（公財）全国高等学校体育連盟空手道専門部大会申し合わせ事項　　（2026.7.4 改訂）

(公財)全国高等学校体育連盟空手道専門部

※朱文字は令和８年度からの変更箇所

Ⅰ．選手の服装と頭髪等

［１］空手道着　※巻末：資料①②を参照

1)　空手道着は白無地一色とし、落書きやふちどりのあるものは禁止する。空手道着上下には高体連指定ラベル（黒色）が貼っていること。また、帯の色は白・茶・黒いずれかとし、ゴムやマジックテープなどを付けることは禁止する。

2)　空手道着の左胸に入れる校名は、次の基準による。

①　一文字の大きさは 5cm×5cm～7cm×7cm とする。（縦書で全体の大きさ７cm×15cm 程度）

②　字体は丸ゴシック・行書・措書の範囲とする。

③　文字の色は黒又は紺又はスクールカラーとする。但し、色を合わせて使うことはできない。

④　「～高」は必ずしも入れなくてよい。

⑤　個人名の刺繍を入れる場合は黒色とし、姓(名字)又はフルネームであることが望ましい。（個人名はなくてもよい）

⑥　指定箇所以外の刺繍は禁止する。

⑦　道着メーカー刺繍については全空連が認めるようになったのでそれに準じる。

3)　空手道着の左袖上腕部に入れる都道府県名は、次の基準による。

①　一文字の大きさは 5cm×5cm～7cm×7cm とする。

②　都・府・県の文字は入れなくてよい。

③　字体・文字の色については、上記 2）の ② ③ ⑤に準ずる。

4)　各競技では、赤青帯を着用する。（帯は個人または学校で用意をすること。）

赤青帯には全空連検定ラベルと高体連指定ラベル（灰色）の両方を貼っていること。

帯への刺繍は一切しないことが望ましいが、全空連大会で認められていることもあるので、入れる場合は、下記の通りとする。

所属名　「○○高等学校空手道部」、「○○高等学校」、「○○県高体連」、
「全国高等学校体育連盟」、「全日本空手道連盟」
この類とし、会派流派名や道場名は不可とする。

もう片方は　名前　なお、テーピングテープ等を帯に巻き、刺繍を隠す行為は認めない。

刺繍の色は、金色又は銀色とする。

5)　ズボンの空きは、ズボン全長にわたって、ズボンと脚との間（シンガードを付けずに、ズボンを片側に寄せた状態）が８ｃｍから 20ｃｍでなければならない。

(「気をつけ」の状態で判断する。)

［２］選手の頭髪等

1)　男子はスポーツマンらしい頭髪にし、長くても「まゆげ」にかからず、「耳」が見え、「エリアシ」が見えるように整髪する。

2)　パーマ、リーゼント、ソリ、ヒゲ、染色、脱色を禁止する。

3)　女子は、ヘアピン等の危険物の使用及びリボン・鉢巻きの使用を禁止する。空手道衣の下は白無地のＴシャツとする。（但し、ワンポイント校名もしくはワンポイントのロゴ入りは認める）

Ⅱ．組手競技では男子５点・女子４点の安全具を必ず着用すること。※資料③を参照

1)　**ニューメンホーⅦ のみ（全空連検定のもの）※2024 長崎総体より**

2)　拳サポーター赤・青（高体連指定のもの）

3)　ボディプロテクター（高体連指定のもの）

4)　シンガード・インステップガード（高体連指定のもの）
5)　セーフティカップ（男子のみ）・・・空手道着の下に着用すること。
※違反者の参加は反則負けとなる。**（正すための時間は２分間とする）**
※マウスピースを使用してもよい（任意）。ただし、色は白色か透明なものとする。

Ⅲ.　組手競技・形競技ともにメガネ、コンタクトレンズ（ハード）の使用は禁止とする。但し、コンタクトレンズ（ソフト）の使用は、個人の責任において認める。
スポーツ眼鏡は形競技において処方箋に基づくものに限り使用可とする。

Ⅳ. 負傷及び再発防止のための包帯、サポーター・テーピングの使用を許可する。但し、次の条件を満たすものであること。
1)　攻撃および防御強化のために使用してはならない。
2)　相手に危害を及ぼすようなものを中に入れてはならない。
3)　装着不備により、競技をしばしば中断させないこと。
4)　テープの色は、白またはベージュ系の２色のみとする。
5)　サポーターの色は、白またはベージュ系の２色のみとするが、膝についてはこの限りではない。
6)　テープとサポーターの同一箇所への兼用は禁止する。
7)　清潔な物であること。
［注］あくまでも選手の安全と再発予防のため、軽度の疾病者を対象としたものであり、常識を逸脱するような内容の者及び重傷の出場者を許可するものではない。
※上記に違反した者は当該競技種目のみ反則負けとする。

Ⅴ. 組手競技
1)　申し合わせ事項Ⅱ. において指定された安全具を必ず着用すること。※資料③を参照
2)　団体競技において、登録されたメンバーの枠の中で、各回戦毎のオーダーの変更はできる。但し、試合毎にオーダー票を提出すること。提出後の変更は認めない。
3)　団体競技は、1・2 回戦は全員試合を行うが、3 回戦以降は勝敗が決まった段階で試合を終了する。
4)　団体競技は、初戦から規定の過半数の選手数で成立する。エントリーは自由に配置できる。
5)　一度棄権した選手は、以降の当該種目のみ出場できない。
6)　組手競技に於ける危険回避（事故防止）のための遵守事項。
①メンホーは皮膚の一部であり、メンホーの開口部に手を入れたり、掴んだり、押したり、それに関連する動作は全て禁止でペナルティが課せられる。
②メンホーの装着は仕様に従い、しっかり装着すること。
7)　倒した、あるいは倒れた相手に対する**攻撃技は手技のみ。**
8)　ジュニアカデットルールで実施する。上段への技は従来通りとする。接触技は禁止（蹴り技のスキンタッチは許される）、蹴り技は 10ｃｍ以内、突き技は 5 ㎝以内とする。
9)　試合が連続し、安全具等の色を変更する場合の休憩時間は、3 分間とする。

Ⅵ. 形競技
1)　個人形・団体形ともにトーナメント方式**（多数決制）**とする。個人形競技は敗者復活戦を行う。
2)　個人形・団体形の１回戦～３回戦は（公財）全日本空手道連盟第一・二指定形とし、同一形でも異なる形でもよい。４回戦は１～３回戦までに演武した形以外の競技形とする。以降は下記の通りとする。決勝戦まで個人形競技は最低４つの形が必要。団体形競技は最低３つの形が必要。

但し、第一指定形・第二指定形及び競技形は空手競技規定（2023 年 4 月初版）の「付録 4：指定形リスト」並びに「付録 5：得意形リスト」に代わる「競技形リスト」（2025 年 4 月 1 日運行開始）から選択しなければならない。

5 回戦以降の演武形

◎個人戦（全 7 回戦の場合）

・5 回戦及び準決勝戦は、4 回戦までに演武した形以外の競技形とし、同一形でも異なる形でもよい。

・決勝戦は、準決勝戦までに演武した形以外の競技形とする。

パターン	5 回戦	準決勝	決　勝	説　明
①	A	A	B	2 種類の競技形を使う
②	A	B	C	3 種類の競技形を使う

◎個人戦（全 6 回戦の場合）

・準決勝戦は、4 回戦までに演武した形以外の競技形とする。

・決勝戦は準決勝までに演武した形以外の競技形とする。

パターン	準決勝	決　勝	説　明
①	A	B	2 種類の競技形を使う

◎全国選抜大会・団体戦（全 6 回戦）

・準決勝戦と決勝戦は、4 回戦までに演武した形以外の競技形とし、同一形でも異なる形でもよい。

パターン	準決勝	決　勝	説　明
①	A	A	1 種類の競技形を使う
②	A	B	2 種類の競技形を使う

3)　個人形競技の敗者復活戦で演武する形は次の通りとする。

◎（最大 5 試合）

1 回戦敗者～3 回戦敗者の復活戦

・第一・二指定形とし、同一形でも異なる形でもよい。

3 回戦敗者の勝者～準決勝敗者の復活戦

・それまでの敗者復活戦で使用した形以外の競技形とし、同一形でも異なる形でもよい。

4)　団体競技は規定の選手数（3 人）を満たさないと成立しない。

5)　団体競技において登録されたメンバーの枠の中で回戦毎の選手交替は出来る。

6)　団体競技において、「よ～い、はじめ」「なおって」などの発声（合図）は行わない。

7)　団体形の準決勝戦・決勝戦は分解を行う。　※資料⑤を参照

Ⅶ. 引率

1)　引率責任者は、団体の場合は校長の認める当該校の職員とする。個人の場合は校長の認める学校の職員とする。

2)　引率責任者は選手のすべての行動に対して責任を持つこと。

Ⅷ. 監督

1) 監督は（公財）全日本空手道連盟会員登録者であること。
2) 監督は審判員を兼ねることはできない。
3) 監督はあらかじめ届け出された学校の指導者（学校長が認めた者）とし、原則１名とするが、競技日程の関係で男女あるいは選手が重複して出場し、同時進行になった場合に限り、運用として当該校の校長が認めた顧問・コーチが、その競技のみの臨時の監督を務めることができる。但し、事前に競技委員長に申し出る義務を有する。
4) 以下のようなことが起きた場合について、懲戒規定を制定する。
①監督・コーチが審判員の判定、指示に従わない場合。
②行為①によって、競技運営に支障を与えた場合は、さらに重い懲戒とする。
5) 監督の服装は以下の通りとする。

※スーツ又はトラックスーツは大会日程によって決定し、「監督・顧問宛文書」（高体連 WebSite）にて通知します。

・スーツはダークスーツとし、ネクタイは審判員とは異なるものを着用する。女性はスラックスでもスカートでもよく、ネクタイは着用してもしなくてもよい。
・トラックスーツには学校名を入れることとし、入れる場所、大きさ、字体は問わない。また、華美なトラックスーツは避ける（スクールカラーは可）。
インターハイ時のみ上着は華美でない半袖ポロシャツでも構わない。
※半袖ポロシャツへの学校名記名は問わない。
※ハーフパンツのトラックスーツは禁止する。
・シューズの底については、体育館フロアーを傷つけないゴム製や布製のものとする。
※上記以外の服装の場合、監督には付けない。

Ⅸ. 健康管理

1) 競技中の疾病・障害等の応急処置は主催者側で行うが、その後の責任は負わない。
（傷害保険の加入・大会医師の常駐）
2) 故障者については、監督の責任で出場を取り止めること。
3) 参加選手・役員は、健康保険証を持参すること。

Ⅹ. その他の注意事項

1) 競技中に競技者からのタイムの要求はできない。
2) 競技者が定位置に戻るときは速やかに戻る。だらしない態度や行動はしないこと。
3) 競技者が定位置に立ったときは、完全に静止し主審の合図を待つこと。
4) 競技者がポイントを取ったとき、または勝ったときのオーバーアクションやガッツポーズを禁止する。（監督や待機選手も同様とする。）
5) 競技者が道衣の上に衣類を着用する場合はだらしない着方をせず、競技開始時や終了時には脱ぐこと。
6) 競技者が試合コート内で円陣を作り、気勢を上げる等の示威行為を禁止する。

ⅩⅠ. 審判員心得及び確認事項

1) 公平・無私・正確を旨とすること。
2) 主審は競技中の主導権を持ち、スムーズな進行に心がける。

XI. 巻末：資料①～⑥

資料①　空手道衣に関する規定
資料②　赤・青帯指定業者
資料③　高体連指定安全具一覧
資料④　各階級測定幅と計量の注意事項
資料⑤　団体形競技（分解）
資料⑥　ビデオレビューの運用

以上

資料①

空手道着に関する規定について

全国高体連空手道専門部

以下のように定める。また、申し合わせ事項を確認してください。

１．　道衣サイズについて
　上着腕部分、下着足部分の幅は、腕・足から残りの部分が、8 ～ 20 ㎝とする。
　袖、上着の長さ、下着の裾の長さはルールブック通りとする。
２．　道衣の形について
　従来のベーシックなもの（無駄なカット等のないもの）とする。
　袖や裾やその他の部分において変形することは禁止とする。
３．　上着の長さは、帯を締めて腰を覆うほどの長さとし、太ももの４分の３まで。
　測定方法として帯を締めて**真直ぐ下した状態で膝頭の上１０㎝まで**とする。
　また、帯の長さは結び目の両端から１５ｃｍほど残る長さから、太ももの４分の３以下とする。
　ズボンの長さは、少なくとも下肢の３分の２を覆う長さとし、踵が隠れてはならない。
４．　胸紐は付けてはいけない。また上着の紐は付いていなければいけない。
５．　胸の学校名と袖の県名は、刺繍、プリントを問わず色は黒・紺・スクールカラーのどれかとする。（色を合わせて使うことは禁止。）
　大きさは 5×5 ㎝～7×7 ㎝とする。
６．　道着の名前の刺繍は黒とする。（名前はなくてもよい。）
７．　決められた場所（胸の学校名、袖の県名、上着、下着の名前）以外に刺繍等をすることは禁止とする。ただし、道着メーカー刺繍については、全空連に準じる。
８．　道着（上下）には高体連指定ラベル（黒色）が縫い付けてあること。
　高体連ラベルがあっても規定に反する場合は試合に出場できません。
９．　高体連指定ラベル（黒色）は、下記 **11 社**にて縫い付け可能です。
　東海堂、守礼堂、ヒロタ、東京堂インターナショナル、尚武、
　山雅、ミツボシ（**HAYATE**）、泰生、リュウジンスポーツ（adidas）、
　Arawaza Japan（Arawaza）、BUDO SPORTS PRO-SHOP（MOOTO 形用のみ）

（令和８年６月 30 日現在）

空手道衣の名前の刺繍について

１，　入れなくても良い

２，　入れる場合は黒色とする

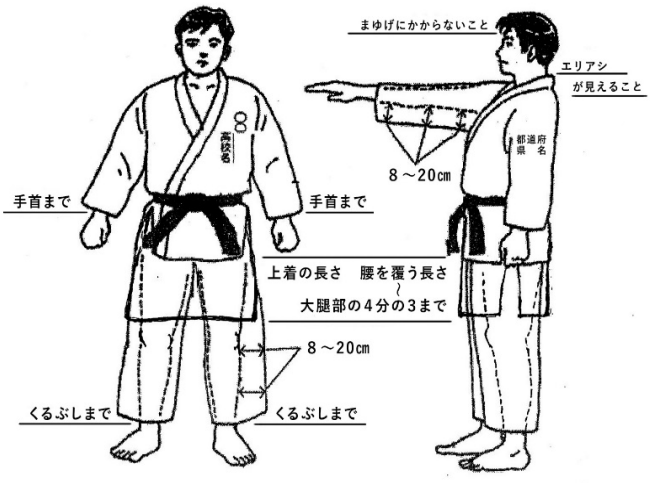
　（白色も禁止）

３，　入れる場合は自分の姓（名字）

　またはフルネームであることが

　望ましい

※袖や裾は気を付けの姿勢で計測します。



資料②

赤・青帯　指定業者について

赤・青帯の高体連指定業者は全空連指定業者と同じく以下の６社です。

東海堂　守礼堂　ヒロタ　尚武　ミツボシ（HAYATE）　東京堂インターナショナル

ただし全空連検定ラベルと高体連指定ラベル（灰色）の両方を貼っているものとする。

上記５社の帯で、高体連ラベルのない帯については、ラベルだけの販売をいたします。

指定業者に帯を持って行き（発送し）、ラベルを縫い付けてもらってください。ただし、ラベルを貼る場所が決まっていますので、ラベルを購入し個人で縫い付けることはしないようにしてください。

赤・青帯の刺繍について

本来のルールでは、刺繍を一切しないことになっていますが、入れる場合は以下の通りとなります。

所属名は　「〇〇高等学校空手道部」「〇〇高等学校」

「〇〇県高体連」「全国高等学校体育連盟」

「全日本空手道連盟」

※この類とし、会派流派名や道場名は不可です。

もう片方は、名前

※テーピングテープ等を帯に巻き刺繍を隠す行為は認めません。

※刺繍の色は「金色・銀色のみ」とします。

資料③

高体連指定安全具について（安全具チェック参考）

令和８年６月30日現在

安全具	指定メーカー及び注意事項	ラベル	プリント
メンホー	全空連検定品　ミズノ製　ニューメンホーⅦ ※ミズノ製マウスシールドの装着は任意 （装着する場合はテープで固定する）	なし	なし
拳サポーター	ミズノ　東海堂　守礼堂　ヒロタ　ミツボシ（HAYATE） ※メンホー使用大会では全空連仕様の薄手タイプ（従来型）	（JKF）	なし
ボディプロテクター	ミズノ ※首掛け又は腹掛けタイプ（高体連ラベルは不要）	なし	（JKF）
	東海堂 ※男子用（ラベルなし、高体連マークがプリント） ※女子用（青色の高体連ラベルがついたもの）	女子 ○	男子 ○
	守礼堂 ※首掛け又は腹掛けタイプ（ラベルは折って縫い付け）	（○）	○
	ヒロタ・東京堂インターナショナル ※腹掛けタイプ	○	なし
	ミツボシ（HAYATE） ※首掛け又は腹掛けタイプ	○	なし
シンガード	ミズノ　東海堂　守礼堂　ヒロタ　東京堂インターナショナル ミツボシ（HAYATE）の全６社 ※ミズノ　東海堂（高体連マークがプリントされたものも使用可）	○	○
インステップガード	ミズノ　東海堂　守礼堂　ヒロタ　東京堂インターナショナル ミツボシ（HAYATE）の全６社 ※足の指先まで保護されたインステップガードは、ミズノ、東海堂、守礼堂、ヒロタ、ミツボシ（HAYATE）の５社が指定品となります。	なし	○

◇安全具チェックについて

メンホーはミズノ製のみ（両耳前部分のミズノマークのシールや額部分の全空連マークの刻印を確認）。

拳サポーターは全空連検定の薄型（従来型）。ミズノ製ボディプロテクターは全空連マークのプリント。

その他の安全具は、高体連ラベルが縫い付けてあるか高体連マークがプリントされています。

資料④

各階級測定幅と計量の注意事項

全国高体連空手道専門部

1．各階級の測定値は、使う機材等によって誤差が生じることが予想されますので、選手に不利益にならないように、各階級値に±0.5kg の幅を持たすこととします。実際に測定した値から着衣の分 0.5kg を引いた値に±0.5kg の幅を持たせますので、全国選抜大会で各階級の計測器に乗った測定値は、以下のようになります。

男子

-55kg 級	計測器の測定値	56kg 未満	
-61kg 級	計測器の測定値	55kg 以上	62kg 未満
-68kg 級	計測器の測定値	61kg 以上	69kg 未満
-76kg 級	計測器の測定値	68kg 以上	77kg 未満
+76kg 級	計測器の測定値	76kg 以上	

女子

-48kg 級	計測器の測定値	49kg 未満	
-53kg 級	計測器の測定値	48kg 以上	54kg 未満
-59kg 級	計測器の測定値	53kg 以上	60kg 未満
-66kg 級	計測器の測定値	59kg 以上	67kg 未満
+66kg 級	計測器の測定値	66kg 以上	

2．全国大会で使用する機器名は

タニタ社　業務用精密体重計　ＷＢ－150　セパレートタイプ

3．計量に関しての注意事項

① 計量室には選手のみしか入れません。ただし、計量が最終パスできない場合は顧問の先生をお呼びし、計測係・選手・顧問の 3 者で確認しますので、選手と連絡をつけられるようにしておいてください。

② 着衣については、要項に明記してある通り「上衣はＴシャツ（半袖)、下衣はスパッツ（ハーフサイズ)」となっていますので、それ以外は認めません。また、衣の分は計測値から 0.5kg 引くので、Ｔシャツを脱いでの測定は認めません。

③ 計量をパスしなかった場合は、「キケン」となり個人戦には出場できませんが団体戦には出場できます。

資料⑤

団体形競技（分解）について

全国高体連空手道専門部

選手の安全面を考慮し形の分解では、ルール上の違反行為以外に、以下の行為を禁止事項とする。

◇違反事項

① 首に蟹挟みをかける行為

② 相手を自分の肩より上に持ち上げる行為　　※高体連申し合わせ

③ 相手を投げ捨てる行為（相手を片手で支えること）　※高体連申し合わせ

◇ルール上の違反行為

① 分解中に怪我があった場合は減点となる。ノックダウンした場合は違反となる。

② 審判妨害、安全性のために審判が動かざるを得なかった場合、又は接触した場合

③ 分解を演武しなかった場合

④ 時間をオーバーした場合（形演武、分解合わせて５分以内と決められている）

⑤ 演武中に帯が落ちた場合

⑥ あきらかに形が中断、又は停止した場合

⑦ 形演武の開始の礼、分解終了後の礼をしなかった場合（礼は３名全員すること）
また、チーム全員が主審の方を向いて演武を開始し終了すること

⑧ 主審の指示に従わなかった場合、品行が悪かった場合（失格になる場合もある）

⑨ 異なる形を演武した場合、又は異なる形名を告げた場合

◇減点要素

① 演武中に帯が緩んで、尻まで下がった場合

② むやみに足をならしたり、胸や腕又は空手着を叩いたり、むやみに息を吐き出すなどの聞こえるような音で合図した場合

③ 分解中に怪我があった場合

③　２秒を超えて無意識状態を装った場合

資料⑥

ビデオレビューについて

全国高体連空手道専門部審判部

１．　監督は、自校の選手の出した技について、その技が入っていると思うときに椅子から立ってカード（赤・青）をあげることが出来ます。（相手の技については一切何も出来ません）判定中は立っていてください。

２．　ＣＳ（コーチスーパーバイザー）にカードを渡し、**技の種類を告げる。**

３．　ビデオスーパーバイザー（VRS）はポイントとなる技を確認します。

４．　技が入っていた場合（YES）は、主審は得点をコールし、カードは監督に戻されます。その場合、再びカードを使用することが出来ます。

５．　ビデオスーパーバイザー（VRS）が（NO）と判断された場合は、得点はコールされず、主審は続けて始めます。その際、カードは没収されます。（団体戦の場合、次の試合では使えます）

６．　監督がカードをあげたとき、その技がウォーニング、ペナルティだった場合、カードは返却されます。

７．　ビデオスーパーバイザー（VRS）が機材等の関係で得点の有無を確認できなかった場合、VRS は見えない（指先で両方の目を覆う）動作を行い、カードは返却されます。

８．　もう一方の監督が２番目にビデオレビューを提示する場合、最初のビデオレビューが開始される前にカードを提示しなければならない。**開始とは、主審のビデオレビューのジェスチャーが終わる時点を言う。**

９．　ビデオスーパーバイザー（VRS）は、ビデオレビューを要求した競技者が、他の競技者の前または同時に得点したと認める場合のみ得点を与える。
例外として、どちらの競技者も副審によって得点が認められず、片方の監督だけがビデオレビューを要求し、もう一方の監督がカードを持っていないか、ビデオレビューをしない場合は、ビデオレビューを要求した方の技のみがビデオレビューの対象になる。

１０．副審が判定した技よりも得点が高い方の要求ができる。

１１．試合の進行を妨げることがないように、競技者が監督にビデオレビューを要求することは可能である。