 日本中学校体育連盟(以下日本中体連)傘下の各大会において、正しい礼法の指導について指導者の方々のご尽力により、その定着が進んでいることと推察致します。

日本中体連の取組が(公財)全日本柔道連盟(以下全柔連)理事会、評議員会、全国代表者会議の場において紹介され、評価をいただいているところです。全柔連主催大会の審判会議や選手説明会、地方審判講習会において大迫明伸審判委員会委員長より、選手に対する適正な所作、動作の指導徹底のお話があり、その啓発によって試合に臨む強化指定選手にも深く浸透している現状です。

講道館柔道「礼法」の趣旨は以下の通りです。

礼は、人と交わることに当たり、まずその人格を尊重し、これに敬意を表することに発し、人と人との交際をととのえ、社会秩序を保つ道であり、礼法は、この精神をあらわす作法である。精力善用・自他共栄の道を学ぶ柔道人は、内に礼の精神を深め、外に礼法を正しく守ることが肝要である。

日本中体連傘下の各種大会では、以下の内容の通り、所作や動作の適用をお願い致します。

#### <選手の礼法義務>

試合場外での立礼の義務はないが奨励されている。主審の合図で試合場内に歩み足で進み、試合開始線(畳二間分の内側に貼られた識別テープ)を踏まない位置につま先を合わせ、「気をつけ」の姿勢で静止、相手選手と正対するまで間合いを取る。正対後、同時に一呼吸4呼吸間のタイミングで体側にある両手を太腿前方にすべらせながら正しい立礼を行う。左前右後の原則にしたがって左足、右足と前方に踏み出したら自然本体で止まる。手をあげたり構えたりする臨戦態勢はとらない。正しい所作と2秒程度静止を確認した主審の「はじめ」の宣言で試合に臨む。

#### <主審の礼法管理義務>

試合場外での立礼の管理義務はないが奨励されている。両選手が揃ったら両手で示唆し、試合場内に歩み足で進ませる。試合開始線(畳二間分の内側に貼られた識別テープ)を踏まない位置につま先を合わせさせ、相手選手と正対するまで「気をつけ」の姿勢で静止させる。正対後の互いの礼は、同時に一呼吸4呼吸間のタイミングで体側にある両手を太腿前方にすべらせながら正しい立礼を行わせる。左前右後の原則にしたがって左足、右足と前方に踏み出したら自然本体で止まらせる。手をあげたり構えたりする臨戦態勢は認めない。正しい所作で2秒程度静止させた後、「はじめ」を宣言する。

将来の日本柔道の基盤を確実に築くために、小中学生より正しい礼法を励行することは重要です。周知の程よろしくお願い致します。

以上