



全国各地で猛暑日が続き、北海道でも例年以上に高温の日が続きました。20年前には考えられなかったような気温の中、北海道のサッカーシーズン真っ最中ですが、お盆を過ぎ、暑さも一段落？という雰囲気になっていますが、カテゴリーによっては安心できない日もまだありそうです。まずは、JFAの暑熱対策に関する指針、そして北海道所属審判員の研修参加レポートをお送りします。

【1】熱中症対策ガイドライン

【大会/試合スケジュールの規制(事前の準備)】

※大会運営に関する部分なので省略

『JFA熱中症対策※1』

<A>

① ベンチを含む十分なスペースにテント等を設置し、日射を遮る。

※全選手/スタッフが同時に入り、かつ氷や飲料等を置けるスペース。

※スタジアム等に備え付けの屋根が透明のベンチは、日射を遮れず風通しも悪いため使用不可。

② ベンチ内でスポーツドリンクが飲める環境を整える。

※天然芝等の上でも、養生やバケツの設置等の対策を講じてスタジアム管理者の了解を得る。

③ 各会場にWBGT計を備える。

④ 審判員や運営スタッフ用、緊急対応用に、氷・スポーツドリンク・経口補水液を十分に準備する。

⑤ 観戦者のために、飲料を購入できる環境(売店や自販機)を整える。

⑥ 熱中症対応が可能な救急病院を準備する。特に夜間は宿直医による対応の可否を確認する。

⑦ [Cooling Break※2]または飲水タイムの準備をする。

⑧ 屋根の無い人工芝ピッチは原則として使用しない。

⑨ 会場に医師、看護師、BLS(一次救命処置)資格保持者のいずれかを常駐させる。

⑩ クーラーがあるロッカールーム、医務室が設備された施設で試合を行う。

色文字は、最低限すぐに実施できる内容を表しています。

【大会/試合実施時の規制(当日の対応)】

各会場にWBGT計を準備し、計測した数値により対策を講じる。

[計測方法]

①必ずピッチ上で、WBGT 計の黒球が日影にならないように計測する。計測時のWBGT 計の高さは、プレーする選手の年齢の平均身長 $\times 2/3$ とする。

(例.中3男子の場合、 $168.8\text{cm} \times 2/3 = 113\text{cm}$)

②計測する時間はできる限り試合開始の直前、かつロッカーアウトするまでに両チームに対応方法を伝達できるタイミングとする。

③試合中もピッチに近い場所で計測し続け、数値を把握する。

④ハーフタイム時(できる限り後半開始の直前)の数値により後半の対応方法を決定し、両チームに伝達する。

※原則として、前後半のプレー中に数値が変わっても対応方法の変更はしない。

■WBGT=31℃以上の場合、試合を中止または延期する。

やむを得ず行う場合は『JFA 熱中症対策※1<A+B>』を講じた上で、[Cooling Break※2]を行う。

※中止や延期の判断は、試合前またはハーフタイム時に行うこととし、前後半のプレー中に試合を中止・延期はしない。試合前は大会の主催者または主管者、もしくはその代行者が必要に応じて主審と協議の上で判断し、ハーフタイム時は主審が大会の主催者または主管者、もしくはその代行者と協議の上で判断する。

※大会主催者は、中止や延期となった場合の対策や当該試合の取扱いについて予め規定しておくこと。

■WBGT=28℃以上の場合、『JFA 熱中症対策※1<A>』を講じた上で、以下の対応を行う。

1・2 種…[Cooling Break※2] または[飲水タイム]を行う。

3・4 種…[Cooling Break※2]を行う。

また、『JFA 熱中症対策※1<A+B>』を講じた場合は、全ての種別において[Cooling Break※2] または[飲水タイム]を推奨することとする。

■WBGT=25℃以上の場合、3・4 種の試合は『JFA 熱中症対策※1<A>』を講じた上で、以下の対応を行う。

3 種…[飲水タイム]を行う。

4 種…[Cooling Break※2] または[飲水タイム]を行う。

▽体育館等の屋内でフットサル等の試合を行う場合も、上記と同じガイドラインを適用する。ただし、同じWBGT 値でも屋外に比べて熱射・輻射が少ないが高湿度傾向にあるので、除湿機の設置や風通しを良くするなどの対策を講じる必要がある。また、建物自体に熱がこもるため日没後もWBGT 値が下がりにくい傾向があることにも注意すること。

▽フットサルやビーチサッカー、8人制サッカーのような「自由な交代」が可能な試合についても、ガイドラインに沿って[Cooling Break]や[飲水タイム]を設定する。

[Cooling Break]

前後半1 回ずつ、それぞれの半分の時間が経過した頃に3 分間の[Cooling Break]を設定し、選手と審判員は以下の行動をとる。

① 日影にあるベンチに入り、休む。

② 氷・アイスパック等でカラダ(頸部・脇下・鼠径部)を冷やし、必要に応じて着替えをする。

③ 水だけでなくスポーツドリンク等を飲む。

<留意点>

- ・原則として試合の流れの中で両チームに有利・不利が生じないようなアウトオブプレーの時に、主審が判断して設定する。
- ・戦術的な指示も許容する。
- ・チームが、カラダを冷やすための器具を持ち込む際は、事前に大会運営責任者の了解を得る。
- ・審判員は[Cooling Break]の時間を遵守するため、試合再開時には選手に速やかにポジションに戻るよう促すと同時に、出場選手の確認を行う。
- ・サブメンバーは出場メンバーとの識別のため必ずビブスを着用する。運営担当者は試合再開時に出場メンバーの確認について審判員をサポートする。
- ・[Cooling Break]に要した時間は「その他の理由」によって費やされた時間として前後半それぞれの時間に追加される。
- ・[Cooling Break]を設定する場合は試合前またはハーフタイム時のロッカーアウトまでに両チームに伝達する。また、WBGT 値に応じて、前半と後半の対応が異なる場合がある。

(参考… 飲水タイム)

- ・前後半それぞれの半分の時間を経過した頃、試合の流れの中で両チームに有利、不利が生じないようなボールがアウトオブプレーの時に、主審が選手に指示を出して全員に飲水をさせる。もっとも良いのは中盤でのスローインの時であるが、負傷者のための担架を入れた時や、ゴールキックの時も可能である。
- ・選手はあらかじめラインの外に置かれているボトルをとるか、それぞれのチームベンチの前でベンチのチーム関係者から容器を受け取って、ライン上で飲水する。
- ・主審、副審もこの時に飲水して良い。そのために第4の審判員席と、第2副審用として反対側のタッチライン沿いにボトルを用意する必要がある。
- ・スポーツドリンク等、水以外の飲料の補給については、飲料がこぼれて、その含有物によっては競技場の施設を汚したり、芝生を傷めたりする恐れもある。大会主催者が水以外の持ち込み可否及び摂取可能エリアについて、使用会場に確認をとって運用を決定するので、その指示に従って、飲水する。
- ・飲水タイムは30秒から1分間程度とし、主審は選手にポジションにつくよう指示してなるべく早く試合を再開する。飲水に要した時間は、「その他の理由」により空費された時間として、前、後半それぞれに時間を追加する。
- ・時間の経過にともなって環境条件がかなり変わった場合は、飲水を実施するかしないかの判断をハーフタイムに変更してよい。
- ・飲水を行う場合は、試合前(あるいはハーフタイム時)に両チームにその旨を知らせる。
- ・飲水タイムは、あくまでも飲水のためである。
- ・飲水タイムとは別に、従来どおり、ボールがアウトオブプレーのときにライン上で飲水できる。

【2】研修会参加レポート

①木村博之 国際主審

国際親善試合：イングランド代表 vs コスタリカ代表 報告

ワールドカップロシア大会開幕1週間前の6月7日、イングランド・リーズにてイングランド代表 vs コスタリカ代表の試合を担当しました(主審：木村、副審：八木氏、三原氏、第4の審判員：荒木氏)。



[試合割当の経緯]

イングランドで日本の審判団が代表戦を担当するのは2010年以来、二度目です。今回の割当の経緯はワールドカップの準備としてイングランドチームがUEFA以外のレフェリーを希望したことやFAとJFA間で審判員、審判指導者の交流が継続的に行われていたことなどから幸運にも私たちが試合を担当させていただくことができました。

[試合の位置付け]

この試合は両チームにとってワールドカップ前、最後の対外試合でした。両チームともワールドカップに向けた準備の試合ですので、試合結果に対し大きなプレッシャーのかかることはありませんが、私たちとしてはFAから招待されて担当する試合ですので役割をしっかり果たさなければいけないという強い思いがありました。また、サッカーの母国で代表戦を担当できることはとても光栄なことであり、貴重な経験の場です。とはいえ、特別なことはせず普段と変わらないパフォーマンスを出し、ストレスを感じさせずに試合を運営するこ

とを心がけ試合に臨みました。

[試合内容]

スタジアム全体がイングランドのサポーター約4万人で埋め尽くされた試合は2-0でイングランド代表が勝利。随所に激しいフィジカルコンタクトや縦に早い攻撃が見られ見応えのある試合になりました。その中で印象的だったのは両チームの選手がお互いにこの試合の位置づけを共有しているかのように、ラフなプレーや狭いプレーをせずにとってもスムーズに試合が流れたことです。中にはボールへのチャレンジではなく、相手を止める目的のチャレンジがありましたが、それさえもお互い理解してやっているという状況です。もちろん怪我をさせるようなチャレンジではありませんが。このような試合で難しくなるのがレフェリーとしてどこまで選手に関わるかで、起きた事象に杓子定規に厳しく対応してしまうと試合の流れを切ることになりますし、選手のイライラも募ってしまいます。逆に手綱を緩めすぎるとゲームコントロールを失う可能性があります。「雰囲気に合わせて良い塩梅のレフェリング」が求められているようでした。

この試合において私たちの判定はある程度受け入れられており試合後のフィードバックでは、議論になるシーンを作らず無難に試合をコントロールしたことを評価していただきました。レフェリングが話題にならず良い雰囲気の中で試合が流れたことを評価していただけたことは、今回私たちが目標としたストレスを感じさせないレフェリングが達成されたともいえるので非常に嬉しいことでした。



[今回の派遣を受けて]

現地で感じたことはレフェリーがサッカーの重要な構成要素として捉えられ浸透していることです。試合前のミーティングで試合に関する全ての情報が審判員に伝えられることからそのことが感じられます(来場者数、気象情報、警備やメディカルに関すること、テロなど不測の事態発生時の対応など)。審判界にいと審判目線でサッカーを考えることが多くなりがちですが、試合をスムーズに運営するには様々な視点で試合を捉え、試合の流れや雰囲気を敏感に感じ取り、上手く舵を取る必要があります。判定力やポジショニングは当然必要な要素ですが、加えて試合を捉えるバランス感覚を養うこともレフェリーに必要なことであると感じました。

②荒上修人 1級審判員

○大会を通してのテーマ

「動きとポジショニング!『信頼を得よう』」

○研修概要

2018年8月5日(日)~8月11日(土)まで、三重県にて開催されていました全国高校総体サッカー競技にNC担当審判員として参加して参りました。

研修会1日目、2日目については座学での研修及びプラクティカルトレーニングを行いました。座学ではインストラクターより「動きとポジショニング」をテーマとしたプレゼンテーションや、映像を観てディスカッションを行いました。プラクティカルトレーニングではPKの違反、オフサイド、バニシングプレーの使用方法につ

いて実践を行いました。

大会 1 日目の 8 月 7 日～9 日には第 1 回戦～3 回戦を担当させていただきました。本大会では記録的な猛暑ということもあり、WBGT で 30℃以上の数値となった場合には、15 分を経過した頃に 3 分間のクーリングブレイク、更に 30 分頃にウォーターブレイク(飲水タイム)を設けるという措置がとられました。

また大会 4 日目の休息日には、三重県サッカー協会技術委員会主催の指導者講習会にオブザーバーとして参加させていただき、現代サッカーの特徴や世界の流れについて指導者や技術の面からサッカーについて考えました。世界のサッカーの流れとして、スピーディー、テクニカル、タフ、全員攻撃・全員守備、戦術的柔軟性が重視されていますが、日本の目指すサッカーはそれらに Japan's Way、日本人の良さを活かしたサッカーを目指すという考え方を融合させて強化していくとのことでした。

○担当試合

8 月 7 日

・香川県立高松商業高等学校 対 富山第一高等学校 主審

8 月 8 日

・船橋市立船橋高等学校 対 山梨学院高等学校 主審

8 月 9 日

・日章学園高等学校 対 関東第一高等学校 4th

○研修会を通じての学び、気づき

・交代して入ってきた選手のプレーの質や温度を感じる。

→途中交代で入ってきた選手がファウルを 2 回続けて行い、ファウルとはしていたが特に対応を行わなかったということがありました。途中交代の選手はテンションが高い可能性があるため、そういったところにも気配りしておく必要があると感じました。

・事象だけで判断せず、プレーの前後関係も考慮する。

→ペナルティーエリア内で守備側競技者が攻撃側競技者に後方から挑み、そのプレーを不用意と判断しペナルティーキックを与えたという事象がありました。事象だけを切り取ると不用意ですが、その前後関係としてプレーの優先権や守備側競技者の意図を考慮するとどうだったかということを考えさせられました。

・意識を変える、日常を変える。

→技術、指導者の視点からも日本のサッカーを世界基準に近づけるには意識の変化と日常の変化が必要だと考えているそうです。この言葉を聞き、審判員としても同じことが当てはまると感じました。

北海道でのサッカーシーズンも残り 2 ヶ月ほどになりましたが、今回の研修会での経験を活かし、ケガには気をつけて今後も活動していきたいと思います。

最後に、本研修会に参加させていただきましてありがとうございました。ならびに本大会を支えていただいております三重県サッカー協会の皆様、誠にありがとうございました。

研修内容 : 研修テーマ 『動きとポジショニング』
トレーニング『フィジカルトレーニング・プラクティカルトレーニング』
テスト 『競技規則テスト』

平成 30 年 8 月 5 日(日)

1 オープニング・競技規則テスト…スポーツマンハウス鈴鹿 19:00～

平成 30 年 8 月 6 日(月)

1 モーニングトレーニング…ホテル前 6:15～

・体調の確認

2 フィジカルトレーニング…スポーツの杜鈴鹿 第 3 グラウンド 9:00～

講師:島田 浩幸氏

- ①ウォーキング→ジョギング→ランニング→ウォーキング(フリー)の繰り返し
⇒姿勢を意識し、広い視野を確保する。周囲から見られていることを意識すること
- ②サイドステップ(2 人 1 組になり、オフサイドのラインキープを想定)
⇒体軸と軸になる足を意識すること
- ③アクセラレーション(ロングスプリントを行い、加速を意識)

3 **フィジカル理論**…スポーツマンハウス鈴鹿 10:00～ 講師:島田 浩幸氏

・「水分補給と塩分の取り方について」

水分は一気に補給するのではなく、200ml～250ml/回を 1 時間に 2～4 回。

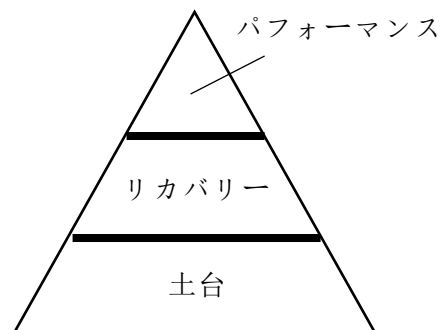
試合後に 1kg 体重が落ちている場合は、約 3g の塩分が失われている可能性が高いため、OS-1 などで補給する。

・「体幹(ピラー)について」

体幹トレーニングで意識することを整理し、実践。

・「リジェネレーションについて」

日常の精神的ストレスと向き合う。仕事やアルバイト等、自分が置かれている環境(ストレス)と向き合い、人生の様々な波に負けないようなルーティンとサイクルを作り出すことで習慣化される。土台が形成される。



4 **プラクティカルトレーニング**…スポーツの杜鈴鹿 第 3 グラウンド 12:30～

講師:今村 亮一氏、黛 俊行氏、山田 修平氏、南 浩二氏、
荒木 友輔氏(PR)、聳城 巧氏(PR)

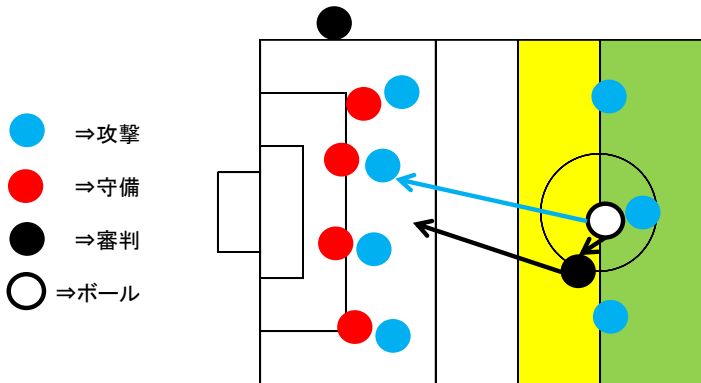
①「主審 動きとポジショニング」

⇒状況を 3 パターン設定し、バイタルエリア付近で起こる事象を判定する。

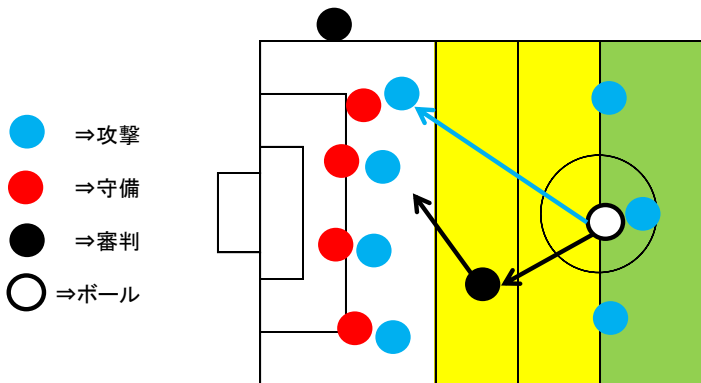
設定:主審はボールのある位置からスタートを切り、**黄色のエリア**内で状況に応じたポジションをとる

※ボールが**緑色のエリア**から前線へ出されるまで、主審は**黄色のエリア**から動き出すことができない。
※パターンが進むにつれて、**黄色のエリア**は広くなる

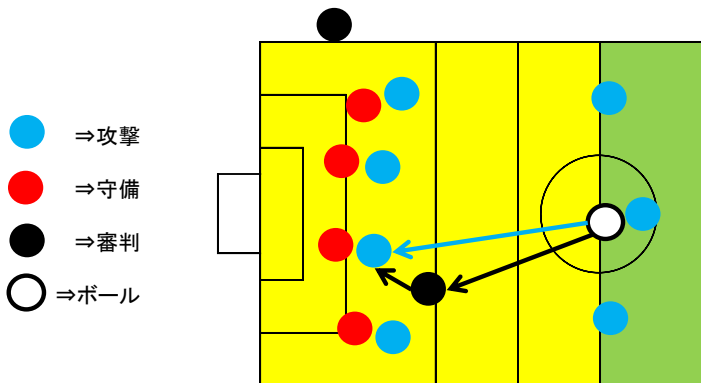
パターン①



パターン②



パターン③



まとめ

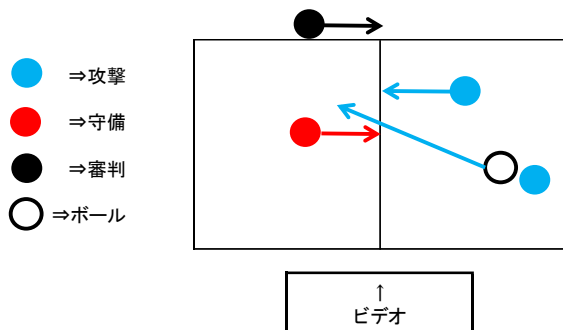
⇒主審はポジションを前方に取ることで、事象(バイタルエリア)には近づくことができるが、事象に巻き込まれるリスクが増加し、受け手と出し手を同一視野に入れることが難しくなる。そのためレフリーサイドもしくは中央にポジションを取り、広い視野を確

保するための修正が必要となった。

実際にパターンが進むにつれ、主審の視野外での事象を監視できなかったり、争点に近づきすぎて、アドバンテージを適用できなかったりと、エラーが発生する傾向にあった。

②「副審 オフサイド」

⇒オフサイドを判定し、直後にビデオで確認することで、自分自身の錯覚を確認する。



まとめ

⇒現場で見た

象にギャップあったと答えた審判員がほとんど

でした。目の錯覚が起きてしまうことを自覚した上で、正しい判定を行うことができました。

事象と、ビデオで確認する事

5 プラクティカル座学…スポーツマンハウス鈴鹿 14:30～

講師：柳沢 和也氏、柏原 丈二氏

・「スピーディーで、フェアで、タフなゲームとは？」

・映像分析とディスカッション

⇒主審の動き(動きだしのタイミング)とオフサイド(インパクト)について、映像を確認しディスカッションを行い、良かった点と改善すべき点を発表する。

6 開講式…スポーツマンハウス鈴鹿 19:00～

・大会要項およびその他注意点の確認 講師：小川 佳実氏

・プレゼン「大会初日に向けて」 講師：今村 亮一氏

平成 30 年 8 月 7 日(火)

1 モーニングトレーニング…ホテル前 5:45～

・体調の確認

2 審判実技『平成 30 年度全国高等学校総合体育大会サッカー競技 1 回戦』

…四日市市中央緑地陸上競技場

・高知中央(高知) × 昌平(埼玉①) 14:00～ 主審担当

自己分析

・ポジションの修正が遅れ、パスコースや争点に巻き込まれてしまうことがあった

- ・競技者とのコミュニケーションを積極的に取り、先手の対応を取ることができた
- ・試合終了直前に、第4の審判員と連携が取れず、両ベンチより不信感を持たれてしまったため、試合前の打ち合わせを工夫すべきだった
- ・後半アディショナルタイムにカウンターがあり、A1の前で起きたファウル(トリップ)を判定した際のポジションが遠かった。動き出しが遅れ、理想のポジションに追いつけなかった

インストラクターより

- ・動き出しの早さを意識できていた
- ・スプリントは武器になるため、継続していくと良い
- ・「何かあるかもしれない」と思われる場面で、近くにいて監視を行っていた
- ・判定と懲戒罰の基準は概ね問題なかった
- ・第4の審判員との打ち合わせを改善すると良い

平成30年8月8日(水)

1 モーニングトレーニング…ホテル前 5:45～

- ・体調の確認

2 審判実技『平成30年度全国高等学校総合体育大会サッカー競技 2回戦』

…三重交通 G スポーツの杜鈴鹿 第2グラウンド

- ・関西大学北陽(大阪①) × 立正大淞南(島根) 12:00～ 副審1担当

自己分析

- ・立正大淞南のベンチ対応に関して、第4の審判員と協力し行うことができた
- ・オフサイドの判定に関して、ウェイト&シーを徹底できた

インストラクターより

- ・ベンチへの対応に関して、第4の審判員と協力し、先輩審判として力を発揮していた。副審はラインキープを優先する必要もあるため、主審を呼んで、主審から注意をしてもらっても良かった

平成30年8月9日(木)

1 モーニングトレーニング…ホテル前 5:45～

- ・体調の確認

2 審判実技『平成30年度全国高等学校総合体育大会サッカー競技 3回戦』

…三重交通 G スポーツの杜鈴鹿 第2グラウンド

- ・國學院大學久我山(東京②) × 熊本県立大津(熊本) 12:00～ 副審2担当

自己分析

- ・アイコンタクトやシークレットサインを活用し、主審の欲しい情報を提供することができた

まとめ・全体を通して

今回の研修テーマである「動きとポジショニング」について、周りからの信頼を得るためにも判定力に加え、主審の動きとポジショニングはとても重要だと感じました。研修会の中で実施された映像分析でも、主審が「たぶん大丈夫だろう」という動きをしていると、何か起きてしまった時には争点から離されてしまい、正しい判定ができていませんでした。仮に正しい判定をできていたとしても説得力に欠けていました。プレッシャーがかかっていない時にはファウルは起きませんが、少しでもプレッシャーがかかっている時には「もしかすると何か起きるかもしれない。何か起きた時にこの場所から正しい判定ができるのか？」と考えることが大切です。早いスピードで走ることに、スタートを早く切るとは違います。スプリントの力には人それぞれ差があるかもしれませんが、スタートを早く切るとは、視野の取り方や頭を使うことで実践できます。先に争点に着き、余裕を持った状態で判定することを心がけていきます。

また、この研修は1級審判員の方々との合同研修でした。大会2日目と3日目には、1級審判員の方々とは組ませていただき、空いている時間には試合を見学することができました。その中で1級審判員の方々は「先手を打って、ゲームをコントロールしている」という印象を持ちました。フリーキックの再開場所や、スローインのポイントについても、違った場所から正しい場所に正すのではなく、最初から正しい場所から再開されるように声掛けを行い、遅延行為が起きてから警告で対応するのではなく、遅延行為を行わせないように、マネジメントを行っていました。また、1級審判員の方々は、1つ1つの事象に対応するだけでなく、試合開始から試合終了までの1試合をコントロールするために、この場面では何をしておくべきなのか？このように考えてレフェリングをしていると学ぶことができました。

最後に、北海道サッカー協会および北海道高体連から、今大会に派遣していただいたことを感謝すると共に、今大会を開催する上で、何ヶ月も前から大会準備に関わってくださった運営の皆様、研修会および試合当日に、常に冷たい飲み物を準備していただいたり、重たいクーラーボックスを何度も何度も会場へ運んでいただいたり、我々が少しでも良い状態でパフォーマンスが発揮できるようにサポートしていただいた三重県サッカー協会の皆様、近県よりご参加いただいた審判員の皆様、本当にありがとうございました。この研修で学んだ経験を活かし、少しでも多くの方から信頼される審判員になれるように努力していきたいと思えます。