

【2025 事業報告書 ④】

HKFA審判委員会 女子部

3級対象web研修会

- 日 時 : 2026年1月8日(木) 20:00~21:00
- 講 師 : 森 宏介(サッカー2級審判インストラクター・HKFA審判委員会女子部)
- ス タ ッ プ : 大石かおり(サッカー2級審判インストラクター・HKFA審判委員会女子部)
- 参 加 者 : オホーツク地区ユース3級審判員・苫小牧地区ユース3級審判員
旭川地区ユース3級審判員・札幌地区ユース3級審判員
猪股陽菜梨(3級審判員)
- 時 程 : 20:00 開会・自己紹介
20:05 「ファウルの判定」「アドバンテージ」
20:50 質疑応答
21:00 諸連絡・閉会



5R ~一歩一歩着実に~

2月に全国研修に参加する審判員2名からの希望内容で実施しました。

参加者のコメント

苫小牧地区ユース3級審判員

私は審判の経験があまりないため、ファウルの見極めが自信ありませんでしたが今回の研修を経て、**競技規則を頭に入れることの大切さ、そして正しい判定をするためにポジションや予測など多くのことを冷静に考える必要があること**を改めて感じました。また、今回の研修では他の審判員の意見を聞く機会があって多くの観点を知ることができたり、**自分の意見を求められることも多かったので自分でしっかりと考える機会はとても貴重**でした。

この経験から、より信頼される審判を目指していきたいと思います。

旭川地区ユース3級審判員

初めて研修会に参加しました。ファウル、アドバンテージの判定の仕方を教えてもらいました。私は審判の知識が少ないため、色々な人との意見交流は本当に自分とは違う見え方もあり、参考になりました。**大切なことは「予測してポジションをとり冷静に判断しそれを言語化できるようにする」**これを心がけていこうと思います。

私はレフェリーの経験がほとんどなく、とても勉強になる研修会でした。この勉強したことを活かし、自分の笛と判断に自信が持てるようになるために部活動の練習のゲーム時に意識してやっていきます。

正しく判定するために

- 1 適切なポジションで事象を見る。
- 2 接触(ファウル)を予想する。
- 3 タイミングよく笛を吹く。→シグナルをする。

接触をいつ予想しますか？



きょうのまとめ

良い判定をするためには

- ・良い距離、良い角度で事象を見る。
- ・接触があるか□□すること。
- ・事象だけではなく、その□□でも判断すること
- ・すばやく事象を判断しファウル(アドバンテージ)またはノーファウルの判定をすること。
- ・笛、シグナルは□□を持って。

3級実技研修会

- 日 時 : 2026年1月12日(月祝) 13:00~15:30
- 場 所 : 北海道立北見体育センター
- 講 師 : 大石かおり(サッカー2級審判インストラクター・HKFA審判委員会女子部)
- 参 加 者 : オホーツク地区ユース3級審判員

2月の全国研修に向けての実技研修を実施しました。体育館での8対8での練習試合で、ポジショニング等の感覚を取り戻すことができました。

北見柏陽高校・北見緑陵高校に協力していただきました。ありがとうございました！



■参加者のコメント

オホーツク地区ユース3級審判員

今回の研修では、今までよりもレベルアップするために、細かい所作やマネジメント、また基礎の部分の定着を重点的に行いました。ポジショニングなどに気をとられて、基礎が疎かにならないように、常に意識をしていたのですが、**ふとした瞬間にながらでシグナルをしてしまったりなど、もっと修正できる面を発見できたのでよかったです。**今回学んだことを意識し、全国研修で自信を持って、レフェリングをできるようにしたいです。

■大石かおりHKFA審判委員会女子部長より

女子は冬に行われる全国研修が多く、実戦から3ヶ月以上も離れた2月の研修で良いパフォーマンスを発揮するのは非常に難しいことです。しかし、北海道では雪深い時期にサッカーができる環境を楽しみ、たくさんの学びを得るには、**オフシーズンに全てがリセットしてしまわないこと**だと思います。

昨シーズンの課題であった争点からの距離と、プレーを予測し、ポジションを細かく修正することを常に意識することを心がけていたようですが、体育館では思うようにはいかない部分もありました。しかし、この時期にサッカーに少しでも触れることができ、視野の確保や体の向きを意識し工夫しながらトレーニングできたと思います。

全国研修に参加できることは、審判員自身の努力はもちろんですが、周囲のサポートがあつてのことです。**3級は伸しろばかり**です。恐れずチャレンジし、全国研修で得たことを北海道の審判員で共有し、**共に成長**していくことを願っています。

3級対象フィットネス研修会

- 日 時 : 2026年2月11日(水祝) 9:30~11:30
- 場 所 : 北海道ハイテクインドアスタジアム
- 講 師 : 岡田 渉(サッカー2級審判インストラクター・HKFA審判委員会女子部)
- ス タ ッ フ : 大石かおり(サッカー2級審判インストラクター・HKFA審判委員会女子部)
- 参 加 者 : オホーツク地区ユース3級審判員
苦小牧地区ユース3級審判員

3級対象の全国研修も開催されるなど、全国的に3級審判員の育成に力を入れていきます。女子部でも初めて3級対象フィットネスを企画しました!

■参加者のコメント

オホーツク地区ユース3級審判員

今回の研修会では、2級試験の体力テストを体験しました。スプリントの動画を撮り、自分の走り方を確認しながら走っていくことで、自分の課題である走り方を、少しですが改善することができました。また、インターバルでは自分の体力を知ることができ、**苦手だと思っていましたが、意外と走ることができ**、自分の可能性を広げることができました。今回学んだことをこれからのレフェリングに活かしたいと思います。

苦小牧地区ユース3級審判員

私は今まで早く走るための改善方法を指導していただいたり、そもそも2級審判員になるためのインターバル走を完走した経験もなかったです。しかし、今回の機会**で走り方を改善する部分が多くあったこと、自分が挑戦していなかっただけで思っていたより走れること**を知りました。そして、今後の審判活動のモチベーションにも繋がるとても貴重な機会でした。今回の経験を審判活動に生かして、走力と体力をつけられるように努力し、走れて信頼される審判員になりたいです。

■岡田渉サッカー2級インストラクターより

『2級基準のFitnessTest を体験すること』を目的として研修会を行いました。

ただFitnessTestを実施するのではなく、参加者のPhysical知識を一つでも多く増やしてほしいという観点から、通常は40m Sprintを60秒のRecoveryを挟みながら6本走るところを、1本走るとともに動画で確認をし、次に走る課題を明確にしてチャレンジしてもらいました。

大幅なタイム向上は見込めませんでしたが、**1本目と6本目を比較するとスムーズな動きになった**と感じました。参加人数が2人と少ない人数でしたが、少ないからこそ有意義な時間が出来たと考えております。



web研修会②

- 日 時 : 2026年2月12日 (木) 20:00~21:30
- 内 容 : 事象分析の進め方
- 講 師 : 村山 尚哉氏 (HKFA審判委員会指導者部長・サッカー1級インストラクター)
- ス タ ッ フ : 大石かおり (HKFA審判委員会女子部)
森 宏介 (HKFA審判委員会女子部)
- 参 加 者 : 稲葉 里美・大村 美詞 (1級審判員)
北野 詩織・オホーツク地区ユース審判員・札幌地区ユース審判員 (3級審判員)

参加者のコメント

大村 美詞

久しぶりに研修で事象分析を行わせて頂いて、改めてレフェリングにおいて大切なことを確認することが出来ました。試合中は一つ一つの判定を早く的確にすることが当たり前求められるので、映像を見て意見を交換しながら丁寧に分析することが出来てよかったです。自分で試合後に振り返ることもできると思うので継続して、より良いレフェリングに繋がれるように務めていきたいです。ありがとうございました！

オホーツク地区ユース審判員 (3級審判員)

今回のウェブ研修では、事象分析をしました。事象分析の定義など、普段振り返ることがないような基礎的なことから学び直すことができ、復習をすることができました。また、映像を使ってディスカッションをした際には、**どうして間違った判定をしてしまったのか**など、いつもとは違う観点で話し合っ、新しい見方をすることができました。

今回学んだことを、地域でも生かしていきたいです。

概要 (事象分析の進め方)

正しい (求められる) 判断・判定は

- ・守備側 (白) チームに直接FKを与える。
- ・著しく不正なプレーを犯したことにより、反則をした攻撃側競技者 (青17番) にレッド退場を命じる。

事象を見極めるための難しさや分析のポイントは？



村山尚哉サッカー1級インストラクターより

女子審判員向けに事象分析研修 (ZOOM) を行いました。

1級から3級までの女子審判員5名、オブザーバーとして女子部部长の大石さん、女子部部員の森宏介さんにも参加いただき7名での研修会となりました。映像クリップを用いて**①事実の確認 (何が起きたのか?) ②考慮事項を的確に捉える ③正しい判定・判断 ④見極めるための難しさ**、この4つをしっかりと整理すること、特に事象を的確に判定、判断するための考慮事項をいかにしっかりと捉えるか、事象を見極める上での難しさ、ポイントなどを整理して次に繋げることを伝えました。色々な質問や問いかけにもしっかりと自分の考えを述べる姿勢、難しいものには難しいと素直に言える姿勢に共感、刺激を受けました。まだまだ伸び代のある世代、そして女子審判員を今後引っ張っていくであろう世代の意識の高さ、可能性を感じられる時間となりました。

今後も機会がありましたらこのような研修会を通じて最新の情報共有や審判員の考え方などを共有できればと思います。ありがとうございました。