

日本跆拳道の魂＝蹴美の道標 2026 夏

J T A 一部組手ルール改正、突き強打の禁止

2026年8月4日
日本テコンドー協会
宗師範 河 明生

日本テコンドー協会（以下、J T A）が指導・普及する日本跆拳道は蹴美（華麗で美しく力強い蹴り）を極める蹴武である。よって組手試合は蹴美を極める競争でなければならない。
蹴美は、他流派テコンドーや空手等の打撃系武道とは一線を画す日本跆拳道の魂であり、J T Aの個性であってJ T Aを100年以上存続させるための「技術的生命線」である。
蹴美を守るため、突きによる強打を禁止する（一本勝ち廃止。2026年7月理事会承認）。
フルコンタクト・テコンドーの一部組手は「蹴美対蹴美の華麗な蹴り技の競演」でなければならない。

記

一、一部組手改正趣旨

1、J T Aにおいて突きは、蹴りを活かすための副次的な技であり、脇役であって主役ではない。

蹴美の組手スタイルは、モーションが大きくなる。

それを奇貨とし、顔面ガードを固めて受けに特化し、中段突きを狙う組手スタイルは排除すべきである。このような選手が跋扈すると、蹴美は滅びてしまう。

顔面ガードを固めて受けに特化し中段を突くのは、さほど難しい技ではない。3か月もあれば十分習得可能である。

一方は蹴美を目指し、他方はそれを放棄し勝つことだけに集中する。

これを認めると蹴美の華の一つである後ろ回し蹴りを蹴る選手が激減する。なぜなら勝てなくなるからである。（フルコンタクト系空手に華麗な蹴り技の名手が極めて少なく中段突きと ローキックだけの選手が絶対多数をしめる理由はこの点にある）

J T Aの組手スタイルは、「蹴美対蹴美の華麗なる蹴り技の競演」でなければならない。

2, 死亡事故や後遺障害を防止する

①手による顔面強打を是とする格闘技は、程度の差こそあれ確実に脳障害をもたらす。

ゆえに手による攻撃連打は控えなければならない。

四角い箱に豆腐をいれ強い衝撃を与えれば豆腐は崩れる。脳も同じである。

突きは蹴りに比べ簡単であり、短期間で誰にでもできるから、J T Aでは脳障害を回避する為、組手ルール上、顔面強打を禁止しているが、守れない者が稀に存在する。反則攻撃を受けた選手に根性があれば「注意1」、そうでなければ倒れるから「減点1」。この悪弊は ITF 時代からある。

事故を防止するためこの悪弊を根絶しなければならない。

②顔面強打を認める組手ルールの場合、選手が首を鍛える地道な訓練が必要である。

死亡事故や脳障害等の重度後遺症を防ぐためである

(例えば車の死亡事故は衝突による首の骨折が多い。これを防ぐためにエアバックがある)

ボクシングやキックボクシングの選手は首の強化が必修である。レスリングや柔道もしかり。ラグビーやアメリカンフットボール等、タックルが重要な技である球技でも首を鍛えなければならない。しかし、首強化訓練はおもしろくない。時間がかかり、根気がいる。

ゆえに朝から晩まで合宿生活を通じた半強制的トレーニングを上記の競技では課している。

J T Aにプロ格闘家はいない。そのため首を鍛え抜いている選手はいない。

又突きを学ぶために入門する者もない。殆どすべてが蹴り技の習得を目指している(後述)。さらにJ T A道場練習において首を強化する指導を行う時間的余力が無い。会員も望まないだろう。

このような現実の中、最近、蹴りに自信のない選手による顔面強打やスタミナの切れた選手が接近時、相手選手の顔面や側面をこづくことがある。まったく品位にかける反則である。

③顔面ガードを固めて受けに特化し、中段突きで一本勝ちを狙うのは肺等の内臓に負担がかかる。危険である。

イ、グローブが重ければ重いほど突きの威力が加重される。

(例えば悪いが、喧嘩の際、小さな石を拳に握って殴るだけで威力は倍増する)

ロ、蹴美を意識した選手の後ろ回し蹴りは、モーションが大きくかわされた後、隙が生じやすい。キャリアの浅い若手は、上記のことまで配慮し、後ろ回し蹴りを蹴ってはいない。

また胴体への攻撃に耐えうる訓練(例えば、私は高校生の頃、バットで胸や腹を打たせた。あばら骨の側面は骨折しやすいため中段回し蹴り甲蹴りを後輩に蹴らせて蹴らせて撃たれ強い肉体を作った)も必要である。

しかし、このような撃たれ強さの訓練をしている選手は少数派である。

二、改正一部組手ルール

2026年9月以降の

J T A の全試合において突きの強打を禁止する。

1, 上段(顔面、顔側面、後頭部等)への突きの強打を禁止する。

上段への強打を行った者は、優勢の有無、ダメージの有無にかかわらず即失格とする。

2, 中段(胴体)への突きの一本勝ちを廃止する。

これに伴い中段への強打を禁止する。

中段への強打を行った者は、優勢の有無、ダメージの有無にかかわらず即失格とする。

三、日本跆拳道の魂＝蹴美の技・後ろ横蹴り指導の普遍性

2025年5月31日～6月1日、WFKO（代表 緑健児）主催 第1回全世界空手選手権大会の重量級においてJTA 横浜青葉テコンドークラブ（クラブ長・吉川真）所属の後藤優太（JTA7級）が優勝し、世界フルコンタクト空手・初代重量級世界チャンピオンになった。



吉川真によれば「後藤君の父親（空手有段者）が蹴り技を学ぶため JTA 横浜青葉テコンドークラブに入門し、その後、後樂園ホールで開催された全日本フルコンタクトテコンドー選手権大会を親子で観戦。蹴武の型試合に感銘し、多彩な蹴り技を習得したいという目的で2020年夏に入門しました」

後藤優太が吉川真から熱心に学んだ蹴り技が JTA の伝家の宝刀・後ろ横蹴り（空手では後ろ蹴り。後藤家は父子ともに立派な武道家である。空手道を継続し、白帯から JTA に入門し現在も現役の JTA 会員である）であった。

かつて私・河は、極真空手全盛時代の世界チャンピオンの八巻健児および数見肇等を指導した（詳細は両者の自伝参照）。

しかし、今回は私・河ではなく、直弟子の吉川真が指導し、素晴らしい成果を発揮したのだ。

これは日本跆拳道の魂＝蹴美の技・後ろ横蹴り指導が

普遍性を帯びていること意味している。指導技術が創始者の一身専属的
ものではなく、その弟子を通じて有能な弟子たちに引き継がれる指導技術であるということだ。

空手界で JTA に中段突きを学ぶため入門する者はいない。突きで勝とうとする志向は捨てるべきだ。

我が JTA の組手スタイルは、「蹴美対蹴美の華麗なる蹴り技の競演」でなければならない。

日本には大小 500 以上の打撃系武道団体が存在するという。

我が JTA が 100 年以上存続するためには、蹴美の個性をより一層輝かせる他ない。