半年に及ぶ北海道女子サッカーリーグの戦いは、選手・スタッフ一人ひとりが協力してつくりあげています。女子委員会では、お互いをリスペクトする気持ちをさらに高めるため、リーグに参加するチームやスタッフを順次ご紹介しています。

審判 Referee　北海道女子サッカーリーグで活躍する女性審判員

選手とともにピッチを走り、一番近くで選手の動きを見てくださる審判員の皆さまは、フェアプレイであること、そしてサッカーの魅力を大切にして、北海道女子サッカーリーグを支えています。リーグ戦に欠くことのできない女性審判員のお二人に、日々のトレーニングやリーグ戦に対する思いをおうかがいしました。

稲葉　里美さん

Q1 審判活動を行う上で、勉強されていることやトレーニングについて教えてください。

競技規則の改正点など、試合で必要な知識を勉強しています。トレーニングについては、週3～4回程度の有酸素運動で試合で走れる体力を維持するためトレーニングを行っています。

Q2 北海道女子サッカーリーグで主審をつとめられる際に、どのような点を大切にされているでしょうか？

順位や選手の特徴、チームの戦術を意識して、試合前に情報を入れるようにしています。

Q3 目指されている審判像について教えてください。

説得力ある判定ができること。次に起こることを予測しながら、スムーズに動くことができるレフリーを目指しています。

大切にしていること

選手、チーム役員、運営役員のため、試合に携わる方たちにとって、良い試合だと思ってもらえるよう、審判仲間と試合を無事に成功で終われるようコミュニケーションを図っていくことです。

Q1 審判活動を行う上で、勉強されていることやトレーニングについて教えてください。

審判員は選手と同じピッチを走るので、同程度またはそれ以上の体力、走力が求められます。そのためランニングや筋トレ等トレーニングの内容は選手の皆さんが普段されているトレーニングと大きな変わりはないかと思います。また、審判員には選手に競技規則を正しく理解してもらえるように努める必要があると考えています。特に今年は８月から新しい競技規則（道女子リーグは適用外）が適用されるようになったので、講習会への参加や JFA から発信されている情報の確認等を怠らないようにしています。

Q2 北海道女子サッカーリーグで主審をつとめられる際に、どのような点を大切にされているでしょうか？

試合が始まる前には必ずそのチームの現状やチームのキーマンとなる選手の把握などをするようにしています。今年の道女子リーグは第８節に明清高校の優勝が決定しました。ここで優勝を決めたい明清高校と、勝ち点５差で明清高校を追い、少しでも差を縮めたい２位の札幌大学ヴィスタの試合、どちらも勝ち点３を必ず取りたいという気持ちがより強い試合だったのではないかと思います。その両チームの思いをしっかりと受け止め、どのような試合展開になるかなどのシミュレーションをしてから試合に臨みました。また、試合中にはできるだけ選手とコミュニケーションをとるように心がけています。

Q3 目指されている審判像について教えてください。

その日の試合の審判員が自分だったことを選手やチーム役員が覚えていない程の空気でいられることを理想としています。審判員が目立つ試合は選手がストレスやネガティブな感情を抱えてプレーしていることが多く、本来の持っている力を存分に発揮してもらうことができなくなってしまいます。的確なファウルの基準の維持、アドバンテージの適用をすることで選手が気持ちよくプレーに打ち込み、勝っても負けても良い内容の試合だったと思えるような試合の雰囲気作りを目標にしています。

長浜　杏名さん

審判員としてピッチに立てる今の状況を楽しむことを忘れずにいたいと思っています。とはいえ試合中は楽しいことばかりではなく、辛い時間もあれば疲労で足が運べなくなるような時もあります。選手と衝突し、試合後に握手をしてもらえずに終わった試合もあれば、納得のいく判定ができずに泣きながら帰った日もありました。それでもサッカーが好きで、選手の素晴らしいプレーを１番近くで見ることができる審判員としてサッカーに携わっていられる今がとても幸せだと感じています。この魅力や感動を共有できる審判仲間や選手、チーム関係者、運営、その試合に関わる全ての人と共に１試合１試合を大切に作り上げながら北海道の女子サッカーが益々発展することを願っています。

北海道サッカー協会 審判委員会女子部では、「5R」をかかげています。
Rising（上昇!）,Respect（大切に思うこと!）,
Referee（審判員・仲間!）,Retry（再試行・何度でもトライ!）,
Receive（支える，仲間を迎え入れる，新しいを受け入れる!）

半年に及ぶ北海道女子サッカーリーグの戦いは、選手・スタッフ一人ひとりが協力してつくりあげています。女子委員会では、お互いをリスペクトする気持ちをさらに高めるため、リーグに参加するチームやスタッフを順次ご紹介します。

審判 Referee　北海道女子サッカーリーグで活躍する女性審判員

一つひとつのプレイを即座に判断する技術とリスペクト精神を磨きつづける審判員の皆さまのご活動について、審判委員会女子部長の蝦名さんに教えていただきました。

北海道女子サッカーリーグは2級審判員以上が務めています。

北海道女子サッカーリーグは、JFA の規定による「地域サッカー協会が主催する試合に相当し、2級審判員が主審を務めなければなりません。

北海道の 2 級審判員　405名
女性 2 級審判員　13名

2 級審判員になるためには、地域サッカー協会主催の2級審判員認定審査会で適格と認められたうえで、試験に合格しなければなりません。

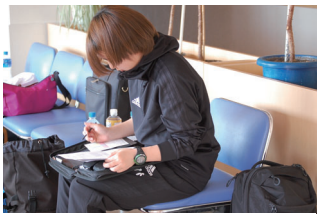
試験内容

実技　認定に適切な難易度の試合で実施する。（3種地域リーグ相当）
※サッカー2級審判インストラクター以上の資格を持つアセッサー2名が評価。2名のアセッサーがともに「8.0 以上」の評価で合格。

体力　1.Speed Test (40m を 6.9 秒以内で6本)
2.Endurance Test
（75mを 20 秒…run,25m を 25 秒…walk を8lap…32 回）
体力試験で「不合格」となった場合、年 1 回追試を受けることができる。

学科　北海道サッカー協会審判委員会女子部が作成する「学科試験問題」を実施し、100 点満点中 70 点以上を合格とする。
学科試験に不合格の場合、追試を年に1回のみ受けることができる。

年齢は10代～50代まで、職業は、学生・会社員・公務員等多岐にわたります。
皆さん、毎試合、よい準備をして試合に臨んでいます。



審判員として活動するために、日々励んでいます。

試合後の反省会や講評

試合を通じての事象について、ファウル・不正行為の判断基準や審判員同士の協力、ゲームコントロール、マンマネージメント等について分析しています。反省をもとに、次の試合に向けて課題の改善を行っています。審判員は、正しく競技規則を施行するために積極的に自分の考えを共有しています。

座学

講習会を設定し、競技規則の理解に努めています。今後は、審判員にプレゼン等の機会を増やすなど、より充実したトレーニングとなるように取り組んでいきます。

フィジカルトレーニング

自分の長所や課題を把握し、意識的にトレーニングしている審判員が増えています。（試合を通じてしっかり走ることができるエンデュランス要素や、争点に速く近づくことができるスピード要素、競技者やボールの動きに対応するアジリティ要素を補うためのトレーニングなど）近年は、上記のような課題改善のため、フィジカルコーチである岡田氏のお力添えにより、具体的な分析・考察で個人に沿ったメニューを作成していただけるようになりました。今後も継続して指導していただき、より広く審判員に広めていただけるようにしていきます。

女性審判員育成のために － 審判を目指す皆さまへ　審判委員会女子部部長 蝦名隆幸さんより

女性審判員の人員増加のために、ユース審判員講習会を増やす予定です。また現在積極的に活動しているアクティブレフェリーに対して、しっかりとアセスメントができる体制を整えていきます。

近年、男女問わずフィットネス要素が重要視されています。タフに最後までしっかりと走りきり、正しい判定ができる審判員が増えていくことを期待しています。

競技者のため、チームのために活動する審判員になってほしいと思います。競技者やチームがよいパフォーマンスを発揮できるように、ゲームをしっかりとコントロールできる審判員を目指してほしいと思います。そのためには、競技者とともにサッカーそのものを楽しむことが大切だと思います。