



2023.11.26

女子審判トレーニングセンター
活動報告

スケジュール

開会挨拶

9:30～

- ・ スタッフ紹介
- ・ 自己紹介
- ・ 女子審判員について
- ・ 全国大会参加談
- ・ 村上RDOからのメッセージ

講演：オフサイド

10:30～

- ・ ルール説明
- ・ 副審の動きとフラッグの持ち方
(実際にやってみよう！)
- ・ 図や映像を元に解説/検証
- ・ 映像テスト
(ミニフラッグを作り、実際に挙げてみよう！)
- ・ まとめ

講師紹介



メイン
インストラクター

西野照美

日本協会
1級インストラクター

プラクティカルトレーニング

13:00～

- ・初心者
FW1 vs DF1 すれ違いTR
- ・アクティブ審判員
試合形式での実践TR

トレーニングマッチ

14:00～

- ・神戸国際高等学校サッカー部 紅白戦
20min×4 (5分を目処に順次交代)

発表/まとめ/閉会

16:00～

- ・各グループ発表 (成果と課題)
- ・まとめ：西野氏 総評：村上氏
- ・閉会挨拶：的崎氏

**サブ
インストラクター**
的崎 睦子 県審判委員会
女子部長

2021年 12月現役
主審副審合計
村上 伸次 関西協会RDO
ご参考
※別サイトへ移動します

山本 弘之 県審判委員会
審判委員長

サポートINS：深井佳晶、小林清訓、谷添大地、井上克己、森孝平

<敬称略>

開会挨拶

女子部長の的崎氏から本研修会の主旨説明があり、恒例の自己紹介では場を和ませるシーンが加わったことで、**緊張と緩和のバランス**が取れた良いスタートとなりました。

年齢層や経験値、活動しているカテゴリーの違いはありますが、メインテーマである**「新しい発見」**が出来るよう積極的な言動を促されていました。

また現状の女子審判員の活動についてもリアルな実情を話され、今回参加された皆さんへの**期待**も込められた内容でした。

メインテーマ

2023年度女子審判トレセン
今年のテーマは・・・
「新しい発見」
サッカーをより楽しむ・好きになるために



挨拶/全国大会参加報告

開会の挨拶を終え、次に①元プロフェッショナルレフェリーの村上RDO、②山本審判委員長③西嶋2級審判員から貴重な話を聞くことができました。

◆村上RDO

普段のトレーニング方法や1級審判員の走力テストの基準、J1リーグの試合における判定精度（正解率の発表）等、日本最高峰で活躍されている実話に参加者全員興味深々で耳を傾けていました。

最後に「女子サッカーを盛り上げるのも皆さんのご協力が必要です。今日の研修もまずは楽しむこと。新しい発見をして一緒に学んで行きましょう！」と激励の言葉をいただきました。

◆山本審判委員長

「平素は審判活動に多大なるご支援とご協力いただき、感謝申し上げます。さて...」と小難しい挨拶が続くと思いきや、一気に表情を和らげ、終始笑顔のもと対話形式で「研修の目的と皆さんへの期待」について話されました。

◆西嶋2級審判員

全国大会へ参加された経験談を感情込めて語られた西嶋氏。

「派遣審判員として自身が体現できたこと、課題となったこと、仲間ができたこと、刺激を貰ったこと、大会の裏側で支えてくださっている多くの方々との交流/接点の中から気づいたモノ等、多くの発見があった大会となりました。」

その中でもやはり「感謝の気持ちをもって行動することが何より大事であることを改めて実感しました。」との報告がありました。



講演 オフサイド



1

インストラクター（以下、「INS」と表記）から自己紹介があり、次に参加者全員で**旗の持ち方、挙げ方、示し方**を実践形式でやりました。

まずは小西2級審判員が前に出て見本（キレイな姿勢）を見せていただき、続いて順番に前に出て来て練習しました。

旗を挙げる際にも注意する点がいくつかあります。➡



2

- ①左手→右手に持ち替える
 - ②音を立てるよう素早く挙げる
 - ③腕は真っすぐ上へ伸ばす
 - ④反則があった地点を示す（近い＝足元、中央＝地面と平行、遠い＝斜め上）
- 途中から主審も交えたシチュエーションを作り、主審が笛を吹いたと仮定して、お互いに**アイコンタクト**を取り合い、タイミングよく判定（フラッグアップ）する練習も行われました。

次いで、オフサイドについて、西野INSのプレゼンとともに、副審の動き（特に**オフサイドラインキープの重要性**）や監視すべきこと（関連競技者の位置と**ボールを蹴った瞬間**等）を丁寧に分かり易く映像をもとにルールの説明が行われました。

講義後半では、オフサイドの映像テストが数問出題されましたが、事前準備として工作物が手渡されることに…



3

ここで一旦グループ分けをし、各テーブルに人数分の竹串、折り紙、テープがそれぞれ配られ、ミニフラッグを制作する指示が飛びました。

参加者は童心に帰った面持ちで楽しそうに作り、互いの完成度合を褒め合う”ほっこりする”場面でもありました。

このような**緩急をつけた講義**の進め方を拝見していると、運営側/指導者としても大変勉強になりました。



4



ミニフラッグが完成したところで、映像テストの開始！
最初は比較的簡単なシーンから始まりましたが、段々と難易度が上がってきます。西野INSから「このシーンはオフサイド？ノットオフサイド？」「さあ、どのタイミングでフラッグアップしますか？」「主審と副審の協力度はどうでしたか？」「どこを監視していましたか？」とテンポ良く質問が飛んで来ます。



テスト序盤は戸惑う表情も見られ、正誤もバラツキがありましたが、次第に正解率も上がっていき、挙げるタイミングが全体としてかなり合ってきました！

「では、この調子で昼からの実技トレーニングも頑張って行きましょう！」と楽しさの中にもルールを理解をしっかりと埋め込まれたカリキュラムとなっており、密度の濃い時間となりました。

実技研修 オフサイド

◆サッカー部協力のもと、実践開始◆

今年も昨年に引き続き「神戸国際大学附属高校サッカー部」の皆さんにご協力いただきました。

午後からは快晴のフィールドへと場所を移し、改めてメインテーマの主旨説明を行い、プラクティカルトレーニング（以下、「PT」と表記）を実践していただく内容について、選手役の方々に伝達。

グループ分けの基準として、1.) アクティブ=1グループ、2.) 初心者、初級者向け=2グループを作り、全3グループが各エリアに分かれて各々トレーニングに励みました。

午前中の講義で習得したフラッグアップの手順を実戦でどこまで再現できるか、正確にできるかを試す機会。

声を掛け合いながら楽しく、そして真面目に取り組みました。



とにかく思い切り
やってみるわ!!

《写真》

- ① 井上INSより、選手役の皆さんへPTの実践メニューの説明が行われた。
- ② 初心者グループが集まり、フラッグアップの最終チェック。いよいよ本番へ。
- ③ 「こんな感じ?」「手首、曲がってるかも・・・」楽しくLesson!
- ④ 録画（記録）して、後で映像チェックも行いました。



◆初心者グループの活動◆

Bプラングループは、右下の説明でもあるように、攻撃側競技者と守備側競技者がすれ違う場面を作り出し、攻撃側の味方競技者からパスが出たところで、その時のオフサイドを判断（判定）するトレーニングを行いました。

最初は、ラインキープが出来ていなかったり、首を傾げながら不安そうな表情でフラッグアップしたりしていましたが、時間の経過・経験を重ねていく内にドンドンレベルアップしていきました。

どんなことでも最初から上手い人はおらず、失敗と成功を繰り返していく中で自己調整力（または指導者から助言を得て）も増し、最後には自信を持って判定している姿がとても印象的でした。

また列で待っている間も「私から見るとあれはオフサイド」と時間を無駄にせず、習得しようとする意気込みを感じました。



◆フラッグアップ手順◆ (要約)

- ・移動している守備側競技者についていく。
(ラインキープ)
- ・攻撃側の位置を間接視野に入れておく。
- ・キックされた瞬間の関連する競技者の位置確認。
- ・オフサイドが成立したと判断。
- ・腰の位置で左手から右手に旗を持ち替える。
- ・フラッグアップする。
(真っ直ぐ挙げる)
- ・反則した地点を示す。
(近い・中央・遠い)



デモンストレーターへの具体的な指導内容

- Bプラン** (初心者用) 守備側1名 攻撃側1名 撮影者1名。
攻撃側・守備側は数名が後ろにつき順番で行う。
- ・パスがマーカーのところで守備側と攻撃側が重なりそうなタイミングでパスを出す。
 - ・副審は攻撃側の位置から守備側の位置まで走り、マーカーまで移動。オフサイドラインに位置しオフサイドの判断を行う。
 - ・反対側でスマホにて撮影する。
 - ・1回行ったところで自分の映像を確認し、再トライする。

Ins名(西野照美)実施日(2023/11/26)



◆上級者向けトレーニング◆

Aプラングループは、フィールドの半分を使用して実試合のような場面を作り出し、本番さながらのレフェリングに挑みました。

主審組/副審組の2手に分かれ、それぞれに専属のINSがつき、マンツーマン指導を行いました。

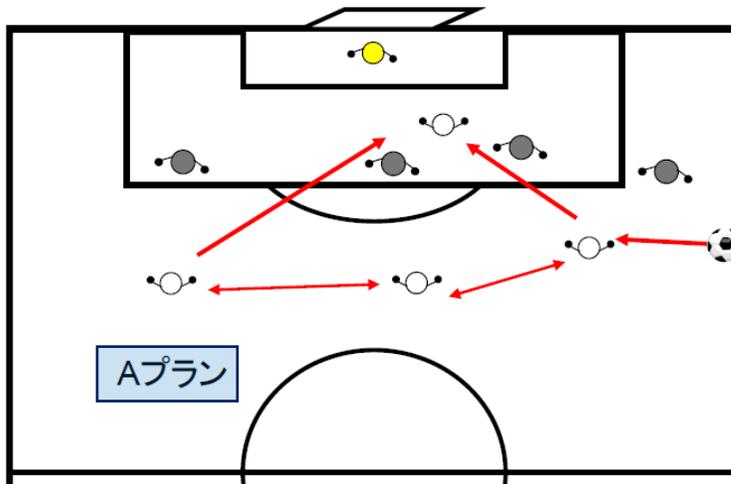
今回は紅白戦であったため、事前にチームへ承諾を得た上で、INSもフィールドに入りその場で熱血指導。

起こった事に対してほぼリアルタイムで良い悪いを伝える事ができ、短時間で大きな成果が出ました！

貴重な体験

サッカー部員の方々が、熱を帯びた紅白戦を展開してくださったお陰で、リアルな実技トレーニングが出来ました。普段男性の試合を割当されることが少ないため、男女のスピード差を肌で感じる事ができ、貴重な体験となりました。ご協力に感謝です。

【プラクティカルトレーニング プランニングシート】



テーマ オフサイド

目的

- ・副審のオフサイドに関する判断力を養う
- ・副審の集中力と注意力を養う
- ・どこで何を見るのか？
- ・見るべきことは1つではないことの発見

審判員の行うべきこと、監視すべきこと

- ・どちらのチームが最後に触れたか、事象を見て判断する
- ・ボールがプレーされた瞬間にどの競技者がオフサイドポジションにいるか判断する。

デモンストレーターへの具体的な指導内容

- ・攻撃側5名 守備側4名 GK1名 副審1名

Aプラン(上級者用)

- ・守備側と攻撃側は所定の位置につく
- ・攻撃側のスローインを受け、ボールを回しながらオフサイドポジションにいる選手へパスを出す
- ・流れの中で、ゴール・ゴールキック・コーナーキック・スローインで終了。





実技研修

紅白戦への割当と個別指導

終わったグループの所まで駆け寄り、「イイ動きでしたよ。やってみてどうでした？」とジェスチャーを織り交ぜ分かりやすく説明・指導された西野INS。ただ一方的に教えるのではなく『褒める・考させる・答えを導く』を念頭に双方間でのやりとりは自己成長を促します。



主審の動きもチェック。オフサイドの見落としがないか、ポジショニング、動き出しにもこだわってトレーニングしました。



紅白戦に副審として入りました。男性の試合で副審するのは初めての方も多く、プレースピードや走力に負けないように走り切りました！判定した際の真っすぐ伸びた腕（シグナル）もキレイ！



後ろにピッタリついての指導。オフサイドも大事だけどタッチジャッジも大事。

副審「紫が出したので挙げます。」INS「OK!合ってるよ。その調子！」



的崎女子部長も終始献身的にサポートしてくださり、司会進行・講師・実技指導・撮影と、多岐に渡っての活動に参加者も「素敵・カッコいい」との声があがっていました。

Training Match



大きな成長もこの一歩から



彼女たちの
次のステージを
作るのが
私たちの役割



ワンツー？そして次の展開・予測へ

ファーサイドの
競技者確認OK。
[Not OFF SIDE]

心でそう呟いた。



視えた！「新しい発見」



「今の判定はどう見た？」
経験者には鋭いツッコミも。

分析



実践後の休憩時間を利用して、自発的な振り返りを
されていました。その向上心に感服しました！

「集合！次は試合形式でやりまーす！」



「次、ボールが出たら
前に走るよ！」



「ライン際を走る時に
気をつけること」とは....

Voice 2

少しはお役に立てたかな。
女子審判員がより活動しやすい
よう環境整備や機会創出も我々の
仕事の1つ。引き続き頑張ります。



Voice 1

和気あいあいとした中でもメリ
ハリのあった良い会となりました。
皆さん、うまく出来た時の表情が
それぞれ良かったですね。



主審と副審の協力は不可欠



男性スタッフ（2級審判兼INS）も丁寧に優しくサポート
しました。後ろからの励ましや助言が後押しになったはず。

発表

感じたことを

それぞれ発表しました



グループ1

講義で得たオフサイドの知識やフラッグテクニックを実戦で発揮できるよう努めました。

男性の試合で副審をする機会もなく、初めての方が多かったため、プレースピードについていくのが精一杯な部分もありましたが、とても貴重な経験となりました。ありがとうございました。

今日得たものをチームに持ち帰り、実践した内容を伝え情報共有したいと思います。

兵庫の取り組みの素晴らしさを感じました



グループ2

副審のセッションでは、攻撃側と守備側競技者のすれ違い際におけるオフサイド判定では、頭では理解しているつもりでも実際の現場では難しさを感じました。

ですが、やってみて後からINSの助言もいただき、ボールと競技者を追う横の動き、視線の向き、旗の上げ下げ、姿勢、判定と、時間を追う毎に精度も上がってきた感覚を持ってたのは大きな収穫でした。



グループ3

経験者向けの主審部門では、紅白戦+トレセンということで「思い切りよく」やれました。短い時間でしたが、オフサイドのみならず、動き方や正しく見極めるための位置取りもその場で指導いただき、新しい発見と課題も見い出せました。

グループ4

走力と判断が大事であることを痛感しました。難しいからこそうまくやり遂げた後の爽快感や達成感も増すのだと感じました。また女性が多く集まる形の研修も仲間意識が高まり、楽しかったです。

この経験を試合でも活かしていきたいです。



今日、良かった点は…

課題点は…

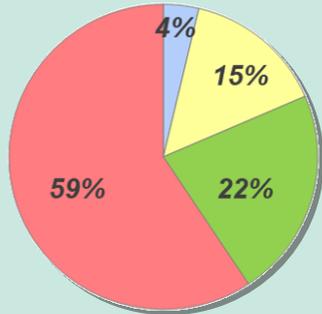


これを機に大きく羽ばたいて欲しいですね。

良かった点、課題点を洗い出し、次回以降の研修で活かすための資料として、アンケートを実施しました。ありがとうございます。



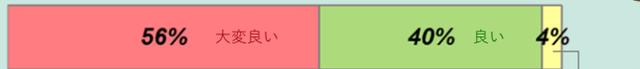
＼ぶっちゃけどうなん？／
今回の女子トレセンに参加された方にお聞きしました。



調査対象者

- 3級審判員
- 2級審判員
- 資格取得予定者
- 4級審判員

Q1 午前中の崎氏・アクティブ女子の体験談・村上氏の話はどうでしたか？



- ・女子審判員の実活動を細かく知れ、「色々なことを乗り越えて継続することが何より大事」という話が心に染み込みました。
- ・審判をやってみようかな、と思えるような話ばかりでした。
- ・大学生の西嶋氏は、若くして全国大会など沢山経験されていて話の内容にも説得力があり、とても素敵でした！
- ・トップカテゴリーの話聞き、奥深さと面白さを感じました。

Q2 午前中の西野氏「オフサイド」の講義はどうでしたか？



- ・ミニフラッグの制作やグループディスカッション等、「全員でやってみる」という姿勢により、会場に一体感が生まれた。
- ・動画を通して、正対して見ることの重要性を理解しました。
- ・間違ってもOK！と言われ、初心者としては大変心強かったです。
- ・オフサイド、戻りオフサイドなどを知ることができた。
- ・初心者用として、もう少しゆっくり進めても良かったかも？



普通



Q3

午後からのプラクティカルトレーニングはどうでしたか？

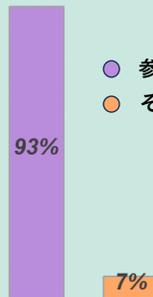
- ① 52% 大変良い
- ② 37% 良い
- ③ 11% 普通



- ・主)「視野を広く、開いて見る」を丁寧に分かり易く、すぐ近くで教えていただきました。
- ・主/副)近くでINSが優しく指導してくれた。
- ・主/副)順番待ち時間が長く、勿体ないと思った。
- ・副)実際に起きることをイメージできました！
- ・副)最初は不安でしたが、段々自信が出てきた。

Q5 またこのような審判トレセンがあれば、参加してみたいですか？

- 参加したい
- そう思わない



Q4

午後からの実践トレーニング(紅白戦)はどうでしたか？

- ① 63% 大変良い
- ② 30% 良い
- ③ 7% 普通



- ・やはり実践が一番だと思いました。
- ・試合で始めて主審を経験しました。緊張したけれど多くの学びがありました。
- ・最終ラインとタッチラインを見る意識が高まりました。
- ・高校生の皆さん、足が速くて追いつけなかった…。
- ・主審/副審間でアイコンタクトが取れた！
- ・実践時間が10分しかなくて少し物足りなかった。もっとやりたかったです。

Q6

テーマ「新しい発見」がありましたか？

- ・オフサイドの場面に関して、「**意図的**」と「**ディフレクション**」の区別を改めて理解できた。
- ・『試合中に焦ってる自分』です。
- ・少しでもラインがずれたら見え方が変わることに。
- ・審判の**大変さ**と**難しさ**、**奥深さ**と**面白さ**。

Q7

今後、研修会でどんなことを指導して欲しいですか？その他、ご意見・感想があればお書きください。

- ・間接FK/直接FKの違いなど、講義と実技を交えて教えて欲しい。
- ・主審目線での試合の見方について、レクチャーして欲しい。
- ・もっと経験を積みたくので、できる場面をご教示いただきたい。
- ・「初心者向け実践メインの講習会」を希望します。
- ・「ペナルティーエリア付近の監視」をテーマで、実技講習を。
- ・副審のファウルサポート(の知識と方法)について知りたい。
- ・緊張したけど楽しかったです。



講師 コメント

今回、2回目の兵庫県女子審判トレセンに参加させていただきました。

的崎さんはじめスタッフの方々の温かいサポートのおかげで無事終了したことに改めて感謝いたします。

2年ぶりにお会いする方や全国大会で一緒に2級審判員の方もいて、積極的に関わっていただけの姿に嬉しくまた頼もしく思いました。

今回は「新しい発見しよう!オフサイドをみんなで理解しよう!」をテーマとして副審の基本的な動きを理解し体現してもらうことから始めました。人数が多く限られたスペースでしたが、実際にフィールドにいることをイメージして行いました。続いてオフサイドの判断のために正しいラインキープをすることの意味とオフサイドの反則となる映像を使用し、みんなでディスカッションすることにより理解を深めていきました。発表者の方々が、懸命に考え自分の言葉で説明してくれたことが非常にうれしかったです。

午後のプラクティカルトレーニングでは、旗の持ち方を意識し意欲的に取り組んでくれました。新しい発見ができたかどうか気になりましたが、「楽しかった」の言葉で終わったことがありがたかったです。

兵庫県的女子審判のますますの発展を祈念し、また皆様方にお会いできる日を楽しみにしております。ありがとうございました。



日本協会 1級INS
西野 照美

昨年に続き兵庫県女子トレセンに参加いたしました。審判員に関する研修会に女性チームの指導者の皆さま含めて選手の皆さまに参加頂きありがとうございました。

野球サッカーラグビーを含め沢山の方がスポーツの素晴らしい関わり合いが関西にはあると思います。是非ともスポーツに関するレフェリーにご尽力頂いている方々にもアナウンスして頂きたいです。

Jリーグ、WEリーグそして地域府県リーグの審判員も日々努力している事をあらためて感謝申し上げます。



関西RDO 村上 伸次



2023年度女子審判トレセンが11月26日(日)に神戸レディースフットボールセンターで開催されました。

今回も昨年同様に約30名の多くの方に参加していただけました。普段自分たちが参加するリーグで常同審判をする機会があるチームの方たちにも積極的に参加いただけたことが兵庫県の女子サッカーのレベルアップにも繋がると大変うれしく思います。

今年のトレセンテーマは「新しい発見」ということでサッカーを楽しむ、審判を楽しむ上で新しい発見を何か1つでも見つけて楽しんでいただきたいとの思いでした。

普段審判活動をしているアクティブ女子審判員(2~3級)と一般参加の中学生~社会人の方という年齢層も経験も幅広いメンバーで、一緒にグループワークで話し合いをしたり、一緒に実践練習に挑んだりする中で、お互いが良い刺激になっていると感じました。みなさんの感想で少しでも審判に興味を持っていただいたり、普段できないような試合で経験できたり、次はこんなことも教えてほしいなど様々前向きなご意見もいただけたので、また今後の研修会で活かしていけるよう取り組みたいと思います。

今回ご協力いただきました、神戸国際高校の選手の皆さん、スタッフの皆さんをはじめ、遠くからお越しいただいた西野インストラクターや村上RDOにこの場をお借りして感謝申し上げます。ありがとうございました。

審判委員会 女子部長 的崎 睦子



神戸国際大学附属高等学校サッカー一部の関係者の皆様
ご協力いただき誠にありがとうございました！！