

# 全日本民医連厚生事業協

## 2025年度全国フットサル交流会 競技規則

2025年3月14日

2025年度全国フットサル交流会実行委員会

フットサルの公式競技規則をベースに、一部安全を考慮した厚生事業協のローカルルールを全国大会(男女混合)では適用していききたいと思います。

このローカルルールはプレーヤーの皆さんが快適にプレー出来るよう考えました。前回の全国大会のルールに改正された規則を加え「年齢や性別に関係なく楽しめる環境」をつくるための規則です。競技に関わるすべての人達にとって、大切に遵守するものとして、扱われていくことを望みます。

なお、厚生事業協のローカルルールは、基になるFIFAの競技規則改正の導入やより公平な競技規則としていくため、今後も改正を重ねていきますのでご留意下さるよう、お願いいたします。

### ○基本的なルールと全日本民医連厚生事業協ローカルルール

	公式ルール	厚生事業ローカルルール
参加資格		厚生事業協会員
ボール	4号球ローバンド 0.6~0.9 気圧	← 適用
競技人数	5人	5人(うち女性2人) ※GKは男性のみ
選手登録	公式ではない国際「A」マッチにおいては、最大10人の交代要員を用いることができる	登録選手は1チーム最大8人(7人以上登録)ただし、全国大会の出場資格は、地方予選会に出場資格を得たチームに登録された選手
最小人数	3人以上	3人(うち女性は1人)
女性得点 50歳以上男性得点		女性3点 50歳以上男性2点
コイントス	コイントスに勝ったチームがどちらでキックオフを行うのかを決める。ホームチーム第1ピリオドにどちらのゴールを攻めるのかを選択する。	コイントスに勝ったチームが試合前半のキックオフを行う。
累積ファウル	各チームの反則を5つまで記録し、6つ目からは壁無しのフリーキックとなる。ただし、壁無しのフリーキックは得点を狙わなければならない。味方選手にパスは出来ない。	累積ファウルは適用しない。 ただし、一発退場はあります。暴言や暴力などの行為で審判の判断となる。
退場	退場した選手はその試合と次の試合には出られない。 2分経過するか、失点すれば補充は可。	← 適用 ←試合終了まで補充は不可

試合時間	20分ハーフ ※プレーンタイム 中断した場合、時計を止める	予選、順位決定戦ともに 20分（7分ハーフ） とし1分の休憩をはさむ。 試合はランニングタイムで 進める
タイムアウト	あり（前後半1回ずつ1分）	なし
GKへのバックパス	<p><b>【GKにバックパス出来る条件】</b></p> <p>① 相手プレーヤーにボールが当たる。</p> <p>② アウトオブプレー（キックオフ、キックイン等）になった時。</p> <p>③ GK自身がハーフラインを越えて相手陣地に入り続ける。</p> <p>（違反時の再開） 違反地点から相手チームの間接フリーキック</p>	<p><b>【GKにバックパス出来る条件】</b></p> <p>① 相手プレーヤーにボールが当たる。</p> <p>② アウトオブプレー（キックオフ、キックイン等）になった時。</p> <p>ただしGKはハーフラインを越えてはならない。 <u>※バックパスされたGKの可能なプレー</u></p> <p>1 自陣内4秒以内のドリブルやパス</p> <p>2 キッキング（ハーフを超えても可） （違反時の再開） ← 適用</p>
ゴールクリアランス ※アウトオブプレー	<p>GKがボールを手で投げて再開 相手ゴール前までなげても OK</p> <p>GKはプレーを再開できる状態から自陣内で4秒を超えてボールを保持できない （違反時の再開） ペナルティーエリアのライン上から間接フリーキック</p>	<p>GKがボールを投げて再開 ただし、ハーフラインをノーバンで超えない ※ドリブル禁止</p> <p>（違反時の再開） ハーフライン上の超えた地点から間接フリーキック</p>
ゴールクリアランス ※インプレー	<p>スローイングでもキックでも ハーフラインを超えてOK GKは自陣内で4秒を超えて</p>	<p>スローイングでもキックでも ハーフラインを超えてOK GKは自陣内で4秒を超えて</p>

	<p>ボールを保持できない (違反時の再開) 違反地点から相手チームの間接フリーキック</p>	<p>ボールを保持できない (違反時の再開) 違反地点から相手チームの間接フリーキック</p>
キックオフ	<p>ボールは、けられて明かに動いたときインプレー。 ・キックオフから相手競技者のゴールに直接得点することができる。ボールがキッカー側のゴールに直接入った場合、相手競技者のコーナーキック</p>	<p>ボールは、けられて明かに動いたときインプレー。 ・キックオフシュートは得点にならない</p>
キックイン	<p>ボールはタッチライン上に静止しキックができる状態になってから 4 秒以内にキック再開 キックインシュートは得点にならない 軸足はどこに置いても違反ではない (違反時の再開) 同じ場所から相手ボール</p>	<p>← 適用</p>
スライディング	<p>無謀または過剰な力で行わない限りスライディングは可</p>	<p><u>相手選手に対するスライディングタックルは禁止</u>  違反地点から相手チームの直接フリーキック ただしGKはペナルティーエリアにおいて可</p>
5 mルール	<p>キックイン又はコーナーキック、ゴールクリアランスにおいて相手選手は5 m以上離れなければならない  故意に離れない場合は遅延行為規定距離を守らないとしてイエローカードの対象</p>	<p>← 適用  ← 適用</p>
4 秒ルール	<p>キックイン又はコーナーキック、ゴールクリアランスにお</p>	<p>← 適用</p>

	いてボールを静止してから4秒以内に再開故意に離れない場合は遅延行為規定距離を守らないとしてイエローカードの対象	← 適用
コーナーキック	直接入った場合は得点	← 適用
ハンドリング	ボールを手で扱うことは出来ない 故意にハンドをした場合はレッドカードも審判に判断を任せる	← 適用  ← 適応
交代ルール	交代時は交代ゾーンを守る。 レフリーに申し出る必要はありませんが、5m枠の交代ゾーンから、先に中にいる選手が外に出て、後から交代選手が中に入ること。 ※キーパー交代も同じ コート内に6人選手がいた場合はイエローカード	← 適用   ← 適用
競技者の用具  フットサル規則 2023/2024	安全 すべての装身具（ネックレス、指輪、ブレスレット、イヤリング、皮革でできたバンド、ゴムでできたバンドなど）は禁止されており、外さなければならない。装身具をテープで覆うことは、認められない	←適用 装飾のない「ヘアゴム」のみ可 ネックレス、ピアス、指輪、腕時計などは身につけない (指輪が外せない場合は申し出し審判に安全確認の判断による)
	基本的な用具 ・袖のあるユニホーム（ジャージ）※ゴールキーパーは別の色 ただし、審判は黒色のユニホームのため、区別をつく色にする  ・ストッキング（完全に覆われるもの）  ・すね当て  ・靴（フットサル人工芝用）	←適用 ジャージなどの長袖長ズボン は不可 サッカーソックスを着用 すね当てを着用 サッカースパイクなどは不可 キーパーグローブは原則着用してください 着用しない場合は試合毎に審判に報告 用具は必ず準備して参加 用具に不備がある場合は試合に出場できない

1 ゴールクリアランスについて

日本サッカー協会などが行う第3種以下のフットサル競技大会では、1995年の競技規則「ゴールキーパーから直接ハーフラインを越えてボールを投げることを禁止する」が適用されています。厚生事業協の行うフットサル大会でも、ゴールキーパー同士のキャッチボールが続く、又は、男子プレーヤーだけがゲームをつくるような展開は望んでおらず、これを適用する考えです。

2 セルフジャッジについて

審判のジャッジを無視する行為は 退場 となります。

また、審判への異議・抗議は禁止とし悪質な場合は 退場 の対象となります。

3 危険なプレーについて

その他、審判が危険と判断したプレーについては、ファールと判定する場合があります。

(例)プレーに関与しない女性プレーヤーへの危険球、女性プレーヤーへの危険な接触プレーなど

4 その他は日本サッカー協会フットサル競技規則を参考に審判が判断します。

安全に楽しくプレーできるように準備して参加しましょう！

GOOD!



### ヘアスタイル

装飾品のついていないヘアゴムを使用しましょう。  
装飾品のついたヘアゴムやピンの使用は禁止です。

### アクセサリ

時計、指輪、ピアス、メガネなど  
アクセサリ類は外しましょう。

### ユニホーム

ユニホームの裾は短パンの中に入れて着用しまし  
ょう。アンダーウエアはユニホームと同色または黒  
色のみ着用OKです。

長袖、長ズボン不可。(GKを除く)  
GKはキーパーグローブ、別色のユニホーム  
(黒色以外)を着用しましょう。

### ソックス

サッカーソックス、すね当てを着用しましょう。

### シューズ

フットサルシューズを履きましょう。  
スパイクは不可。

BAD!



その他、レフェリーが危険と判断したら、変更をお願いします。

