

柔道の関節技における禁止技の種類と技法

三 戸 範 之

The Varieties and the Techniques of Prohibited Kansetsu-waza in Judo

Noriyuki Sannohe

Abstract

In the beginning of judo, Kansetsu-waza was applied in competitions or Randori practice to attack various joints, such as an elbow, a wrist, a knee, or an ankle. Kansetsu-waza toward the elbow is permitted to apply but it is against regulations to apply Kansetsu-waza toward other joints in competitions or Randori practice in judo today. There is no prohibited Kansetsu-waza in the name list of judo techniques or in Kata except for Ashigarami and Kotehineri. The purpose of this study was to examine the varieties and the techniques of prohibited Kansetsu-waza in judo. The analysis by means of movement morphology was conducted in this study, which was the impressionistic analysis of movement process and the proof by former literature. The varieties of prohibited Kansetsu-waza were investigated by classifying into the types of attacked joints. The techniques of prohibited Kansetsu-waza were investigated by the impressionistic analysis of its movement process based on the literature. The viewpoints of the techniques were which direction the joint was moved and what body part of Tori mainly worked in the completion phase. The varieties and the techniques of prohibited Kansetsu-waza in judo were revealed as follows. The Kansetsu-waza to attack the wrist was Kotekujiki with the wrist flexion and Gyakutekujiki with the wrist extension. That to attack fingers was Gyakuyubi with the fingers extension. That to attack the knee was Ashigarami with the knee extension and the hip internal rotation, and Ashikujikijujigatame with the knee extension. That to attack the ankle was Ashikujiki with the ankle plantar-flexion forced by Tori's hands, Gyakuashikujiki with the ankle abduction and Ashizume with the ankle plantar-flexion forced by Tori's body. That to attack the cervix was Kubikujiki with the cervical flexion, and Kubihineri with the cervical rotation and the cervical lateral bending. That to attack the thorax and lumbar was Koshikujikitaigatame with the thoracic and lumbar extension. To reveal the varieties and the techniques of prohibited Kansetsu-waza contribute to improve safety instructing and refereeing skills in judo because dangerous techniques and movements in competitions or Randori practice become clear.

Key words: Judo, Kansetsu-waza, Joint, Morphology

1 はじめに

柔道は、武術である柔術をもとにしたものであることから、競技に適した技だけでなく、試合や乱取で用いると危険な技も含んでいる。柔道では、試合審判規定によって危険な技を禁止し、試合や乱取における安全性を確保している。危険な技は、「形」として残し、そこで安全に練習できるようにした。今日柔道は、オリンピック種目となるなど世界中に広まり、女子や子どもの競技会も盛んに行なわれている。危険な技を制限し、試合や練習

を安全に行なえるように整備してきたことは、柔道を競技技として大きく発展させた要因の一つであると考えられる。

柔道の技の三部門、投技、固技、および当身技の中で、試合や乱取で安全を確保するために大きな制約が加えられているのは、まず第一に当身技である。柔道では、試合や乱取で使用する技（以下「乱取技」とする）を投技および固技とし、危険であることから当身技を乱取技として禁止している。しかし、当身技は、当、蹴、打、お

よび突などの技が、「極の形」や「精力善用国民体育の形」など形の中に網羅されて残っており、この中で練習することができる。柔道創立当時の当身技の練習法について、松本(1994)が「当身技は危険でもあるので、乱取は行なわず形の形式で練習した」(p. 15)と述べている。当身技は、当初から形の形式で練習していたため、形に取り入れやすかったと考えられる。

柔道において、当身技とならんで試合や乱取で大きな制約が加えられているのは、固技における関節技である。乱取技として許されている関節技は肘関節技だけであり、肘以外を攻撃する関節技は、乱取技として禁止されている。肘関節技以外の関節技は、重い傷害の可能性があることや効果が急で防ぐことが難しい(小俣, 1999, p. 157; 松本, 1994, pp. 147-148)ため、試合や乱取では、使用できる関節技を肘関節技のみに制限し、危険性を少なくしようとしているのである。

乱取技として禁止されている肘関節技以外の関節技は、いくつかを形の中で練習することができる。「固の形」には足蹴、「講道館護身術」には小手捻と小手返がある。また、講道館が1982年に柔道の技名称を定めた際、関節技における禁止技は足蹴のみが技名称となった(全日本柔道連盟, 2004, p. 101)。柔道草創期には、肘だけでなく、手、膝や足などの関節を攻撃する関節技を、試合や乱取で用いていた(松本, 1994, p. 13)。しかしながら今日、禁止技である肘関節技以外の関節技の多くは、柔道の技名称や形に残っておらず、その技を目にすることはできない。

本研究の目的は、柔道関節技における禁止技の種類と技法を検討することである。関節技における禁止技の種類と技法を明らかにすることは、技の変遷について考察する一助となるとともに、危険な技と動作を具体的に把握できることから、安全に配慮した指導法や審判法の向上に貢献すると考えられる。

本研究は、運動モルフォロジー的考察方法、すなわち運動経過の印象分析、および文献立証によって行なう。肘関節技以外の関節技は、足蹴など少数の技を除いて、今日の文献にみることはできない。しかし、1940年代までの文献には、手、足、頸など身体各部を攻撃する関節技を解説しているものがある。これらの文献をもとに、柔道関節技における禁止技の種類を、攻撃する部位の違いから分類することにより検討したい。また、禁止技それぞれの技法を、文献をもとに再現した技の運動経過について、印象分析を行なうことにより検討したい。ところで、関節技は、関節を可動域の限界まで運動させて技が極まるといえ、肘関節技には、肘関節を過度に伸展させて極める技法と、振って極める技法がある(醍醐ら, 1977; 松本, 1994, pp. 148-149; 鈴木, 1966)。このよう

に、関節技が極まるためには、攻撃された関節の運動方向が重要であるといえる。印象分析の視点は、技が極まる局面において、攻撃された関節がどの方向に運動しているか、および取(技を掛ける者)の身体でどの部分が主に作用しているかとする。

技法について記述するうえで、関節名、および関節の運動方向は、「関節可動域の測定法とその表示方法」(岩倉, 1991)の用語により表す。技を掛ける者、および掛けられる者は、柔道の用語により、それぞれ「取」、および「受」と表す。技の再現は、柔道経験10年以上の大学生が行なうこととする。

2 上肢に施す関節技

手の関節を攻撃する関節技として、小手挫(服部, 1935; 磯貝, 1924; 南摩, 1928)、および逆手挫(南摩, 1928)がみられた。

小手挫の技法について、服部(1935)は、「相手の右手首を我が右手で捕り、自分の體を右方に廻しながら、其腕を左の脇下に挿んで、左手で彼の前腕を捕り、右手を放して其掌を彼の右手の甲に當て、而して右手を内方に押し込んで、徐々に相手に痛みを覚えさす」(pp. 104-105)と述べている。この技法による小手挫を再現し、技が極まった体勢を図1①に示す。図1①によると、小手挫は、取が手で受の手を押すことにより、手を掌屈させて極める技法の技であるといえる。

小手挫における取による受の手の持ち方には、いくつかの異なる方法がみられる。図1①のように取が受の横に位置し、腋で受の腕を挟みながら腕と手の甲を持つ方法のほか、両手で受の手の甲を持つ方法(服部, 1935, pp. 106-107)や、正対して受の腕と手の甲を持つ方法(南摩, 1928, pp. 93-94)がある。

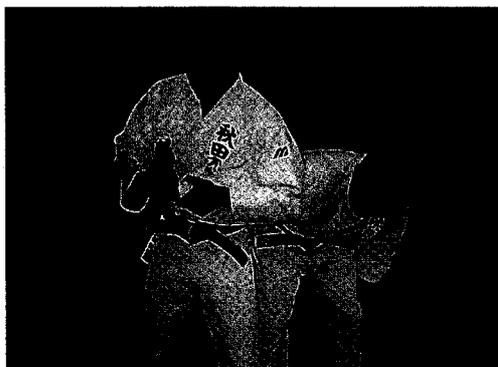
「講道館護身術」の小手捻と小手返はいずれも、取が手で受の手を押すことにより、手を掌屈させて極める技法の技である(小谷ら, 1987, pp. 126-130; 講道館, 1998)。したがって、小手捻と小手返は、小手挫と同種の技であるといえる。小手捻における取による受の手の持ち方には、取が受の横に位置し腋で受の腕を挟みながら腕と手を持つ図1①と同様の方法(講道館, 1998)と、正対して受の腕と手の甲を持つ方法(小谷ら, 1987, p. 126)がある。小手返における取による受の手の持ち方は、正対して受の前腕を回外させながら、両手で受の手の甲を持つ方法である(小谷ら, 1987, pp. 129-130; 講道館, 1998)。なお、小手返は、南摩(1928)が「肘関節を挫く」(p. 94)と述べているように、直接的には手の関節を攻撃しても、最終的には肘に極まることがあると考えられる。

逆手挫の技法について、南摩(1928)は、「一方の手

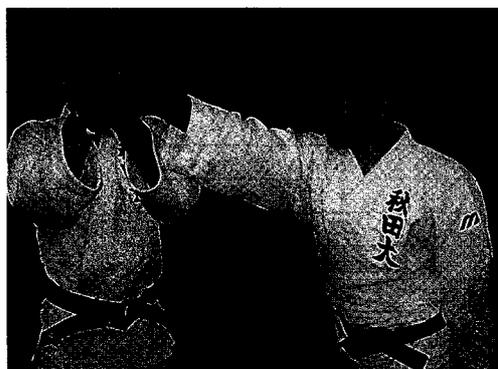
首の邊を両手にて内外側両方面より握り相手の腕を内方より上廻しに外側に撚ねりながら引き出して挫くのである又両方の手に相手両方の手首を甲の側より握り内方より上廻しに外側へ撚ねりて挫く」(p. 105) と述べており、ここでは、受の片方の手を攻撃する技法と両方の手を攻撃する技法がみられる。受の片方の手を攻撃する逆手挫を再現し、技が極まった体勢を図1②に示す。図1②によると、逆手挫は、取が手で受の手を押すことにより、手を背屈させて極める技法の技であるといえる。

以上のように、手の関節を攻撃する関節技には、手を掌屈させて極める小手挫(小手捻、小手返)と、背屈させて極める逆手挫があるといえる(表1)。

ところで、肘関節技の腕絨、腕挫十字固、および腕挫腋固などは、技を掛ける時、取が受の手首や手の甲など手の関節付近を持つことがある(高専柔道技術研究会, 1977, pp. 214-253)ため、受の手には掌屈や背屈が起こることがあると考えられる。腕絨や腕挫腋固などを掛けていても、手を掌屈もしくは背屈させて技が手に極まれば、これは小手挫(小手捻、小手返)もしくは逆手挫であるといえる。



①小手挫



②逆手挫

図1 手の関節を攻撃する関節技

次に、指の関節を攻撃する関節技として、逆指(服部, 1935; 磯貝, 1924), および小手捕(南摩, 1928)がみら

れた。

逆指の技法について、服部(1935)は、「自分の右手で相手の左手の指を甲の方から捕り、掌を上へ向けて段々と我が右手を上げる」(p. 103)と述べている。この技法による逆指を再現し、技が極まった体勢を図2に示す。図2によると、逆指は、取が手で受の指を握ってそらすことにより、指を伸展させて極める技法の技であるといえる。小手捕の技法について、南摩(1928)は、「人差指の方より我が親指を相手の掌に四指を甲の方に當てて握り頭上高く其掌を反らし上げて相手を制する」(p. 92)と述べている。このように小手捕は、取が手で受の指を握ってそらすことにより、指を伸展させて極める技法の技であることから、小手捕は逆指と同種の技であるといえる。また、逆指(小手捕)は、四指より少ない数の指を、攻撃することも可能であると考えられる。

このように、指の関節を攻撃する関節技には、指を伸展させて極める、逆指(小手捕)があるといえる(表1)。



図2 指の関節を攻撃する関節技：逆指

試合や乱取で、柔道衣を持った相手の手を離させるとき、指を組み合わせたとき、および絞技を防御するとき、指の関節を攻撃することがある(松井, 1999, p. 84)。このとき、指を伸展させて技が極まれば、逆指(小手捕)であるといえる。講道館柔道試合審判規定(講道館, 2001)では、「相手の指を逆にして引き離すこと」(p. 26)は禁止事項である。すなわち、試合では、たとえ指を伸展させて技が極まっていなくとも、指を逆にして相手の手を引き離す動作があれば反則であるといえる。指を攻撃することは、効果が急で防御が難しいため、審判規定でこれを厳しく規制していると考えられる。

肘の関節を攻撃する関節技は、腕絨、腕挫十字固、腕挫腋固、腕挫膝固、腕挫腹固、腕挫脚固、腕挫手固、および腕挫三角固が、乱取技として認められている。これらの9種類とは異なる肘関節技として、腕挫脊負固がみられた(南摩, 1928)。腕挫脊負固の技法について、南摩(1928)は、「両手にて相手の右手首の邊を

握り前方に引き出しながら我が體を下げつつ速やかに後ろ向きとなり相手の腕を肘部を下にして脊負いて挫く」(p. 100) と述べている。この技法による腕挫脊負固を再現し、技が極まった体勢を図3に示す。図3によると、腕挫脊負固は一本背負投に類似した体勢から、取が肩で受の腕を支えながら、手で受の手を引くことにより、肘を伸展させて極める技法の技であるといえる。肘関節を極めて投げる背負投などは、逃れることができず危険であるため、禁止事項「腕挫腋固等を一举に体を捨ててとること」に、含まれると解釈されている(松井, 1999, p. 84)。したがって、腕挫脊負固は、一本背負投のようにして投げる動作が伴えば禁止技であるといえる。腕挫脊負固は、相手に抵抗された時は投げる動作を用いずに掛けることは難しく、実際に試合で用いるならば、反則が適用されることが多いと考えられる。

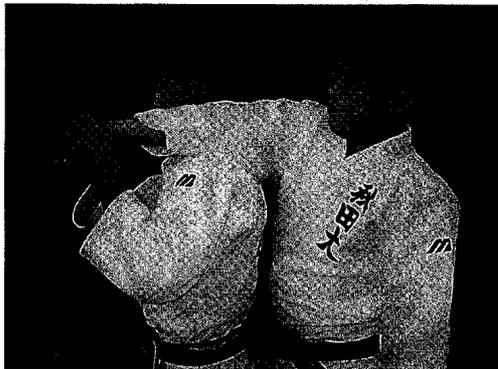


図3 肘の関節を攻撃する関節技：腕挫脊負固

また、肘関節技の一つとして認められている腕緘は、技が肘に極まるとされる一方で、肩に極まるとする指摘がみられる(会田, 1951, p. 209; 石黒, 1943, p. 199; 栗原, 1955, p. 106; 大木, 1957, p. 221)。たとえ技が

肩に極まっても、直接的には肘の関節を攻撃していることから、腕緘は肘関節技の一つとして認められてきたものと考えられる。

3 下肢に施す関節技

膝の関節を攻撃する関節技として、足緘(服部, 1935; 磯貝, 1924; 小谷ら, 1971; 小田, 1929; 近藤, 1940)、足挫十字固(金光, 1926)、および膝折(南摩, 1928)がみられた。

足緘の技法について、近藤(1940)は、「左足を相手の両足の間に深く滑りこませ、相手の左膝を押し伸ばし、両手をひいて相手の上體を前にのめらし、左足を相手の右足の内股から外へ廻して、その足先を相手の下腹の前に出して、相手の右足を搦みつけ、右足先で相手の左膝をつき伸ばし」(pp. 190-191)と述べている。この技法による足緘を再現し、技が極まった体勢を図4①に示す。図4①によると、足緘は、取が脚を受の脚に緘みつけて、これを伸ばすことにより、股を内旋させながら膝を伸展させて極める技法の技であるといえる。「固の形」における足緘(小谷ら, 1987, pp. 116-118)は、近藤の他、過去の文献にみられる足緘(磯貝, 1924, pp. 178-179; 小田, 1929, pp. 1199-1200)と技法は同様である。

磯貝(1924)は、足緘について、「非常に能くきく業であって、掛かったならば容易に逃れることの出来ない」(p. 179)と述べている。小田(1929)は、足緘について、「相当に権威ある業として、一時は非常なる流行を呈した」(p. 1199)と述べている。このように足緘は、かつて有効な乱取技として用いられていたことから、固の形で扱われるとともに、柔道の技名称としても残っていると考えられる。ところで、足緘は防禦のために有効であることが知られている(高専柔道技術研究会, 1977, p. 104)。足緘を最後まで極めず、防御を目的とする脚をか

表1 柔道関節技における禁止技の種類と技法

攻撃する部位	技名称	技 法	
		関節の運動方向	取の身体で主に作用する部位
上肢	小手挫(小手捻, 小手返)	掌屈	手
	逆手挫	背屈	手
	逆指(小手捕)	伸展	手
下肢	足緘	伸展, 股の内旋	脚
	足挫十字固(膝折)	伸展	手, 脚
	足挫	底屈	手, 腕
体幹	逆足挫	外転	手
	足詰	底屈	体
	首挫	前屈	手, 体
体幹	首燃ねり	回旋, 側屈	手
	胸腰部 腰挫体固	後屈	手, 腕

注) ()内は同種の技

らみつけるだけの動作は、膝の関節に影響を与えなければ関節技として効果があるとはいえず、乱取や試合で用いることができると考えられる。

足蹴には、縦四方固で用いる技法がみられる。服部(1935)は、縦四方固で用いる足蹴の技法について、「両足を伸べてその方から彼の両足を搦みつけ、自分の足関節を屈して、彼の踵に交叉せしめ、徐々に両脚を張り伸す」(pp. 111-112)と述べている。この足蹴は、縦四方固で抑え込んでから、取が脚を受の脚に蹴みつけて、伸ばすことにより極める技法の技であるといえる。この技法は、柏崎(1998, p. 25)が縦四方固における下肢の使い方の一つとして示しているものと一致し、試合や乱取で使用されている。この技法は、脚を固定する働きがあるものの、膝の関節などを可動域の限界まで運動させるものではなく、関節技としての効果があるとはいえない。したがって、服部による縦四方固で用いる足蹴は、禁止技ではないといえる。

足挫十字固の技法について、金光(1926)は、「乙の左足首を右手にて内下より抱へ上げると共に、左足を越えて其左側に出し、其れに連れて體を廻して乙に後を向け、左手も亦其左足首を持ち、下腹が股に當る様に腰を落とし、乙の左側に横倒れとなり乍ら腕挫十字固を掛けるが如く両足に力を入れ、下腹を張出し、両手を引く時

は乙の左足の逆となる」(pp. 177-178)と述べている。この技法による足挫十字固を再現し、技が極まった体勢を図4②に示す。図4②によると、足挫十字固は、取が脚で受の大腿部を挟み、手で受の足を引くことにより、膝を伸展させて極める技法の技であるといえる。膝折の技法について、南摩(1928)は、「體を相手に對し後ろ向きとなしつつ相手一方の足首の邊を我が股間より両手にて握り前方に引き出しながら上にあげ我が臀部を以て相手の膝部を下に壓して膝関節を挫く」(p. 102)と述べている。南摩による膝折は、立ち体勢で施しているものの、取が脚で受の大腿部を挟み、手で受の足を引くことにより、膝を伸展させて極める技法の技であることから、膝折は足挫十字固と同種の技であるといえる。

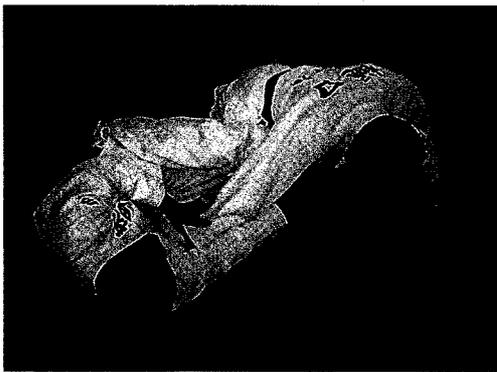
以上のように、膝の関節を攻撃する関節技には、股を内旋させながら膝を伸展させて極める足蹴、および膝を伸展させて極める足挫十字固(膝折)があるといえる(表1)。

次に、足の関節を攻撃する関節技として、足挫(服部, 1935; 磯貝, 1924; 南摩, 1928)、逆足挫(南摩, 1928)、および足詰(服部, 1935; 磯貝, 1924)がみられた。

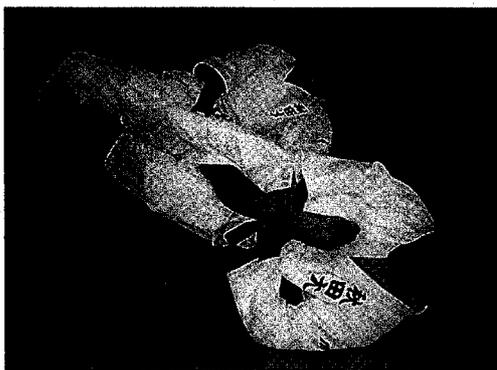
足挫の技法について、服部(1935)は、「相手が仰向になった時、自分は立ちながら左手で彼の右足を我が右脇下に挟み、臂を曲げて前腕を彼の踵の上に當て、左手の平を上に向け、丁度十字形に握り合って、左手は右手を助け確と相手の足を保持し、自分の體を後方に反らせ、段々と右前腕を高める」(pp. 110-111)と述べている。この技法による足挫を再現し、技が極まった体勢を図5①に示す。図5①によると、足挫は、取が腕で受の足を抱え、手で受の足を引き上げることにより、足を底屈させて極める技法の技であるといえる。南摩(1928, pp. 101-102)にも、同様の足挫をみることができる。

逆足挫の技法について、南摩(1928)は、「一方の手にて相手の一方の踵を捕らへ他方の手にて足先を握り其の足を小指の方に撚ねりて足首を挫く」(p. 106)と述べている。この技法による逆足挫を再現し、技が極まった体勢を図5②に示す。図5②によると、逆足挫は、取が手で受の足を振ることにより、足を外転させて極める技法の技であるといえる。

足詰の技法について、服部(1935)は、「相手が下向になった時、彼の膝を曲げて、足を其臀部に當てがひ、左右の足が相重なるやうにして、自分は其上の方が足の端を、彼の體に押付けて、下方の足を脱け出さぬやうに為し、その上に上部の足に痛みを感じせしめる」(p. 112)と述べている。この技法による足詰を再現し、技が極まった体勢を図5③に示す。図5③によると、足詰は、取が体で受の足を圧迫することにより、足を底屈させて極める技法の技であるといえる。同じく足を底屈さ



①足蹴



②足挫十字固

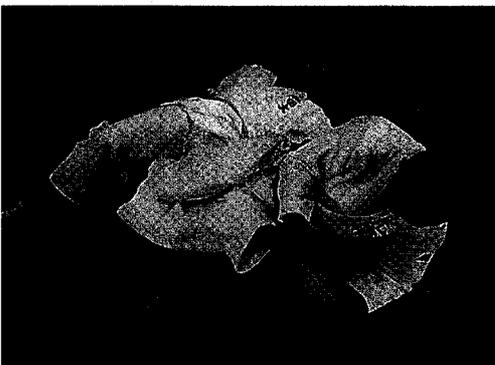
図4 膝の関節を攻撃する関節技

せて極める足挫と足詰は、関節を運動させるために作用する取の身体の部位および動作が大きく異なり、別種類の技としてとらえることができる。

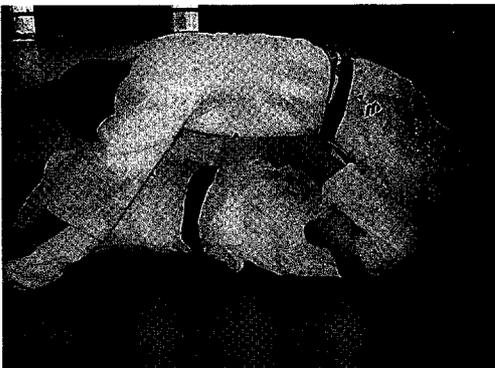
以上のように、足の関節を攻撃する関節技には、取の手で足を底屈させて極める足挫、足を外転させて極める逆足挫、および取の体で足を底屈させて極める足詰があるといえる(表1)。



①足挫



②逆足挫



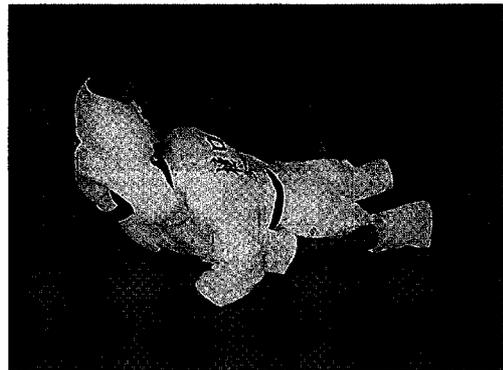
③足詰

図5 足の関節を攻撃する関節技

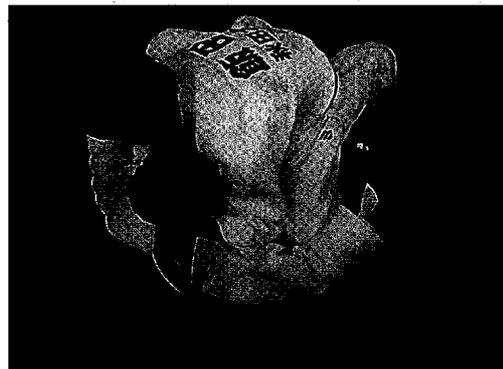
4 体幹に施す関節技

頸部の関節を攻撃する関節技として、首挫(磯貝, 1924; 南摩, 1928), 首撚ねり(南摩, 1928)がみられた。首挫の技法について、南摩(1928)は、うつ伏せの受

に対しては「相手の首を我が右脇下に抱へ込み右手の拳を我が左手にて握り我が上體を反らして首を挫く」(p. 104), 仰向けの受に対しては「馬乗りとなり両手にて相手の頸を左右より挟みその手先を後頸の處にて組み合わせ両肘を相手の胸部に揃えて置き組合せたる掌を以て首を曲げ挫く」(pp. 104-105)と述べている。この技法による首挫を再現し、うつ伏せの受に技が極まった体勢を図6①、仰向けの受に技が極まった体勢を図6②に示す。図6①、および②によると、首挫は、うつ伏せの受に対しては、取が手で受の頸部を引き上げながら体で受の頸部を圧迫し、仰向けの受に対しては、取が手で受の頸部を引き上げるにより、頸部を前屈させて極める技法



①首挫(受がうつ伏せ)



②首挫(受が仰向け)



③首撚ねり

図6 頸部の関節を攻撃する関節技

の技であるといえる。

うつ伏せの受に対して、図6①の体勢から、絞技の送襟絞もしくは裸絞を施すことができる。始めは送襟絞や裸絞を掛けていても、頸部を前屈させて関節技が極まれば、これは首挫であるといえる。また、抑込技の袈裟固の体勢から、取が腕で受の頸部を強く引き上げると、頸部が前屈する。このとき、頸部に関節技が極まれば、これは首挫であるといえる。

首撚ねりの技法について、南摩(1928)は、「一方の掌を相手の前頭部に當て一方の掌を頬より顎にかけて當て相手の頭を横に撚り廻」(p. 106)と述べている。南摩による首撚ねりの技法は、取と受の位置関係が不明であることから、寝姿勢で取が背後から首撚ねりを施して技を再現した。この技法による首撚ねりを再現し、技が極まった体勢を図6③に示す。図6③によると、首撚ねりは、取が手で受の頭部を振ることにより、頸部を回旋および側屈させて極める技法の技であるといえる。「古式の形」における鍔返では、立ち姿勢で首を攻撃する技を用いる。これは、取が手で受の頭部を振ることにより、頸部を回旋および側屈させて極める技法の技であり(小谷ら, 1987, pp. 288-289), 首撚ねりと同種の技であるといえる。

以上のように、頸部の関節を攻撃する関節技には、頸部を前屈させて極める首挫、および頸部を回旋および側屈させて極める首撚ねりがあるといえる(表1)。

次に、胸腰部の関節を攻撃する関節技として、腰挫体固がみられた(金光, 1926)。腰挫体固の技法について、金光(1926)は、「背後に馬乗となり、両手を腋下に入れるか又は送襟絞の如くに持ち、両足で乙の両足を後ろに押し伸ばし、乙を腹匍にし、腰の上に体重を乗せ両膝を立てると同時に、両手を引いて上体を持ち上げる」(pp. 178-179)と述べている。この技法による腰挫体固を再現し、技が極まった体勢を図7に示す。図7によると、うつ伏せの受に対して、取が手と腕で受の胸を引き上げ、胸腰部を後屈させて極める技法の技であるといえ



図7 胸腰部の関節を攻撃する関節技：腰挫体固

る。このように、胸腰部の関節を攻撃する関節技には、胸腰部を後屈させて極める腰挫体固があるといえる(表1)。

5 おわりに

柔道草創期には、乱取や試合で、肘、手、膝や足などの関節を攻撃する関節技が用いられていた(松本, 1994, p. 13)。今日、肘以外の関節を攻撃する関節技は乱取技として禁止され、足蹴などいくつかの技を除いて、柔道の技名称と形のいずれにも残っていない。本研究では、肘関節技以外の関節技についての記述がみられる過去の文献をもとにして、文献立証と運動経過の印象分析により、柔道関節技における禁止技の種類と技法を明らかにした。技の種類は、攻撃する部位ごとに分類することにより検討し、技法は、技が極まる局面における攻撃された関節の運動方向、および取の身体で主に作用する部位を印象分析の視点として検討した。

本研究において明らかにした、関節技における禁止技の種類、および技法の概要は次のとおりである(表1)。手の関節を攻撃する関節技には、手を掌屈させて極める小手挫(小手捻、小手返)と、背屈させて極める逆手挫がある。指の関節を攻撃する関節技には、指を伸展させて極める逆指(小手捕)がある。膝の関節を攻撃する関節技には、股を内旋させながら膝を伸展させて極める足蹴、および膝を伸展させて極める足挫十字固(膝折)がある。足の関節を攻撃する関節技には、取の手で足を底屈させて極める足挫、足を外転させて極める逆足挫、および取の体で足を底屈させて極める足詰がある。頸部の関節を攻撃する関節技には、頸部を前屈させて極める首挫、および頸部を回旋させながら側屈させて極める首撚ねりがある。胸腰部の関節を攻撃する関節技には、胸腰部を後屈させて極める腰挫体固がある。

柔道では、肘関節技以外の関節技を、危険であることから、試合や乱取で禁止してきた。関節技における禁止技の種類と技法を明らかにすることは、危険な技とその動作を具体的に把握できるようにし、安全に配慮した指導法や審判法の向上に貢献すると考えられる。松井(1999, p. 103)が少年規定における関節技について「無意識にその体勢となって技が極まったときは、『待て』を宣告して、危険を回避するように配慮しなければならない」と述べているように、意図して技を掛けようとしなくとも関節技の体勢になることがある。禁止技であっても、例えば、袈裟固の体勢から受けの首を持ち上げると首挫の体勢になるなど、無意識のうちにこれを施してしまうことがある。したがって、指導者や審判員は、関節技における禁止技の種類と技法を理解するとともに、禁止技に移行しやすい体勢や状況を把握しておくことに

より、練習や試合でより安全性を高めることができると考えられる。

また、肘関節技の一つとして認められている腕絨は、技が肘に極まるとされる一方で、肩に極まるとする指摘が過去の文献にみられる。腕絨は、肘と肩のどちらに技が極まるのか、また、技が肩に極まるとすれば、どのような経緯で肘関節技として認められるようになったかを明らかにすることは、今後の課題である。

文 献

醍醐敏朗・細川九州男・森本秀男 (1977). 関節技・腕絨における角度と効果の一考察. 警察学論集, 30(3), 112-130.
 服部興覇 (1935). 柔道新教範. 洛東書院: 京都.
 磯貝一 (1924). 柔道手引 (24版). 三星社: 東京.
 岩倉博光 (1991). リハビリテーション医学概論 (2版). 医歯出版: 東京.
 金光彌一兵衛 (1926). 新式柔道. 隆文館: 東京.
 柏崎克彦 (1998). 寝技で勝つ柔道. ベースボール・マガジン社: 東京.

講道館 (1998). 講道館護身術 (ビデオ). 講道館出版: 東京.

講道館・全日本柔道連盟 (2001). 講道館柔道試合審判規定. 講道館: 東京.

小俣幸嗣 (1999). 国際柔道連盟試合審判規定. 竹内善徳 監修. 柔道のルールと審判法 (pp. 107-164). 大修館書店: 東京.

近藤一郎 (1940). 柔道新教範. 藤谷崇文館: 東京.

高専柔道技術研究会 (1977). 高専柔道の神髄. 原書房: 東京.

小谷澄之・大滝忠夫 (1987). 最新柔道の形 (11版). 不昧堂出版: 東京.

松井勲 (1999). 講道館柔道試合審判規定. 竹内善徳 監修. 柔道のルールと審判法 (pp. 27-106). 大修館書店: 東京.

松本芳三 (1994). 柔道のコーチング (6版). 大修館書店: 東京.

南摩紀麿 (1928). 柔道正解. 大阪屋號書店: 東京.

小田常胤 (1929). 柔道大観下巻 (3版). 尚志館出版部: 東京.

鈴木克也 (1966). 柔道関節技の研究. 日本大学人文科学研究所研究紀要, 8, 276-286.

全日本柔道連盟 (2004). 審判員マニュアル (2版). 全日本柔道連盟: 東京.