

**RESPECT**

大切に思うこと

空知地区サッカー協会  
審判委員会  
ユース審判員育成事業

《2017年～2022年の歩み》

空知地区サッカー協会審判委員会  
委員長 川合 信

空知地区サッカー協会審判委員会では  
2016年から地区協会・地区登録1級審判員の協力をいただき

“5年後の空知のために…”

というテーマで若手審判員の育成事業を企画し、  
多くの方々のご協力により  
2017年からスタートいたしました。

# 2017年（1年目）

各研修会で審判の楽しさと同年代の仲間が存在、多くの方に支えられている事に気付く。  
サッカー3級審判員資格を取得し、主審としての活動機会とレフェリーチームでの活動機会を増やす。

- ・ 講習会実施（岩見沢）
- ・ 研修会実施（札幌・岩見沢）
- ・ 研修会参加（士別）
- ・ 女子フィットネス研修会参加（HKFA・札幌）
- ・ HKFA女子研修会参加参加（HKFA・小樽）
- ・ ユース審判員のサッカー3級審判員認定試験合格

# 講習会 空知（岩見沢）

講師

西村雄一氏

（Jリーグ主審）

三上正一郎氏

（Jリーグ主審）

審判の楽しさや難しさなど  
多くのことを学びました



北海道リーグを見学し試合を担当する  
レフェリーチームの  
打ち合わせとフィードバックに  
同席させていただき多くの事を学びました





# 実技研修会実施 札幌・空知



主審としての活動機会を増やす事により  
個々の意識に変化が出る

# 地区外研修会参加 士別

審判員として初の宿泊を伴う  
空知地区外での研修会に参加

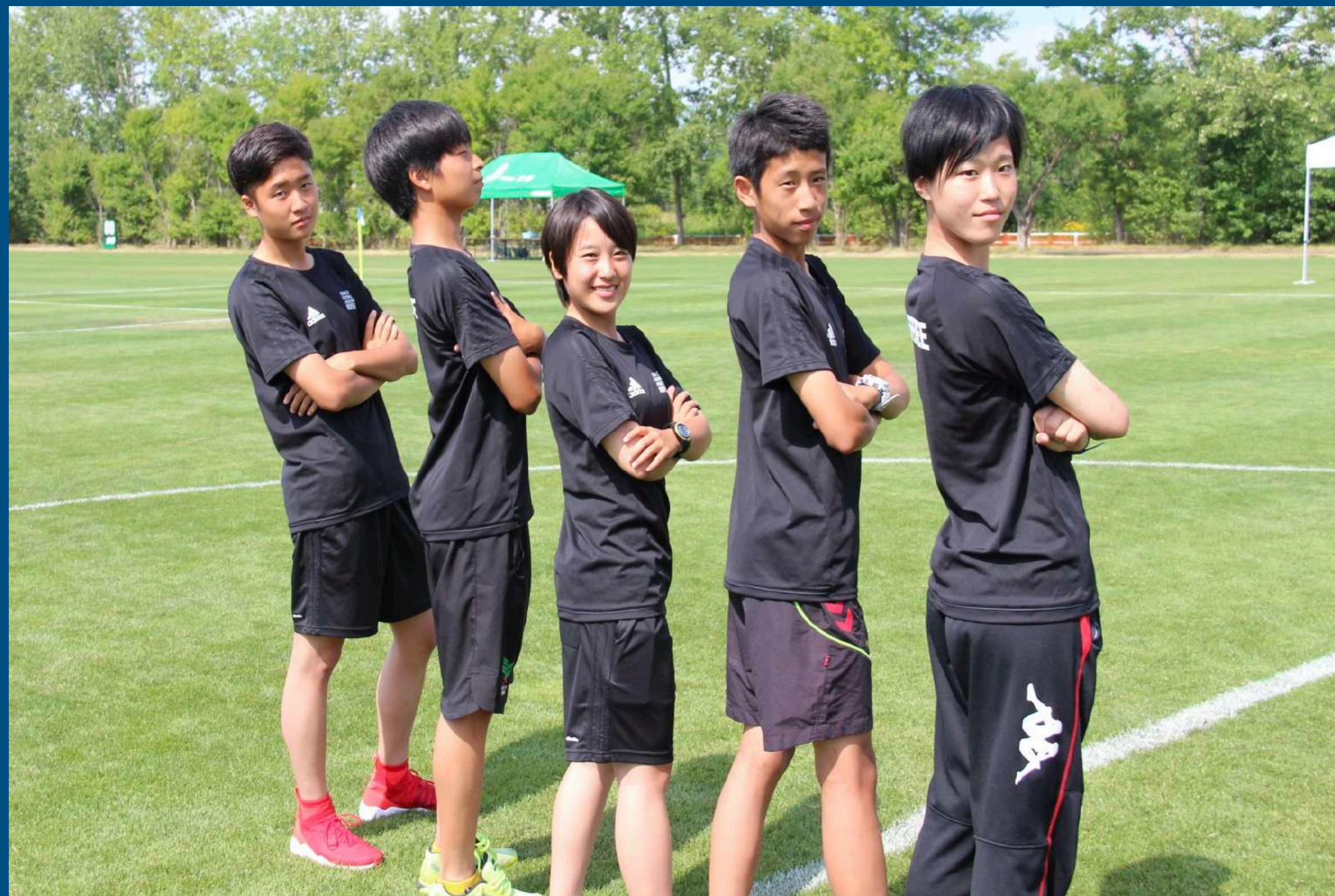


道北地区協会のご協力をいただき二泊三日の  
ユース審判員研修会に参加させていただきました。  
大会関係者の皆様・氏家審判委員長ありがとうございました。









# HKFA女子審判員 フィットネス研修参加 札幌

(公財)北海道サッカー協会  
審判委員会女子部の  
ご協力をいただき  
フィットネストレーニング会に  
参加させていただきました

空知の女子ユース審判員たちが  
自分を見つめ直す機会となりました。



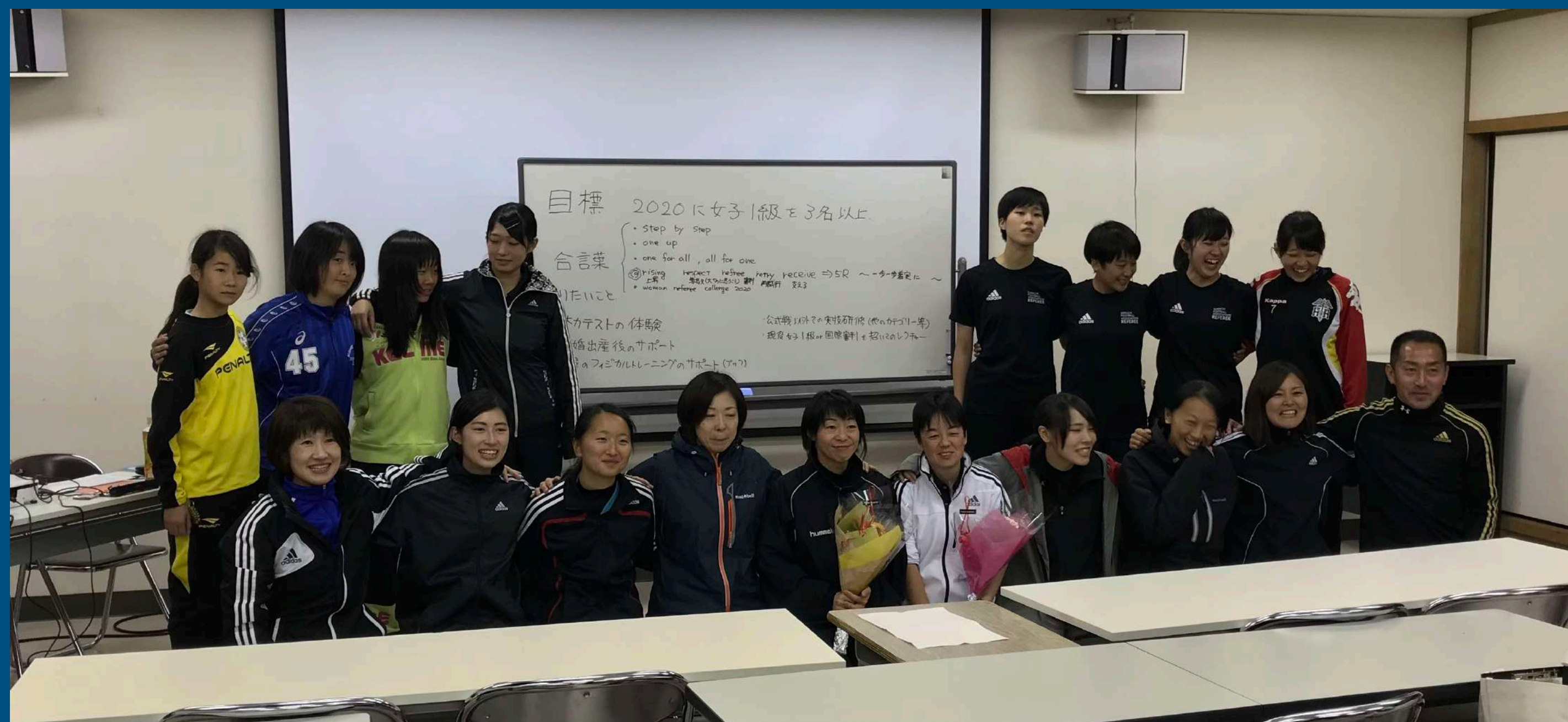
講師

大岩真由美氏（サッカー1級審判員インストラクター）  
岡田渉氏（JFAで研修されてきた地域フィジカルコーチ）

# HKFA女子審判員 研修会参加 小樽

(公財)北海道サッカー協会審判委員会女子部に  
ご協力をいただき女子審判員研修会に  
参加させていただきました。

北海道で頑張っている女子審判員と  
コミュニケーションをとり  
チームとしての目標設定と個々の目標設定をする  
機会となりました



# 2018年（2年目）

サッカー2級審判員資格の取得を目標にユース審判員のスキルアップを目指す

参加ユース審判員

藤井柚香・山田歩美・大村美詞・佐藤拓真・猿田凌久

- ・公式戦を使っでの複数回の実技研修実施
- ・女子ユース審判員のサッカー2級審判員認定試験合格
- ・全国研修会参加

就職・進学により活動出来ない審判員が目立ち出す

地区を離れる審判員も多くなるがコミュニケーションを切らさないように心がける

2級上申については個々の審判員と委員会スタッフがよく話し合う

空知ユース審判員トレセンから  
サッカー2級審判員認定試験合格

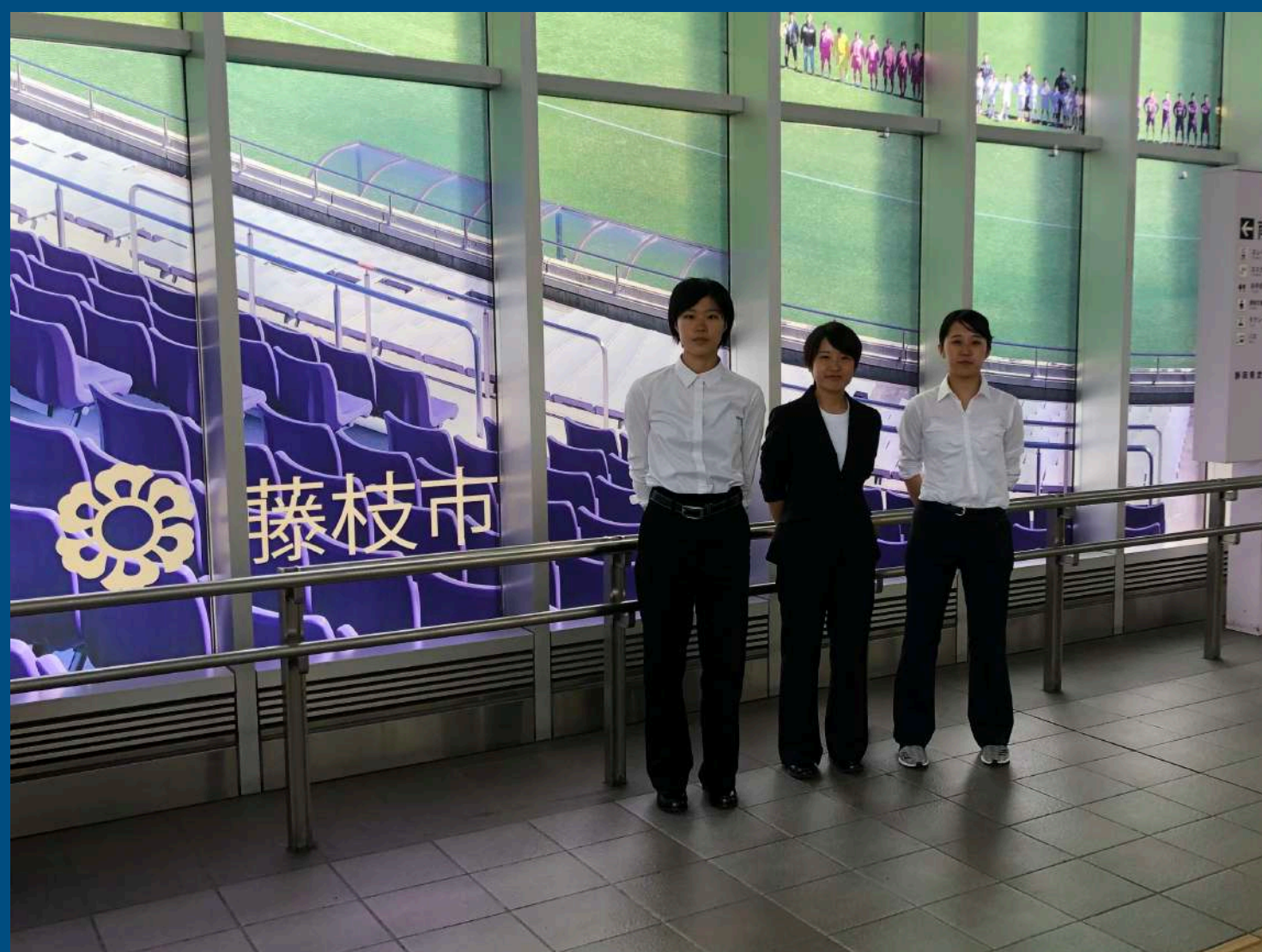
藤井柚香 (岩見沢緑陵高等学校)

山田歩美 (岩見沢農業高等学校)

大村美詞 (岩見沢東高等学校)

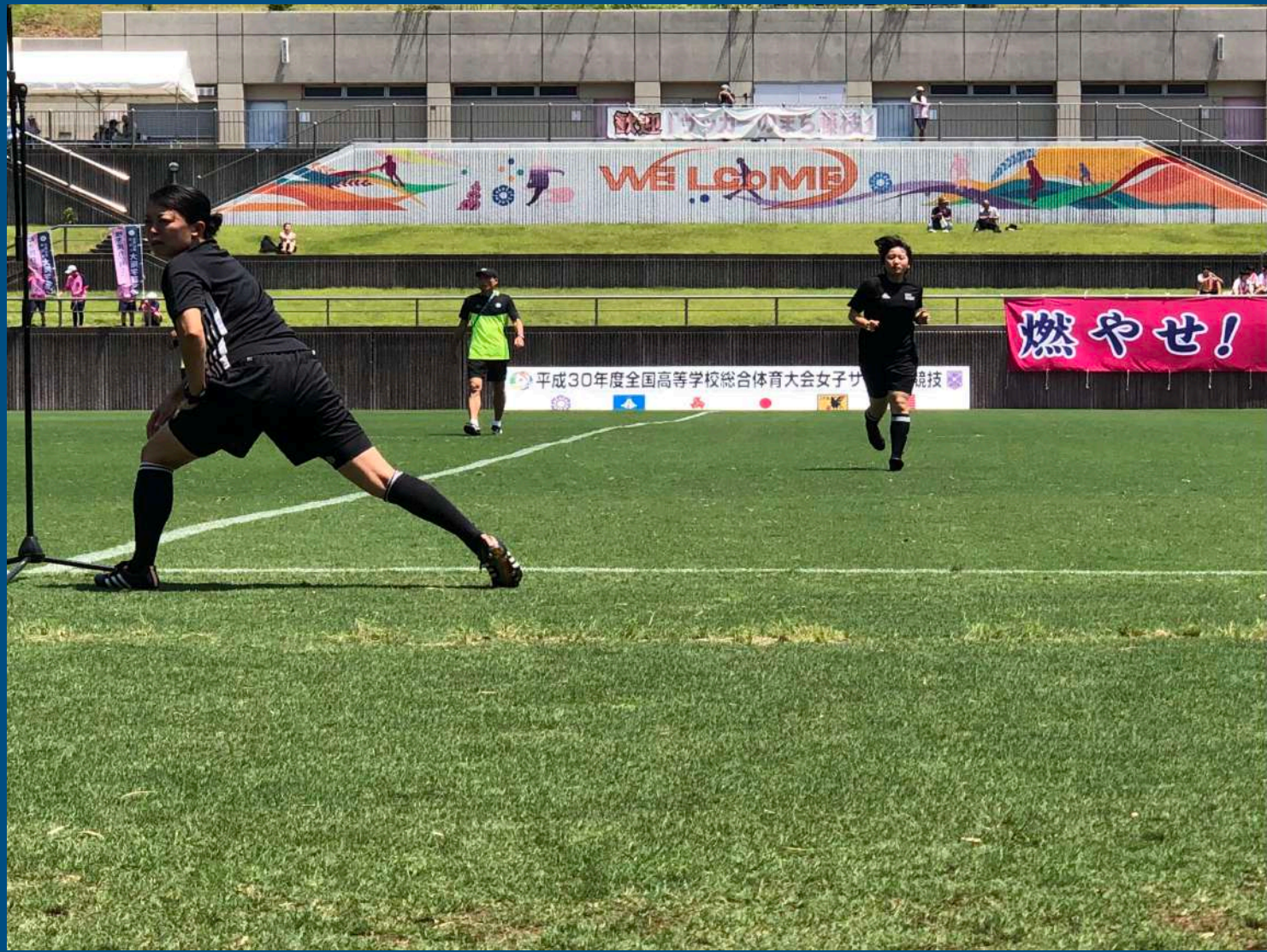
# 全国研修会 インターハイ 藤枝（静岡）

空知から3名のユース審判員が  
参加させていただきました









# 2019年（3年目）

空知レフェリートレセンと名称変更し審判員の継続的なスキルアップを目指す

- ・ 公式戦を使っでの複数回の研修実施
- ・ サッカー2級審判員認定試験合格
- ・ 全国研修会参加（全国高校総体・沖縄他）
- ・ 外部講師を招いての講習会開催（西村雄一氏・Jリーグ主審）
- ・ 2級上申希望審判員の強化

# 空知レフェリー トレセン実技研修 札幌・小樽



# 空知レフエリートレセンから サッカー2級審判員認定試験合格

諸岡紬 (札幌大学)



佐藤拓真 (とわの森三愛高校)

猿田凌久 (岩見沢東高校)



# 合同講習会開催 空知（岩見沢）

講師

西村雄一氏

（Jリーグ主審）

越山賢一氏

（サッカー1級INS）



# 2020年（4年目）

若手サッカー2級審判員のスキルアップを目指す

サッカー3級審判員の強化と2級上申希望者の強化

- ・ 講師をお招きしてのフィットネス研修会開催（蝦名隆幸氏）
- ・ 競技規則勉強会実施（藤井陽一氏）
- ・ サッカー2級審判員認定試験合格
- ・ 空知地区開催全道大会への審判員派遣（シニア大会）

**この年より新型コロナウイルスの感染拡大により活動自粛となる**

高い意識を持ち準備を進めてきた審判員の気持ちが続くことがないようコミュニケーションをとる

# 空知地区 フィットネス研修会 空知（岩見沢）

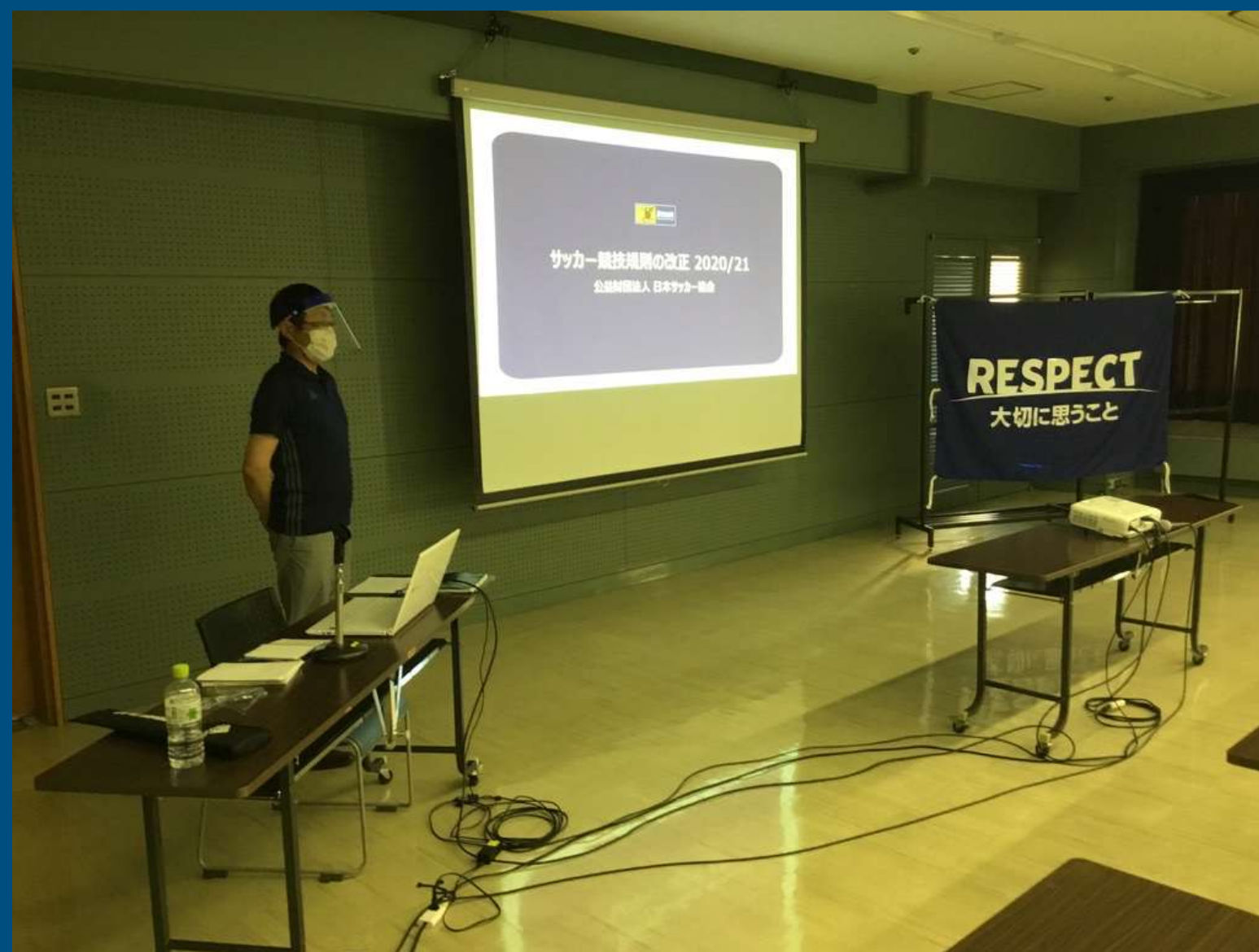




# 競技規則勉強会 空知（岩見沢）

講師

藤井陽一氏（Jリーグ副審）



# 2021年（5年目）

審判員たちのモチベーションを管理する

- ・ 複数回の実技研修会実施
- ・ 講師をお招きしての女子ユース審判員研修会（蝦名隆幸氏）
- ・ 各種大会への審判員派遣

活動制限がある中で空知のサッカーに関わる  
多くの方に支えていただきました

# 空知レフェリートレセン研修 千歳 空知（岩見沢）





先輩レフェリー・  
インストラクターより  
多くのことを学び





# 女子ユース 審判員研修会 空知（北村）

蝦名隆幸氏

（公財）北海道サッカー協会  
審判委員会女子部長



# 2022年（6年目）

活動制限が緩和されていく中で審判員個々の  
ライフスタイルに合った形での活動再開を図る

- ・ 道央ブロック研修会開催・参加
- ・ HKFA女子審判員研修会に参加
- ・ 各種大会への審判派遣
- ・ 外部講師をお招きしての講習会開催
- ・ 女子ユース審判員研修会開催

# 空知レフェリートレセン研修 小樽・空知 (岩見沢・栗山)





# 道央ブロック 研修会 空知

森宏介氏

(サッカー2級審判インストラクター)



JFA

HKFA

HKFA 道央ブロック

空知地区

# HKFA女子審判員 研修会 千歳

大岩真由美氏  
(サッカー1級審判インストラクター)



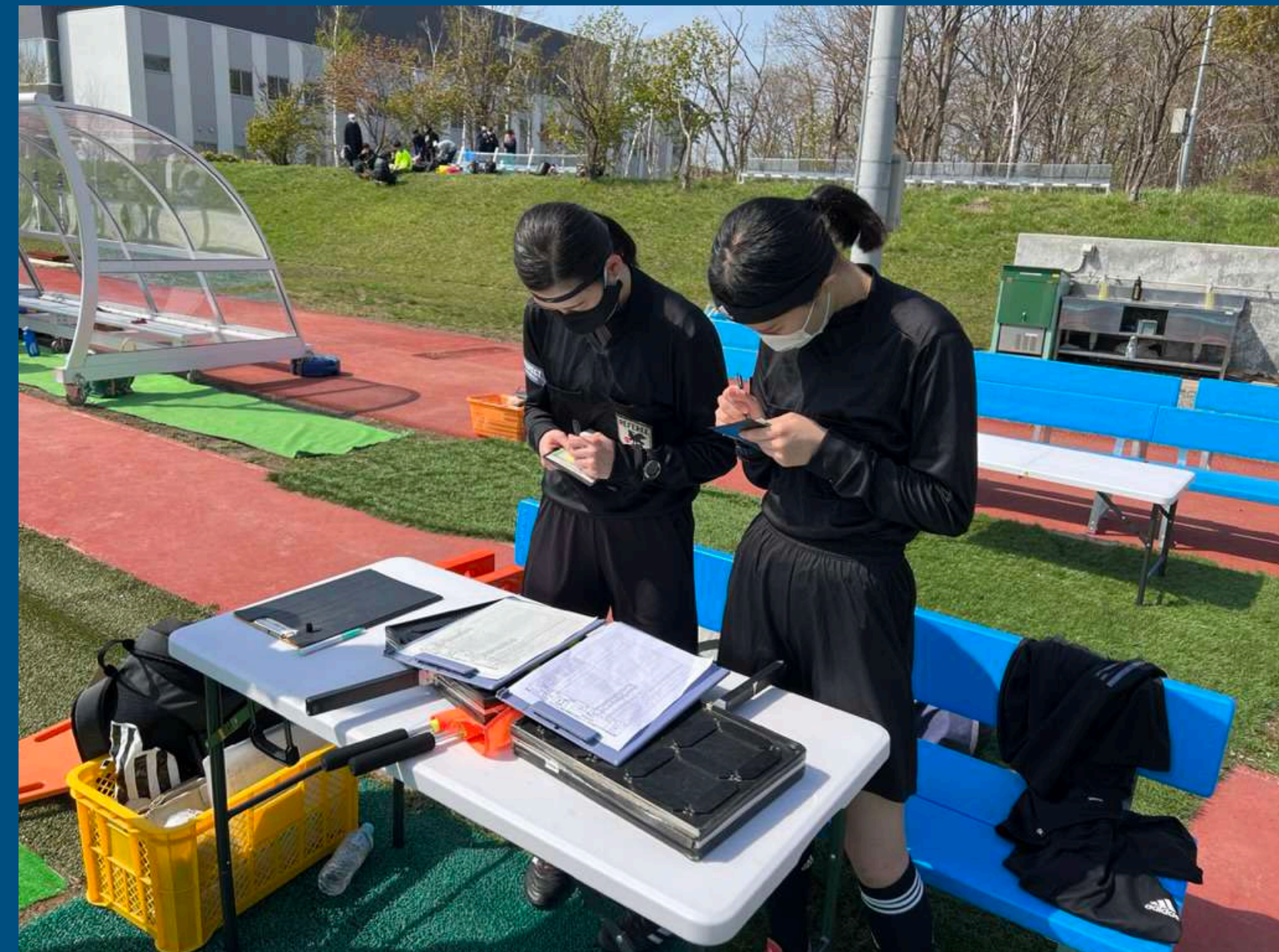
# サッカー インストラクター 講習会 空知（岩見沢）

講師  
村山尚哉氏  
(公財)北海道サッカー協会  
審判委員会指導者部部长  
サッカー1級INS

講師をお招きして  
指導者の強化・育成も  
進めております。



# 各種大会への 審判員派遣



# ランニングに関する講習会 札幌



齊藤 太郎 (さいとう たろう)  
1974年 東京都 生まれ  
NPOニッポンランナーズ 代表



国学院久我山高校から早稲田大学。リクルートRCコーチ時代に、シドニー五輪代表選手を育成。2002年にニッポンランナーズを設立。

同クラブ3拠点(佐倉・柏・東京)、大人から子どもたちまで在籍の300名超のランナーやスポーツ選手を育成。

ベルマーク走り方教室、日本トップリーグ連携機構、日本ラグビーフットボール協会、日本サッカー協会やFIFA国際サッカー連盟レフェリーへのランニングインストラクターを務める。一步のクオリティを追究し、美しく効率良い走り方・歩き方の指導を「種目・年齢・国内外」の枠を超えて展開中。

## ◆資格◆

日本スポーツ協会 公認陸上競技コーチ 3  
EMS 《エッセンシャル・マネージメント・スクール》 特別研究員  
TNC 《トータルニューロコンディショニング》 アンバサダー

## ◆講師・指導◆

FIFA(国際サッカー連盟) ランニングインストラクター  
AFC(アジアサッカー連盟) ランニングインストラクター  
JFA日本サッカー協会 レフェリーカレッジ ランニング講師  
日本トップリーグ連携機構 ランニング講師  
JRFU 日本ラグビーフットボール協会 レフェリーアカデミー ランニング講師  
JBA 日本バスケットボール協会 ランニング講師  
ベルマーク教育助成財団 走り方教室 講師  
ONE TOKYO(東京マラソン財団)主催 アカデミー2019 2020 2021「マラソン サブ3 挑戦」講師  
アキレス(株) シューズアドバイザー  
ランニング学会大会2021 講師

## ◆WEB連載◆

日本経済新聞 電子版 コラム「美走・快走・楽走」【連載中】

## ◆WEBクリニック◆

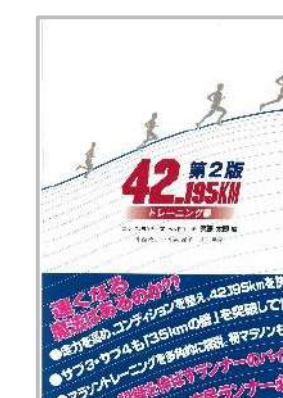
ちばアクララインマラソン2020・2022  
『見るランニングクリニック』



## ◆著書◆



ランニングと栄養の科学  
出版社: 新星出版社  
フルマラソンの目標タイム突破に向けた赤本の実戦参考書。トレーニング・フォーム理論、レース作戦、栄養・疲労回復理論など、全85のポイントを科学的に解説。



42.195Km トレーニング編 第2版  
出版社: フリースペース  
フルマラソン完走に向けたトレーニングの計画的な組み立て方。ランナーの身体的特性や運動生理学的な裏付けを説明している。2時間30分~4時間00分台を対象。



足が速くなる こけし走り  
出版社: 池田書店  
ジュニア向けランニングドリル集。「こけし」メソッドの集大成。身近にある環境で、体本来の持つ機能を導き出す為のドリルを網羅。他スポーツ選手にも応用できる内容。



タロウメソッド  
みんなのマラソン練習365  
出版社: ベースボール・マガジン社  
フルマラソン完走に向けたタイムごとの1年間トレーニング計画アドバイス書。  
【ターゲット】  
3:00/3:15/3:30/4:00/4:30



# 北海道学生サッカー連盟審判部と 合同でランニングに関する講習会を 開催しました

走る事を一から学び・整理する機会となりました。



# 女子ユース 審判員研修会 空知（岩見沢）

蝦名隆幸氏

(公財)北海道サッカー協会

審判委員会女子部長



多くの皆様に支えていただき、本事業に参加した  
若い審判員たちが空知、そして北海道のサッカーで活躍しています。  
子供たちが大好きなサッカーにどのように関わっていくかの選択肢を示し、  
審判員としてサッカーに関わる事の楽しみや  
家族のような仲間たちから多くのことを学び成長する機会として、  
新たなスタートをきります。





# 2023年 （新たなスタート）

“次の5年後の空知のために…”

時代の変化に沿いながらの審判員育成

- ・ 少子化の影響により競技者数の減少が進む中で子供達が大好きなサッカーに関わる方法を示していく（競技者だけではない）
- ・ 審判員に対するイメージチェンジ（審判って楽しい）
- ・ 審判員個々のライフスタイルに合った形での育成を図る  
（いま何をすべきか、これから何を目指すか。）
- ・ 空知地区の審判仲間は一つの家族  
（フィールドに行けば仲間がいて学びだけでなく笑顔がある）

# 夢だった サッカー女子1級審判員を 目指して

2023年度女子1級審判員認定審査候補となるための  
フィットネステスト

Sprint

40m (6.6s) ×6

Interval Run

75m (Run 17s) ・ 25m (Walk 22s) ×40

