

川崎市制 101 周年記念 市民総合スポーツ柔道大会

日 時 令和 7 年 5 月 5 日（祝月） 午前 10 時 00 分開始

場 所 カルッツかわさき（大体育室）〔川崎区富士見〕



公益財団法人川崎市スポーツ協会

主 催 川崎市 ・ 公益財団法人川崎市スポーツ協会

後 援 神奈川県柔道連盟 ・ 公益社団法人神奈川県柔道整復師会

川崎地区高等学校体育連盟

東京新聞 ・ 中日新聞

主 管 川崎市柔道協会

大 会 次 第

◎開 会 式

- (1) 選手・役員集合
- (2) 開会のことば
- (3) 君が代斉唱
- (4) 主催者挨拶
- (5) 大会会長挨拶
- (6) 来賓祝辞
- (7) 試合場の注意
- (8) 選手宣誓 水野 大地 (富士見中学校3年)
- (9) 投 の 形 取 岩川 岳 (悠友館 中学2年)
- 受 谷 宥志 (悠友館 中学2年)
- (10) 選手退場

◎試合開始

- (1) 個人試合
- (2) 団体試合

◎閉 会 式

- (1) 選手・役員集合
- (2) 成績発表
- (3) 表彰
- (4) 閉会のことば

本部役員（敬称略）

大会名誉会長	福田 紀彦	川崎 市長
大会名誉副会長	中山 紳一	（公財）川崎市スポーツ協会会長
	高岸 堅司	川崎市市民文化局長
大会名誉顧問	矢野 昌平	川崎市柔道協会名誉会長

大会役員（順不同敬称略）

大会会長	芹澤 秀史								
大会副会長	梶川 光夫								
大会顧問	白石 尚	諸井 三義	御嶽 知昭	森山 孝臣	田中 和徳				
	田中 徳一郎	末永 直	齊藤 義晴	橋本 誠	渥美 郁雄				
	西村 元一	湯川 純一	齋藤 武久	深谷 大介					
大会参与	田中 寿人	及川 脩	田邊 健児	佐藤 満藏	岩松 實				
	垣口 博幸								

競技役員（順不同敬称略）

大会委員長	車 耕一								
大会副委員長	山口 峰生								
大会総務	石井 重信	小笠原邦夫	原 壯嘉	山岸 耕二	関口 勝利				
大会委員	後藤 弘司	長谷川 徹	生出 歩	藤澤 泰行	田中 正樹	山崎 省吾			
	山本 千早	木村 直博	宮田 佳世	井上みさ子	柴山ゆかり	永嶋 郁子			
	福寿 亮	菅井 大輔	吉村 尚記	後藤 建人	鈴木 廣和	河原 正男			
	相沢 宏明	太田 和希	千葉 葉子	柴田 壮一	今野衣久美				

審判長 國吉 真登茂

審判委員長 鎗木 文隆

審判委員 ① 山口 峰生 ② 川口 誠一 ③ 石戸谷典幸 ④ 高杉 忠弘

審判員 注：◎印は主任を示す

第1試合場 ◎ 清水 泰平 柴山 雄多 野田 貴寿 五十嵐 憲（富士見）

塚本 洋平 宍戸 利伎

第2試合場 ◎ 小川 伸弘 石黒 敬治 馬渡 利貴 林 廣治

安田 延行

第3試合場 ◎ 齋丸 仁一 佐俣 優依 後藤 正和 金野 純也（西高津）

坂上 圭子（柿 生）

第4試合場 ◎ 林 法明 藤田 一洋 川田 政義 今野 龍一

小長井 亮 福島 一宏（悠 友）

救護 麻生リハビリ総合病院 医師 長瀬清弘
（公社）神奈川県柔道整復師会川崎支部 鈴木 崇之 長嶋 京子

災害時誘導員

柔道場 ◎ 藤田 一洋 野田 貴寿 石黒 敬治 塚本 洋平 林 廣治

観客席 ◎ 林 法明 馬渡 利貴 宍戸 利伎 川田 政義 安田 延行

係 員 氏 名

注：◎印は試合場責任者を示す

・ 第 1 試 合 場

◎ 伊藤 銀河 (御 幸)
林 善樹 (御 幸)
不動田 達哉 (御 幸)
白井 亮 (京 町)
藤沼 貴俊 (富士見)

・ 第 2 試 合 場

◎ 小池 正俊 (麻柔会)
荒木 颯太 (桜 本)
西野 善博 (桜 本)
鈴木 翼 (西中原)
足立 拓己 (南加瀬)

・ 第 3 試 合 場

◎ 伊藤 道大 (本 部)
橋爪 竹志 (稲 田)
村主 愛香 (稲 田)
阿部 龍馬 (橘)
長谷見沙也香 (西高津)

・ 第 4 試 合 場

◎ 堀田 貴暁 (三 進)
村上 理裕 (東 橘)
石塚 優 (高 津)
小倉 尚大 (白 鳥)
川崎 弘文 (小 向)

・ 場 内 警 備

◎ 坂下 大樹 (本 部)
鈴木 昇太 (小 向)
佐貫 伸行 (小 向)
片桐 蓮都 (西中塾)
横田 寛介 (西中塾)

参加団体名略称

車 道 場		車	西 高 津 中 学 校		西 高 津
藤 田 道 場		藤 田	高 津 中 学 校		高 津
麻 生 柔 道 会		麻 柔 会	桜 本 中 学 校		桜 本
石 川 記 念 武 道 館		石 川	東 橘 中 学 校		東 橘
悠 友 館		悠 友	京 町 中 学 校		京 町
嶺 心 会		嶺 心	南 加 瀬 中 学 校		南 加 瀬
小 向 ク ラ ブ		小 向	西 中 原 中 学 校		西 中 原
西 中 柔 道 塾		西 塾	御 幸 中 学 校		御 幸
堅 志 会		堅 志	富 士 見 中 学 校		富 士 見
柿 生 柔 道 会		柿 生	稲 田 中 学 校		稲 田
は や の 柔 道 ク ラ ブ		は や の	川 中 島 中 学 校		川 中 島
臨 港 バ ス 柔 道 部		臨 港 バ	橘 中 学 校		橘
三 進 工 業		三 進	白 鳥 中 学 校		白 鳥
無 所 属		無 所 属			

川崎市制 101 周年記念

市民総合スポーツ柔道大会要項

1. 主 催 川崎市・公益財団法人川崎市スポーツ協会
2. 主 管 川崎市柔道協会
3. 後 援 神奈川県柔道連盟・公益社団法人神奈川県柔道整復師会
川崎市高等学校体育連盟・東京新聞・東京中日スポーツ
4. 日 時 令和7年5月5日（祝月）午前10時00分開会式（午前9時開場）
5. 会 場 カルッツかわさき（大体育室）
〒210 - 0011 川崎区富士見1 - 1 - 4
電話044（222）5211
6. 参加資格 令和7年度全日本柔道連盟登録をしている者。
初心者においては少なくとも6ヶ月を経過している者。
申込み締切り日までに、参加申込書の提出が終了していること。
◆個人試合
①川崎市に在住・在勤・在学の者。または川崎市柔道協会登録団体に所属している者。
◆団体試合
①参加する団体は、川崎市柔道協会に団体登録していること。
（選手はその団体に所属している事。）
②市内の中学校及び高等学校
7. 試合方法 個人試合ならびに団体試合の2種とする。
（1）個人試合（トーナメント方式）
①女子の部（申込者数、学年、段等を考慮して男子の部に準じて決める。）
②小学生・中学生学年別（中学生で初段の申込者は中学生の部で出場のこと。）
③無段者の部・有段者の部
（注）①申込者数を考慮して、男女混合、学年合同とする場合がある。

（2）団体試合（トーナメント方式・補欠なし。）
①小学生の部 選手3名 小4・小5・小6年各1名（該当学年がいない場合下の学年で可）
②中学生の部 選手3名 学年制限なし、体重の軽い者から先鋒・中堅・大将と配列すること
団体戦申込書にある中3・中2・中1の学年区分は無視してください。
③無段者の部 選手3名 （中学生を除く。）
④有段者の部 選手（3段以下）3名 （合計6段以内）とする。配列は段順位とする。
（注）①団体戦出場は、種別ごとに2チーム以内とする。
②団体戦有段者の部においては、各大学体育会の柔道部員は出場できない。
③団体試合出場者も個人試合に出場することが出来る。

④申し込み体重と試合前に計測した体重に＋１０％以上の大幅な誤差があった場合、その選手を失格とする場合がある。

8. 審判規定

国際柔道連盟試合審判規定で行うため別紙記載の審判規定を熟読して下さい。

9. 参加料 個人 １人 1,500 円

団体 １チーム 4,000 円

※参加料には傷害保険料を含みます

10. 申込方法

(1) 大会参加料について

大会参加料については、以下の口座に 3月29日(土) までに振り込むこと。

※振込名は、必ず団体名でお振込みお願いします。

※ご入金後の返金は致しません。

*郵便局・ゆうちょ銀行から振り込む場合	*ゆうちょ銀行以外から振り込む場合
銀行名 : ゆうちょ銀行	銀行名 : ゆうちょ銀行
口座番号 : 10280-08838421	支店名 : 028店(ゼ・ロ・ニ・ハチ)
加入者名 : 川崎市柔道協会 (カワサキ ユウド ｷョウカイ)	口座 : 普通
	口座番号 : 0883842
	加入者名 : 川崎市柔道協会

(2) 参加申込書類の入手方法

参加申し込みに関わる書類につきましては、川崎市柔道協会のホームページよりファイルをダウンロードして使用してください。

川崎市柔道協会のホームページのアドレス (URL) :

<http://kawasaki-judo.com/>

(3) 参加申込書類の提出について

以下の①～③の申込書を提出すること。参加申込書類の提出は、電子メールのみの受け付けとなります。(その他の方法での申込は受け付けません)

★提出書類

①参加申込書(必須)

②個人申込書(区分ごとに所属内順位の記入をお願いします。)

③団体参加申込書(団体に参加する場合のみ提出)

★電子メール(e-mail)による提出

Excel の参加申込書に必要事項を入力して、Excel ファイルのまま電子メールに添付して、送信すること。(他のファイル形式では受け付けません)

*ファイル提出先 事業部 車

contact-dj@kuruma-ds.com

☆ 申込された団体・個人には、申込受信後に受け取り確認メールを返信致します。もし、受け取り確認メールが4月1日(火)までに届かない場合は、協会事業部（044-911-9170）まで御連絡下さい。
(担当：車)

11. 申込締切り 3月29日(土)までにメール申し込み、入金ともに必着のこと。

12. 表 彰 個人試合：1位・2位・3位(2名)
団体試合：1位・2位・3位(2チーム)

13. Jr 強化選手の指定

今大会で、小学4・5・6年生(男女)のトーナメント戦で3位以上の者を川崎市 Jr 強化選手に指定しワッペンを授与する。

14. 備 考

- ①出場選手は、ゼッケン(名字・所属)を必ず付けること。
- ②選手変更は団体試合のみ試合開始前に主催者に申し出ること。
- ③昇段推薦中の選手は現在の段級位に出場すること。
- ④礼法、服装については特に注意すること。
- ⑤本大会勝成績は昇段審査の参考成績とする。
- ⑥大会参加団体は必ず係員を1名以上派遣して下さい。
- ⑦大会終了後アリーナにて、大会役員・審判員の反省会を行う。(飲食は伴いません。)
- ⑧大会役員・係員は交通費・昼食を支給します。
- ⑨全柔連審判ライセンス保持者のみ、審判可能とする。
- ⑩大会プログラムは、各所属に1部印刷したものを配布いたします。

その他、必要な方は4月26日(土)以降に川崎市柔道協会 HP よりダウンロードしてください。

※ 試合中の不慮の負傷及び疾病については、応急処置はしますが、それ以上の責任は負いません。

川崎市制 101 周年記念市民総合スポーツ柔道大会 審判規定

- 1 国際柔道連盟試合審判規定及び国内における「少年大会特別規定」で行い、本大会申合せ事項を適用する。
 - * スコアは「一本」と「技あり」とする。
 - * 技あり「二本」で合わせて「一本」とする。
 - * 抑え込みは 10 秒で「技あり」、20 秒で「一本」とする。
 - * 「指導 3」で「反則負け」とする。
 - * 「反則負け」を除き「指導」より「技あり」を優先する。
 - * 試合時間は 3 分間とする。(ロスタイムを取らない)
- 2 個人戦及び団体戦代表戦の勝敗の決定の基準
 - * 「一本」「技あり」「僅差」「判定」とする。「僅差」とは、双方のスコア（技あり）が同等で、「指導」2-0、2-1 の場合に少ない選手を「僅差」による優勢勝ちとする。
 - * 指導 0-0、1-0、1-1、2-2 であれば、旗判定で勝敗を決定する。(GS は行わない)
- 3 団体戦の勝敗の決定の基準
 - * 「一本」「技あり」「僅差」とする。「僅差」とは、双方のスコア（技あり）が同等で、「指導」2-0、2-1 の場合に少ない選手を「僅差」による優勢勝ちとする。
 - * スコアが同等で、指導 0-0、1-0、1-1、2-2 の場合は、「引き分け」とする。
- 4 団体戦の代表戦の方法、および勝敗の決定の基準
 - * 勝ち数及び内容が同等の場合は、代表戦によって勝敗を決定する。
 - * 代表選は、引き分けの対戦選手同士が行う。引き分けが複数ある場合は、主催者が抽選で決定する。
 - * スコアが同等で、指導 0-0、1-0、1-1、2-2 の場合は、旗判定により勝敗を決する。
- 5 国際柔道連盟試合審判規程改正事項(2021. 12)
 - * 技が中断せず、継続した場合はスコアである。技が中断した場合はノースコアとする。
 - * 技有の基準 1
「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」が接地した場合技有とする。
体側全体が（90 度以上背中側に傾いて接地した場合）肘が外側に出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。
 - * 技有の基準 2
体側全体が 90 度以上背中側、もしくは片方の「肩」及び「背中上部」が接地した場合技有とする。
体側全体が（90 度以上背中側に傾いて接地した場合）肘が外側に出てもスコアを与える。
 - * 技有の基準 3
「受」が同時に両手、両肘をついた場合、「取」に技有を与えると共に「受」にも指導を与える。
 - * IJF 通称「Rollover counter technique(めくり)」はノースコアである。
 - * IJF 通称「Reverse Seoi Nage(逆背負投)」はノースコア、指導である。
 - * 技の最後の動作で帯より下に触れることを認める（投げた場合はスコアとなる）。技が中断した場合に帯より下を掴んだ場合は寝技としてみなす（スコアやペナルティは与えない）。
 - * 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。

- * 帯、片側、クロスグリップ、ピストル・ポケットグリップはすべて標準的な組方ではない。
標準的な組方ではない組手の場合、技の準備を行う時間が与えられる。
- * (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。(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さない場合は指導を与える。
- * 「柔道衣の直し」、「髪の直し」は 1 試合にそれぞれ一回認められる。2 回目は「指導」である。
- * ヘッドダイブは危険な為、「反則負け」になる。

6 国内における「少年大会特別規程」

- * 国内における少年(中学生以下)の試合は、国際柔道連盟試合審判規程に則って行われるが、安全面を考慮し、次の条項を加えて行なうものとする。

* 第 17 条 (抑え込み)

附則として次を加える

寝技の攻撃・防御において、脊椎及び脊髄に損傷を及ぼす動作と判断したときは「待て」とする。

* 第 18 条 禁止事項と罰則

指導(軽微な違反)

1. 立ち姿勢で相手の後ろ襟、背部又は帯を握ること。
ただし、技を施すため、瞬間的(1, 2 秒程度)に握ることを認める。
(注) 中学生は、試合者の程度に応じて、後ろ襟を握ることを認める。
2. 両膝を最初から同時に畳について背負投等を施すこと。
3. 関節技及び絞技を用いること。
4. 無理な巻き込み技を施すこと。
5. 相手の頸を抱えて大外刈、払腰などを施すこと。
6. 小学生以下が、裏投を施すこと。
7. 「逆背負投」(通称)の様な技を施すこと。
8. 両袖を持って投げ技を施すこと。

反則負け(重大な違反)

1. 攻撃・防御において、故意に相手の関節を極めること。

* (附則)

指導(軽微な違反)

1. 「相手の後ろ襟、背部又は帯を握ること」関係
 - ① 「後ろ襟」とは、柔道衣を正しく着用したときの頸の後ろ側(うなじあたり)の範囲をいう。試合者の一方が後ろ襟を握った後、その襟を引き下げて側頸部にずらした場合でも「後ろ襟」とみなす。
 - ② 「背部を握る」の範囲は、目安として肩の中心線に手首がかかるような状態をいう。背部を握った後、柔道衣をたぐりよせて釣り手の一部の指が後ろ襟の内側を握る状態になっても背部とみなす。特例として「後ろ襟、又は背部を握った」状態で、通称ケンケン内股等(内股に限らずケンケンとなる大内刈や大外刈等)をかけることは、[瞬間的(1, 2 秒程度)]の事項を適用せず、また、その後、連絡した技や変化した技についても、技の効果が途切れるまで継続を認める。
2. 「両膝を最初から同時に畳について背負投等を施すこと。」関係
両膝を最初から畳につくとは、膝の外側部、内側部も含む。同時はもちろん、ほとんど同時と見なされる場合も含む。技が崩れた結果である場合は反則としない。

3. 「関節技及び絞技を用いること。」 関係

①寝技の攻撃・防御において、脚を交差して相手を制しているだけの状態は、三角絞とはみなさない。抑え込もうと脚を交差して相手を制止した後、絞まっている状態あるいは脊椎及び脊髄に損傷を及ぼす動作と判断した場合は、受傷を防ぐために、早めに「待て」とする。また、通称「三角固」の体勢となった時点で、危険な状態ではないと判断しても、交差している脚を直ちに解かなければ「待て」とする。交差していた脚を直ちに解けば、寝技の攻撃・防御は継続となる。

②故意ではなかったが、絞技および関節が極まった場合は、「待て」とする。

4. 「無理な巻き込み技を施すこと。」 関係

「無理な巻き込み」とは、軸足のバネを利かすことなく、体を利用して倒れ込むようにして巻き込んだ技をいう。技が崩れた結果である場合は反則としない。

5. 「相手の頸を抱えて施す大外刈、払腰などを施すこと。」 関係

「相手の頸を抱えて施す大外刈、払腰等」とは、明らかに腕を相手の頸に巻きつけて施した場合のみをいう。

7. 「「逆背負投」（通称）の様な技を施すこと。」 関係

例えば一方の試合者が右組み、他方の試合者が左組みの体勢から、右組みの試合者が、正しく組んだ釣手側の前襟を両手で握りながら、右足前回り捌き又は、左足後回り捌きで技を施し、相手を左方向に一回転させながら捻りを加えて、背中、又は頭から投げ落とす様な技をいう。但し、背負投を施して、相手が技を防御するために反対の肩越しに落ちた場合は含まない。

8. 「両袖を持って投げ技を施すこと。」 関係

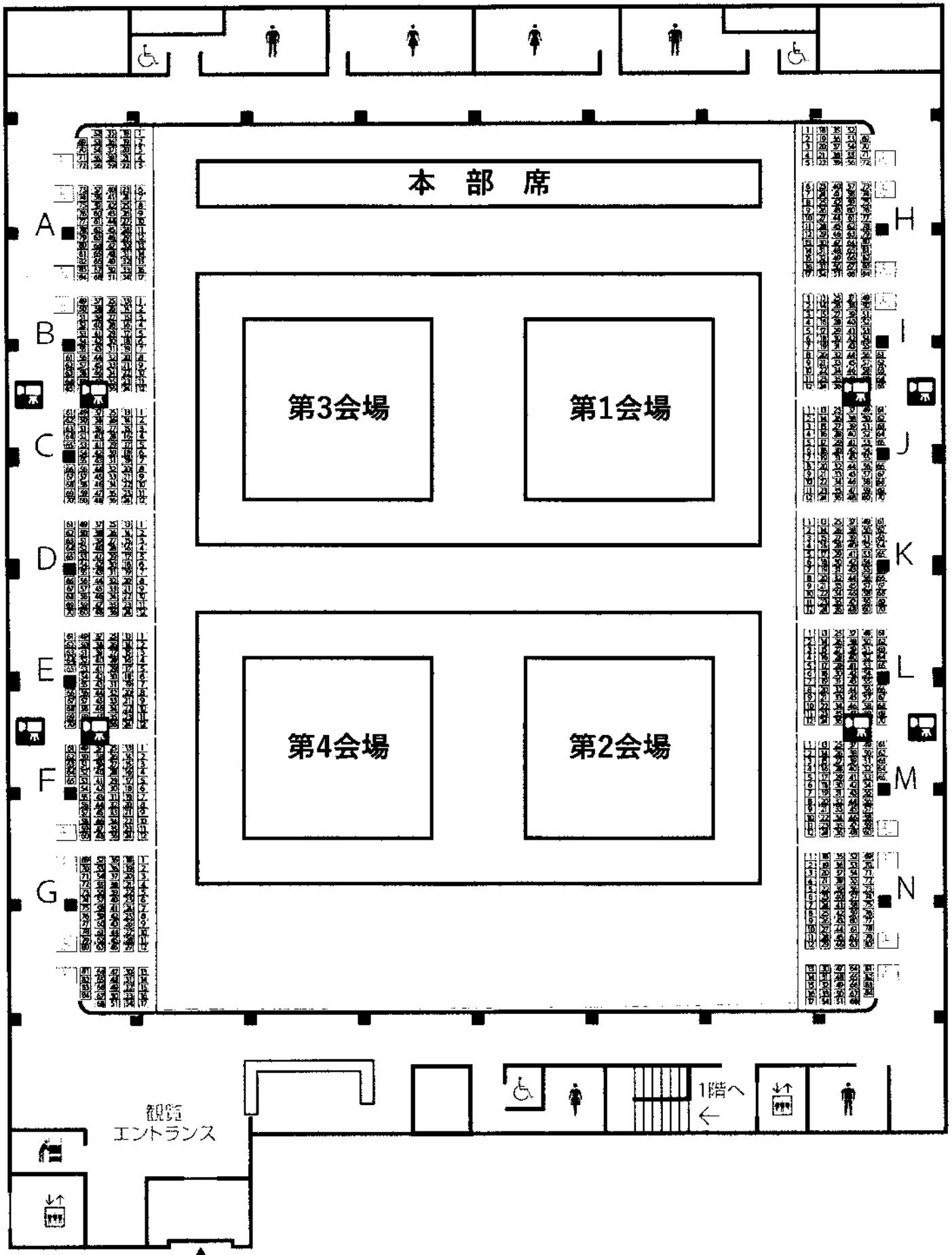
相手の両袖を左右それぞれの手で持ったまま袖釣込腰、大外刈、外巻込等の技を施した場合をいう。但し、相手の片袖を持って、相手に自身の片袖を持たせたまま内股等の技を施した場合は含まない。

正 面

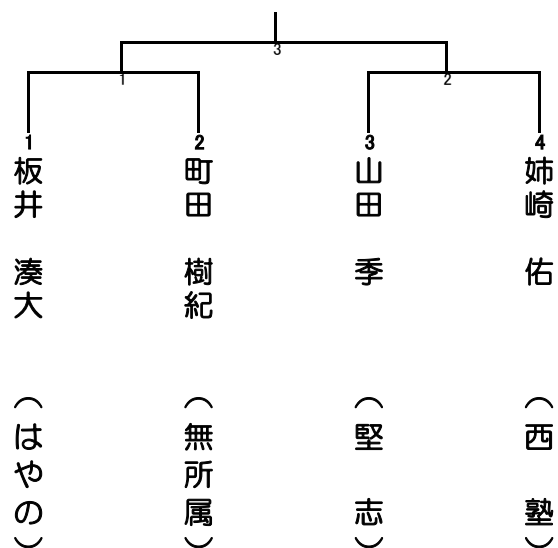
3 女子小学1・2年の部～ 中学3年・初段の部 男子初段の部 小学生団体の部 中学生団体部決勝	1 男子小学2年の部 男子小学4年の部 男子小学5年の部 男子中学1年の部 男子無段の部 男子二・三段の部 有段者団体の部
4 男子小学3年の部 男子中学2年Bの部 男子中学3年Bの部 中学生団体Aの部	2 男子小学1年の部 男子小学6年の部 男子中学2年Aの部 男子中学3年Aの部 中学生団体Bの部

※進行状況により変更になることがあります。

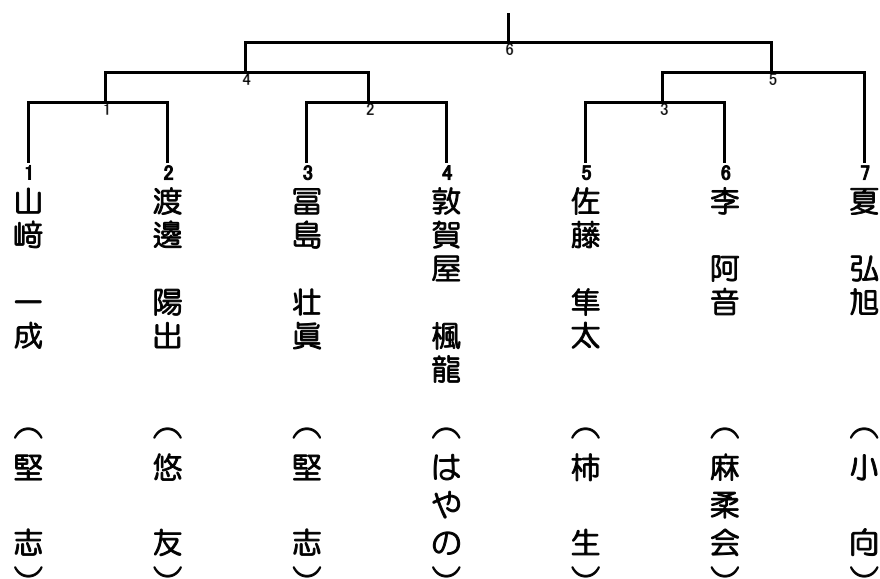
大体育室



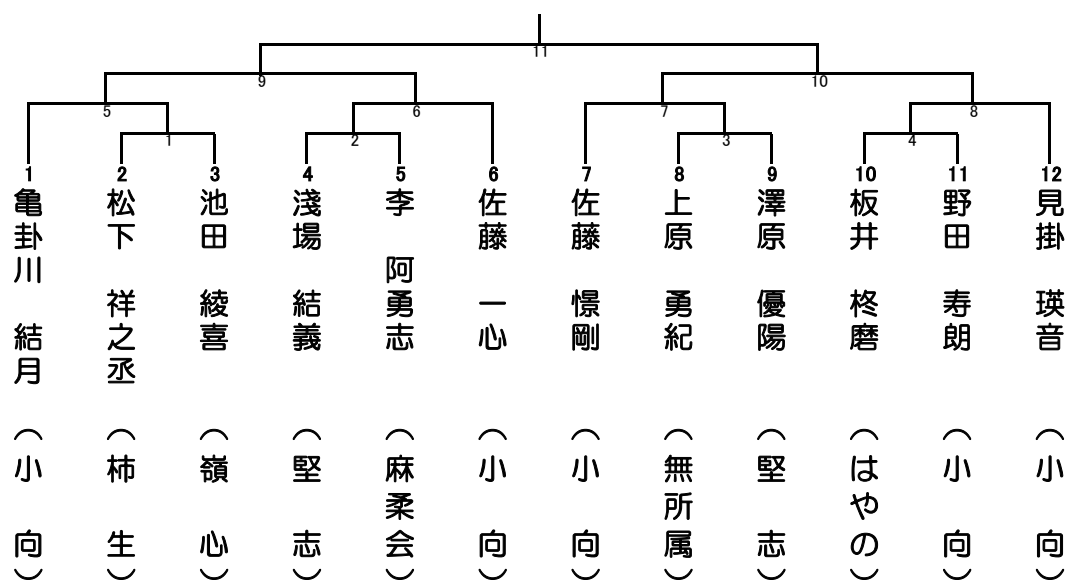
男子小学1年の部



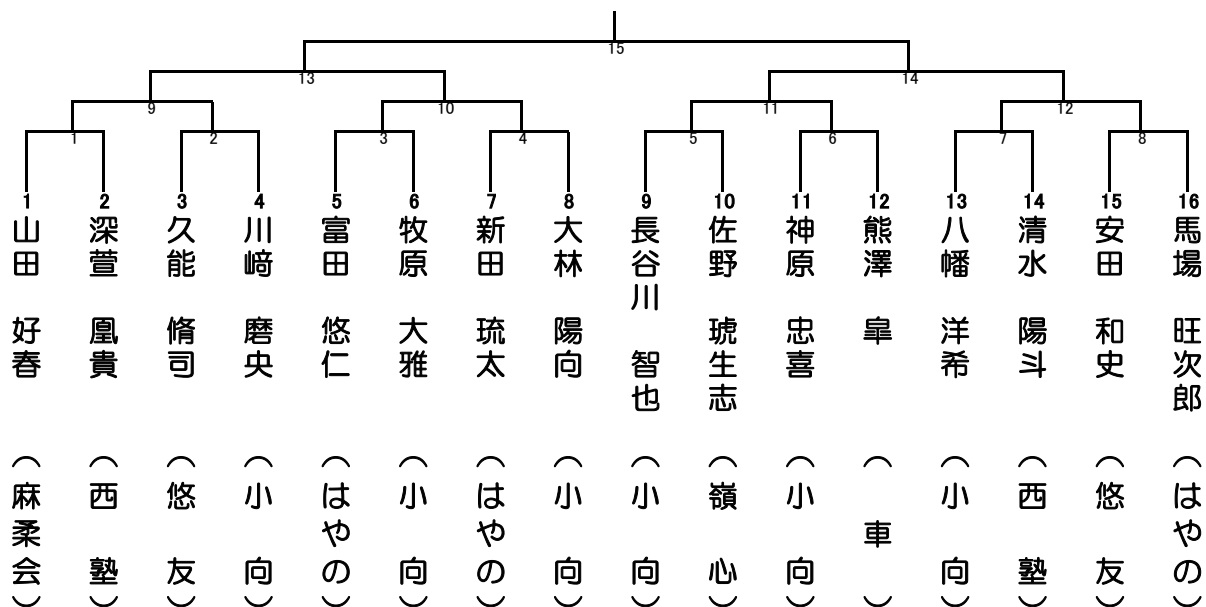
男子小学2年の部



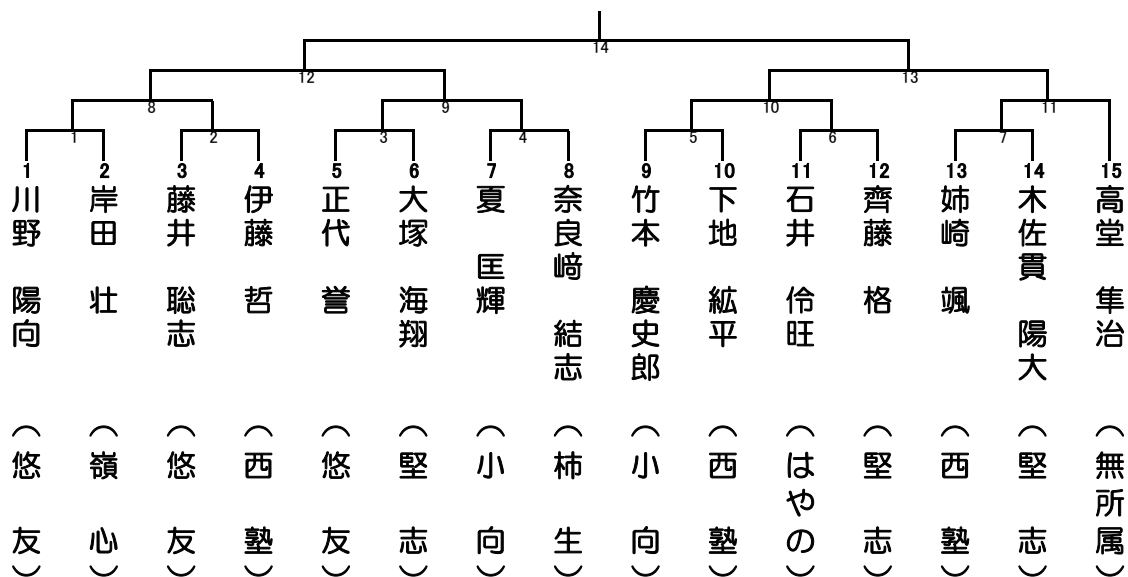
男子小学3年の部



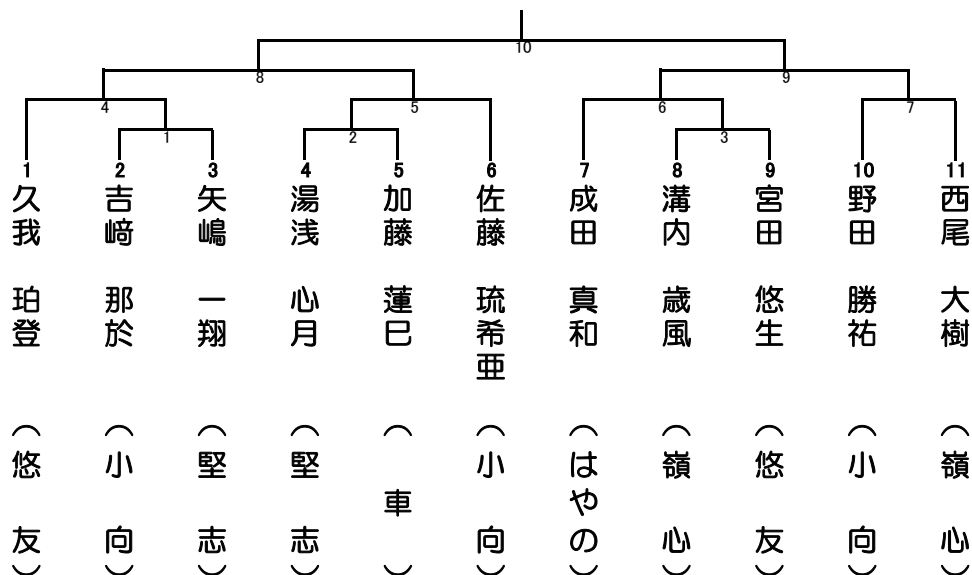
男子小学4年の部



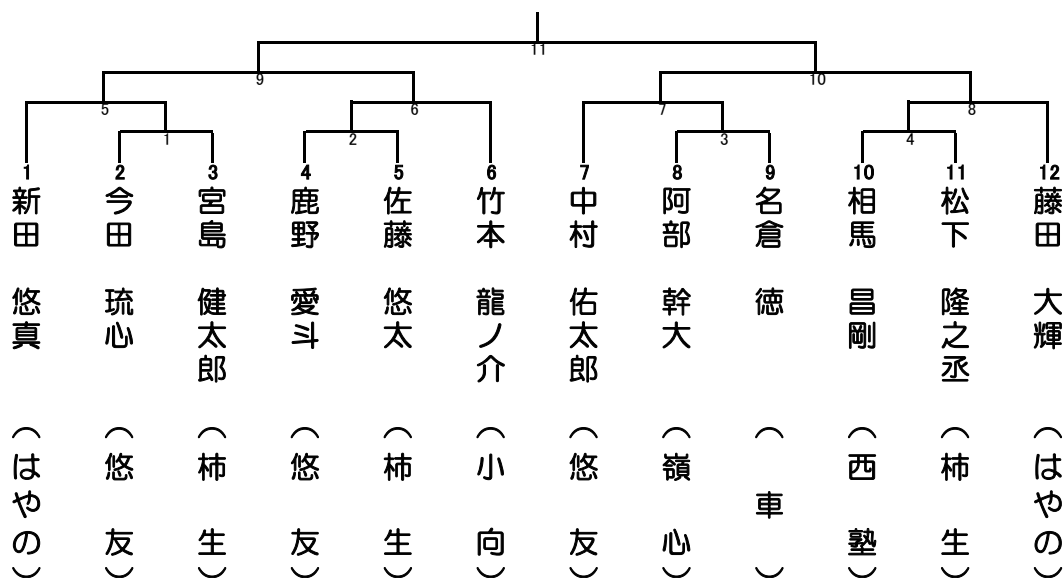
男子小学5年の部



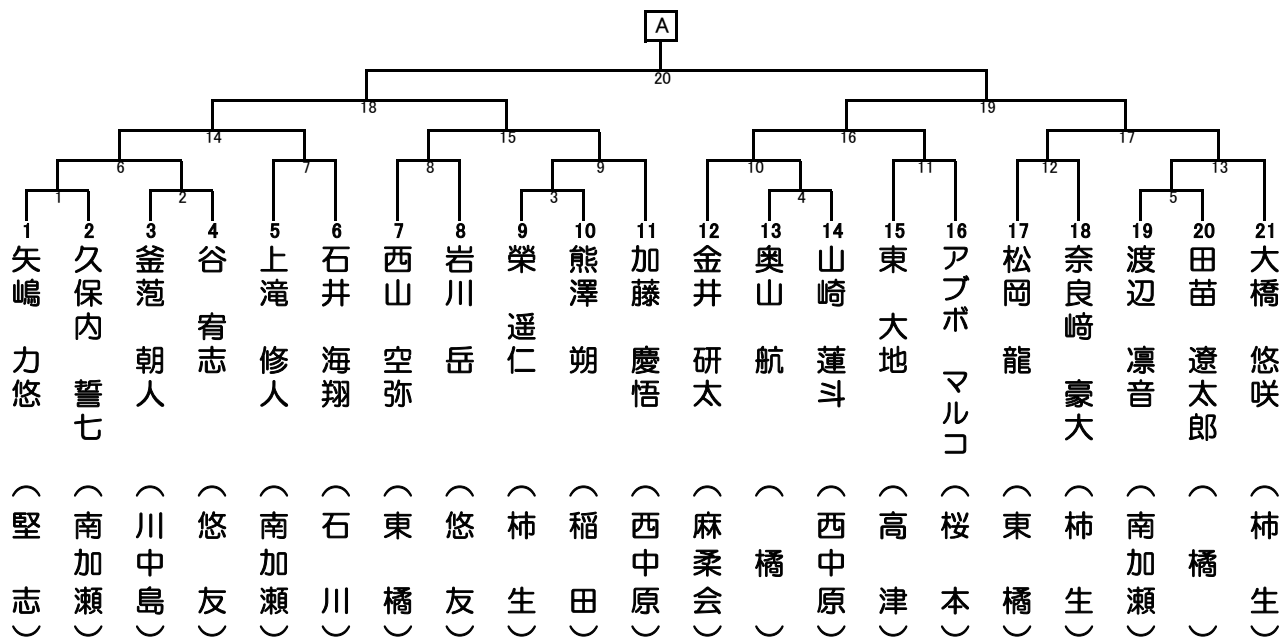
男子小学6年の部



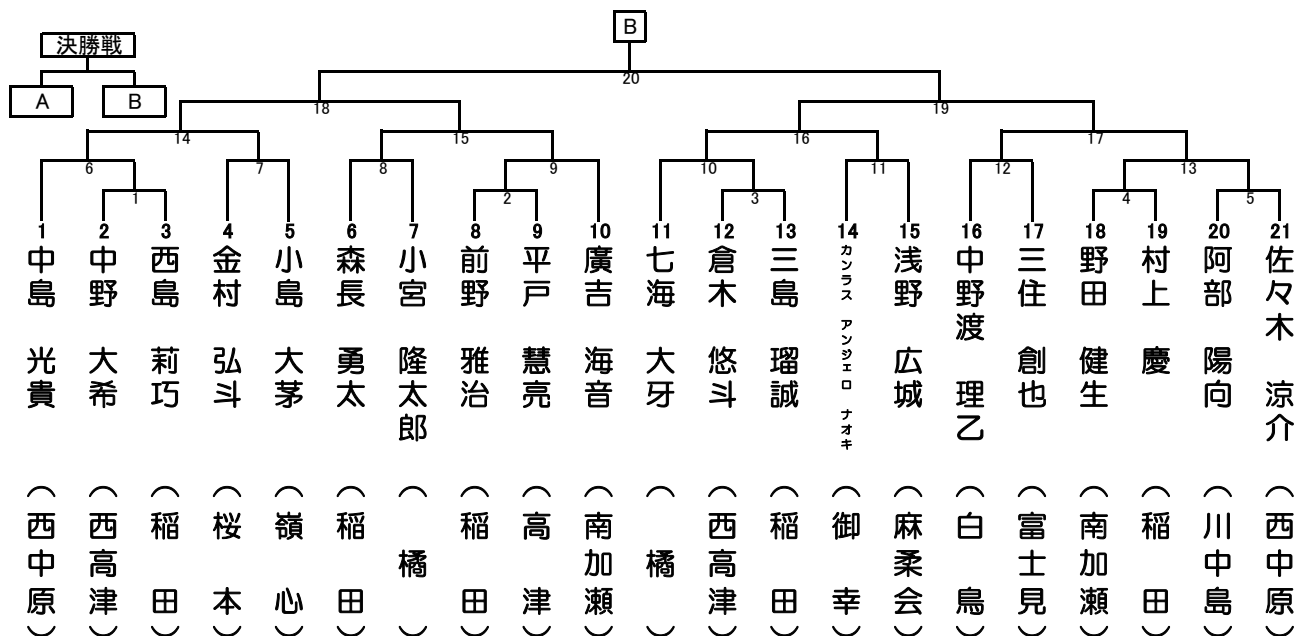
男子中学1年の部



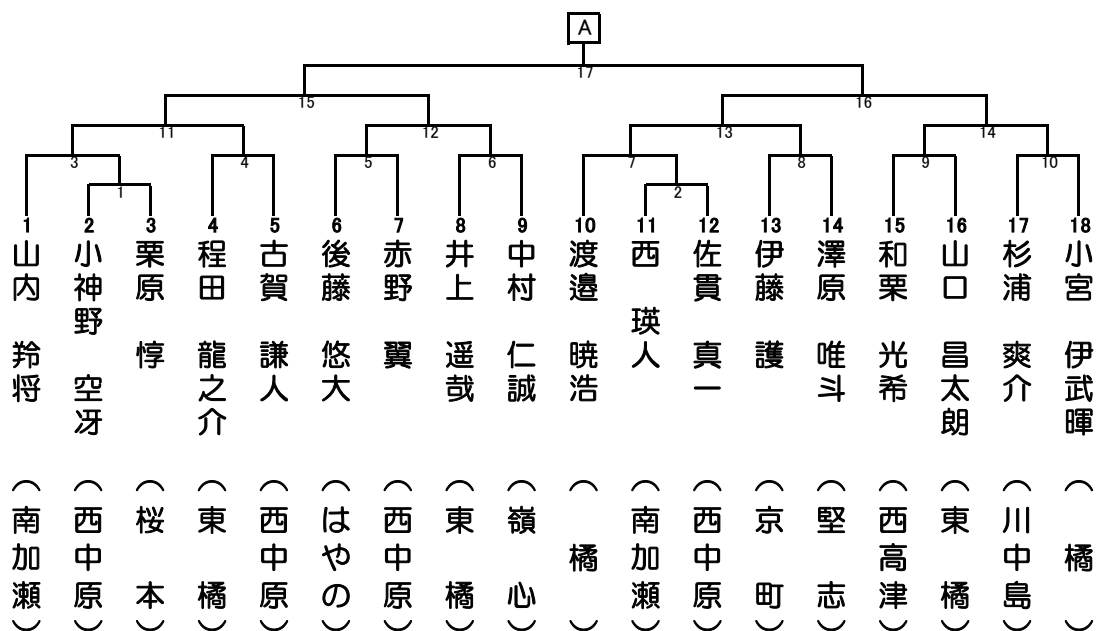
男子中学2年の部 A



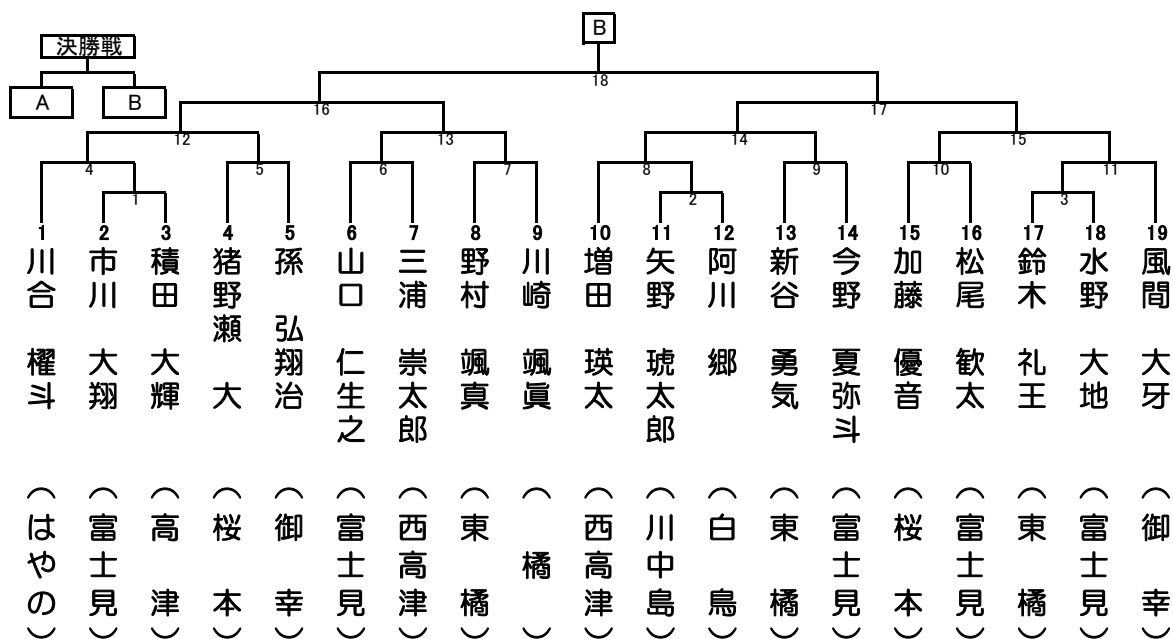
男子中学2年の部 B



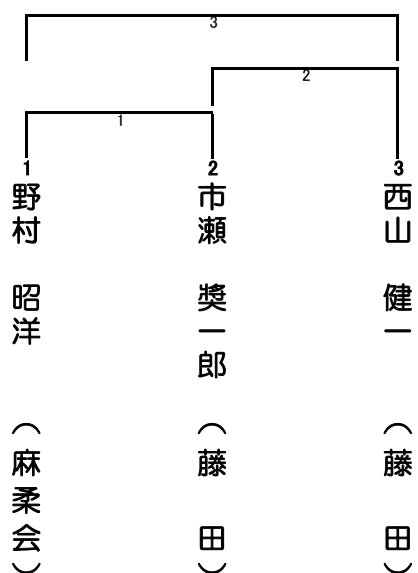
男子中学3年の部A



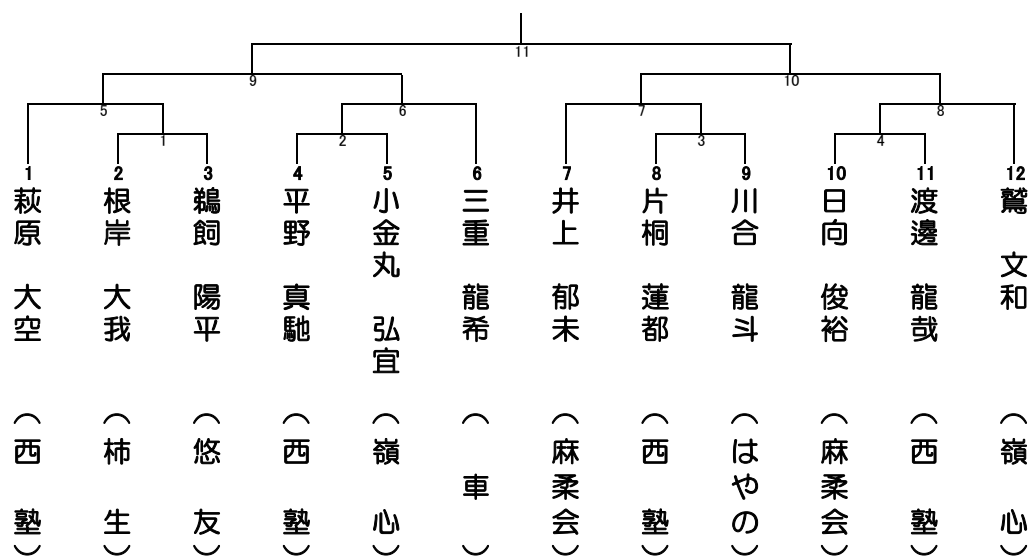
男子中学3年の部B



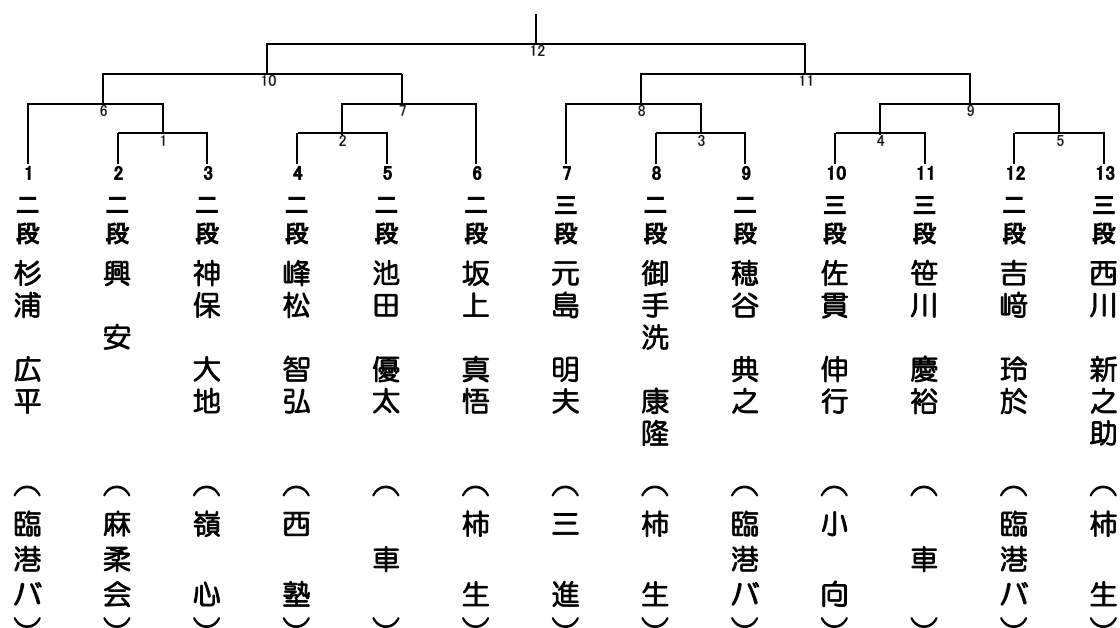
男子無段の部



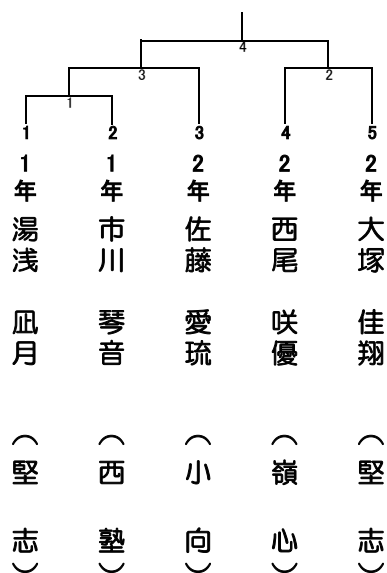
男子初段の部



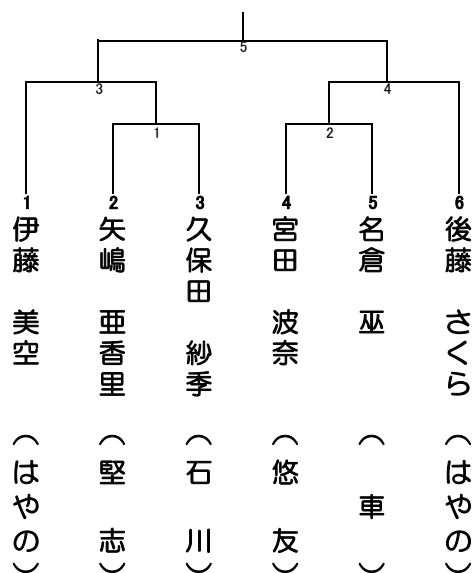
男子二・三段の部



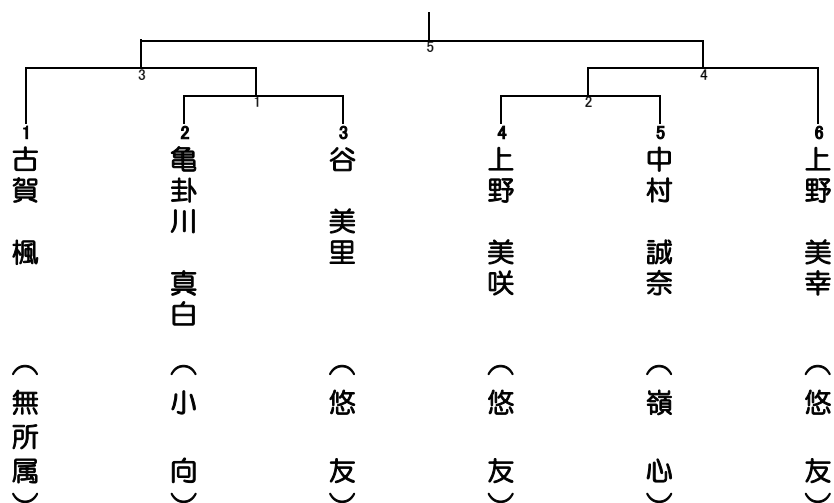
女子小学1・2年の部



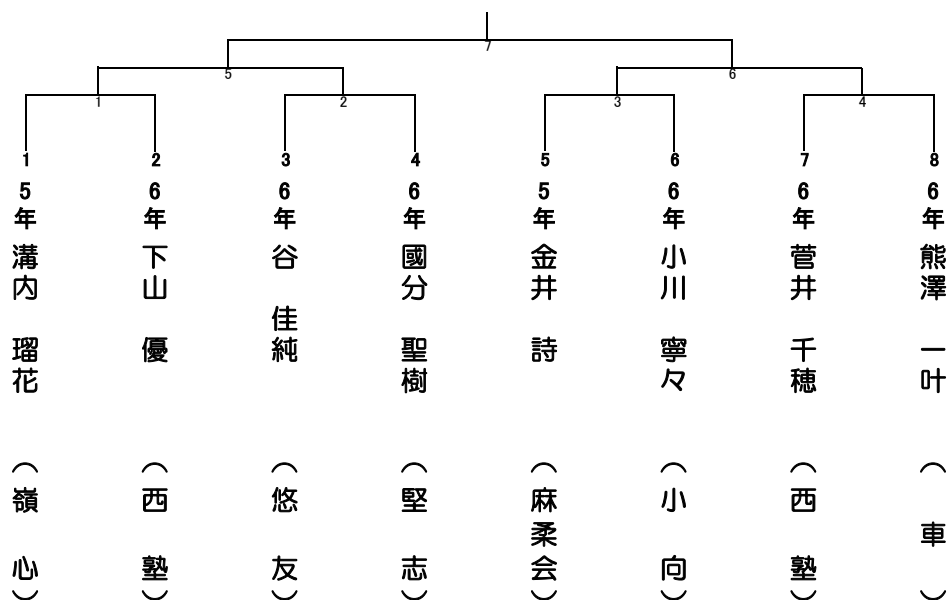
女子小学3年の部



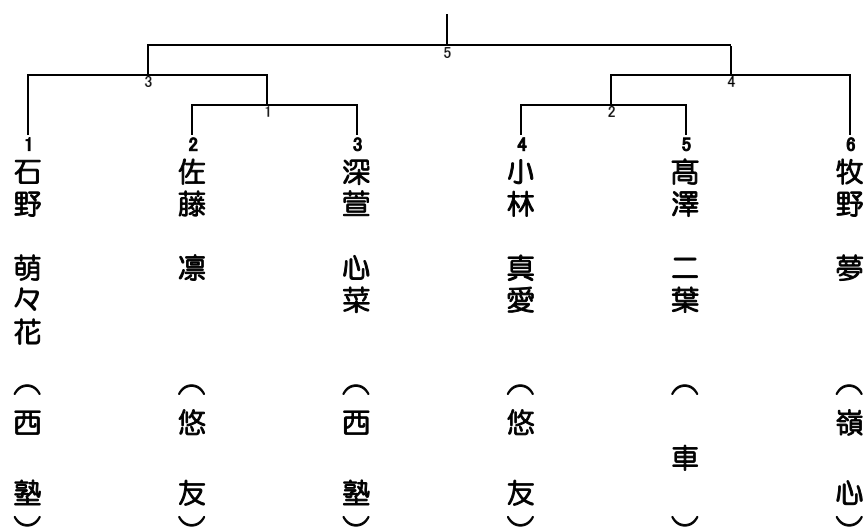
女子小学4年の部



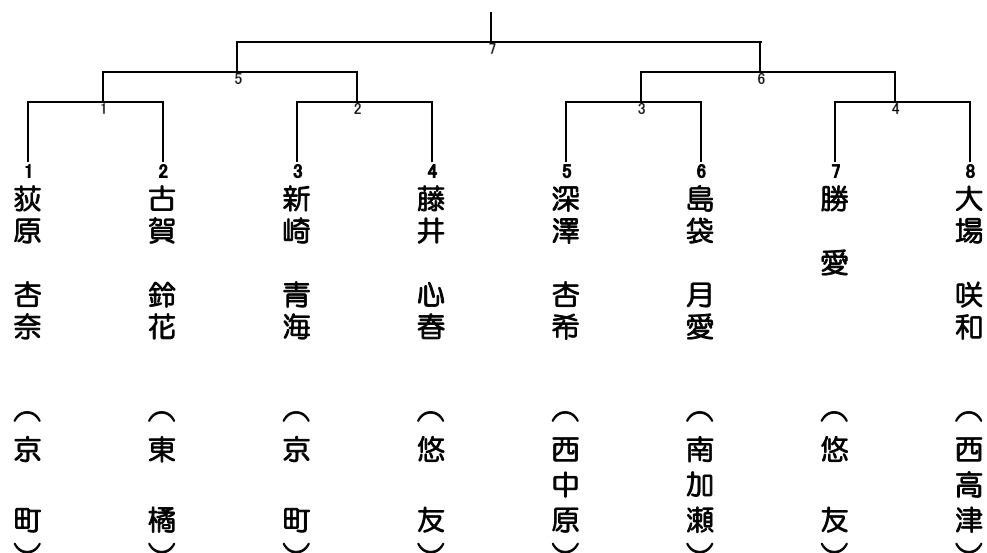
女子小学5・6年の部



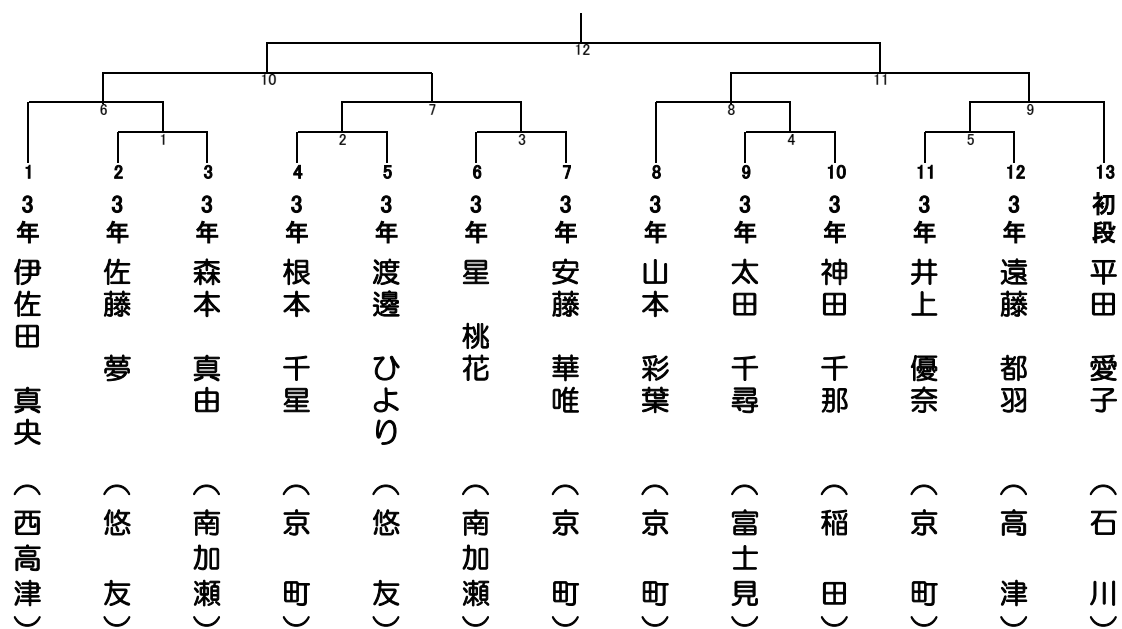
女子中学1年の部



女子中学2年の部

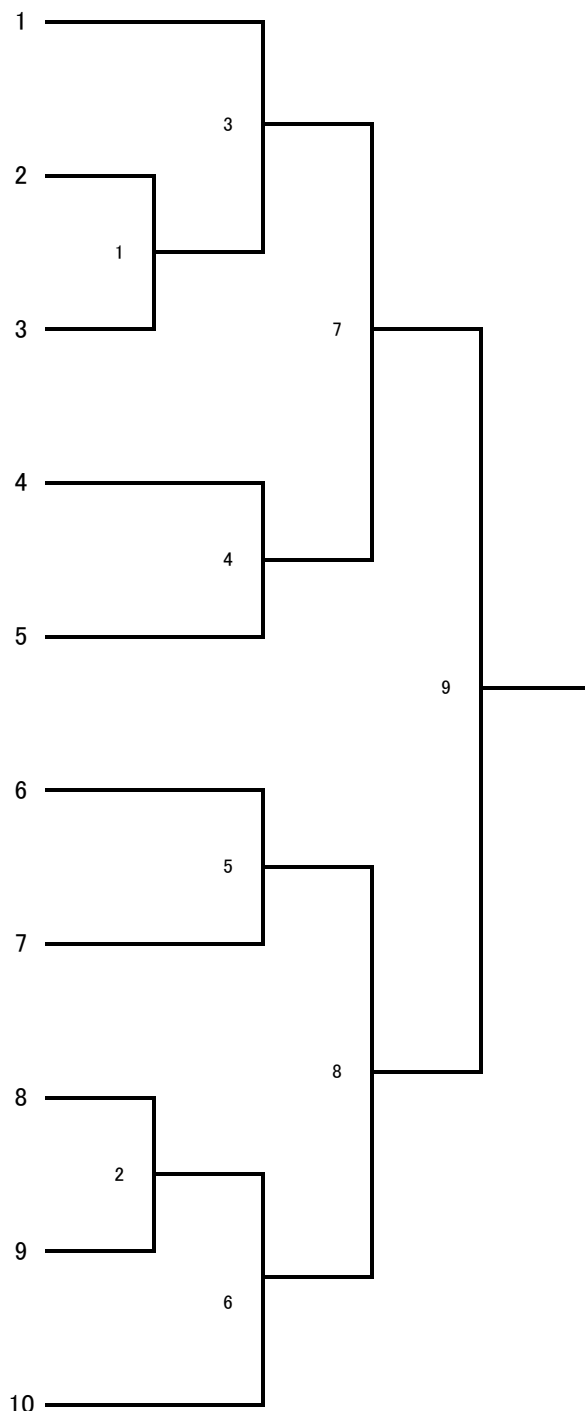


女子中学3年・初段の部

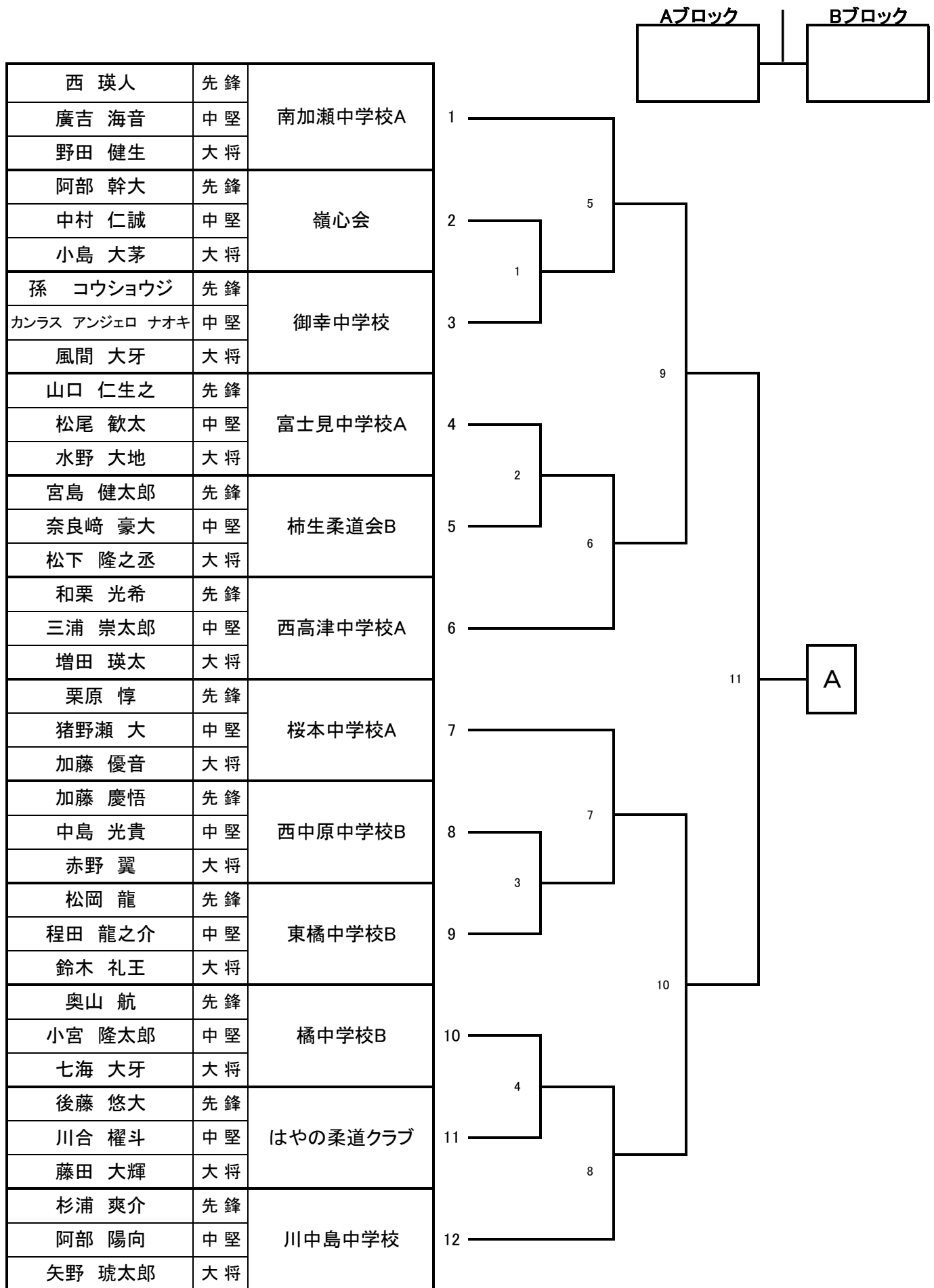


小学生団体の部

安田 和史	小 4	先 鋒	悠友館A
正代 誉	小 5	中 堅	
宮田 悠生	小 6	大 将	
深萱 鳳貴	小 4	先 鋒	西中柔道塾A
伊藤 哲	小 5	中 堅	
菅井 千穂	小 6	大 将	
八幡 洋希	小 4	先 鋒	小向クラブB
夏 匡輝	小 5	中 堅	
小川 寧々	小 6	大 将	
富田 悠仁	小 4	先 鋒	はやの柔道クラブ
石井 伶旺	小 5	中 堅	
成田 真和	小 6	大 将	
佐野 琥生志	小 4	先 鋒	嶺心会A
溝内 瑠花	小 5	中 堅	
溝内 歳風	小 6	大 将	
上野 美幸	小 4	先 鋒	悠友館B
藤井 聡志	小 5	中 堅	
久我 珀登	小 6	大 将	
牧原 大雅	小 4	先 鋒	小向クラブA
竹本 慶史郎	小 5	中 堅	
野田 勝祐	小 6	大 将	
清水 陽斗	小 4	先 鋒	西中柔道塾B
姉崎 颯	小 5	中 堅	
下山 優	小 6	大 将	
中村 誠奈	小 4	先 鋒	嶺心会B
岸田 壮	小 5	中 堅	
西尾 大樹	小 6	大 将	
澤原 優陽	小 4	先 鋒	堅志会
大塚 海翔	小 5	中 堅	
湯浅 心月	小 6	大 将	



中学生団体の部 A

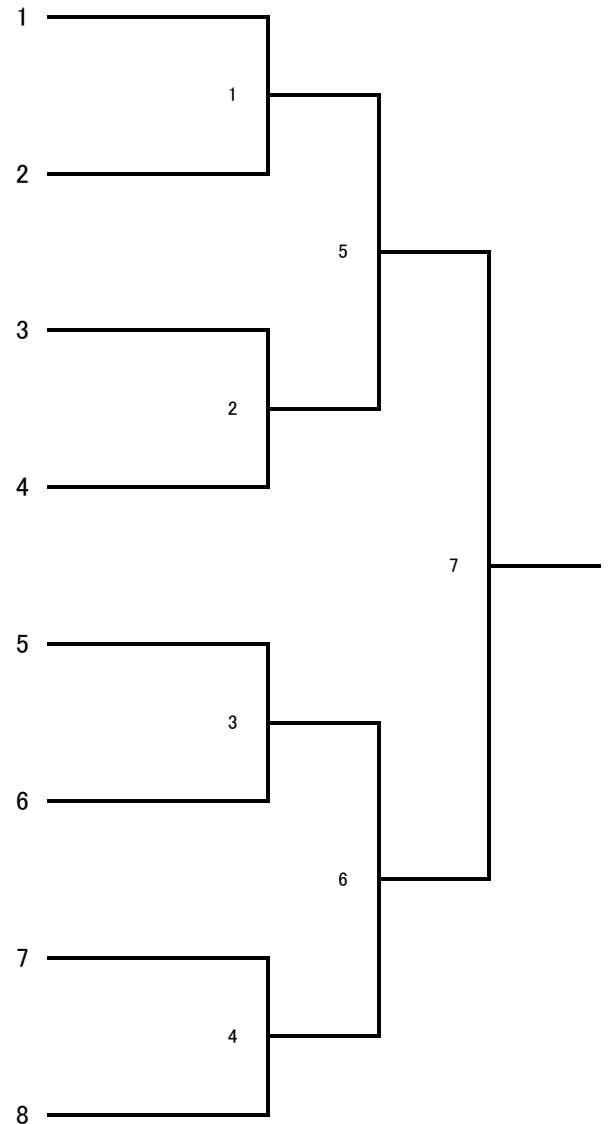


中学生団体の部 B

B	11	9	5	1	榮 遥仁	先鋒	柿生柔道会A
					佐藤 悠太	中堅	
					大橋 悠咲	大將	
			1	2	佐藤 夢	先鋒	悠友館
					中村 佑太郎	中堅	
					勝 愛	大將	
			3	3	太田 千尋	先鋒	富士見中学校B
					市川 大翔	中堅	
					今野 夏弥斗	大將	
			4	4		先鋒	桜本中学校B
					アブボ マルコ	中堅	
					金村 弘斗	大將	
			5	5	安藤 華唯	先鋒	京町中学校
					井上 優奈	中堅	
					伊藤 護	大將	
			6	6	渡邊 暁浩	先鋒	橘中学校A
					小宮 伊武暉	中堅	
					川崎 颯真	大將	
			7	7	井上 遥哉	先鋒	東橘中学校A
					山口 昌太郎	中堅	
					新谷 勇氣	大將	
			8	8	上滝 修人	先鋒	南加瀬中学校B
					山内 鈴将	中堅	
					渡辺 凜音	大將	
			9	9		先鋒	麻生柔道会
					金井 研太	中堅	
					浅野 広城	大將	
			10	10	中野 大希	先鋒	西高津中学校B
					倉木 悠斗	中堅	
					大場 咲和	大將	
			11	11	遠藤 都羽	先鋒	高津中学校
					積田 大輝	中堅	
					平戸 慧亮	大將	
			12	12	小神野 空冴	先鋒	西中原中学校A
					古賀 謙人	中堅	
					佐々木 涼介	大將	

有段者団体の部

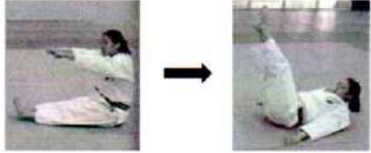
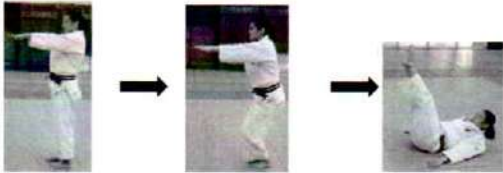
吉崎 玲於	二段	先 鋒	臨港バス柔道部
穂谷 典之	二段	中 堅	
大林 拓也	二段	大 将	
佐藤 健太	初段	先 鋒	柿生柔道会B
坂上 和輝	二段	中 堅	
西川 新之助	三段	大 将	
鷲 文和	初段	先 鋒	嶺心会A
小金丸 弘宜	初段	中 堅	
神保 大地	二段	大 将	
関 和行	初段	先 鋒	麻生柔道会
興 安 (ヘン ガン)	二段	中 堅	
内城 将紀	二段	大 将	
渡邊 龍哉	初段	先 鋒	西中柔道塾
峰松 智弘	二段	中 堅	
片桐 慶一	三段	大 将	
三重 龍希	初段	先 鋒	車道場
池田 優太	二段	中 堅	
笹川 慶裕	三段	大 将	
中村 柔誠	初段	先 鋒	嶺心会B
鶴谷 翼	初段	中 堅	
高橋 海	二段	大 将	
根岸 大我	初段	先 鋒	柿生柔道会A
坂上 真悟	二段	中 堅	
宍戸 利伎	三段	大 将	

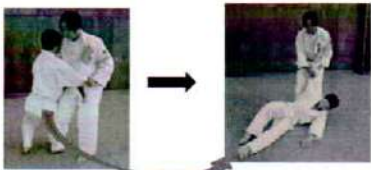
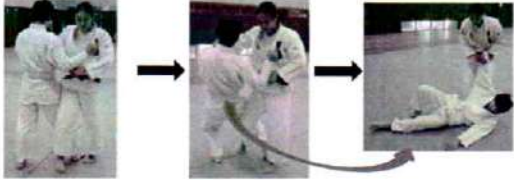


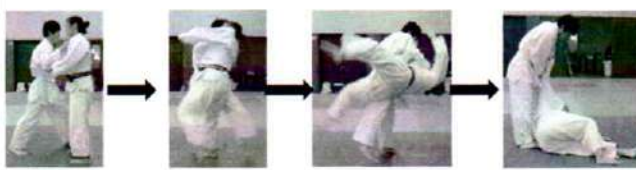
大外刈りの指導手順例

(初心者への指導プログラム対応 平成30年7月修正版)

段階的指導手順例

段階	練習の内容	練習期間の目安	見極めのポイント
第1段階 単独で受け身ができる。	1-① 長座の姿勢からの受け身  1-② そんきょの姿勢からの受け身  1-③ 立位からの受け身 	2～3週間程度 次の段階への目安 習い始めから 2～3週間程度	各段階で習熟度と安全を確認して、次の段階へ進む。 ・顎を引き、頭が振れない受け身ができているか。 ・体幹が落ちる寸前に、腕全体で畳を打つ受け身ができていないか。 ・静止した構えから、おおよび移動しながら受け身ができていないか。

第2段階 相手の動作（大外掛け【通称】）に対応した受け身ができる。	2-① そんきょの姿勢から、大外刈りの崩し体さばきに対応した受け身  2-② 中腰の姿勢から大外掛け（通称）に対応した受け身 （刈り足を畳につけて、相手を引き上げて安全を確保する）  2-③ 立位から、大外掛け（通称）に対応した受け身 （刈り足を畳につけて、相手を引き上げて安全を確保する） 	第1段階修了後 1～2か月間程度 次の段階への目安 習い始めから 2～3か月程度	・取は受を（斜め）後ろに崩し、受は受け身をとっているか。 ・顎を引き、頭が振れない受け身ができていないか。 ・体幹が落ちる寸前に、腕全体で畳を打つ受け身ができていないか。 ・取は、引き手を離さず保持しているか。
---	--	--	--

第3段階 初歩的な大外刈りに対応した受け身ができる。	3-① 刈りあげない大外刈りに対応した受け身  引き手をしっかり保持すると横受け身の形になり頭を打たない	第2段階修了後 3か月間程度	・受は支え足を畳につけた状態で倒れ受け身ができているか。 ・顎を引き、頭が振れない受け身ができているか。 ・体幹が落ちる寸前に、腕全体で畳を打つ受け身ができているか。 ・取は、引き手を離さず保持しているか。
	体を支える足を畳につけて受け身がとれるようにする 取は引手を保持し、受は受け身をとる	次の段階への目安 習い始めから 5～6か月程度	
第4段階 静止した構え、前後の移動や素早い動きから大外刈りに対応した受け身ができる。	4-① 静止した構えから大外刈りに対応した受け身  4-② 前後の移動から大外刈りに対応した受け身 素早い動きに対応した大外刈りの受け身	第3段階修了後 6か月間程度 次の段階への目安 習い始めから 約1年程度	・静止した構えから、移動や素早い動きなど負荷が強くなっても顎を引き、頭が振れない受け身ができているか。 ・取は、投げた後も安定した姿勢で引き手を離さずに保持しているか。

注-1：第1～第4段階までの技能習得レベルを個別に評価し、習熟度と安全を見極めてから次の段階へ進むこと。

注-2：第4段階の習熟度と安全を見極めて、投げ込み、乱取り、他校との合同練習や公式試合への参加の可否について判断すること。

注-3：大内刈り、小内刈りなど後ろに倒される技についても同様に確認すること。

注-4：基礎体力、特に首周辺の筋力強化のトレーニングも並行して行うこと。

注-5：練習の相手は、体格差、体力差、技能差、運動経験の違いを考慮に入れること。

柔道練習ステップ

	ステップ1(基本動作・打ち込みレベル)	ステップ2(投げ込みレベル)	ステップ3(乱取りレベル)
基本的な事項	- 決められた安全のための約束事やマナーが守れる。 (真剣に取り組む。礼法やあいさつ・返事ができる。) - みだしなみを整えることができる。 (柔道衣を正しく着られる、つめを切る、髪を束ねる、固いものを身に付けない等) - ブリッジ、腕立て伏せ、腹筋、背筋等の体力を高める運動ができる。 - 前転後転などの回転運動がスムーズにできる。	- 指示を受けるだけでなく、自ら進んで稽古ができる。 - 仲間と協調して、自他を尊重できる。 (話し合い、助け合い、高め合い) - 投げ込みに耐えうる筋力、持久力がある。 「一本」「技有り」等の違いが分かる。	- 相手への思いやりの行動、言動ができる。 (乱暴な言動、しぐさ等がない。) - 周囲の安全に配慮した行動ができる。 - 審判規定が分かり、禁止事項が守れる。 3～5試合を行える体力がある。
受け身	- 単独で受け身ができる。 (後ろ受け身、横受け身、前受け身、前回り受け身) - 相手に圧力(押される等)をかけられて単独の受け身ができる。 - 膝をついた姿勢や立ち姿勢からゆっくり投げられて受け身ができる。	- 障害物を超える受け身ができる。 - その場、移動、連絡技で投げられて受け身ができる。	- 返し技や捨て身技等で投げられても受け身ができる。 - 投げられた時に、体をひねったり無理な体勢(ブリッジ等)を取らず受け身ができる。
投げ技	- 投げ技の基本動作ができる。 (基本的な組み方、進退動作、崩し、体さばき等) 2種類以上の投げ技で打ち込みができる。 (膝車、支釣込足、出足払、体落、大腰等)	- その場で投げることができる。 (捨て身技を除く) (自分の体勢を崩さない。引き手を離さず、相手を保護できる。) (同体で倒れない、巻き込まない、頭を突っ込まない等) - 移動しながら得意技で投げるができる。	- 乱取りで自分の体勢を崩さずに投げるができる。 - 乱取りで引き手を離さず、相手を保護できる。 - 相手の技能程度に応じた乱取りができる。 (三様の乱取り)※
固め技	- 固め技の基本動作、補助運動ができる。 (体を開く、体を横にかわす、腋をしめる、脚を回す、脚を伸ばす等の動作、基本的な入り方と返し方) 2種類以上の抑え込み技ができる。 (袈裟固、横四方固、上四方固等)	- 抑え込み技とその逃げ方ができる。 - 膝をついた姿勢、仰向けの姿勢から抑え込み技の攻防ができる。 (頭の関節及び脊椎を痛めずに攻防ができる)	- 絞め技の攻防ができる。(中学生以上) - 関節技の攻防ができる。(高校生以上) - 乱取りで攻防ができる。 - 立ち姿勢から寝技への移行ができる。

※三様の乱取り: 技能程度の高い相手、技能程度が同等の相手、技能程度の低い相手と、それぞれ相手の技能程度に応じて行う乱取り。

熱中症を防ごう（徹底ポイント）

公益財団法人全日本柔道連盟では、スポーツを取り巻く環境の変化や、熱中症による重大事故の発生を重く受け止め、以下の熱中症の予防対策の徹底をお願いしています。重大事故ゼロを目指して、常に注意を喚起するよう周知徹底を図っていただければ幸いです。

○温度と暑さ指数（WBGT）を常に把握し、予防指針を守ろう。

熱中症は室内でもよく起こります。必ず、道場に温度計と WBGT 計を設置してください。最近では、気温・湿度・WBGT 値が同時に計測できる機器なども、通販などで比較的安く入手可能です。熱中症予防指針を遵守して、危険段階となったら練習を行わないことが大原則です。練習開始後に一気に気温が上がることもあります。常にチェックする心構えも大切です。

○こまめに休憩をとり、水分と塩分を補給しよう。

のどが渴いたと感じた時には、すでに脱水症状が始まっています。いつもより濃い尿の色も脱水のサインです。思考力が低下して不慮の事故の危険性も増します。適宜休憩を取り、運動をはじめる前から適切な水分・塩分補給を心掛けましょう。

○個人の条件にも十分に配慮し、早めの対応で事故を防ごう。

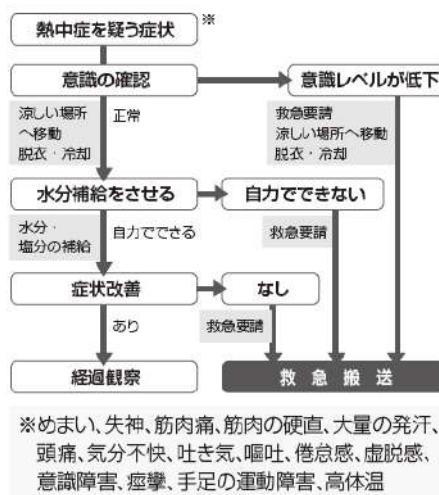
普段は暑さに強い人でも、急に暑くなったときや蒸し暑いとき、体調の悪い時には熱中症にかかりやすくなります。また、肥満傾向のある人も熱中症にかかりやすく、体力が十分でない人、暑さになれていない人も、体温調節がうまくできないため、熱中症にかかりやすくなります。熱中症の症状はさまざまです。このため気付くのが遅くなりがちです。治療の遅れは多臓器にダメージを与え、取り返しのつかない結果につながる場合があります。冊子「柔道の安全指導」第四版の 41-44 ページに、熱中症のことが詳しく載っています。日頃から冊子で熱中症の症状と対処法についてよく学び、お互いの体調に気を配り、早めの対応で事故を未然に防ぎましょう。

【熱中症への対応】



（B 指導員柔道テキストより）

【熱中症の救急処置】



（柔道の安全指導第四版より）

祝 川崎市市制101周年記念 市民総合スポーツ柔道大会



オンラインショップ



オンラインショップ
Yahoo! 店

SPORTS WEAR COLLECTIONS



株式
会社

津 留 美

<https://www.tsurumi-sports.com>
TEL 03-3786-3344 FAX 03-3784-3484
〒142-0041 東京都品川区戸越5-13-4
eメール info@tsurumi-sports.com

除菌と消臭ができるアスリート専用スプレー

トンズRAQ

皮膚真菌症（柔道タムシ）予防対策

柔道衣・柔道畳に
部室・ロッカールーム
ウイルス雑菌の除去
血液の拭き取り

／ トンズラックってなーに？？ ／

除菌効果大 感染症対策

お任せください

トンズラックは高い除菌効果で、皮膚真菌症だけでなくコロナウイルス、インフルエンザ等にも有効です。鼻血等の拭き取りも可。財団法人日本食品分析センターにて除菌効果を確認しています。



トンズラック未使用
菌の増殖あり



トンズラック使用
菌の増殖なし！

消臭効果もばっちり

お任せください

洗えない用具や、共有して使用するトレーニング用品等に汗や汚れなどの雑菌が繁殖すると嫌な臭いが発生します。そんな時はトンズラックをスプレーすれば消臭されます。新たな香りを被せる消臭法ではなく、臭いを根源から破壊し、嫌な臭いを激減させます。またトンズラックは弱酸性に製造しているのでお子様も安心して使用することが出来ます。肌にかかってもご心配いりません。

柔道選手のために 2010年に開発

お任せください

柔道関係者より相談を受けて2010年にトンズラックを開発致しました。皮膚真菌症の感染はチーム内で一気に広まることがあります。毎日トンズラック使用しているチームでは、感染者がいたとしても、他の選手に移らず拡大を阻止することが出来ました。現在は、口コミ等で広がり全国の強豪校で使用されています。

トンズラックで予防対策しよう！

海外から持ち込まれたトリコフィトン・トンズランス菌を感染源とする皮膚真菌症対策に開発された商品です。大変感染力が高い菌のため、対戦や練習で移ったり、その後家族に移ったりすることもあります。

予防対策としてトンズラックを使用後の柔道衣や畳や床に噴霧して毎日除菌しましょう。発売以来、全国の中学、高校、道場が利用しています。

全日本柔道連盟のホームページにおいても、感染に関する情報を掲載し、治療と予防を推奨しています。

※トンズラックは感染症の治療薬ではなく予防スプレーです。感染が疑われる場合は直ちに医師にご相談下さい。



500mL スプレー	1,320円
20L 希釈タイプ	15,400円
20L そのままタイプ	13,200円
10L 希釈タイプ	

※表示価格は税込
※モップ・噴霧器も販売中

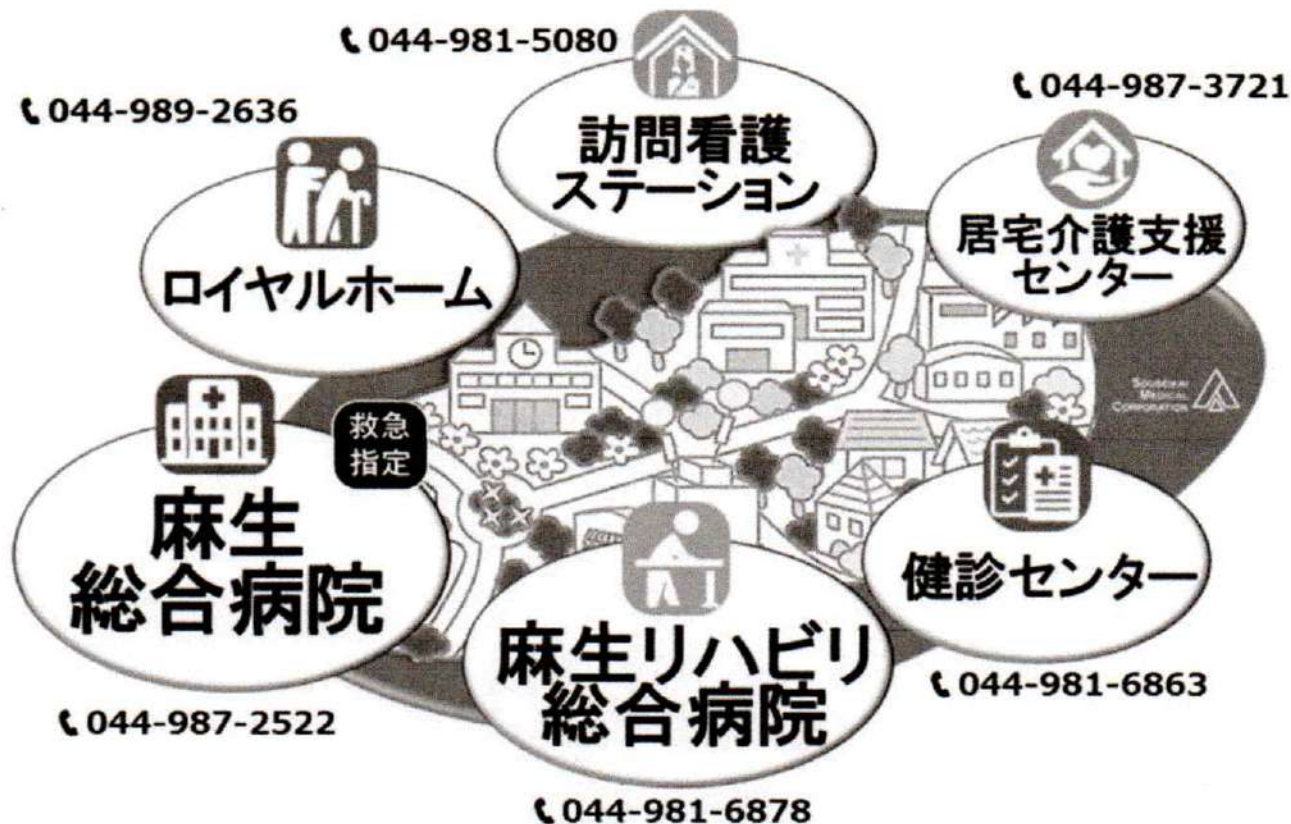
FUJIKS
フジクス株式会社

☎ **044-577-2492**
210-0014 川崎市川崎区貝塚1-8-2

トンズラック



— 常に最善を飽くことなく追求し
質の高い安心の医療(介護)を提供する —



医療法人社団 総生会
SOUSEIKAI MEDICAL CORPORATION



柔道衣・チームジャージ・トレーニング器具・柔道畳



252-0325 神奈川県相模原市南区新磯野 1-19-3-201
TEL046-259-9207 FAX046-259-9217

祝 令和7年度
川崎市制101周年記念市民総合スポーツ柔道大会

ケ ガ
怪我をしたら接骨院へ

本柔道大会にご協賛いただいた（公社）神奈川県柔道整復師会川崎支部の会員名を明記し、ご協力に厚くお礼申し上げます。（順不同・敬称略）

名 前	住 所	電 話
齋 藤 接 骨 院	川崎区宮前町2-3	044-222-5614
齋 川 接 骨 院	川崎区渡田3-15-13	044-333-6971
よ し か わ 接 骨 院	川崎区追分町11-11	044-333-9700
平 山 整 骨 院	川崎区東門前3-3-7 グランシェリーイトリ1F	044-287-3381
ファンタス鍼灸整骨院	川崎区大島3-38-7	044-277-4123
だ い ま ち 整 骨 院	川崎区台町4-22 フェアリハウス104	044-299-4231
さ い と う 整 骨 院	川崎区川中島1-1-3 エーコーポ1F	044-266-6266
大 年 接 骨 院	幸区下平間188-14	044-522-6005
岸 接 骨 院	幸区南加瀬5-22-22	044-599-3313
新 井 接 骨 院	幸区下平間197	044-541-4970
深 谷 接 骨 院	幸区幸町4-37	044-533-5747
岡 本 整 骨 院	幸区塚越1-67-102	044-511-1667
矢 野 接 骨 院	幸区古市場1-46	044-522-4718
飯 山 接 骨 院	中原区市ノ坪690	044-422-4019
保 田 接 骨 院	中原区新城1-1-1	044-766-4000
浜 野 接 骨 院	中原区井田1-33-1	044-754-1456

祝 令和7年度
川崎市制101周年記念市民総合スポーツ柔道大会

名 前	住 所	電 話
宍 戸 整 骨 院	中原区上丸子山王町2-1213	044-411-7363
す ぎ や ま 接 骨 院	中原区上小田中3-21-20	044-797-0390
しみず整骨院・鍼灸院	中原区新城2-3-9 1F	044-753-5588
向 河 原 整 骨 院	中原区下沼部1747	044-433-1166
ム ト ウ 2 2 接 骨 院	中原区小杉御殿町2-53-5 1B	044-733-2085
か わ い 接 骨 院	中原区上新城2-7-1 センズ`イシ 7-103	044-740-9119
い だ な か 整 骨 院	中原区井田中ノ町9-3第2スエビロハイツ101	044-948-9900
藤 原 接 骨 院	中原区小杉町3-29	044-722-6271
小 杉 接 骨 院	中原区下小田中2-6-3	044-571-6720
や ま ぎ し 整 骨 院	中原区上小田中7-19-1	044-711-2222
井田名倉堂栗山接骨院	中原区井田中ノ町6-27	044-766-0850
よ こ お 整 骨 院	中原区新城3-13-5 テラス新城1F	044-863-3500
ひらばやし整骨院	中原区新城3-2-5-101	044-982-1776
ほねつぎとこ整骨院	中原区新城中町4-10-1F	044-751-8122
元 住 吉 接 骨 院	中原区木月2-9-7	044-434-8128
二 子 接 骨 院	高津区諏訪1-3-2 1F	044-822-8830
田 中 接 骨 院	高津区北見方2-2-20 ティ・アフレ 1F	044-813-0253
さんぽう接骨院	高津区二子1-11-26	044-844-4001
名 倉 堂 接 骨 院	多摩区長沢4-27-3 クレール長沢1F	044-977-6947
小 島 接 骨 院	多摩区菅稲田堤1-2-21	044-944-2885
中 野 島 接 骨 院	多摩区布田18-22	044-944-8915

祝 令和7年度
川崎市制101周年記念市民総合スポーツ柔道大会

名 前	住 所	電 話
車 接 骨 院	多摩区宿河原 3-13-1	044-911-9170
医 王 接 骨 院	多摩区菅馬場 2-11-13	044-944-2803
石 崎 接 骨 院	多摩区三田 1-7-6	044-911-3444
い ぶ き 接 骨 院	多摩区中野島 6-27-11	044-900-1192
向ヶ丘遊園接骨院	多摩区東生田 1-11-11-1F	044-911-1137
うちの整骨院	多摩区登戸新町 367	044-387-7695
N O R I 接 骨 院	多摩区三田1-28-2 ライブリー三田105	044-819-8059
中 川 接 骨 院	宮前区菅生 4-5-18	044-789-9524
み し ま 接 骨 院	宮前区小台 2-7-19-104	044-855-4617
菅 生 接 骨 院	宮前区菅生 5-1-55	044-977-3482
ホ シ ノ 接 骨 院	宮前区犬蔵 2-7-24	044-975-5261
鈴 木 接 骨 院	宮前区野川本町 3-29-32	044-755-9820
鷺 沼 接 骨 院	宮前区小台 1-10-23-102	044-855-2416
E I R 接 骨 院	宮前区犬蔵 2-6-20	044-863-6517
有 馬 中 央 接 骨 院	宮前区東有馬3-8-27 レストラン鷺沼102	044-870-5588
ひ な た 整 骨 院	宮前区東有馬 2-11-25	044-387-1861
た か は し 接 骨 院	麻生区上麻生 5-38-5	044-387-4556
と く な が 接 骨 院	麻生区下麻生 3-23-45	044-986-5595
小 野 接 骨 院	麻生区白山 4-1-3-11	044-988-4555

< メ モ >

礼節 M Manners

自立 I Independence

高潔 N Nobility

品格 D Dignity

川崎市柔道協会

名	譽	会	長	矢	野	昌	平
会			長	芹	澤	秀	史
副	会	長	長	國	吉	真	登 茂
副	会	長	長	梶	川	光	夫
常	任	理	事	高	杉	忠	弘
常	任	理	事	齋	丸	仁	一
常	任	理	事	車		耕	一
常	任	理	事	清	水	泰	平
常	任	理	事	石	井	重	信
常	任	理	事	原		壯	嘉
指	名	常	任	佐	藤	満	藏
監			事	及	川		脩
監			事	田	邊	健	児

事務局

〒211-0036

川崎市中原区井田杉山町9-12-202

川崎市柔道協会事務局 原 壯嘉

電話 090-2529-5994