

加盟団体指導者各位

公益財団法人全日本柔道連盟
重大事故総合対策委員会

大外刈による怪我や事故を防ぐために

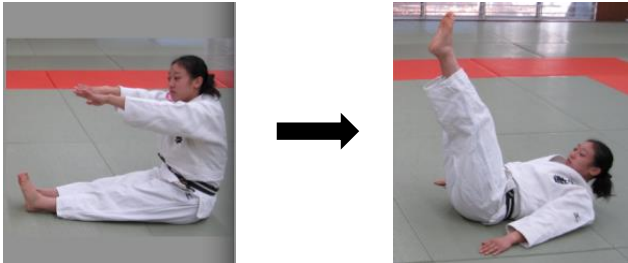
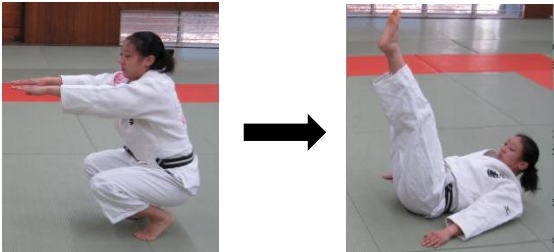
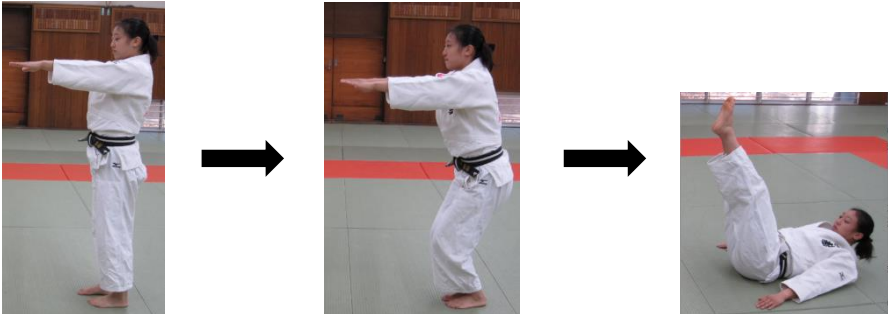
本年 5 月、福岡県内の中学校において、柔道部に入部して 40 日の初心者が大外刈で投げられて頭部を打ち、急性硬膜下血腫で死亡する事故が発生しました。

同様の事故はこれまでも再三にわたって繰り返されており、何としても防がなければなりません。そこで、初心者が大外刈をかけられたとき、安全な受身ができるようにする段階的指導手順例を作成しました。再発防止に向けて周知徹底するとともに指導者の皆さんには是非活用下さるようお願いいたします。

1 過去の事件事例 (障害補償・見舞金事案及び『柔道事故判例集』より抜粋)

- ① 高 1、柔道歴 2 ヶ月、3 校の合同稽古中、大外刈で投げられ、急性硬膜下血腫で死亡 (平成 23 年 8 月)
- ② 高 1、柔道歴 2 ヶ月、部活動中に大外刈で投げられ頭部を打ち、急性硬膜下血腫で死亡 (平成 23 年 6 月)
- ③ 中 1、柔道歴不明、投込練習で投げられ、急性硬膜下血腫で死亡 (平成 22 年 7 月、)
- ④ 中 1、柔道歴 3 ヶ月、上級生に大外刈で投げられ、後頭部を場外の板床に打ち付け、急性硬膜下血腫で死亡 (昭和 61 年 7 月)
- ⑤ 高 1、柔道歴 2 ヶ月、投込練習で投げられ、外傷性脳幹部損傷により死亡 (昭和 51 年 6 月)

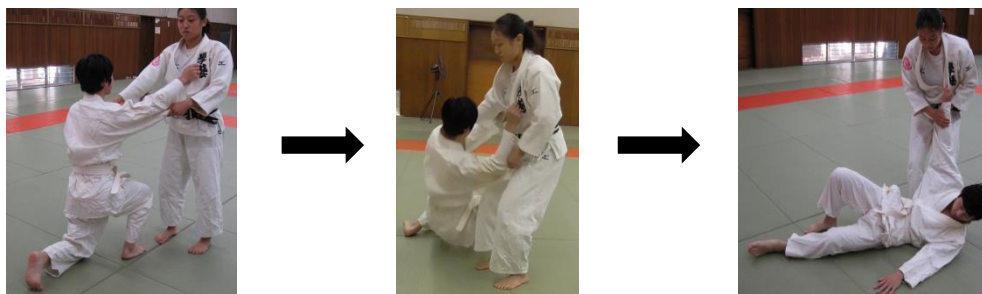
2 段階的指導手順例

| 段 階 | 練習の内容 | 練習時間の目安 (60～90分で週 3～4回程度の場合) | 見極めのポイント (各段階で確認後次の 段階へ) |
|-------------------------------|---|------------------------------------|---|
| <p>第一段階</p> <p>単独で受け身ができる</p> | <p>1-① 長座の姿勢からの受け身</p>  <p>1-② 中腰の姿勢からの受け身</p>  <p>1-③ 立位からの受け身</p>  | <p>2～3週間程度</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・顎を引き、頭が振れない受け身ができているか ・体幹が落ちる寸前に、腕全体で畳を打つ受け身ができているか |

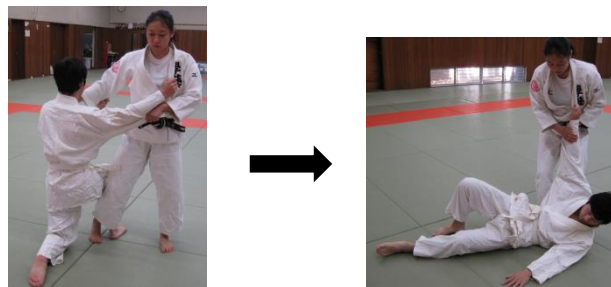
第二段階

相手の動作に対応した受け身ができる

2-① 片膝をついた姿勢から、大外刈の崩し、体さばきに対応した受け身



2-② 片膝をついた姿勢から大外掛（通称）に対応した受け身（刈り足を畳について、相手を引き上げて安全を確保する）


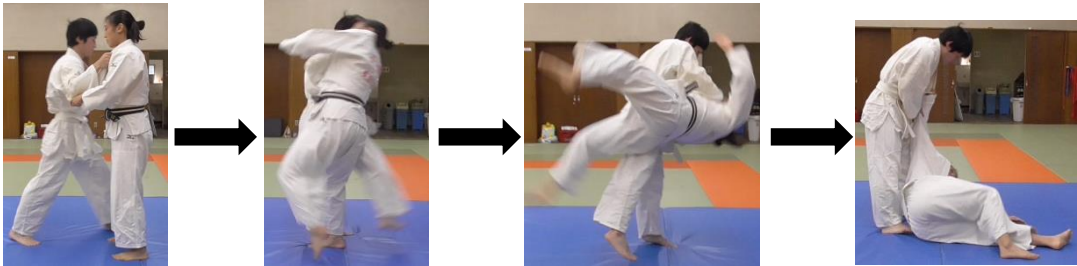


2-③ 立位から、大外掛（通称）に対応した受け身（刈り足を畳について、相手を引き上げて安全を確保する）



第1段階修了後、1～2ヶ月間程度

- ・顎を引き、頭が振れない受け身ができていないか
- ・体幹が落ちる寸前に、腕全体で畳を打つ受け身ができていないか
- ・取りは、引き手を離さず保持しているか

| | | | |
|--|--|----------------------------|--|
| <p>第三段階</p> <p>初歩的な大外刈に対応した受け身ができる</p> | <p>3-① 刈りあげない大外刈に対応した受け身</p>  <p>3-② その場での大外刈に対応した受け身</p>  | <p>第2段階修了後、 3ヶ月間程度</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・顎を引き、頭が振れない受け身ができているか ・体幹が落ちる寸前に、腕全体で畳を打つ受け身ができているか ・取りは、引き手を離さず保持しているか |
|--|--|----------------------------|--|

注-1：第三段階までの技能習得レベルを個々に評価し、安全を見極めてから次へ（投げ込み、乱取り）進むこと。

注-2：他校との合同練習や公式試合への参加の可否についても同様に判断すること。

注-3：大内刈、小内刈など後ろに倒される技についても同様に確認すること。

注-4：基礎体力、特に首周辺の筋力強化のトレーニングも並行して行うこと。

注-5：練習で組み合うときには、体力差、体格差、技能差、運動経験の違いを考慮に入れること。