

## 2023年度三鷹市社会人サッカーリーグ要項

1. **主 催** 三鷹市サッカー協会
2. **後 援** 三鷹市教育委員会・三鷹市体育協会
3. **目 的** 加盟チームがサッカー競技を楽しむと共に、サッカーの技術向上を期し、三鷹市のサッカーの普及とともに相互の親睦をはかることを目的とする。
4. **加盟登録資格** 三鷹市にチーム所在地をおき、目的を理解（リスペクト）して運営に協力できるチーム。
  - 4-1. 一 般
    - (1) 15才以上（中学生不可）の三鷹市在住・在勤・在学者で構成すること。
    - (2) チームの代表者は20才以上でチーム運営に責任をもてる人。
  - 4-2. 壮 年（OVER 40）
    - (1) **1984(S59)**.4.1 以前（4.1を含む）に生まれた三鷹市在住・在勤・在学者で構成すること。  
※女子登録は15才以上（中学生不可）の三鷹市在住・在勤・在学者で構成すること。
  - 4-3. 壮 年（OVER 50）
    - (1) **1974(S49)**.4.1 以前（4.1を含む）に生まれた選手で構成すること。  
※女子登録は15才以上（中学生不可）の三鷹市在住・在勤・在学者で構成すること。
  - 4-4. 共通事項
    - (1) 試合・審判・運営のルールを守り、協力できること。
    - (2) EXCEL・WORDを添付するメールに対応出来ること。PCはウイルス対策をしていること。
    - (3) 協会から日程等の連絡を受領した場合、3日以内に確認の連絡を自ブロックの運営委員にメールすること。
    - (4) ユニフォームを正副2着用意すること。※7-1（4）ユニフォームの項を参照。
    - (5) 有資格審判員（3名以上）を登録すること。有資格審判員のうち1名は、審判委員会に登録し、審判活動に協力すること。
    - (6) リーグ戦の主審・副審は有資格者が行うこと。また、審判員（主審・副審・4審）は審判服を着用すること。  
審判に必要な用具（審判服・ホイッスル・カード・時計等）を用意すること。  
※壮年（OVER 50）のカテゴリの試合において副審は無資格者が対応することを認めます。7-4（3）項をご確認ください。
    - (7) 三鷹市、三鷹市体育協会、三鷹市サッカー協会の行事に協力できること。
    - (8) スポーツ傷害保険には各チームで加入すること。 競技中の事故については各チームでの処理になります。

- (9) 大沢総合グラウンドを使用する他競技団体と重複登録している場合、サッカー協会に加盟することはできません。(グラウンド使用における公平性の観点での規定です。)

## 5. 選手登録

- (1) 三鷹市社会人サッカーリーグにおいて同一カテゴリーでは、複数のチームへの登録は認めない。但し、一般、OVER 40、OVER 50リーグへの重複登録は認める。  
尚、2024年度よりOVER 40とOVER 50リーグへの重複登録は認められなくなります。
- (2) 選手の追加登録は別紙を参照してください。
- (3) 登録選手の移籍は、移籍元チームが選手抹消後に、移籍先チームが追加登録する。

## 6. ブロック別け

- (1) 一般・壮年は、参加チーム数を考慮して、ブロック数及びブロック内のチーム数を決定する。各ブロックのチーム編成は前年度の成績をもとに運営委員会が行う。
- ① 原則としてブロック上位2チームが昇格、下位2チームが降格を基本とする。但し、参加チームの増減により昇格、降格チーム数は変動する。
- ② 各ブロックのリーグ戦の試合数は、出来る限り同数になる様にブロックを編成する。
- (2) 新規加盟チームの所属ブロックは運営委員会で決定する。
- (3) ~~野川グラウンドの工事期間中等~~三鷹市からのグラウンド割当数等の状況により、ブロック編成や対戦形式を変更する場合があります。
- (4) 新型コロナウイルス感染対策ガイドライン、熱中症対策指針(三鷹市サッカー協会HP参照)等により、試合の延期が続いた場合、試合未消化のまま打ち切る場合があります。

## 7. 競技規則

### 7-1. 一般・壮年 共通事項

- (1) 選手の登録・交代
- ① 試合に出場できる選手は、2023年度写真登録書で登録されている選手。
- ② メンバー表(市販品可)は、試合開始20分前までに、チーム名・選手名・監督名・フリガナ等、全てを記入して、メンバー表2枚を写真登録書と一緒に本部に提出する。
- ③ 選手の名前は控えの選手も含めてフルネームで記入する。

- ④ メンバー表に記入された選手は全員出場できる。

試合中の選手の交代は、後半開始時を除き前後半通じて5名迄(壮年の再入場も5名のカウント対象)とする。残りの交代選手は、後半開始時に交代出場(5名カウント対象外)できる。

※但し、夏季期間(原則7/1~9/30)の試合については交代人数の制限を適用しない。交代手続き(用紙準備等)は通常のルールを適用する。

#### <壮年の交代NG例>

前半に5名交代した場合、後半の試合中の交代(再入場含む)は、認められません。但し、後半開始時の交代(再入場含む)は、認められます。

### (2) 選手の出場停止

- ① 前の試合で退場処分、累積警告が3回となった選手
- ② 未登録選手
- ③ メンバー用紙に記入されていない選手
- ④ メンバー用紙と名前が不一致、登録写真と違う等、不正が発覚した選手
- ⑤ すねあてを着用していない選手
- ⑤ あきらかに違うユニフォーム(シャツ・パンツ・ストッキング)の選手
- ⑥ 背番号のないユニフォーム(背番号のテープ等での仮止め・代用は認めない)を着用している場合。 ※背番号を記入した布は、4辺を糸でしっかりと縫い付けること。
- ⑦ 眼鏡・貴金属類(ピアス・ネックレス・指輪・ブレスレットなど)その他相手選手に危害を与える物を着用している選手(ネックウォーマ等も事故防止のため着用禁止とします。)
- ⑧ 大会運営を妨げた選手、著しくフェアプレーに違反した選手は、理事会又は運営委員会で処分を行う。

### (3) 試合の不成立

- ① 写真登録書がない場合
- ② 試合開始時刻に競技者の数が8名未満の場合
- ③ 試合途中で競技者の数が8名未満になった場合
- ④ 試合結果は0-5とする。 ※試合途中で不成立になり5点以上の得点差があった場合は、これを有効とする。得失点を計算して故意に不成立にした場合、成績抹消、失格とする。

### (4) ユニフォーム

- ① 黒色・紺色のシャツ・ストッキングは禁止。 新規にユニフォームを作る際は注意して下さい。
- ② ユニフォーム(シャツ・パンツ・ストッキング)は、同一のものを着用すること。ただし、運営委員会が認める場合、ユニフォームのデザイン、ロゴ等が異なっても、主たる色が同色であれば着用できる。
- ③ 両チームのゴールキーパーのユニフォームは、同色で有っても良い。

④ ユニフォームは濃淡2着を持参すること。 ユニフォームはホームチームの正ユニフォームに対してアウェイチームが調整する事を原則とする。主審よりユニフォーム等の変更指示があった場合はその指示に従うこと。

⑤ ソックスにテープまたはその他の材質のものを張り付ける、または外部に着用する場合、ソックスと同色でなくても良い。

アンダーシャツ・アンダーショーツ・タイツの色は問わない。

(5) 試合球

各チームで新品に近い5号公認球を用意する (OVER 50は軽量球を使用)。主審の判断で試合球を決定し、残ったほうを予備球とする。

(6) ベンチ

ベンチは、グラウンドに向かって本部の左側をホームチーム、右側をアウェイチームとする。

~~※当面の間スタンド側、反対側の両方にベンチ及び本部を設置する(詳細は「新型コロナウイルス感染対策ガイドライン」参照)~~

スタンド側、反対側の両方にベンチ及び本部を設置する。

(7) 試合前のウォーミングアップ

アップは割り当てベンチ付近の空きスペースで行うこと。

ボールを使用したアップ可。ただし、試合の妨げにならないように行うこと。

※試合中のチームと同系色のウェアの着用は禁止です。

(8) 順位の決定

① 試合の勝者3点、引分1点、敗者0点の勝点とし、勝点の合計が多い順に上位とする。

② 勝点と同じ場合は得失点差・総得点・対戦結果・抽選で上位チームを決定する。

③ リーグ戦を失格したチームの戦績・順位は抹消する。

(9) 「退場」「退席」となった競技者、交代要員、チーム関係者は総合グラウンドにおいてはグラウンド敷地のフェンスの外側に速やかに出ること

(10) その他の競技規則については、「日本サッカー競技規則」に準ずる。

7-2. 一般

(1) 試合時間 ; 70分、インターバル5分

(2) 選手の交代 ; 選手の交代には交代用紙(市販品可)を使用する。

但し、夏季期間(原則7/1~9/30)の試合については一度交代した選手も再入場出来る。

7-3. 壮年(OVER 40)

(1) 試合時間 ; 60分、インターバル5分

(2) 選手の交代 ; 交代用紙は不要とする。

一度交代した選手も再度入場出来る。

7-4. 壮年(OVER 50)

(1) 試合時間 ; 50分、インターバル5分

(2) 選手の交代 ; 交代用紙は不要とする。

一度交代した選手も再度入場出来る。

(3) 壮年 (OVER 50) のカテゴリーの試合においては副審のみ無資格者が対応することを認めますが、可能な限り、有資格者が対応することとします (生涯スポーツと運用負荷軽減の観点での規定です)。

## 8. 表彰

優勝チームに記念品と賞状、準優勝チームに賞状をおくる。1部優勝チームは三鷹市代表として都民大会・地区大会に出場できる。なお、市民大会優勝チームは三多摩大会に出場できる。

## 9. 試合チームの役割

※新型コロナウイルス感染症対策期間中は、「新型コロナウイルス感染対策ガイドライン」に従う事。

(1) グ라운드의準備 ※スタンド側：第1試合の両チーム、駐車場側：第2試合の両チームが行う。

① 第1試合のアウェイチームは、グラウンド使用開始時間前までにグラウンド事務所にある施設使用スケジュールに記入者氏名及び使用人数 (1 枠 : 70 名、合計人数) を記入する。

② 第1試合のチームは、グラウンド使用開始前までに会場に行き、グラウンド準備を行う。

③ ゴールには転倒防止用の重り (両サイド2か所) とゴール固定用チェーン (ゴール後ろ水平バーの2か所) をセットする (チェーン穴をふさぐ丸フタは紛失しないよう所定のバスケットに入れて保管する)。

④ フラッグはサッカー専用の物を使用する。 ※ハーフウェイラインのフラッグは不要

⑤ 本部用の机・いす及び試合チームのベンチを準備する。

(2) 試合開始から終了まで

① 試合開始20分前までに、メンバー用紙2枚 (本部用&対戦チーム用)・写真登録書と試合球を本部に提出する。

② 主審から召集を告げられたら、ユニフォームを着用して速やかに本部前に集合する。

③ 試合開始から終了まで主審の指示に従う。

④ 試合中の選手への指示は自チームのベンチから監督が行う (ベンチエリアで立てるのは1人のみとする)。

⑤ 交代選手は、必要事項を記入した交代用紙を本部に提出し、第4の審判に用具チェックをうける。

⑥ 試合終了後、「本部結果報告書」の得点・得点者・警告者・退場者の確認を行い、確認のサインをする。

⑦ 写真登録書、試合球を返却してもらう。

(3) グラウンドの片付け ※最後の試合の両チームが行う。

- ① 最後の試合の両チームはゴールの移動、用具(フラッグ、ベンチ、椅子、ゴール固定用チェーン等)を倉庫に片づける。

※フラッグとゴール固定用チェーンの丸フタ(穴をふさぐ)を置き間違えないように注意する。

※ゴール固定用チェーンのU字金具およびボルトは、チェーン付けた状態で、倉庫内の所定の  
カゴにしまうこと

- ② グラウンド周り・スタンドを確認し、残っているゴミは全て持ち帰ること。

- ③ 運営委員が最終確認を行い、管理人に終了の旨を伝える。

## 10. 本部・審判の役割

※新型コロナウイルス感染症対策期間中は、「新型コロナウイルス感染対策ガイドライン」に従う事。

### 10-1. 試合開始前

- (1) 主審をリーダーとして、本部担当者・審判担当者と打ち合わせを行う。試合開始から終了まで、試合中の決定権は主審にある。副審・4審・本部は必要に応じて助言、援助する。

- (2) 本部

- ① 本部を設営する。

- ② 試合開始20分前までに、必要事項が全て記載されたメンバー用紙(2枚)・写真登録書・試合球を受け取る。

- ③ メンバー用紙と写真登録書で選手の照合をする

イ. 所定の写真登録書を持参しなかった場合、公式戦は不成立とし、0-5で相手チームの勝ちとする。

ロ. 未登録選手を出場させない。

- ④ メンバー用紙の配布 ; 1枚目本部・2枚目対戦チーム

- ⑤ 試合開始10分前までに審判証(コピー可)で審判員の確認を行う。有効期限等を確認し審判番号を報告書に記入する。

- ⑥ 審判員が無資格・審判の有効期限切れ(審判証の発行が遅れている場合は、審判講習受講証明書を代用する)・審判服(シャツ・パンツ・ストッキング)・級のワッペン未着用の場合は、報告書に必ず記入すること。

- ⑦ 試合開始前に両チームのマナー担当を本部に呼び、「グラウンド使用上のマナーについて」(「写真登録書」の裏面)の読み合わせを行ない、本部報告書にサインをもらうこと。

- (3) 審判

- ① 第1試合の審判員は、試合前にグラウンド準備の確認(ライン・フラッグ・ゴール・ベンチ・

等)をし、不備があれば適正に直すように指示する。また、ゴールネット等、施設の不備は本部報告書に記入して報告する。

- ② 試合開始15分前までに本部に審判証(コピー可)を提出し、審判員の登録を行う。

③ 審判員は全員、所定の審判服（シャツ・パンツ・ストッキング）・級のワッペンを着用する。

天候等の都合で審判服の上にジャージ等を着用する場合は、所定の審判服等を確認後、本部及び両チームより了解を取ってください。

④ 審判に必要な用具（ホイッスル・フラッグ・時計・筆記具・審判カード・コイン・etc）は、審判員が準備する。

⑤ 試合球を決定する。予備球は第4の審判が管理する。

⑥ 試合開始10分前に両チームの選手を本部前に召集し、メンバー用紙と写真登録書で選手の照合を行い、ユニフォーム・用具を確認する。不備がある選手は出場させない。

⑦ 両チームのキャプテンを呼び、試合前の確認事項の伝達及びコイントスを行う。

⑧ 試合開始前・終了時にセレモニーを行う（なお、開始前時は第4の審判も整列する）。

## 10-2. 試合開始～終了

### （1）注意事項

① 時計は全員もつこと（携帯電話は審判員の時計として認めない）。

② 夏季期間（原則7/1～9/30）については別に定める「熱中症対策指針」に沿った運用を行う。

③ 猛暑のため、試合中に給水タイムをとる必要があると判断した場合は、試合開始前に両チームと相談し通知する。給水はピッチ内で行い、試合の中断時間は前後半それぞれの中間の時間に1分以内とする（クーリングブレイクを採用する場合は、給水はピッチから出て良くベンチに入り、飲水だけでなく身体の冷却を行うようにする。なお、試合の中断時間は前後半それぞれの中間の時間に3分以内とする）。

④ 給水タイム及びクーリングブレイクにかかる中断時間はアディショナルタイムに含めない（三鷹ルール）。

### （2）本部

① 選手の交代

イ. 交代用紙を受け取ったら、メンバー表で交代選手の確認をする。（OVER 40、50は交代用紙不要）

ロ. 確認ができれば第4の審判に選手交代を告げ、交代用紙を渡す。

② 本部報告書記入 イ. 得点者 ロ. 警告者・退場者

イ. 得点者

ロ. 警告者・退場者

ハ. 本部・審判担当者

二. 試合中のトラブルやベンチマナー、観戦マナー等、協会に報告・連絡する事項。

③ 試合運営に当たってトラブルや判断に困る事があった場合は、運営委員まで連絡する。

### （3）第4の審判

① 試合管理上の任務を援助する。

イ. ベンチより判定に対する異議や相手選手・審判員に対して中傷・非難があった場合

ロ. 試合中に監督・コーチ・控え選手等がベンチから離れて指示している場合

ハ. 許可なく、ピッチを入退場した場合

- ② 試合中の選手交代手続きを援助する。
  - イ. 本部から選手交代用紙を受け取ったら、交代要員の用具を点検する
  - ロ. アウトオブプレーになったら、主審に交代を知らせる
  - ハ. 交代退場者のチーム名・背番号・名前を告げ、退場者がピッチの外に出たことを確認した後、交代者の入場を許可する。
- ③ 予備試合球を管理し、試合中に主審から指示があった場合、試合球を交換する。選手からの要望で試合球を交換しない。
- ④ 試合の前後半終了近くに主審から提示されたアディショナルタイムを両チームに伝える。
- ⑤ 主審・副審の見えないところで乱暴な行為が起きたとき、主審に合図する。
- ⑥ 主審或いは副審が体調不良等で審判を行えなくなった場合、代わって審判を行う。

### 10-3. 試合終了後

#### (1) 本部

- ① 「本部報告書」を主審と両チームに内容を確認してもらい、サインをもらう。
- ② 預かった~~審判証~~写真登録書、試合球を返却する。
- ③ 試合の結果は、当日中に三鷹市サッカー協会HPの『試合結果フォーム』に打ち込み送信する。  
警告者、退場者が発生した場合は、特記事項欄に反則内容および事由を入力する事。  
また、退場者が発生した場合は、速やかに担当ブロックの運営委員に連絡する事。  
本部報告書は、メンバー用紙・交代用紙と一緒に、シーズン終了まで保管する。運営委員会より提出の依頼があった場合は、指示された場所に郵送する。  
(報告に不備があった場合は、本部報告書を運営委員まで郵送する指示をします。)
- ④ 最後の試合の本部は、対戦両チームにグラウンドの片づけを指示する。
- ⑤ 本部の机・いす及びベンチを片付ける。
- ⑥ ~~グラウンドの片付けが終了し、忘れ物やゴミのないことを確認したら管理事務所に行き、グラウンド使用の終了を伝え事務所にあるグラウンドスケジュールの最後の時間帯に氏名を記入する。~~

#### (2) 審判

主審は試合終了後、本部で「本部報告書」の試合結果・得点者・警告者・退場者の確認を行い、確認のサインをする。

尚、警告者、退場者が発生した場合は、特記事項欄に記入すること。



### 1 1. 悪天候の場合

- (1) 第1試合のチームは原則として、悪天候の場合でもグラウンドへ行くこと。
- (2) グラウンドの使用が出来ないことが確認できた時点で、三鷹市サッカー協会HPもしくは、各ブロックの運営委員より、試合の中止を連絡します。
- (3) 試合中の降雨・雷等による中断・中止は、主審と本部が行う。試合が中止となった場合は、原則として中断した時間より再試合とする。
- (4) 中断した場合は事務所の指示に従うこと（安全確保を優先）。安全性を確認のうえ、後片付けをして帰ること。

### 1 2. プライバシーポリシー

各チームから提出して頂いた個人情報、三鷹市サッカー協会に關係する運営のみに使用し、確実に管理を実施します。

尚、リーグ開幕代表者会議にて、別紙の、同意書にチーム代表者に署名を頂戴いたしますので、各チーム登録メンバーに対し、同意頂きますように、お願いいたします。

### 1 3. その他

- (1) 日程確定後の試合キャンセルの場合、試合は0-5の負けとする。運営割当てがある場合は、原則として、試合をキャンセルしたチームが審判・本部のすべてを行なう。
- (2) 施設（グラウンド内外、駐車場、自動販売機横、等）にゴミは残さず、必ず持ち帰ること。 ペットボトル、テーピング、**マスク**等が残されている事が依然として多くあります。最終試合のチームは、施設内にゴミが残っている場合は、ゴミを持ち帰ること。
- (3) ナイターの点灯は当日の日没時刻の直前の正時（N時00分）またはN時30分としています。日没前に暗くなり、試合継続に支障がある場合は審判・本部チームの判断によりナイター点灯の手続きを行なってください。（費用（1,000円/30分）は立て替え払いをお願いします。費用を立て替えた場合、立て替えたチームは、自ブロックの運営委員にその旨を（事後）連絡してください。後日、精算します。）
- (4) 刺青・タトゥー（シール類を含む）を露出している方は、グラウンド敷地内に入場できません。
- (5) グラウンド敷地内での喫煙は禁止。喫煙マナーを守ること。
- (6) 総合グラウンド敷地内では、本部担当者・審判員・選手の給水以外の飲食禁止。
- (7) ピッチ周りには水以外の飲料を置かないこと。
- (8) 自転車・バイク・自動車は決められた場所に駐車すること。
- (9) 救急車を呼ぶ場合
  - ① グラウンド管理事務所へ行き、救急車を呼んでもらう。
  - ② 管理人の指示に従い所定の報告書に記入し、1部を管理人に提出し、もう1部を速やかに三鷹市スポーツ推進課（SUBARUスポーツセンター内）へ提出する。
  - ③ 搬送先病院の確認及び付き添い。

- (10) 試合当日、チームでマナー担当者を1名決め本部に連絡する。マナー担当者は、チームの選手全員がグラウンドから退場するまで、自チームのマナーに責任を持って指導・監視すること。
- (11) 小学生以下の子供のベンチやグラウンドピッチでの試合観戦を禁止します（試合中に事故が発生したため）。必ず保護者同伴のうえ、スタンド席にて観戦してください。
- (12) チーム連絡先が変わる場合は、必ず自ブロックの運営委員に連絡する。
- (13) 要項を守れないチームについては、運営委員会でその処分を決定する。
- (14) 試合、運営における新型コロナウイルス対策予防として新型コロナウイルス対策ガイドラインに従い最大限留意して取り組むこと。

— 以 上 —