

# 【2019/20年の競技規則改正の適用】

- ▶ 競技に直結する規則改正が数多く示されました。
- ▶ 成田市内でサッカーに関わる関係者の皆様（競技者、監督/コーチ、審判）に正しく理解していただくために、本資料を作成しました。
- ▶ 画像での説明：<http://www.jfa.jp/laws/>
- ▶ 成田市1種 適用時期：2020年1月1日～



Narita Football Association

Let's Enjoy Football !!

成田市サッカー協会



# 2019/2020競技規則 改正の概要



2019年10月1日  
成田市サッカー協会 審判部

# 2019／2020競技規則改正の概要

- ▶ 2016/2017の改正はこれまでの歴史上最も大きな改正が行われた。
- ▶ その後、VARの導入やいろいろな検証的な試みを経て、毎年改正が行われてきた。
- ▶ 今回の2019/2020の改正は、「Fair play」の戦略の基本的な目的に沿って行われたものであり、競技者の行動を向上させ、リスペクトを高め、プレー時間を増加させ、更には試合をより公平、公正で魅力あるものにしていくことになる。

# 第2条 ボール

- ▶ 1. 品質と規格
- ▶ ボールは、次のものとする:
- ▶ 球形
- ▶ 適切な材質
- ▶ 外周は、68cm(27 インチ)以上、70cm(28 インチ)以下
- ▶ 重さは、試合開始時に410g(14 オンス)以上、450g(16 オンス)以下
- ▶ 空気圧は、海面の高さの気圧で 0.6 ~ 1.1 気圧(600 ~ 1100g/cm<sup>2</sup>):

~以下~以上が~以上~以下に  
代わっただけです!

# 第3条 競技者

- ▶ 交代して退く競技者は、
- ▶ 既に競技のフィールド外に出ている場合を除き、主審の承認を得て、競技のフィールドから離れる。**競技者は境界線の最も近い地点から出なければならない。**ただし競技者がハーフウェーラインのところから直接すみやかに、また、(例えば、安全や保安または負傷などのため)他の地点から出るようにと、主審が示した場合を除く。
- ▶ 交代して退く競技者は、ハーフウェーラインのところから競技のフィールドを出る必要はなく、すみやかにテクニカルエリアまたはロッカールームへ行かなければならない。また、再交代が認められる場合を除き、その試合に再び参加することはできない。



## *On the pitch!*

- ▶ 選手交代の際、退く選手は最も近いタッチライン又はゴールラインから出なければならない。
- ▶ ただし、けが人などの場合は状況に応じて4審の前あたりから出してもいい。
- ▶ 審判員は退く選手に、そこから出ましょう！と促してください。
- ▶ 選手がピッチから離れた後に交代で入る選手の入場を許可してください。

# 第4条 - 競技者の用具

## ▶ 3. 色

- ▶ アンダーシャツは、次のものとする：
- ▶ シャツの各袖の主たる色と同じ色で、1色とする。
- ▶ または、**シャツの各袖とまったく同じ色の柄にする**



## *On the pitch!*

- ▶ 例えば、袖の色が白と黒のストライプであれば、同じ柄のアンダーウェアも可能になった。
- ▶ これまでは白か黒かの一色のみが許されていた。ショーツに関しては変更なし。



# 第5条主審

- ▶ 3. 職務と権限 – 懲戒処置
- ▶ 主審は：
- ▶ 責任ある態度で行動しないチーム役員に対して処置をとり、注意する、イエローカードで警告する、レッドカードで競技のフィールドとその周辺（テクニカルエリアを含む）から退場させる。
- ▶ 反則を犯した者を特定できない場合、テクニカルエリア内にいるより上位のコーチが罰則を受ける。

## *On the pitch!*



- ▶ これまでにはベンチの役員に対してはカードは示されず、退席処分のみであった。
- ▶ これからは、チーム役員に対して、注意、警告(イエローカード)、退場(レッドカード)の懲戒罰が適用される。
- ▶ 対象者が特定できない場合は、もっとも上位の監督、ヘッドコーチが対象になる。

# 第5条主審

- ▶ 3. 職務と権限 - 負傷
- ▶ 負傷した競技者が競技のフィールド内で治療を受けることはできず、・・・競技のフィールドから退出する要件につき、次の場合のみ例外とする
- ▶ 追加
- ▶ ペナルティーキックが与えられ、負傷した競技者がキッカーとなる場合



## *On the pitch!*

- ▶ PKを与えた場合、負傷した選手がPKを蹴ると言った場合は、ピッチ内で手当てを行うことができる。

その他、ゴールキーパーや、警告・退場に値するファウルを受けた選手が素早く治療ができる場合などは、ピッチ内での治療が可能である。

# 第7条 - 試合時間

## ▶ 3. 空費された時間の追加

▶ 主審は、以下のように、前半、後半に空費されたすべての時間を追加する:

▶ 追加

▶ 競技会規定で認められる、**飲水(1分間を超えてはならない)**や**「クーリング」ブレイク(90秒間から3分間で)**など、**競技会規定で認められる医療上の理由による停止**

ルール上、飲水タイムとクーリングブレイクの違いが明記された。

# 第8条 - プレーの開始および再開

- ▶ 1. キックオフ - 進め方
  - ▶ コイントスに勝ったチームが、前半に攻めるゴールか、またはキックオフを行うかを決める。
  - ▶ この結果により、相手チームがキックオフを行う、または前半に攻めるゴールを決める。トスに勝った前半に攻めるゴールを決めたチームは、後半開始のキックオフを行う。



## *On the pitch!*

- ▶ 試合前のコイントスを行った時に、勝った方のチームにキックオフをするか？どちらかのエンドを取るかを選ばせる。



もとに戻ったんだね！という審判  
はかなりのベテラン審判

# 第8条 - プレーの開始および再開

- ▶ ドロップボール 進め方
- ▶ 次の状況でプレーが停止された場合、ボールはペナルティーエリア内で守備側チームのゴールキーパーにドロップされる:
  - ・ボールがペナルティーエリア内にあった、または
  - ・ボールが最後に触れられたのがペナルティーエリア内であった。
- ▶ その他のすべてのケースにおいて、主審は、ボールが最後に競技者、外的要因または審判員に触れた位置で、最後にボールに触れたチームの競技者の1人にボールをドロップする。
- ▶ (両チームの)他のすべての競技者は、ボールがインプレーになるまで4m以上ボールから離れなければならない。



# 第9条 - ボールインプレーおよびボールアウトオブプレー

## ▶ ボールアウトオブプレー

- ▶ ボールは、次のときにアウトオブプレーとなる：  
追加：

- ▶ ボールが審判員に触れ、競技のフィールド内にあり、次のような場合。

- ・ チームが大きなチャンスとなる攻撃を始めるか
- ・ ボールが直接ゴールに入るか
- ・ ボールを保持するチームが替わる

こうしたすべてのケースでは、プレーはドロップボールによって再開される。



## *On the pitch!*

- ▶ プレーを中断した時は、最後にボールを保持していたチームの一人にボールをドロップする。
- ▶ 場所は最後にボールを触れた位置。(審判にあたった場合は、その位置で)
- ▶ 味方、相手ともに4M以上離れる。
- ▶ ただし、その位置がペナルティーエリア内であれば、守備側のGKにボールをドロップする。

# 第10条 - 試合結果の決定

## ▶ 1. 得点

追加:

- ▶ ゴールキーパーが相手のゴールにボールを直接投げ入れた場合、ゴールキックが与えられる。

# 第12条 ファウルと不正行為

- ▶ 1. 直接フリーキック - ボールを手または腕で扱う
- ▶ ゴールキーパーは、自分のペナルティーエリアで直接フリーキックやその他の懲戒の罰則の対象となるボールを手または腕で扱う反則を犯しても罰せられないが、ボールを手や腕で扱うことによって間接フリーキックが与えられることになる反則であれば、罰せられることもある。ゴールキーパーが、自分のペナルティーエリア内で、認められていないにもかかわらず手や腕でボールを扱った場合、間接フリーキックが与えられるが、懲戒の罰則にはならない。



## *On the pitch!*

- ▶ ルールの変更ではない。
- ▶ 通常バックパスや一度自分が手で触れたボールのGKは続けて扱うことはできない。
- ▶ 触れたら相手の間接FK
- ▶ もし、ゴールに入りそうになったらボールを手で止めたら、決定的な得点機会の阻止で退場？  
でもこれで退場になったの見たことないよね！
- ▶ この場合は懲戒罰は与えないことが明文化された。

# 第12条 ファウルと不正行為

- ▶ 2. 間接フリーキック
- ▶ ゴールキーパーが自分のペナルティーエリア内で、次の反則のいずれかを犯した場合、間接フリーキックが与えられる
- ▶ 次のような状況で、ボールを手または腕で触れる。ただし、ゴールキーパーがボールをプレーに戻すため、明らかにボールをける、またはけろうとした場合を除く：
  - ▶ ・ ボールが味方競技者によって意図的にゴールキーパーにキックされる。
  - ▶ ・ 味方競技者によってスローインされたボールを直接受ける。



## *On the pitch!*

- ▶ 味方からのバックパスやスローインはゴールキーパーが手や腕に触れたら、相手の間接FK
- ▶ ゴールキーパーが足でキックしてボールをプレーに返そうとして、そのキックがミスキックになった場合、
- ▶ そのボールは手や腕で扱っていいことになった。

# 第12条 ファウルと不正行為

- ▶ 3. 懲戒処置 - カードの提示とプレーの再開
- ▶ 主審が警告または退場と判断した場合、懲戒の罰則の処置をし終えるまでプレーを再開させてはならない。ただし、主審が懲戒の罰則の手続きを始めておらず、反則を犯していないチームがすばやくフリーキックを行って、明らかな得点の機会を得た場合を除く。
- ▶ 懲戒の罰則の処置は、次にプレーが停止されたときに行われる。なお、反則が相手チームの決定的な得点の機会を阻止したものであった場合、競技者は警告されることになる。





## *On the pitch!*

- ▶ 審判が反則でプレーを止めて、イエローカードやレッドカードを出すまでは、プレーの再開はできなかった。
- ▶ 改正により、ファウルを受けた攻撃側がクイックスタートでプレーを再開したら、それを認めることになった。
- ▶ ただし、その際は決定的な得点機会の阻止ではないので、レッドではなくイエローカードになる。

# 第12条 ファウルと不正行為

## ▶ 4. ファウルや不正行為の後のプレーの再開

ボールがインプレー中、競技者が競技のフィールド内で**体を用いた反則を犯した場合**：

- 相手競技者に対する反則の場合 — 間接フリーキック、直接フリーキック、またはペナルティーキック
- 味方競技者、交代要員、交代して退いた競技者、退場となった競技者、チーム役員または審判員に対する反則の場合 — 直接フリーキックまたはペナルティーキック
- その他の者に対する反則の場合 — ドロップボール

▶ **すべての言葉による反則は、間接フリーキックとなる。**

# 第12条 ファウルと不正行為

- ▶ 4. ファウルや不正行為の後のプレーの再開
- ▶ 競技のフィールド内または外に立っている競技者が、相手競技者に対して物(試合球以外)を投げたり、またはけた場合、もしくは相手チームの競技者交代要員、交代して退いた、または退場となった競技者、チーム役員、あるいは審判員や試合球に物(試合球以外のボールを含む)を投げた、またはけた場合、直接フリーキックでプレーは再開される。

# 第13条 - フリーキック

- ▶ 1. フリーキックの種類 - 間接フリーキックのシグナル
- ▶ 主審は、片腕を頭上に上げて間接フリーキックであることを示す。キックが行われ、他の競技者がボールに触れるかアウトオブプレーになる、**または直接得点することができないと明らかにわかるまで、このシグナルを続ける。**



## *On the pitch!*

- ▶ 間接FKの際、審判は片腕をあげて間接FKであることを示す。
- ▶ これまでは他のプレイヤーがボールに触れるか、アウトオブプレーになるまでは片腕を上げ続けていた。
- ▶ 改正により、ゴールの可能性がない場合にはすぐに腕は下して良いことになった。

# 第13条 - フリーキック

## ▶ 2. 進め方

- ▶ 3人以上の守備側チームの競技者が「壁」を作ったとき、すべての攻撃側チームの競技者はボールがインプレーになるまで「壁」から1m以上離れていなければならない。

## ▶ 3. 反則と罰則

- ▶ フリーキックが行われるとき、3人以上の守備側チームの競技者が作る「壁」から、攻撃側チームの競技者が1m以上離れていない場合、間接フリーキックが与えられる。



## *On the pitch!*

- ▶ 3人以上の壁に攻撃側の選手が近づいたら、まずは離れるように促しましょう。
- ▶ それでも離れないようであれば、笛を吹いて守備側のチームに間接FKを与える。
- ▶ 間接FKの位置は→反則の起きた場所からすなわち壁に侵入した位置。

# 第14条 ペナルティキック

- ▶ ボールがけられるとき、守備側チームのゴールキーパーは、少なくとも片足の一部をゴールラインに触れさせているか、ゴールラインの上に位置させていなければならない。





## *On the pitch!*

- 少なくとも片足はゴールライン上にあること。
- ゴールラインを踏んでいなくてもその上空に足がある場合は？
  - → OK
- ラインを踏んでいなくてゴールの中に足を入れることは？
  - → NG

# 第14条 ペナルティキック

- ▶ 2019年9月2日 日本サッカー協会からの通知でペナルティキックに関して追加の改正があった。
- ▶ ペナルティーキックで、ボールがけられる前にゴールキーパーが飛び出し、その後けられたボールがゴールに入らなかったならば、キックをやり直すことが原則である。
- ▶ しかし、ゴールキーパーの飛び出しの影響がなく、そもそもキッカーのミスにより得点とならなかった場合、ボールがけられる前のゴールキーパーの飛び出しがキッカーに影響を与えず、キッカーのミスでゴールを外す、またはゴールポスト等にボールを当て、得点とならなかったならば、それは反則としないということになった。
- ▶ もっとも、ゴールキーパーの飛び出しによりキッカーがキックすることを躊躇する、またはキックに影響があったと審判員が判断し、その結果キックが失敗したならば、反則として、ペナルティーキックはやり直しとなる。
- ▶ 審判員はゴールキーパーの飛び出しがキッカーに対して影響を与えたかどうかを判断することが求められるようになった。

# 第16条 ゴールキック

- ▶ 1. 進め方
- ▶ ボールは、けられて明らかに動いたときにインプレーとなる。
- ▶ 2. 反則と罰則
- ▶ ゴールキックが行われるとき、相手競技者がペナルティーエリアから出る時間がなく残っていた場合、主審はプレーを続けさせることができる。ペナルティーエリア内にいる相手競技者がインプレーになる前にボールに触れる、または、挑む場合、ゴールキックは再び行われる。



## *On the pitch!*

- ゴールキックの場合は相手選手はペナルティーエリア外へ出る。
- ペナルティーエリア内の守備側のフリーキックの場合、相手選手はペナルティーエリア外で、9.15M(4種の場合は7M)離れた位置。
- キックすればペナルティーエリアに入ってボールをとってもOK
- 相手選手がペナルティーエリアから出る前に、守備側がキックを行った場合→そのまま続ける



# *On the pitch!*

## ➤ 副審の動きについて

従来は ゴールラインでフラッグアップしたら

- ① ゴールエリアでエリア内にボールが置かれているかを確認！
- ② ペナルティーエリアの延長上でエリアをボールが出ることを確認！
- ③ オフサイドラインキープへ！

## ルール改正後は

- ① ゴールエリアでエリア内にボールが置かれているかを確認したら、
- ③ オフサイドラインへ移動する！

# 第12条 ハンドリングの反則

- ▶ ボールを手または腕で扱う
- ▶ 競技者が次のことを行った場合、反則となる。
- ▶ 手や腕をボールの方向に動かす場合を含め、手や腕を用いて意図的にボールに触れる。
- ▶ ボールが手や腕に触れた後にボールを保持して、またはコントロールして、次のことを行う。
  - 相手競技者のゴールに得点する。
  - 得点の機会を作り出す。
- ▶ ゴールキーパーを含め、偶発的であっても、手や腕から相手チームのゴールに直接得点する。

# ハンドリングの反則

- ▶ 競技者が次のことを行った場合、通常は反則となる：
- ▶ 次のように手や腕でボールに触れたとき：
  - 手や腕を用いて競技者の体を不自然に大きくした。
  - 競技者の手や腕が肩の位置以上の高さある。(競技者が意図的にボールをプレーしたのち、ボールがその競技者の手や腕に触れた場合を除く)
- ▶ これらの反則は、ボールが近くにいる別の競技者の頭または体(足を含む)から競技者の手や腕に直接触れた場合でも適用される。

# ハンドリングの反則

- ▶ これらの反則を除き、次のようにボールが競技者の手や腕に触れた場合は、通常は反則ではない：
- ▶ 競技者自身の頭または体（足を含む）から直接触れる。
- ▶ 近くにいた別の競技者の頭または体（足を含む）から直接触れる。
- ▶ 手や腕は体の近くにあるが、手や腕を用いて競技者の体を不自然に大きくしていない。
- ▶ 競技者が倒れ、体を支えるための手や腕が体と地面の間にある。ただし、体から横または縦方向に伸ばされていない。





# *On the pitch!*

- これはハンドの反則
  - 意図的にボールを手または腕(以下、手と表現)で扱う。  
(従来通り)
  - 偶発的であっても
    - ✓ 攻撃側の選手の手に触れたボールがゴールに入る、  
又は大きな得点のチャンスになった。
    - ✓ ボールに向かって体の幅より広げた手にボールが当たる。
    - ✓ 肩より高い位置または水平に広げた手にボールが当たる。  
(これは近くにいる別の競技者にあったボールに触れた場合もハンド)



# *On the pitch!*

- ハンドの反則にはならない例
  - ✓ 自分でプレーをしたボールがそのまま手に当たった場合
  - ✓ 近くにいた選手の体に触れたボールが手に当たった場合  
(体を不自然に大きくしていた場合又は肩より上げていたらハンド)
  - ✓ 不自然に体を大きくしていないで体に近くにある手にボールが当たった場合。  
(自分の体の幅の中にある手に当たった場合等)
  - ✓ スライディング等で倒れたときに地面についた手にボールが当たった場合。  
(ただし、手を横や縦に伸ばしていた場合はハンド)



# 新ルール適用開始時期

- ▶ 成田市1種  
社会人リーグ戦(2020年1月1日～)
  
- ▶ 成田市4種  
11月に開催される大会から  
(成田市6年生 秋季大会から)

千葉県4種では

6年生 全日本千葉県予選(トーナメント大会)

4,5年生 千葉県少年サッカー選手権県中央大会  
等11月に開催される大会から適用される。

その他の招待大会は大会要項を確認してください。