



左足ブレーキ(のような状態です)

堀川栄多

依然として新型感染症が猛威を振るうなか、県内サッカーも一時的な停滞を余儀なくされ、我々審判委員会の活動もこれに追従している格好です。

ご存知のとおり秋に予定されていた『三重とこわか国体』は、わずか1週間で開催→無観客→中止が決定しました。以前『サッカー活動の再開に向けたガイドライン』で示された『地域・都県一律の活動レベル』の考えが『状況に応じた主催者判断』に変わり、今まで積極的に推進していた事業についても急遽中止を迫られる難しい状況にあります。運営側も安全・安心を担保しつつ事業を進めるためにアクセルとブレーキを右足で踏変える余裕すら無いと実感しており、(試合催行の決定権の無い)審判委員会においては、右足でアクセルを踏みながら同時に左足でブレーキを踏んでいるような感覚にすら陥ります。

一貫性に欠けるなどの批判、急な変更で予定が立たない不満など重々承知しており、この場を借りてお詫びするとともに、改めてご理解・ご協力のほどお願い致します。

なお、現時点における審判委員会の考えを以下に示します。

①審判派遣

『審判がいらないから試合が出来ない』状況は避けねばならず、千葉県サッカー協会の主催かつ要請がある試合へ、活動を希望する審判員を派遣します。同時に派遣審判員に対して、(選手を審判員に見立てて選手に対する周囲のサポートと同様に)指導やトレーニングの機会の提供に努めます。

②講習会(新規・昇級・更新)

講習会は、資格の維持に係り、大会を運営する上でも不可欠なことから、対策を講じつつ開催致します。これから本格化する更新講習会は、感染リスク低減のためオンラインを基本とし、実地集合形式はオンライン環境が整わない方向へご理解下さい。

③研修会

皆様の力量維持や活動意欲を持ち続けて貰えるよう、オンラインによる研修を拡充します。また、強化・育成上、必要なものに限って、万全な対策を講じたうえで実地での研修を可能とします。

暗い話題が多い中、サッカー界はこの秋『WEリーグ開幕』『JFA発足100周年』など明るい話題が控えています。千葉県関連としては、WEリーグはジェフユナイテッド市原・千葉レディースの健闘と県内審判員の活躍、JFA発足100周年事業は先輩方の受賞を心待ちにしています。そして年末には皆様方と一緒にお祝い出来れば嬉しい限りです。

最後になりました千葉県サッカー協会の技術委員兼ユースダイレクターの島田洋さんが8月に急逝されました。島田さんには技術と審判の協調のため様々なご協力を頂き、昨年11月に開催した『1人制審判研修会』でのレクチャーは皆様の記憶に新しいことと思います(<https://www.jfa.jp/news/00026326/>)。

これまでのご功勞に敬意を表しますとともに、謹んでご冥福をお祈り申し上げます。

以上

審判委員会トップページへはこちらから →



目次			
委員長挨拶	1	レフェリーフィットネスコラム	6~7
決勝審判表彰	2~5	休止・降級の方法	7~8
更新講習会 / 新規取得講習会	5~6	女子審判員フィットネス研修会開催	8

2021年度 千葉県女子サッカー選手権大会 (皇后杯JFA全日本女子サッカー選手権大会千葉県予選) 決勝戦

2021年7月25日(日) 15:00 kickoff 千葉県総合スポーツセンター東総運動場
順天堂大学女子蹴球部 1(1-0, 0-0)0 VONDS市原FCレディース
R:上田 千尋氏 A1:彦坂 由樹子氏 A2:平山 美幸氏 4th:沢田 静氏(文中敬称略)

↓入場シーンはこちらからご覧いただけます↓

<https://drive.google.com/file/d/17MsL3v59ORo9WliKhooNQmGYIF4ScIqE/view?usp=sharing>



(左から 平山さん、沢田さん、上田さん、彦坂さん)

Q. 本日は大変暑い中お疲れ様でした。まずは、決勝を終えた感想をお願いします。

上田: 4人で協力し無事に試合を終えられて良かったです。最後まで試合に集中してくれた選手の皆さんに感謝します。私自身も、純粋に試合を楽しむことができました!

彦坂: 毎回の事ですが、緊張しましたが終わってホッとしています。

平山: 怪我人が出るような大きな事故もなく終了できてよかったです。個人的には非常に緊張したのでホッとしています。

沢田: 昨年に引き続き、決勝に関わられたことを嬉しく思います。試合に関しても無事に終わることができて良かったです。



Q. 今年も昨年から続く新型コロナウイルスの影響で無観客開催となり、制限も多い運営でしたが、これまでコロナの影響で一番辛かった事、もしくは印象深い事は？



上田：辛いのは新型コロナウイルスの影響で活動ができない状況にある審判員がいることです。もちろん、本人が一番辛いと思うのですが、苦しい思いをしている仲間がいるのに私は審判をして良いのだろうか？と深く考えるようになりました。今ある環境に感謝して、より一層自分自身の行動に責任を持たなければいけないと感じています。

彦坂：特に辛かった事は無かったですが、コロナの中運営の皆様、試合に携わってくださっている皆様の協力で活動が出来る事に感謝です。

平山：試合を行っても握手など挨拶や交流を持つことも難しいというのは、なかなか心苦しいものがあります。辛いことは実技研修など減ってしまったので、実技を教えていただける機会が減ってしまったことです。

沢田：仕事との兼ね合いですかね。感染の程度が落ち着いたかと思えばまた拡大して、、、。感染対策を徹底していても試合ではマスクなしでの接触が必ずあるので、その点において自分の中に緊張感があり、そのなかで活動していくことにもどかしさ、難しさがありました。

Q. 上田さんは3年前にもこの大会の決勝主審を務め今回は2回目ですが、前回と違った点は？

上田：終始落ちついて試合に臨めたことです。歳を重ねたってということもありますけど(笑)、3年間でいろいろな経験をしてきたことが大きいと思います。日々トライアンドエラーの繰り返しです。当時より少しでも成長したと思っただけいたら嬉しいです！

Q. 彦坂さんは昨年と2017年はこの大会の決勝主審を務めて今回は副審ですが、主審の時と準備などで違った点はありますか？それとも同じ？

彦坂：有難いことにとってもいい経験をさせて頂き、感謝をしています。正直主審と副審では精神的に違います(笑)。主審は自分が主導権を持ちレフェリーチームと協力をして選手の方々にいいパフォーマンスを・・・と、プレッシャーがありますが、副審の時は少しプレッシャーから逃れられるような気がします。でも主審の方のサポートをしっかり！と思っています。今回の主審は上田さんと言う事を聞き安心でした(笑)。今回副審でしたが、特に違った準備もしませんでしたし、いつもと同じ準備で望みました。



Q. 平山さんはこの大会の決勝審判は初めてだと思いましたが、アポイントもらったときの感想と、その後の準備や心境は？

平山：正直に申しまして、私は前任者の方が負傷したため、急遽決まった割り当てでしたので、この大会に向けての準備や心構えのようなものではありませんでした。アポイント貰った時も、試合の変更を依頼されたので承諾した後で決勝の審判と知らされたので驚きのみです。会場に向かう道中はかなりの焦りと緊張をしていました(苦笑)。

Q. 沢田さんは昨年この大会で副審でしたが、今回は第4審判として準備した事に違いがありますか？それとも同じ？

沢田： 昨年は審判活動に本腰を入れたばかりの時期で終始緊張していました。準備自体にあまり違いはありませんでしたが、今年は多少試合経験を積んでの今大会でしたので、心に余裕を持ちながら臨む事ができたと思います。ですが、第4の審判員の割当自体が久しぶりでしたので、試合前の確認はみなさんと入念に行いました。

Q. これまで審判してきて、一番嬉しかった事、楽しかった事は？

上田： 素晴らしい試合に審判員として一番近くにいられること、応援してくれる人がいること、審判をしているからこそ出会えた仲間がいることです！

彦坂： 審判をしていなかったら会えない方々とお会いでき、たくさんのお話しができていますか。2010年国体でお手伝いが出来て決勝のゲームにも立てた事は嬉しかったです。

平山： 誰よりも一番近くで選手や試合が観られることです。また、様々な審判の方から様々な試合の様子を聞けることも楽しいです。

沢田： 選手と同じピッチで、選手・スタッフの熱を感じながらその試合を創っていけること自体が嬉しいです。まだまだうまくいかないことの方が多いですが、これからも頑張っていきたい！と思わせてくれる理由のひとつかなと感じています。



Q. ズバリ！コロナ前のように自由に行動できるようになったら、真っ先にしたい事は？

上田： 美味しいものを食べることが好きなので、全国各地に行って美味しいものをたくさん食べたいです！（笑）

彦坂： マスクを外してみんなで騒ぎたいです（笑）。

平山： やりたいことは沢山ありますが、まずはマスクなしで堂々とランニングやトレーニングをしたいです。（一同：ホーッ！！）

沢田： ヨーロッパのプレミアリーグなどの試合観戦に行きたいです！！学生の時から異文化に触れることが好きなので、とにかく海外に行きたいですね。



Q. WEリーグも始まりますが、最後に、今後の抱負や目標は？

上田： いよいよ女子サッカーの歴史が変わります。これからも周りの環境に感謝し、学ぶことを怠らず日々レベルアップを目指します。また、県内で女性審判員の仲間が増えるよう取り組みもしていきたいです。今後ともご指導のほどよろしくお願いします。

彦坂：率直に楽しみです。女子サッカーにもこんな時代が来たな！と思います。と同時に関わりたいとも思います。体力的に厳しい年齢になりますが、一つでも多くの試合に関われるよう努力をしていきたいです。

平山：大きな目標より、怪我なくその日その日の自分の課題をこなして行きたいと思っています。

沢田：まずは地道に力をつけ、皆さんに支えていただきながら目指せるところまで挑戦していきたいと思っています。そして何よりも「審判をすること」「サッカーに関わること」を自分なりに常に楽しみたいと思います。



更新講習会のお知らせ(サッカー)

(公社)千葉県サッカー協会主催の講習会を掲載します。

千葉県サッカー協会では、新型コロナウイルス感染症が収束しない現状から、サッカー3級・4級審判員の資格更新はインターネットに接続して行うJFAラーニングでの更新をお願いしています。

ここでお知らせする講習会は、インターネット環境が整っていない審判員を対象に、次のとおり対面式の講習会を開催します。審判委員会ホームページのWeb申請と講習会案内をご覧ください。

お申込みはすべてKICK OFF(JFAのページ)から行ってください。

なお、会場に駐車場はありますが、千葉県総合スポーツセンターの行事によっては駐車ができない場合があります。できるだけ公共交通機関を利用してご来場ください。

新型コロナウイルス感染症対策によって、講習会を中止する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

4級審判員

開催日	受付時間	講習時間	形式	会場	最寄駅	募集人員	駐車場	講習会費
2022年2月13日(日)	9:30~10:00	10:00~13:00	講義	スポーツ科学センター第1研修室	千葉都市モノレール(2号線)スポーツセンター駅	50人	有り	一般¥6,100 ユース¥1,550
2022年2月27日(日)	9:30~10:00	10:00~13:00	講義	スポーツ科学センター第1研修室	千葉都市モノレール(2号線)スポーツセンター駅	50人	有り	一般¥6,100 ユース¥1,550

3級審判員

開催日	受付時間	講習時間	形式	会場	最寄駅	募集人員	駐車場	講習会費
2022年1月9日(日)	13:00~13:30	13:30~16:30	講義	スポーツ科学センター第1研修室	千葉都市モノレール(2号線)スポーツセンター駅	50人	有り	一般¥6,900 ユース¥2,050

2級審判員

開催日	受付時間	講習時間	形式	会場	最寄駅	募集人員	駐車場	講習会費
2022年1月16日(日)	17:00~17:30	17:30~20:30	講義	Web講習会	※集合形式では行わない	50人	有り	一般¥14,600

更新講習会のお知らせ(フットサル)

フットサルの更新講習はリーグが緊急事態宣言で延期の状態、この先の予定も未定ですので計画できない状態です。※決まり次第 Web に掲載いたします。

【2022 年度登録】

4級審判員新規取得講習会のお知らせ(サッカー)

(公社)千葉県サッカー協会主催の講習会を掲載します。

この講習会は、インターネット環境が整っていない受講者を対象に、次のとおり対面式の講習会を開催しますので、詳しくは審判委員会ホームページのWeb申請と講習会案内をご覧ください。

お申込みはすべて KICK OFF (JFA のページ) から行ってください。

なお、駐車場は有りますが、千葉県総合スポーツセンターの行事によっては駐車ができない場合があります。できるだけ公共交通機関を利用してご来場ください。

新型コロナウイルス感染症対策によって、講習会を中止する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

開催日	受付時間	講習時間	形式	会場	最寄駅	募集人員	駐車場	講習会費
2022年1月10日(月)	9:30~10:00	10:00~16:30	講義	未定	-	未定	-	一般¥7,080 ユース¥1,500
2022年2月23日(水)	9:30~10:00	10:00~16:30	講義	未定	-	未定	-	一般¥7,080 ユース¥1,500
2022年3月21日(月)	9:30~10:00	10:00~16:30	講義	未定	-	未定	-	一般¥7,080 ユース¥1,500
2022年3月27日(日)	9:30~10:00	10:00~16:30	講義	未定	-	未定	-	一般¥7,080 ユース¥1,500

レフェリーフィットネスコラム

By フィットネス部

今回は「自宅でできる動き作り！」～ムーブメントプレパレーション～

暑い夏が終わり、夏バテも気になるところだと思えます。今年の夏も未経験のことが多くあった夏だったかと思えます。感染症予防、感染拡大防止対策などやるべきことが数多くある中で、審判活動後のコンディショニングを今回は取り上げました。免疫力の低下を防ぎ、コンディションを整えて活動する一助となれば幸いです。

JFAフィジカルフィットネスプロジェクトによる「コンディショニングプログラム」(育成年代を対象とした体づくりのためのトレーニングプログラム)が先日までHP上で無料公開されていました。(今はDVDを購入できます)レフェリーとしても活用できますので参考にしてみてください。

プログラムは、以下の4つのトレーニングで構成されています。

- ① コアエクササイズ
- ② ムーブメントプレパレーション:パフォーマンス向上やけがの予防を目的に、練習や試合前に、身体をあたためながら、一つ一つの関節まわりの筋肉を柔らかくするためのトレーニング。
- ③ インディビジュアルトレーニング
- ④ リジェネレーションストレッチ

今回はその中でも「ムーブメントプレパレーション」にご注目！ウォーミングアップに取り入れてみてください。体がいつもより動きやすくなっている気がしませんか？以下の種目以外にも様々なものがあります。



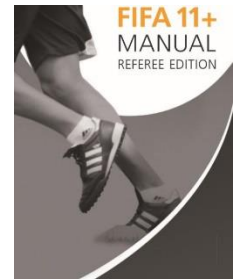
(JFAフィジカルフィットネスプロジェクトによる「コンディショニングプログラム」より)

「コア・体幹トレーニング」という言葉を知っている方も多いと思います。審判の動きの中で大事な加速やストップ、方向転換において自身の体重や生み出した勢いをコントロールするために足腰と連動して体幹が常に機能しています。身体のブレが生じないように全身運動を通してバランス良く鍛え、ケガのない身体を目指していきましょう！

FIFA (国際サッカー連盟)では、ケガ予防のプログラムとして、「FIFA 11+ Referee Edition」というものもあります。

以前にも紹介しましたが、おうちでできる内容もたくさんあるので参考にしてみてください。これからもウォーミングアップ、クールダウン、トレーニング方法、走り方、リハビリ方法、栄養など一緒に勉強していきましょう

ご質問、勉強したいことありましたらどんどんご連絡ください。



フィットネス部 牛尾眞一郎
ushishi2010@gmail.co.jp
フィットネス部 石原 美彦

休止・降級の方法

審判資格を休止したい方、2級から3級または3級から4級など降級を希望する方は、下記の手順で申請をしてください。

(1) 休止申請

①更新講習会は、受講しないでください。

②休止する理由(長期療養・長期海外出張・その他)を(公社)千葉県サッカー協会に申請する。

休止申請書の記載内容(書式はありません。タイトルを「休止申請届」として下さい。)

- a. JFAID
- b. 審判番号
- c. 氏名
- d. フリガナ
- e. 連絡先電話番号(必ずつながる電話)
- f. 休止理由
- g. 休止期間
- h. 休止期間中の連絡先電話番号(必ずつながる電話)

③休止復活する際は、(公社)千葉県サッカー協会に電話連絡してください。

(2) 降級申請

①現在の級での更新講習会は、受講しないでください。

※更新講習会を受講してしまった場合は、降級できません。

②降級申請書(書式はありません。タイトルを「降級申請届」として下さい。)を(公社)千葉県サッカー協会に申請する。

る。

降級申請書の記載内容

- a. JFAID
- a. 審判番号
- b. 氏名
- c. フリガナ

d.降級希望の級

1級→2級、1級→3級、1級→4級

2級→3級、2級→4級

3級→4級

e.連絡先電話番号(必ずつながる電話)

※降級申請した後で元の級に戻るには、現状の昇級審査が必要となります。

1級の方が4級に降級された場合は、3級の昇級審査に合格し、2級の昇級審査に合格し、

1級の昇級審査に合格いたしませんと元の級(1級)に復活できません。

(3)申込方法

①申込期間：2022年2月20日まで

②申請書送付先

〒260-0013 千葉市中央区中央3-9-16大樹生命千葉中央ビル1階

公益社団法人 千葉県サッカー協会 審判担当 宛

※不明な点がございましたら、直接(公社)千葉県サッカー協会 電話043-310-4888 に連絡してください。

女子審判員フィットネス研修会開催



8月1日(日)千葉県フットボールセンターで、女子審判員フィットネス研修を開催しました。講師は牛尾フィットネス部長で、猛暑の中、8名の参加がありました。テントを用意して休憩もこまめに取り、暑さ対策を行いながらの2時間でした。休憩時には熱中症対策について説明を受けるなど、短い時間でも多くの学びがあったことと思います。今後も定期的に行っていくことを検討中です。女子審判の皆さん、次回はずいぶんご参加を！

以下、感想を紹介します。

- 開催場所が良かった！次回も同じ場所で出来たらいいと思う。
- 研修会おつかれ様でした。内容がとても充実しており、試合前のアップとして取り入れたいトレーニングが多くありました。暑い中、運営ありがとうございました。熱中症対策のご配慮も有難く、また大変参考になりました。
- 体の使い方など、様々な動きを意識することにより効果的に動かす事ができる事を再確認した。限られた時間の中で暑さもあったが適度な休憩もあり、楽しく充実した時間を過ごせた。
- 一つ一つを丁寧に教えていただき理解が進みました。とても充実した研修を提供していただきありがとうございました。
- 飲料水の事から、試合前、試合後の基礎的なアップ、ダウン方法を、より効果的に行う方法を分かりやすく説明しながら行って頂き、とても勉強になりました。学んだことを船橋に持ち帰り、今後のレフェリートレーニングなどで活用していきたいです。暑い中、ありがとうございました。
- コロナ禍、猛暑の中運営いただきましてありがとうございました！ 水分の摂り方にも意味があること、一つ一つのことを丁寧に実践していくことで、少しでもレベルアップできればと思いました。
- 夢フィールドに行った事がなかった為、夢フィールドに行けた事すごく嬉しかったです。内容もトレーニングが勉強になりとてもためになりました！審判活動の話などができる時間がもう少しあるとさらに嬉しかったです。
- 暑い中ありがとうございました。定期的に行いたいですね。

広告主さま募集しています

- 千葉県内約1万名の審判員に年4回送られているレフェリーニュースに掲載する広告を募集しています。
 - 募集枠は、1枠(1枠タテ55mm×ヨコ85mm)。
 - この枠が1枠の大きさの目安です。
- 詳細、お申込みは(公社)千葉県サッカー協会事務局
(TEL [043-310-4888](tel:043-310-4888))にご連絡をお願いいたします。



編集後記

コロナ禍で1年半が過ぎ、年のほとんどを緊急事態やまん延防止で占められています。オリンピックもそんな中で行われ、コロナに対する「慣れ」のようなものがあるのも事実かもしれません。そんな皆様のご尽力で10月より久方ぶりに全国で全ての宣言が解除されます。…早く以前のようにスタジアムで喜怒哀楽を表現できる日々が戻ってほしいものですね。(Fucchie)

レフェリーニュース編集員

高野 祐介
長谷川 鉄哉
木川 綾
瀬上 祥太

E-mail : cfarc.somu@gmail.com



公益社団法人 千葉県サッカー協会審判委員会 <http://cfa-referee.lolipop.jp/>