



服装や保護を目的とした装具に関する規定



2023 年 4 月 1 日

(公財) 日本ハンドボール協会競技・審判本部

IHF 国際ハンドボール連盟（2017 年 7 月発表）を基準とする。

全日本大会では実施を原則とし、ブロック、都道府県大会では推奨とする。

いずれの場合もプレーヤーの発達段階や健康状態、開催時期の天候等を十分に考慮した上で、最終的にその運用については、主催者によって決定することができる。

※ 以下規定内、変更箇所等は朱書きにて記載する

1 頭部や顔への装具

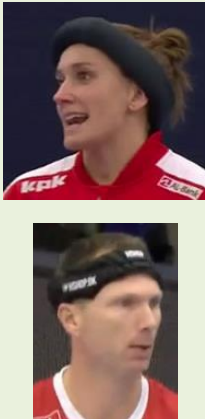
品目	例	国内	国際	条件
①マスク		可 ※1	不可	国際大会 では、マスクは使用できない。 ※1 国内大会では、表情が読み取れ、柔らかい素材であれば、主催者の判断で使用を認める。
②ヘルメット		不可	不可	ヘルメットは使用できない。
③鼻の保護		可	可	柔らかく、単色で、テープ式のもの。

社会人連盟では、
※1の条件で使用可能

左記の通り

左記の通り

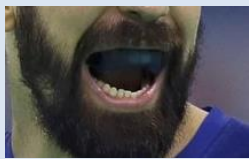
2 ヘアバンド

例	国内	国際	条件	
	可	可	ゴムバンド式で、薄く、幅広くないもの。	左記の通り
	不可 ※2	不可	ゴムバンド式でないもの、厚手のもの、幅広いものは使用できない ※2 はちまきは、たれている部分が長いと、周囲のプレーヤーの目などにあたり危険を及ぼすことがある。 国内大会では、主催者が、はちまきの結び目からたれていて部分が短くなっており使用に支障がないと認めれば、使用を認める。	ゴムバンド式以外は使用不可

3 めがね・ゴーグル

例	国内	国際	条件	
  スポーツ用ヘッドバンド プラスチックレンズ シリコン	可	可	スポーツめがねやゴーグルは、スポーツ用のバンドがあり、平らなプラスチックレンズで、フレーム上部がシリコンなど柔らかい材質であること。	左記の通り
 フレームが固い材質（バンド付）	主催者が規定 ※3	不可	国際大会では、スポーツめがねやゴーグルであっても、フレーム上部が固い材質のものは使用できない。 ※3 国内大会では、「スポーツゴーグル」として市販等されているものであれば、その使用を認める。	※3の条件で使用可能

4 マウスピース

例	国内	国際	条件
 	可	可	透明であり、単色のマウスピースは使用できる。
 	不可	不可	不透明や、複数の色のマウスピースは使用できない。

左記の通り

社会人連盟では、制限しない。

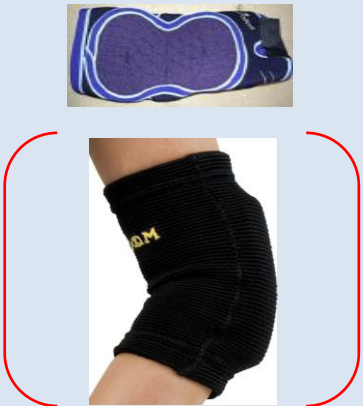
5 肩の保護やアームスリーブ

品目	例	国内	国際	条件
①肩の装具	 	可	可	肩の装具は、柔らかく、薄手の材質であれば使用できる。 色は問わない。
②アームスリーブ	  	可 ※4	可	アームスリーブは、ユニホームの大部分を占めている色と同色か、類似の色であれば使用できる。 ※4 国内大会では、ユニホームに使用されている色であれば、使用を可能とする。 使用の際は、チームで統一した色とすること。 両腕に使用する場合、左右同色でなければならない。

左記の通り

社会人連盟では、色は問わない。チームで統一の必要なし。左右同一の必要なし。

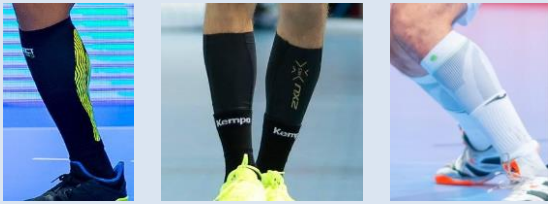
6 肘の装具

品目	例	国内	国際	条件	
①肘あて		可	可	薄くて柔らかい材質であれば、使用できる。 色は問わない。	左記の通り
②肘サポーター (3カ所にパットがついている)		可	可	3カ所に保護のためのパットがついている肘あては使用できる。 パット部分はエンボス加工されており、動きを良くし、肘が床を滑る際に適した構造でなければならない。	左記の通り
③ネオプレン (合成ゴムの肘サポーター： 1枚のパット)		可	可	広い1枚のパットを用いたネオプレンの材質の肘あては使用できる。 パット部分はエンボス加工されており、動きを良くし、肘が床を滑る際に適した構造でなければならない。	左記の通り
④肘の装具		可 ※5	可	薄くて柔らかい材質であれば使用できる。 色は問わない。 固い部分をすべて柔らかい素材で覆うことで、相手に危害を加えないと判断できれば使用できる。 ※5 国内大会では、広い1枚のパットを用いたサポーター（左図（ ）内のサポーターを参照）は、保護目的であれば使用を認める。	左記の通り
⑤肘の装具		不可	不可	固い部分がむき出しになっている装具は、使用できない。	左記の通り

7 膝の装具

品目	例	国内	国際	条件	
①膝サポーター		可	可	柔らかい、薄手の材質であれば使用できる。 色は問わない。 固い部分をすべて柔らかい素材で覆うことで、相手に危害を加えないと判断できれば使用できる。	左記の通り
②膝サポーター (1枚のパット)		可	可	広い1枚のパットを用いたサポーターは、保護目的であれば使用できる。 色は問わない。	左記の通り
③ネオプレンの 膝サポーター (1枚のパット)		可	可	広い1枚のパットを用いたネオプレン(合成ゴム)材質の膝あては使用できる。 パット部分はエンボス加工されており、動きを良くし、膝が床を滑る際に適した構造でなければならない。	左記の通り
④膝の装具		不可	不可	固い部分がむき出しになっている装具は、使用できない。	左記の通り

8 ふくらはぎの装具

例	国内	国際	条件
	可	可	ふくらはぎへの装具は、靴下と同色であれば使用できる。
	不可	不可	靴下の色と一致しないふくらはぎへの装具は、使用できない。

社会人連盟では制限はなし。

9 足首の装具

品目	例	国内	国際	条件
①足首の装具		可 ※6	可	固い部分をすべて柔らかい素材で覆うことで、相手に危害を加えなければ使用できる。 国際大会では、装具と装具を覆うためのテープは、靴下と同色でなければならない。 ※6 国内大会では、靴下と同色でなくても使用を認める。
②足首の固定具		可 ※7	可	固い部分がなければ使用できる。 国際大会では、装具と装具を覆うためのテープは、靴下と同色でなければならない。 ※7 国内大会では、靴下と同色でなくても使用を認める。
③足首の装具		不可	不可	固い部分がむき出しになっており、靴下と色違いの装具は使用できない。

左記の通り

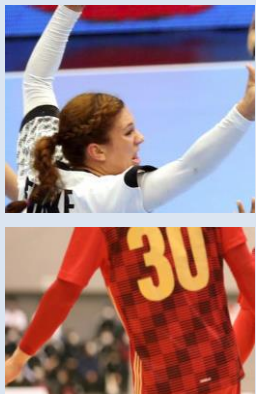
左記の通り

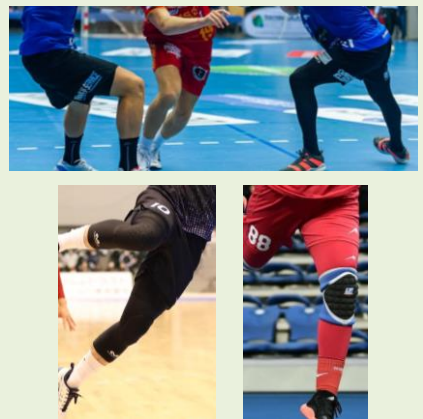
左記の通り

10 服装

<概要>

- （ゴールキーパーを除いて）長ズボンは使用できない。
- 4カ所（短パン+膝の装具+ふくらはぎの装具+靴下）の使用は許可される。
- サイクリングパンツも**短パンの大部分を占めている色と同色**であれば使用できる。
（社会人連盟では、制限は設けない。）
- ふくらはぎの装具は、**靴下と同色**であること。
（社会人連盟では、制限は設けない。）
- 足首の装具は、靴下と同色であること（**国内では、同色でなくてもよい**）。
- 肘や膝の装具（**1カ所のみを保護する装具**）の色は問わない。

品目	例	国内	国際	条件	
①スポーツ用ヘッドスカーフ		可	可	単色のスポーツヘッドスカーフは使用できる。 複数の選手がヘッドスカーフを使用する際は、全員が同色であること。	左記の通り
②スポーツ用ではないヘッドスカーフ		不可	不可	スポーツ用ではないヘッドスカーフは使用できない。	左記の通り
③長袖のアンダーシャツ		可 ※8	可	ユニホームの大部分を占めている色と同色であれば使用できる。 ※8 国内大会では、ユニホームに使用されている色であれば、アンダーシャツのほか、半そでのユニホームと同色・同じデザインの長そでのユニホームの使用を認める。 使用する際は、チームで統一した色とする。	東京都社会人連盟では、制限を設けない。
		可 ※9	不可	ユニホームの大部分を占めている色と異なる色は使用できない。 ※9 国内大会では、ユニホームに使用されている色（大部分を占めていなくてもよい）であれば使用を認める。 使用する際は、チームで統一した色とする。	東京都社会人連盟では、制限を設けない。

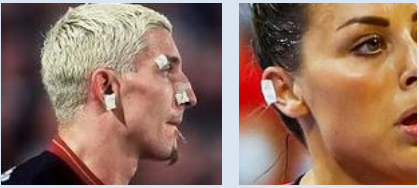
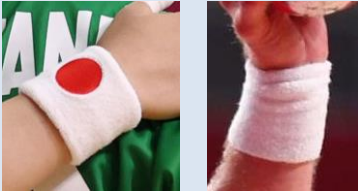
品目	例	国内	国際	条件
④サイクリングパンツやウォームパンツ		可	可	短パンの大部分を占めている色と同色であれば使用できる。
		不可	不可	短パンの大部分を占めている色と異なる色は使用できない。
⑤長ズボン		可	可	ゴールキーパーは、長ズボン、長タイツ、短パン、短パンとサイクリングパンツ等を使用できる。
		不可	不可	コートプレーヤーは、長ズボン・長タイツ等は使用できない。
⑥靴下		可	可	靴下は、同色で同じ長さを基本とする。
⑦上着		可 ※11	可	ゴールキーパーとなるコートプレーヤーは、ゴールキーパーと同一のユニホームを使用する。 ※11 国内大会では従来通り、ビブスに穴を開けただけのものでも使用を認める。

東京都
社会人連盟
では、
制限を
設けない。

左記の通り

東京都
社会人連盟
では、
制限を
設けない。

11 足首の装具

品目	例	国内	国際	条件	
①イヤリング ピアス		可	可	小さいイヤリングやピアスは、完全にテープで覆われていれば装着できる。	左記の通り
		不可	不可	完全にテープで覆われていないイヤリングやピアスは、装着できない。	左記の通り
②ヘアピン		可	可	柔らかい素材でできているヘアピンは使用できる。 金属やプラスチックのヘアピンの場合は、完全にテープで覆われていれば使用できる。	左記の通り
③キャプテンマーク		可	可	単色のものであれば使用できる。	東京都 社会人連盟 では、 制限を 設けない。
④短いリストバンド		可 ※12	可	短いリストバンドは粘着性がなく、柔らかく、薄手のものであれば使用できる。 国際大会では、ユニホームの大部分を占めている色と同色であれば使用できる。 ※12 国内大会では、ユニホームと同色でなくても使用を認める。	東京都 社会人連盟 では、 制限を 設けない。
⑤長いリストバンド		可 ※13	可	長めのリストバンドは粘着性がなく、柔らかく、薄手のものであれば使用できる。 国際大会では、ユニホームの大部分を占めている色と同色であれば使用できる。 ※13 国内大会では、ユニホームと同色でなくても使用を認める。	東京都 社会人連盟 では、 制限を 設けない。

品目	例	国内	国際	条件
⑥手首の装具		可 ※14	可	固い部分が覆われていれば、手首への装具は使用できる。 国際大会では、ユニホームの大部分を占めている色と同色であれば使用できる。 ※14 国内大会では、ユニホームと同色でなくても使用を認める。
⑦手袋グローブ		不可	不可	コート上で手袋やグローブは使用できない。 ゴールキーパーも同様である。 交代地域での防寒具としての使用は認める。
⑧フィンガーバンド		不可	不可	フィンガーバンドは使用できない。
⑨靴への松ヤニ		可 ※15	可	靴に限り松ヤニをためておくことができる。そこから指へ補充する。 他の部位に松ヤニをためておくことはできない。 ※15 国内大会では、会場使用の際の条件によって、靴への松ヤニを認めない場合もある。

左記の通り

左記の通り

左記の通り

基本的に
東京都
社会人連盟では
松ヤニの使用は
認めない。