

「全柔連 COMEBACK 女子柔道プロジェクト」

～ママと笑顔でつながる・近畿 GIRLS 柔道フェスタ～

実施報告書

1. 日 時 2025 年 12 月 20 日（土） 12：00～15：00
2. 場 所 大阪講道館
3. 参加者 小学生 4～6 年生女子と母親（17 組 37 名）  
講師・役員 18 名 高校生 11 名
4. 目 的 ・経験者・未経験を問わず、親子と一緒に柔道に触れ、柔道が持つ多  
面的な魅力を感じてもらう。  
・近畿地区のネットワークを形成し、情報共有や交流を通じて女子柔道の  
普及と発展を図る。
5. 内 容  
■開会式（12：00）  
嘉納治五郎師範の写真に向かって一礼  
諸注意・連絡事項



■【1部】JSPO-ACP@柔道場体験（12:05～13:05）

講師 友松晶先生、溝畑貴子先生、木村佑衣先生

●親子で楽しく運動しよう

赤紐や靴下、タオルを使いながら柔道の動きも取り入れたゲームを親子で対戦しました。攻防の楽しさと難しさが混在しそれぞれ真剣な表情になる場面もありました。高校生のサポートも加わったことで会場全体が一体となり、笑顔と活気に溢れた時間となりました。



■休憩（13:05～13:20）

■【2部】親子柔道体験(13:20～14:05)

講師 佐々木萌先生、瀬川綾子先生、大阪府女子柔道振興委員会

●受け身、投げ技、抑え込み体験

大外刈りや大腰の掛け方を説明した後、高校生を相手に投げ込みの体験をしました。実際に投げると周囲から拍手が起こり、会場は一層盛り上がりました。受け身を習った事で「自分が投げられてみたい」「柔道をはじめてみたい」と話をされたお母さんもおられました。

●小学生 vs 高校生の団体戦対決体験会

グラندスラム東京で行われた小学生対選手のエキシビジョンマッチを近畿版として実施しました。小学生の真剣な表情と高校生の全力の受けが相まって会場全体が熱気に包まれ、さらに随所に関西らしい笑いも生まれ印象に残る試合となりました。



■【3部】エチケット講習会（14：05～14：40）

講師 松本茜先生

●髪が解けない結び方体験会

長い髪のまとめ方や、襟足にかかる髪を結ぶ方法など、女性らしさも取り入れた実用的なアレンジをレクチャーしました。参加者からは「柔道が続けるなら髪を短くしなさいと言われて悩んでいたが解決できた」「動画を撮ったので家でも結ぶ練習をしたい」などの感想が、後日のアンケートで寄せられました。

講師 前濱ひろみ先生

●エチケットガイド～安心して柔道が続けるための準備～

成長期の女子選手が安心して競技に取り組むため、生理に関する基礎知識及び試合時の対応について説明を行いました。

またトラブルを防ぐために事前準備の重要性について周知しました。



■【4部】プレゼント抽選会（14：40～14：55）

柔道衣をリメイクしたショルダーバッグ、筆箱、ウエストポーチの三種類を作成し抽選にてプレゼントしました。

■閉会式（14：55～15：00）

諸注意・連絡事項

嘉納治五郎師範の写真に向かって一礼





