

**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7月5日改定

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） <u>ただし、試合開始時は5名（うち女性2名）</u>
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 ※プレイングタイム 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	【GKにバックパス出来る条件】 ① 相手プレーヤーにボールが当たる。 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。 ③ GK自身がハーフエラインを越えて相手陣地に入り続ける。 （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	【GKにバックパス出来る条件】 ① 相手プレーヤーにボールが当たる。 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。 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> ① 自陣内4秒以内のドリブルやパス ② キッキング（ハーフを超えても可） （違反時の再開） ← 適用
ゴールクリアランス ※アウトオブプレー	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 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	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 （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

ゴールクリアランス ※<u>インプレー</u>	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	スローイングでも キックでも <u>ハーフラインを超えてOK</u> GKは自陣内で4秒を超えてボールを保持できない (違反時の再開) 違反地点から相手チームの間接フリーキック
キックオフ	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、相手競技者にコーナーキックが与えられる。	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。
キックイン	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	← 適用
スライディング	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	<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

5 mルール	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	← 適用 ← 適用
4 秒ルール	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 ← 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 ← 適用
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、5 m 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、区別のつく色にする ・ 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る。 すね当てを着用する。 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する。着用しない場合は試合毎に審判に報告する。 用具は必ず準備して参加する。 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。アンダーウェ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。

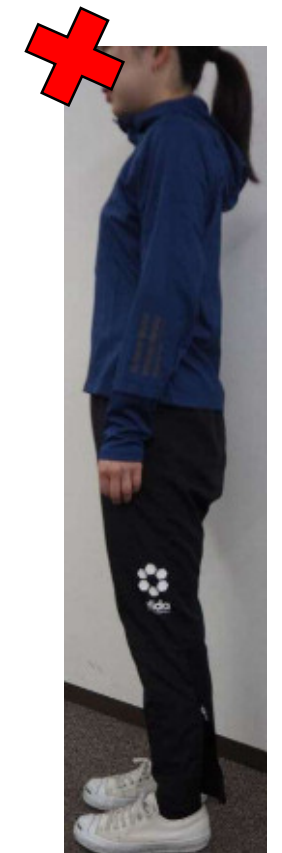
ソックス

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。