

2025 年度 JFA レフェリーセレクション集合講習会②
活動報告

佐々木就将

1. 実施概要

【目的】 国際主審を見据えた早期プロモーション

【日時】 2025 年 5 月 3 日（土）～4 日（日）〔前泊：5 月 2 日（金）〕

【会場】 JFA 夢フィールド

【宿舎】 クロス・ウェーブ幕張

2. スケジュール

5 月 3 日（土）

6：30 体組成測定【ホテル】

7：00 朝食【ホテル】

9：00 開講式・更衣【カンファラーム A】

9：30 W-up

10：00 フィジカル・チェック【ピッチ A（タータン）】

12：00 昼食（弁当）【カンファラーム A】

13：30 ゲーム 30 分×6 本【ピッチ C（人工芝）】

18：00 更衣・夕食

19：00 講義①【カンファラーム A】

20：00 講義②【カンファラーム A】

5 月 4 日（日）

6：30 朝食【ホテル】

8：30 ゲーム 25 分×6 本【ピッチ C（人工芝）】

12：00 更衣

12：30 閉講式【カンファラーム A】

面談：2 日間の空き時間で対応

3. 参加者

審判員

静岡 FA 坂本優 氏
静岡 FA 渡邊彪斗 氏
熊本 FA 野際祐史 氏
京都 FA 多喜功 氏
長崎 FA 草場帆斗 氏
千葉 FA 佐々木就将

インストラクター・スタッフなど

JFA 委員長 扇谷健司 氏
JFA 副委員長 宮島一代 氏
JFA 副委員長 佐藤隆治 氏
JFA 審判マネジャー 泉弘紀 氏
JFA 審判マネジャー 西村雄一 氏
JFA 審判マネジャー 手代木直美 氏
JFA 審判部 菊池彩花 氏
JFA 審判部 多田浩太 氏
JFA 審判専任トレーナー 堀口恵一 氏
北海道 FA (強化) 伊藤真也 氏
東北 FA (強化) 見付和昭 氏
関東 FA (副委員長) 新井智也 氏
北信越 FA (強化) 上島浩稔 氏
東海 FA (強化) 大塚篤史 氏
関西 FA (RAI) 中村正光 氏
中国 FA (割当/強化) 武田光晴 氏
四国 FA (RAI) 竹田敬幸 氏
九州 FA (委員長) 村上考治 氏

4. 活動内容

1) 体組成測定

身長：182.5 cm 体重：68.5 kg 体脂肪率：9.6%

2) フィジカル・チェック

40m スプリント

① 5.39 ②5.39 ③5.36 ④5.51 ⑤5.58 ⑥5.52 平均：5.45

インターバル走〔75m (15 秒) -25m (15 秒)〕

40 本

3) 講義① 佐藤隆治 氏

「PR (J1 レフェリー) が求められているポジショニング&動き」

- ・ゲーム展開を読んだ能動的なポジショニングと動き

最良のポジションをとることにより正しい判定を下すことができる

- ・動きをゲームコントロールにつなげる

誰が見ても文句を言われないところで見極める

- ・ただ走るのではない、考えながら走る

走りながらスキャンする (情報を掴みにいく)

いつ目を離すのか、見るのか

何が見たいのか分かりやすいレフェリーを目指したい (例：PA の縦のライン)

4) 講義② 西村雄一 氏

「状況に応じたマネジメント」

- ・マネジメント：望ましい状態をなんとかして実現していくこと

今、この瞬間、何が求められているかを感じる事が大切

- ・笛＝マネジメントの 1 発目

- ・注意とコミュニケーションの違い

Stop The Game (警告、退場、注意)

コミュニケーション (声掛け)

- ・判定：レフェリーの心、頭の中で主観として創り上げるもの

決定：レフェリーの見解を最終決定として表現するもの

No ファウル、アドバンテージ、ファウル

→ゲームに共感し、みんなに納得してもらえる「決定」として表現する

そのために Empathy (ゲームに共感すること) が大切

- ・サッカーとは選手が創り出す、常に新しいプレーの連続

- ・レフェリーの考え、思い、サッカー観や競技規則を理解させるのではなく、サッカーを通じて素晴らしい感動を創るという同じ目標に向かって相手を理解し共感したい
- ・カードを出すことは悪いことではない
選手もカードを覚悟してファウルする場合もある
注意でやめさせようとするのはエゴの押しつけ
「このままだと警告を出すことになるけどどうする？」
もしあなたがそれを覚悟してファウルするのであればこちらも対応するよ」

5) ゲーム

〔割当〕

5月3日(土)

千葉大学 vs 東京理科大学

R: 多喜 氏 A1: 草場 氏 A2: 野際 氏 INS: 泉 氏

R: 渡邊 氏 A1: 佐々木 A2: 坂本 氏 INS: 宮島 氏

中央学院大学 vs 千葉大学

R: 草場 氏 A1: 野際 氏 A2: 多喜 氏 INS: 佐藤 氏

R: 佐々木 A1: 坂本 氏 A2: 渡邊 氏 INS: 泉 氏

東京理科大学 vs 中央学院大学

R: 野際 氏 A1: 多喜 氏 A2: 草場 氏 INS: 宮島 氏

R: 坂本 氏 A1: 渡邊 氏 A2: 佐々木 INS: 佐藤 氏

5月4日(日)

東京理科大学 vs 千葉大学

R: 野際 氏 A1: 坂本 氏 A2: 草場 氏 INS: 西村 氏

R: 佐々木 A1: 多喜 氏 A2: 渡邊 氏 INS: 宮島 氏

江戸川大学 vs 東京理科大学

R: 坂本 氏 A1: 草場 氏 A2: 野際 氏 INS: 泉 氏

R: 多喜 氏 A1: 渡邊 氏 A2: 佐々木 INS: 西村 氏

千葉大学 vs 江戸川大学

R: 草場 氏 A1: 野際 氏 A2: 坂本 氏 INS: 宮島 氏

R: 渡邊 氏 A1: 佐々木 A2: 多喜 氏 INS: 泉 氏

- ・動きが良くなっている
フォームや姿勢が改善され、よりダイナミックに見える
その一方でスプリントのとき、クセが出るときがある
- ・ボールの移動中にスプリントする
- ・0 か 100 かのシーンが多い
いかにスプリントしなくても争点の近くに居続けられるか
ここぞというときにスプリントする
- ・出し手はキックモーションだけど受け手はもらうアクションをしているか
より受け手の情報を得ることにより、動き出しの質を高めることができる

5. 所感

私にとって2回目のセレクションを通して、日々の取り組みの重要性を再認識することができました。前回セレクションに参加させていただいてから、今回参加させていただくまで半年ほど期間がありました。その期間で、自分なりに求められていることをかみ砕きながらチャレンジを続けてきました。その取り組みのおかげで、自身の成長を感じることができたと振り返っています。動き出しと動きの切り替え、やり過ぎかもしれないですが、こだわりをもって表現することができました。

成長を感じることができた一方で、課題も実感しています。滑らかな動き出し、と動きの質です。ここぞというときを除いてスプリントしなくても、争点のそばに居続けるためにはスピードを柔軟に使い分けることが求められます。私は、出し手のキックモーションへの感度は高い傾向にありますが、受け手のアクションの情報が欠けているケースがあります。より落ち着いて情報収集、処理することによって、動きの質を高めるチャレンジをしていきたいと考えています。

しなやかな身体の使い方を習得するためのチャレンジも必要です。私は、僧帽筋、肩甲挙筋が硬い傾向にあります。意識的に日常からほぐすとともに、リラックスして肩を下げて、背中を閉じる意識を持ちたいと考えています。

セレクションというきっかけを活かすことができるかは、セレクションの後の取り組みにかかっています。今回、自身の取り組みの積み重ねのよる成長を感じることができたように、今後も継続してチャレンジし続けることで目指すところに着実に近づけるように努めていきます。

この度は、セレクションに参加させていただき、ありがとうございました。今後ともよろしくお願いいたします。



左から、草場 氏、佐々木、坂本 氏、多喜 氏、野際 氏、渡邊 氏



左から、渡邊 氏、草場 氏、多喜 氏、佐々木、野際 氏、坂本 氏