

## 福井県柔道連盟昇段審査問題集

No.1

(第1章から第5章まで・初段三段受験者用)

空欄に適切な語句や数字・人名などを入れて文章を完成させなさい。

### 第1章 基本に関する問題

- \* 柔道は嘉納治五郎が我が国の伝統的な武技の一つであった（ 1 ）を新しい原理のもとに集大成して創始したものである。
- \* 〔日本伝講道館〕柔道の創始者は（ 2 ）で、天神真楊流と起倒流等の柔術を修行した。
- \* 柔道修行の目的とする標語は「（ 3 ）・自他共栄」の八文字で示した。
- \* 柔道の目的は、攻撃防御の練習によって（ 4 ）を鍛練修養し、斯道の真髓を体得することである。そうして、是によって己を完成し、世を補益することが柔道修行の究竟の目的である。
- \* 稽古衣〔柔道衣〕は、上衣、下穿き〔ズボン〕、（ 5 ）の三つで一揃いである。
- \* 上衣は、右襟を（ 6 ）側に左襟を（ 7 ）側になるように着用する。
  
- \* 基本姿勢を大別すると、自然体と自護体があり、自然体には（ 8 ）、右自然体、左自然体がある。また、自護体には（ 9 ）、右自護体、左自護体がある。
- \* 自然本体の姿勢から、右足を半歩前へ踏み出して直立した姿勢を、（ 10 ）という。自護本体とは、足を広げ、両膝を折り曲げ、体を下げ、両足及びに腰に力を入れた姿勢をいう。
- \* 受け身とは、体に受ける衝撃をできるだけ少なくし、相手に投げられた時に、怪我もせず、苦痛も感じないように（ 11 ）に倒れる方法をいう。
- \* 受け身には、後ろ受け身、（ 12 ）、前回り受け身、前受け身などがある。
- \* 基本的な正しい組み方は、一方の手で相手の襟を取り、もう一方の手で（ 13 ）を取る。
- \* 進退動作には、普通に歩く〔歩み足〕と前の足に後ろの足を継ぐ（ 14 ）による移動がある。
- \* 進退動作・体さばきには、いずれも足裏で畳をするように歩く（ 15 ）をもちいるのが基本である。
- \* （ 16 ）とは、相手を不安定な姿勢にするため、自分の身体を前後左右に移動したり、方向をかえて相手を崩し、同時に自分は相手を投げるのに都合の良い体勢になることをいう。
- \* 基本的な体さばきには、前さばき、（ 17 ）、後ろさばき、後ろ回りさばきなどがある。
- \* 右足前回りさばきの方法は、自然体から右足を左足の前方に出し、（ 18 ）度回り込みながら体をさばき、自然本体の姿勢になるように方向を変える。身体の回転は親

指のつけねを中心にし、ひねるようにして回ることが大切である。

- \* 固め技の攻防に必要な体さばきには、体の移動、体をひらく・反らす・曲げる・横にかわす、( 19 ) を締める、脚を伸ばす・回すなどがある。
- \* 崩し〔作り〕の方法には、真前、真後、右前すみ、左前すみ、右後すみ、左後すみ、右横、左横の八方向の基本があり、これを( 20 )〔作り〕という。
- \* 技を施し投げる方を「( 21 )」、投げられる方を「受〔うけ〕」という。
- \* 礼は、人と交わるに当り、まずその人格を尊重し、これに敬意を表することに発し、人と人との交際をととのえ、社会秩序を保つ道であり、( 22 ) は、この精神をあらわす作法である。
- \* 精力善用・自他共栄の道を学ぶ柔道人は、内に( 23 ) を深め、外に礼法を正しく守ることが肝要である。

## 第2章 技〔わざ〕に関する問題

- \* 五教の技は大正 9 年に改正され、一教に組まれた代表的な技は( 24 ) 本で、五教まで編成されている。
- \* 柔道の技は、投技・( 25 ) ・当身技の三部門より成り立っている。
- \* 投技の仕組みは「崩し」と「( 26 ) 」と「掛け」から成り立っている。
- \* 投技は、立技と( 27 ) との二種に分けられる。
- \* 立技は、( 28 ) ・( 29 ) ・( 30 ) の三種に分類し、捨て身技は、真捨身技と横捨身技の二種に区別する。
- \* 固技は、抑込技・( 31 ) ・関節技の総称である。
- \* ( 32 ) 技とは、拳・手刀・膝頭・蹠頭〔せきとう〕・踵〔かかと〕などにて、相手の急所を突くとか、打つとか、蹴るとかの方法により、相手を卒倒させる技をいう。
- \* 手技には、浮落・背負投・( 33 ) 車・体落・掬投・隅落等がある。
- \* ( 34 ) 技には、浮腰・払腰・釣込腰・跳腰等がある。
- \* 足技には、送足払・支釣込足・( 35 ) 股・大外刈・大内刈・膝車等がある。
- \* 真捨身技には、巴投・( 36 ) 投・隅返・引込返等がある。
- \* ( 37 ) 捨身技には、横掛・横車・浮技・谷落等がある。
- \* 相手が小内刈を掛けてきた場合、巴投・( 38 ) 足・膝車等の技に変化しえる。
- \* 抑込技とは相手を大体( 39 ) にし、自分は相手の上で概ね向かい合った形になって、束縛を受けず、制している形をいう。
- \* 抑込技には、袈裟固・( 40 ) 袈裟固・上四方固・肩固・横四方固等がある。
- \* 関節技については( 41 ) 関節以外の関節をとってはいけないし、絞技については頸部以外のところを絞めてはいけない。
- \* ( 42 ) 技には、腕がらみ・腕挫十字固・腕挫脚固等がある。
- \* 絞技には、並( 43 ) 絞・裸絞・送襟絞等がある。

### 第3章 稽古及び試合に関する問題

- \* 柔道の礼式には敬礼と（ 44 ）の二つがあり、各々立礼と（ 45 ）とに分かれている。
- \* 立礼の仕方は、礼をする方向に正対して、両足のかかとをつけ、背筋を伸ばし、両手を体側につけて直立の姿勢をとり、次いで上体を静かに前に曲げ、両手の指先が（ 46 ）頭の少し上のところで静止する。上体の角度は約（ 47 ）度で、この動作の後、静かに上体を起こして元の姿勢に戻る。通常約一呼吸〔約 4 秒〕のはやきで行う。
- \* 座礼の仕方は、正座の姿勢から上体を前に曲げ、頭部を畳から 30 センチぐらいのところに、両手人差し指を約（ 48 ）センチはなし、ハの字にして畳につく。少し静止したのち、元の姿勢にもどす。
- \* （ 49 ）練習とは、同じ技を繰り返し練習し、崩し、体さばき、掛け方、力の用い方などを身につける方法をいう。
- \* （ 50 ）練習とは、技や移動条件を互いに約束して練習する方法をいう。
- \* （ 51 ）練習とは、かかり練習や約束練習で習得した崩し、体さばき、掛け方、力の用い方などを総合的に練習するものであり、正しい姿勢、軽快な動きで、多くの人と練習する。そして、得意技を見つけると同時に相手を尊重する態度を身につける。
- \* 柔道の（ 52 ）は、試合者や審判員がその規則を自主的に承認順守しながら日頃の練磨の技能を互いに試み合う方法である。

### 第4章 審判規定に関する問題

- \* 柔道の規定が初めて公式に制定されたのは明治 33 年頃であり、名称は「講道館柔道（ 53 ）審判規定」と称される。
- \* （ 54 ）柔道連盟〔I.J.F.〕試合審判規定は、昭和 42 年に作成され、今までに幾度となく内容の変更が行われている。現在は、2010 年の（ 54 ）審判規定一部改正により、講道館柔道（ 53 ）審判規定との比較において極端な差異が生じ混乱すると思われ（ 55 ）主催の国内の試合においても（ 54 ）審判規定が用いられるようになった。
- \* 「国際柔道連盟試合審判規定」関係・次の項の反則基準を（ ）に記せ。
  1. 相手が払腰等を掛けたとき、相手の支えている脚を内側から刈ること （ 56 ）
  2. 河津掛で投げること。 （ 57 ）
  3. 関節技の中で、肘関節以外の関節をとること （ 58 ）
  4. 立ち姿勢において、相手の袖口を絞って握ること （ 59 ）
  5. 主審の指示に従わないこと。 （ 60 ）

6. 立ち姿勢で、立ったまま腕挫脇固を掛けるか又は掛けようと施すこと ( 61 )
7. 相手の顔面に直接、足又は脚を掛けること。 ( 62 )
8. 主審の許可なしに、帯や下穿の紐を解いたり、締め直したりすること ( 63 )
9. 試合中に、無意味な発声や相手の人格を無視するような言動を行うこと ( 64 )
10. 硬い物質又は金属を身につけていること (覆っていても) ( 65 )

\* いきなりの足取りについて

片手または両手で、もしくは、片腕または両腕で ( 66 ) へ直接の攻撃・防御は禁止とし一回で ( 67 ) になる。

いきなりの足取で反則にならない場合

1. 相手の攻撃を一度 ( 68 )、その後、足を取って返し技を施すこと。
2. 一度、「背負投」を掛けた後に ( 69 ) があって「肩車」に入るため足をとること。※フェイント的な見せかけの技だけで足を取ると反則となる。
3. 相手が標準的でない組み方のうち、肩越しに ( 70 ) の背部をつかんだ場合は、足を取ることは認められる。

このとき、( 71 ) 名の審判員が 100%明確に判断した場合のみ ( 67 ) とし、不安定で 100%でない場合は ( 67 ) としない。

\* 場内外の判断

場内外の判断は、どちらか一方の試合者が場内にあるときは続行し、両者が出たとき「待て」とする。寝技の場合は、( 72 ) ではなく、着地していることが条件。

\* 審判委員規定

審判委員は、審判員の試合における判断、判定等について、試合を ( 73 ) して確認、助言または意見を主張し、円滑な試合進行に寄与するとともに審判員の技術向上に務めるものとする。

審判委員の義務

1. 審判委員は次の各号に挙げるとき、試合を ( 73 ) して審判員に確認しなくてはいけない。

- ① 試合を把握し、審判員の ( 74 ) に疑義があるとき
- ② 返し技やすかし技などで明確な指示がないとき
- ③ ( 75 )、時計等の確認や訂正をするとき
- ④ 審判員に対して助言すべきことがあったとき
- ⑤ その他、審判員が必要と認めたとき

2. 審判委員は、審判員から意見を求められた場合、助言しなければならない。

3. 審判委員は、審判員の ( 76 ) を尊重しなければならない。

\* 一本の判定は、次の各号によって行う。

#### 投技

試合者の一方が、相手を制しながら背を大きく畳につくように、相当の（ 77 ）、  
と（ 78 ）を持って投げたとき。

#### 固技

試合者の一方が、相手を押さえ込み、その試合者が「抑え込み」の宣告の後、  
（ 79 ）秒間逃げるができなかったとき。

通常、抑込技、絞技、関節技の結果として、試合者が手又は足で2回以上叩くか、  
又は「（ 80 ）」と言ったとき。

試合者の一方が、（ 81 ）あるいは関節技によって、能力を（ 82 ）したとき。

### 第5章 形〔かた〕について

柔道の形を順に覚えなさい。

\* 投の形（初段、弐段受験者、女子初段、女子弐段受験者）

手 技・・・浮 落、背負投、肩 車

腰 技・・・浮 腰、払 腰、釣込腰

足 技・・・送足払、支釣込足、内 股・・・初段受験者ここまで

真捨身技・・・巴 投、裏 投、隅 返

横捨身技・・・横 掛、横 車、浮 技・・・弐段受験者ここまで

\* 柔の形（女子初段、女子弐段受験者）

第1教・・・突 出、肩 押、両手取、肩 廻、腮 押・・・女子初段受験者

第2教・・・切 下、両肩押、斜 打、片手取、片手拳

第3教・・・帯 取、胸 押、突 上、打 下、両眼突・・・女子弐段受験者

ここまで

\* 固の形（参段、四段受験者）

抑 技・・・袈裟固、肩 固、上四方固、横四方固、崩上四方固

絞 技・・・片十字絞、裸絞め、送襟絞、片羽絞、逆十字絞

関 節 技・・・腕 緘、腕挫十字固、腕挫腕固、腕挫膝固、足 緘

\* 極の形（五段受験者）

居 取・・・両手取、突 掛、摺 上、横 打、後 取、突 込、切 込、横 突

立 合・・・両手取、袖 取、突 掛、突 上、摺 上、横 打、蹴 上、後 取、  
突 込、切 込、抜 掛、切 下

## 角解答

1. 柔術 2. 嘉納治五郎 3. 精力善用 4. 身体精神 5. 帯 6. 内 7. 外
8. 自然本体 9. 自護本体 10. 右自然体 11. 安全 12. 横受け 13. 袖
14. 継ぎ足 15. すり足 16. 体さばき 17. 前回りさばき 18. 180 19. 脇
20. 八方の崩し 21. 取〔とり〕 22. 礼法 23. 礼の精神 24. 8 25. 固技
26. 作り 27. 捨身技 28. 手技 29. 腰技 30. 足技 31. 絞技 32. 当身 33. 肩
34. 腰 35. 内 36. 裏 37. 横 38. 支釣込
39. 仰向け 40. 崩 41. 肘 42. 関節 43. 十字 44. 拝礼 45. 座礼 46. 膝
47. 30 48. 6 49. かかり 50. 約束 51. 自由 52. 試合 53. 試合 54. 国際
55. 全日本柔道連盟（全柔連） 56. 反則負け 57. 反則負け 58. 反則負け 59. 指導
60. 反則負け 61. 反則負け 62. 指導 63. 指導 64. 反則負け 65. 反則負け
66. 帯より下 67. 反則負け 68. 受け止め 69. 時間差 70. 逆側 71. 3 72. 立体的
73. 中断 74. 判断 75. 得点表示板 76. 最終決定 77. 強さ 78. 速さ 79. 25
80. 参った 81. 絞技 82. 喪失

## 福井県柔道連盟昇段審査問題集 No.2

(第6章から第10章まで・参段以上受験者用)

### 第6章 形〔かた〕に関する問題

- \* 柔道の形〔かた〕には、投〔なげ〕の形・固〔かため〕の形・( 83 )の形・( 84 )の形・古式の形・五〔いつつ〕の形・講道館護身術・女子護身術と精力善用国民体育の9つの形がある。
- \* 投げの形は、手技・腰技・足技・真捨身技・横捨身技からそれぞれ( 85 )本ずつ選んで作られている。
- \* 固の形は、抑込技・絞技・関節技からそれぞれ( 86 )本ずつ選び、組み合わせられている。
- \* 極の形は、真剣勝負に当たって一番有効となる技を習得するためのもので、居取8本・立合( 87 )本から成っている。
- \* 柔の形は、攻撃防御の方法を、緩やかな動作で、力強く、また、表現的・体育的に組み合わせたもので、全部で( 88 )本から成っている。
- \* 講道館護身術は、( 89 )本から成る現代的な護身の術で、徒手の部12本と( 90 )の部9本が組み合わせられている。
- \* ( 91 )の形は、師範が大構想のもとに作り始め、5本にとどまった未完成の形といわれ、芸術味豊かである。
- \* ( 92 )の形は、( 93 )流柔術の形を柔道の真髄を示すものとして残されたもので、表14本、裏7本の計21本から成る。
- \* 精力善用国民体育は、師範が精力善用主義に基づいて考案された攻防式国民体育であり、単独、相対の動作がある。

### 第7章 柔道の意義、目的、心得等に関する問題

- \* 柔道は、( 94 )が我が国の伝統的な武技の一つであった柔術を新しい原理のもとに集大成して創始したもので、その目的は、攻撃・防御の練習によって身体や精神を鍛練修養し、柔道の本質を体得することであり、それによって( 95 )を完成し、( 96 )に役立つ人間を形成することにある。
- \* 柔道の技能的特性は、相手の攻撃や防御の動きをかわしながら、相手を制していく個人的な( 97 )技能であるところに基本的な特徴がある。
- \* 柔道は、格闘する相手がいてはじめて成立する運動であるが、この相手は単に格闘のための相手ではなく、一定のルールに従って互いに対人的技能を競い合う相手である。このため、互いに競技( 98 )を守り、相手を( 99 )し、公正な態度で、安全に行動することがなければ、スポーツとして成立しない。

## 第8章 柔道史に関する問題

- \* 柔術の流派として最も古いものには、1532年、作州津山（岡山県）の竹内久盛が開いた（100）流があり、腰の回りすなわち捕縛（ほぼく）を中心にしていたと伝えられている。
- \* 柔道史上最も完全な形で残されている最古のものは竹内流の小具足・捕手・腰の廻りで柔術の技としての元をなした。
- \* 1650年、柔〔やわら〕を創造し、受け身をはじめて体得したのは（101）流の関口柔心と言われている。
- \* 1670年に寺田勘右衛門が起倒流を開き、1795年には磯又右衛門が（102）流をおこした。
- \* いろいろな流派のうち、起倒流・汲心流などは乱取りを中心に稽古を行い、楊心流や天神真楊流などは関節技・（103）技、形などを主に行っていた。
- \* 嘉納治五郎は、1860年兵庫県で生まれ、1938年第12回東京オリンピック大会誘致の大任を果たして、帰国途上（104）の船中にて79歳の生涯を閉じた。
- \* 嘉納治五郎は、主に（105）流と起倒流を学んでいた。
- \* 嘉納治五郎は、1877〔明治10〕年に天神真楊流の（106）に就き初めて柔術を学んだ。
- \* 嘉納治五郎は、福田八之助の病歿後、天神真楊流の（107）に師事し柔術を修行した。
- \* 嘉納治五郎は、磯正智の病歿〔明治14年〕後、起倒流の（108）に師事し柔術を修行した。
- \* 嘉納治五郎は、1882年〔明治15〕年2月（109）寺内に居を移し、同寺書院を道場とし学生を養い柔道を中心とする訓育をはじめた。この（109）寺こそは講道館の創業地、講道館柔道の誕生地にして、嘉納塾の淵源である。時に師範は（110）歳、道場の広さ12畳、初年の入門者が（111）名と記録されている。
- \* 1884（明治17）年、入門者の誓約署名する誓文帖が初めて製作される。誓文帖の巻頭には入門者の守るべき（112）ヶ条の誓文が掲げられた。
- \* 1884（明治17）年頃、元旦式・鏡開式・紅白勝負・（113）勝負、昇段昇級式等の講道館行事が始まった。
- \* 1887（明治20）年、（114）兵学校に柔道科が設置され最初の教師として山下義韶と佐藤法賢が赴任する。
- \* 1887（明治20）年、（115）の形（10本、後15本となる）、剛の形及び五の形が制定される。
- \* 1887（明治20）年10月、（116）により講道館葦山分場が設置された。
- \* 1888（明治21）年、（117）は大日本教育会の依頼により「柔道の一歩と其の教育上の価値」と題する講演をする。



- \* 1889（明治 22）年 4 月、本郷区真砂町に（ 118 ）を移し、上二番町に富士見町の道場を移して麴町分場と称する。
- \* 1889（明治 22）年 9 月、嘉納治五郎第一回外遊、留守中館務の処理を（ 119 ）・岩波静弥、本田増次郎の 3 人に命じる。
- \* 1889（明治 22）年 10 月、宗像逸郎講道館幹事となり講道館（ 120 ）分場を創設する。
- \* 1893（明治 26）年、有馬純臣師範の委託を受け（ 121 ）講道館分場を設置する。
- \* 1893（明治 26）年 12 月、小石川区（ 122 ）町に百余畳の道場が新築なる。
- \* 1894（明治 27）年 1 月、新築道場において元旦式を行い、5 日より最初の寒稽古を開始、14 日（ 123 ）を催す。
- \* 1894（明治 27）年 5 月、落成式で嘉納治五郎は小田勝太郎と形（起倒流の形、のちの古式の形といわれる）を演じる。この形を見て、（ 124 ）が「無心而入自然之妙、無為而窮変化之神」と所感を述べる。この扁額は現在、講道館内にある。
- \* 1896（明治 29）年 7 月、講道館最初の（ 125 ）が行われる。期間は三十日であった。
- \* 1899（明治 32）年、（ 126 ）は京都の大日本武徳会に新設された柔道講習所教師として赴任する。
- \* 1922（大正 11）年、嘉納治五郎は（ 127 ）を創設して、「精力善用自他共栄」の二大精神によって、社会教化に貢献せんとの活動を開始した。
- \* 1934（昭和 9）年、東京（ 128 ）に鉄筋の大道場を新設、柔道のメッカとして海外にもその名は聞こえる。
- \* 1948（昭和 23）年、（ 129 ）選手権大会が開かれ、ロンドンでは欧州柔道連盟が結成される。
- \* 1949（昭和 24）年 5 月、柔道の全国的組織である（ 130 ）が「柔道の普及発展と斯界の親睦融和」を目指して結成された。
- \* 1949（昭和 24）年 5 月、全日本柔道連盟の初代会長には（ 131 ）講道館長が推挙された。
- \* 1950（昭和 25）年、全日本柔道連盟は（ 132 ）に加盟した。
- \* 1951（昭和 26）年、国際柔道連盟が（ 133 ）で結成される。
- \* 1952（昭和 27）年 12 月、全日本柔道連盟は（ 134 ）連盟に加盟し、嘉納履正が会長に就任した。
- \* 1956（昭和 31）年 5 月、第 1 回世界柔道選手権大会が（ 135 ）で開催された。
- \* 1960（昭和 35）年、柔道競技のオリンピック正式種目採用が決まる。
- \* 1964（昭和 39）年、オリンピック（ 136 ）大会で史上初の柔道競技が行われた。
- \* 1990（平成 2）年、全日本柔道連盟の公認（ 137 ）の制度が、（ 138 ）の養成

とその資質の向上を図ることを目的として、定められた。

- \* 1992 (平成 4) 年、オリンピック・( 138 ) 大会に正式種目として女子柔道競技が行われた。

## 第 9 章 柔道史上の人物に関する問題

- \* 富田 (旧姓山田) 常次郎は、講道館創業の初めから嘉納治五郎を助けた功労者であり、( 139 ) の筆頭の者である。
- \* ( 140 ) は、明治 35 年 5 月渡米、明治 36 年 6 月まで柔道を紹介し普及に努めた。
- \* 西郷四郎は、( 141 ) の妙技で世に鳴った名手であった。
- \* ( 142 ) は、講道館初期の著名な門人で柔術諸流と試合して、講道館の実力を世に示し、鬼横山の名を残した。

## 第 10 章 その他

- \* 昭和 15 年 10 月、講道館の記章 (マーク) が定められ、全体の形は古代の ( 143 ) になぞらえ、中心の赤は、赤い誠心と鉄のように燃える心を、周囲の白い部分は、これを柔らかくに包む白い真綿を表しているといわれる。
- \* 平成 6 年、全日本柔道連盟のシンボルマークが制作された。それは、日の丸に似たイメージで、中央の円が「赤」で柔道の燃える心を、周囲の囲いは「黒」で柔道場、または ( 144 ) を表している。囲いの四方をつなげないのは、全柔連が世界の窓を開いていることを表している。
- \* 現在、男子の講道館杯日本体重別選手権大会は 7 階級 [60kg 級・( 145 )・73kg 級・81kg 級・90kg 級・100kg 級・100kg 超級] の体重区分である。
- \* 現在、女子の全国女子体重別選手権大会は 7 階級 [48kg 級・52kg 級・57kg 級・( 146 )・70kg 級・78kg 級・78kg 超級] の体重区分である。

## 解答

83. 極〔きめ〕 84. 柔〔じゅう〕 85. 3 86. 5 87. 1 2

88. 1 5 89. 2 1 90. 武器 91. 五 92. 古式 93. 起倒 94. 嘉納治五郎

95. 自己 96. 社会 97. 对人 98. 規則 99. 尊重 100. 竹内 101. 関口

102. 天神真楊 103. 当身 104. 氷川丸 105. 天神真楊 106. 福田八之助

107. 磯正智 108. 飯久保恒年 109. 永昌 110. 2 3 111. 9 112. 五

113. 月次〔つきなみ〕 114. 江田島海軍 115. 柔 116. 富田常次郎 117. 嘉納治五郎

118. 講道館 119. 西郷四郎 120. 京都 121. 熊本 122. 下富坂 123. 鏡開式

124. 勝海舟 125. 暑中稽古 126. 磯貝一 127. 講道館文化会 128. 水道橋

129. 全日本柔道 130. 全日本柔道連盟 131. 嘉納履正 132. 日本体育協会

133. 欧州（ヨーロッパ） 134. 国際柔道 135. 東京 136. 東京 137. 審判員

138. バルセロナ 139. 誓文帖 140. 山下義韶 141. 山嵐 142. 横山作次郎

143. 銅鏡 144. 黒帯 145. 66kg 級 146. 63kg 級

福 井 県 柔 道 連 盟  
昇段審査問題集（2011年度版）