

An aerial view of a soccer stadium during a match. The stadium is filled with spectators, and the pitch is green. The sky is blue with scattered white clouds. Three large, vertical white bars are positioned in the upper half of the image, partially obscuring the stadium's seating and the sky. The text 'J.LEAGUE' and 'J STATS REPORT 2025' is overlaid on the lower half of the image.

J.LEAGUE

J STATS REPORT 2025



ファン・サポーターやサッカーに関係する多くの方々にとって
データがより身近に、親しみやすいものになるように

またデータによる新しいサッカーの楽しみ方の提供や
日本サッカーの強化・育成・普及への貢献を目指して創刊したのが

この『J STATS REPORT』です。

本レポートでは、2025シーズンのJリーグ総括、
各局面における分析結果、欧州5大リーグとの比較をまとめました。

J STATS REPORTをきっかけとして
自由にフットボール談義をするためにご活用ください。



※「J STATS」とは、Jリーグが認める、試合に関わる様々な競技データの総称です。メンバー表や得点者、警告/退場といった試合記録に関わるものから、選手ごとのパスやドリブル、ボール保持率といったプレーに関するデータ、試合中の走行距離や選手のポジショニングなどの位置情報(トラッキングデータ)など、競技記録系データからパフォーマンス系データまでを含みます。

OVERVIEW

06 Jリーグ全体総括	18 データで選ぶベストイレブン
08 インタビュー:ロジャー・シュミット	20 ネクストスター
10 J1リーグ総括	24 J2リーグ総括
12 J1優勝チーム	26 J2優勝チーム
14 インタビュー:鹿島アントラーズ分析担当	28 J3リーグ総括
16 最優秀選手賞・ベストイレブン	30 J3優勝チーム

ANALYSIS

34 トピックス	48 ドリブル
40 ゴール	50 守備
43 セットプレー	54 トランジション
44 ビルドアップ	56 ゴールキーピング
46 アタッキングサード進入	58 フィットネス
47 クロス	
60 Jリーグ歴代優勝チーム	
62 用語集	

概要

OVERVIEW



OVERVIEW

Jリーグ全体総括

OVERVIEW OF THE J.LEAGUE

最後まで白熱した戦いが繰り広げられた2025明治安田Jリーグ。全てのカテゴリーにおいて最終節まで優勝クラブが決まらなかったのは、J3リーグが発足した2014シーズン以降、初めてだった。

J1リーグでは鹿島アントラーズが9シーズンぶりの戴冠を果たし、J2リーグでは水戸ホーリーホックが初優勝でのJ1初昇格。茨城県勢の2クラブが王者に輝いた。J2リーグ2位で自動昇格を決めたのはV・ファーレン長崎で、8シーズンぶりのJ1復帰。J1昇格プレーオフではジェフユナイテッド千葉が勝ち上がり、こちらは17シーズンぶりのJ1復帰を果たした。J3リーグでは栃木シティが参入初年度を優勝で飾り、3年連続で上のカテゴリーに移ることになった。さらには2位で自動昇格を決めたヴァンラーレ八戸、J2昇格プレーオフを勝ち抜いたテゲバジャーロ宮崎と、いずれも初のJ2昇格となった。

2025シーズンの明治安田Jリーグは、全カテゴリーで年間総入場者数の過去最多を更新した。J1リーグは8,073,557人で2年連続の更新。J2リーグは6年ぶりの更新となり、3,377,480人を記録した。J3リーグも1,428,621人で2年連続の更新となった。クラブ単位の平均入場者数においては、J1初挑戦となったファジアーノ岡山や、初めてシーズンを通して新スタジアムを使用したV・ファーレン長崎などが大きな伸びを記録している。また、7月に行われた「明治安田Jリーグワールドチャレンジ2025 presented by 日本財団」では日産スタジアムに67,032人が詰め掛け、Jリーグ主催試合における最多入場者数記録を更新した。

今回の『J STATS REPORT 2025』では、各リーグの総括をはじめとして、リーグ内やカテゴリー間、欧州5大リーグとの比較など、様々な角度からJリーグ全体の分析を行っている。Jクラブのスタッフだけでなく、多くのファン・サポーターの皆さまにとって有益な情報となることを願っている。

※本書の文中にある「今シーズン」は2025シーズン、「昨シーズン」は2024シーズンを指す

【2025シーズンのトレンド】

今シーズンのJ1におけるトレンドとして「3バックの増加」、「ハイプレス・ロープレス試行率の増加」、「ショートパスへの回帰」が挙げられる。以降の各パートでは、これらのトレンドや変化にも注目しながら2025シーズンを振り返っていく。

▶ 3バックの増加 (→「トピックス」パート p.36)

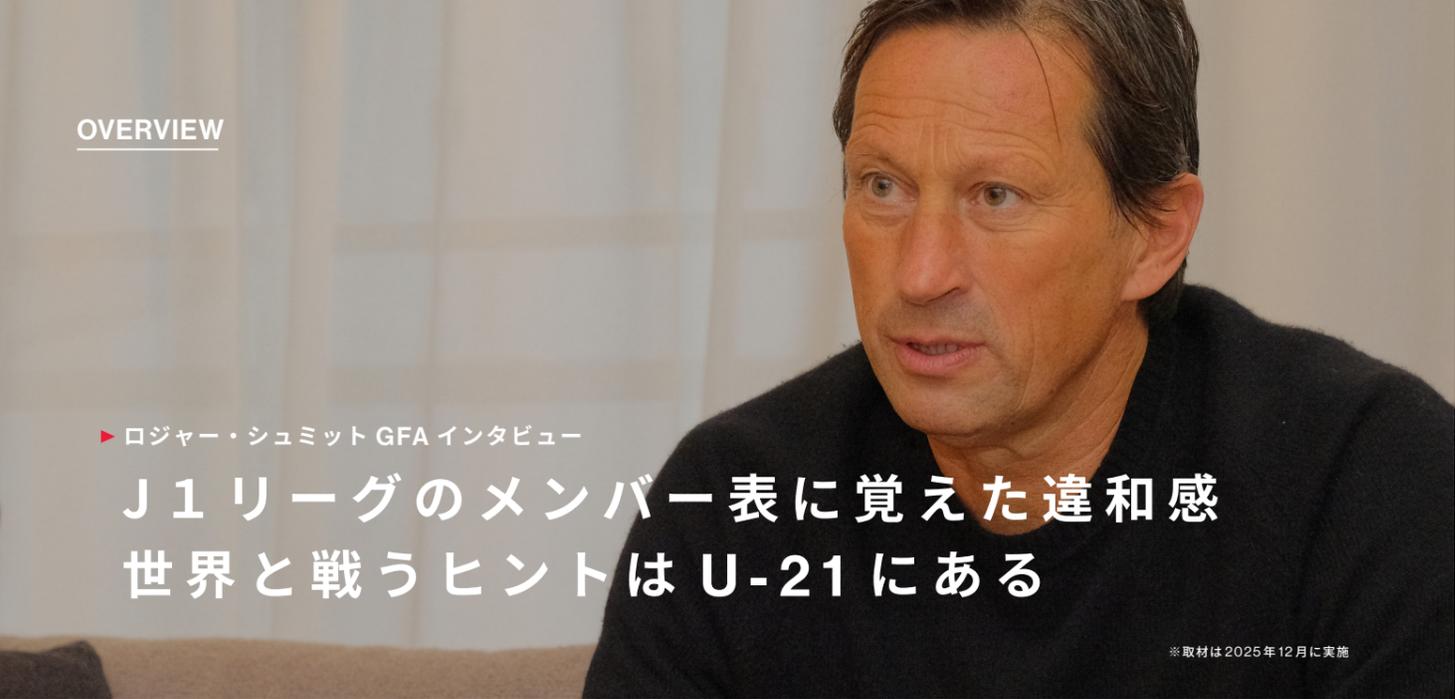
先発フォーメーションの傾向を見ると、3バックを採用するチームが昨シーズンの30.1%から50.5%へと大幅に増加し、直近5シーズンで初めて4バックの割合を上回った。中でも3-4-2-1を採用するチームが43.4%と最も多く、2番目に多い4-2-3-1(21.4%)の倍以上となっている。

▶ ハイプレス・ロープレス試行率の増加 (→「ゴール」パート p.42)

守備面では、ハイプレス試行率およびタックルラインが直近5シーズンで最も高くなっており、なるべく高い位置から相手に制限をかけて自由に蹴らせない、あるいはボールを奪おうという意識の高まりが見られた。ハイプレス試行率が45%を超えたのは、柏レイソル、京都サンガFC、サンフレッチェ広島、ヴィッセル神戸と、全て上位陣が占めている。サンフレッチェ広島はタックルラインでも44.5mでリーグトップとなっている。さらに、ロープレス試行率も直近5シーズンで最も高く、最終ライン近くでもボール保持者に対するプレッシャーがかかっており、その影響もあって裏抜け数は直近5シーズンで最少となった。これらが得点数減少の一因になっていると考えられる。

▶ ショートパスへの回帰 (→「ビルドアップ・パサー」パート p.45)

ボール保持において、年々減少傾向だったオープンプレーにおけるショートパスが昨シーズンよりも増加し、逆にロングパスが直近5シーズンで最も少なくなるなど、リーグ全体としてショートパススタイルへの回帰が見られた。一方で、前方ロングパス数は微増しており、チームや状況に応じたスタイルの差が濃くなっているともいえる。柏レイソルがショートパス数でリーグトップ、FC町田ゼルビアが前方ロングパス数で同1位となっている。



▶ ロジャー・シュミット GFA インタビュー

J1リーグのメンバー表に覚えた違和感 世界と戦うヒントはU-21にある

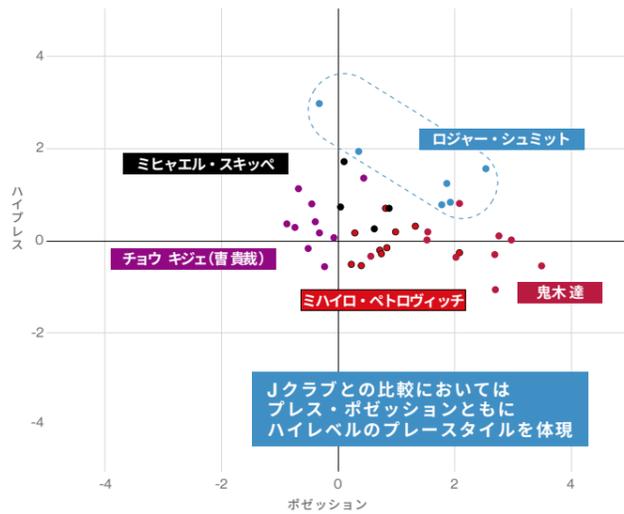
※取材は2025年12月に実施

■ロジャー・シュミット氏を導いた J.LEAGUE Europeの『FocuSCOPE』

2025年10月1日、レッドブル・ザルツブルク(オーストリア)、バイエル・レヴァークーゼン(ドイツ)、北京国安(中国)、PSVアイントホーフェン(オランダ)、ベンフィカ(ポルトガル)という世界各国の強豪を率い、UEFAチャンピオンズリーグ、UEFAヨーロッパリーグ、AFCチャンピオンズリーグなどの国際舞台で計10年間も指揮を執ってきたロジャー・シュミット氏が、Jリーグの新役職であるグローバルフットボールアドバイザー(GFA)に就任した。その確かな実績もさることながらシュミットGFAは「フルスロット・フットボール」とも称される、ハイプレッシングやゲーゲンプレッシングで息をつく暇も与えないインテンシティの高いサッカーを2010年代前半から第一線で実践してきた先駆者としても知られ、その衝撃は海を越えてミハイロ・ペトロヴィッチ監督や曹貴裁監督にも伝わっていたほど。

2025年より英国のロンドンに拠点を置いて活動しているJリーグの欧州支部、J.LEAGUE Europeが東京大学の研究チームと共同開発した『FocuSCOPE』という分析システム上で過去約10年の主要32リーグの全監督、全クラブのプレースタイルを比較してみると、ハイプレッシング志向の高低を縦軸、ポゼッション志向の高低を横軸で示した散点図(右図)でJクラブの監督が中央に集まっている中、右上に位置しているシュミットGFAはハイプレッシングとポゼッションを高度に両立してきた指導者だと一目でわかる。ボルシア・ドルトムントをドイツブンデスリーガ連覇、リバプールをUEFAチャンピオンズリーグとイングランドプレミアリーグ制覇へ導くなど、いわゆる“ストーミング”系のサッカーで旋風を巻き起こしたユルゲン・ Klopp監督(当時)と同水準の数値も決め手となり、Jリーグはそうした世界基準の“色”をつくり重ねてきた知見を借りるべく、シュミットGFAに白羽の矢を立てたというのが招へいの経緯だ。

▶ FocuSCOPEによるプレースタイル分析-Jリーグ監督との比較



■U-21 自国籍選手の出場データに見るJ1の現在地

就任から2カ月余りがたつ中で、シュミットGFAは「自分の目で見て日本サッカー界の解像度を上げたい」という思いからさっそく数多くの試合を現地視察。「実力がきつ抗していて競争力が高く、どのチームや選手も決して諦めずに勝利を目指して全身全霊を捧げている」と目を見張った一方で、試合前に会場で配布されるメンバー表に違和感を覚えていた。

「スタッフ上で確認するまでもない話ですが、試合視察でメンバー表に書いてある先発選手の年齢を見てみると、ほとんどの試合で24歳か25歳の選手が最年少になっていたんです。ベンチに目を移しても変わりませんでしたから、ここに日本サッカーの大きな伸びしろが表れているのではないのでしょうか」

つまり、バイエル・レヴァークーゼンで17歳のカイ・ハーバツ(現

アーセナル/イングランド)、ベンフィカで18歳のジョアン・ネベス(現パリ・サンジェルマン/フランス)をプロデビューさせ、彼ら原石を磨き上げてきたけい眼の持ち主の感覚では、将来性豊かな若手が満足な出場機会を得られていないということ。事実、2025シーズンのJ1リーグ先発選手平均年齢は27.7歳となっているが、シュミットGFAが最後に指揮したベンフィカにおける2023/24シーズンのポルトガルプリメイラリーグ先発選手平均年齢は26.5歳。この1歳以上の差が直感的に引っかかったのかもしれない。

ポルトガルに加え、オーストリア、オランダも渡り歩いてきたドイツ出身のシュミットGFAが語る欧州基準を知る上で参考となるのが、スポーツ研究国際センター『CIES Football Observatory』が2025年11月19日に発表していた統計だ。50の世界各国1部リーグを、同年1月1日から11月19日までの各リーグ総出場時間のうちU-21自国籍選手が占める割合で格付けすると、8.8%(11位)のオランダエールディビジ、5%(31位)のオーストリアブンデスリーガ、3.8%(39位)のポルトガルプリメイラリーグ、3.4%(40位)のドイツブンデスリーガと続く中で、2.6%のJ1は44位。U-21自国籍選手の総出場時間で並び替えれば、39位(25485分)に浮上するが、いずれも18クラブで構成されている14位(53968分)のオランダエールディビジ、31位(36084分)のポルトガルプリメイラリーグ、32位(35331分)のドイツブンデスリーガに大差をつけられている。U-21自国籍選手の総出場人数で比べても、オランダエールディビジの103人(14位)、ポルトガルプリメイラリーグの77人(31位)、ドイツブンデスリーガの74人(33位)に対して、J1は55人(43位)と下位に沈んでいた。

■「Jリーガーはまだ世界から過小評価されている」

この現状にシュミットGFAが疑問を投げかけている理由は、彼自身が2025年11月6日から9日にかけて帯同したU-18 Jリーグ選抜のロンドン遠征と、同年12月8日から12日にかけて指導したU-16 Jリーグ選抜の国内合宿でJクラブユースの日本人選手たちにじかに触れると同時に、彼らの所属先の試合も視察して質・量ともに予想以上のポテンシャルを目の当たりにしたからでもある。

「さまざまなユース選手を知りようになりましたが、彼らのレベルとクオリティには感銘を受けました。Jリーグの育成力は素晴らしい。今シーズンのJ1でベストヤングプレーヤー賞を受賞したファジャーノ岡山の佐藤 龍之介選手がいいお手本で、彼の軽やかさ、積極性、さらに勇気あふれるプレーは見ていて本当に気持ち良かったです。そして彼のようにプロの世界で試合の流れや会場の空気を変えてくれるかもしれない逸材が、こんなにもJクラブユースにいるなんて驚きましたね。だから、もっともっと彼らをトップチームでピッチに立たせてあげてほしい。学習意欲も高くのみ込みも早いですから、成長速度もますます加速していくでしょう。

そのためにはクラブとして一丸となった取り組みが必要です。アカデミーとトップチームの円滑かつ密接な連携が不可欠ですからね」

その一助となる変革としてJリーグが先駆けて決定していたのが、2026/27シーズンに開幕を予定しているU-21 Jリーグの創設だ。Jクラブのアカデミーや高校サッカーからプロへと進んだものの、実戦経験を積むのに苦闘しているポストユース(19~21歳)の選手も継続的に真剣勝負できるプレー環境の整備に、シュミットGFAも期待を寄せている。

「私の率いてきたベンフィカ、PSVアイントホーフェン、レッドブル・ザルツブルクにも、ポストユースの選手が着実に場数を踏んで切磋琢磨できる年代別チームやBチームがあり、アカデミーとの架け橋になっていました。そしてそこは、ユースの選手に一旦早く大人との対戦経験を積んでもらえる試験場にもなります。育成のサイクルを早回しするような活用方法も生まれてくるので、U-21 Jリーグはユースからポストユースまでの才能が持つ可能性を最大化させていこう」

Jリーグがアジアや世界と戦う上でも、そうした育成の強化が未来を担っている。そんな力強いメッセージを込めるかのように、指導者・スポーツダイレクター向けのスペシャルプログラムでもメソッドやノウハウの共有を惜しまないシュミットGFAの提言をもう1つ紹介して、本稿を締めくくろう。

「一人の選手に桁違いの予算を充てられる海外クラブと渡り合っていくには、自前で選手を育て上げていしか道はありません。彼らが1~2年で欧州へと羽ばたいていってしまうと考えれば、なおさらその移籍金をアカデミーに再投資して次の有望株を輩出できるような好循環をクラブはつくっておかなければならない。今はJリーグの選手の市場価値は歴代最高でも約10億円といわれていますが、将来的にはその2倍、3倍、4倍、5倍へと跳ね上がっていてもおかしくないと踏んでいます。私の目にはまだまだ世界から過小評価されているように映るからです。その見方をいち早く変えていくには、日本人選手は欧州でも活躍できるという実績をますます積み上げていかなければいけません。だからこそJリーグ全体で取り組んでいかなければならない。道のりは長いですがグローバルフットボールアドバイザーとして、その後押しをしていきたいです」(文:footballista 足立真俊)



▶ J1リーグ総括

シーズン移行前最後の通年開催となった2025明治安田J1リーグは、合計9チームが首位を経験する混戦の中、シーズンの半分以上でトップの座を守った鹿島アントラーズが9年ぶり9度目の制覇を果たした。第11～17節にかけて7連勝を記録し、さらには第24節以降の15試合を無敗で駆け抜けるなど、際立った勝負強さを披露。最後は全て1点差の3連勝で、最終節までもつれ込んだ優勝争いを制した。

柏レイソルはわずか勝点1差で頂点には届かなかったものの、ボール保持で相手を圧倒するスタイルで年間を通して上位をキープ。首位に立ったのは第4節と第23節の2回のみだが、常に僅差でライバルの背中を追い続けた。また、リーグで唯一連敗がなく、クリーンシート数は単独トップの19回を記録するなど、大崩れしない安定感が目立ち、リ

カルド ロドリゲス監督は優秀監督賞を受賞した。

3位に入ったのはクラブ史上最高成績となった京都サンガF.C.。曹 貴裁監督にとってもJ1での勝点68は過去最多の数字となった。その中で存在感を放ったラファエル エリアスは、得点ランキング2位タイの18得点を挙げた。チームはスプリント数でリーグ最多の5524回をたたき出したように、走力を軸にしたハイプレスとカウンターアタックで特に夏場に強みを発揮し、8月の4試合は全て対戦相手を上回る走行距離で勝利した。

JリーグYBCルヴァンカップを制覇したサンフレッチェ広島は、堅牢な守備でJ1最少の28失点を記録。1試合平均失点は、昨シーズンの1.13から0.74にまで減少し、これはJ1歴代4位タイの記録となっている。個人では荒木

隼人が自陣空中戦勝利数、中野 就斗がブロック数で共にリーグ1位、田中 聡がタックル数でリーグ2位になるなど、守備で個々が輝く場面も多かった。

FC町田ゼルビアは、J1初挑戦となった昨シーズンに続いて上位争いに食い込んだ。第20節からは今シーズンのリーグ最多となる8連勝を飾り、その間に5試合連続でクリーンシートを達成。AFCチャンピオンズリーグエリート2025/26では12月までの6試合を3勝2分け1敗で2位と、アジアでもその強さを見せている。さらには天皇杯 JFA 第105回全日本サッカー選手権大会を制してクラブ史上初の主要タイトル獲得と、飛躍のシーズンになった。

台頭した若手選手としては、ファジアーノ岡山の佐藤 龍之介が挙げられる。ロサンゼルスオリンピック世代ではJ

1最多となる28試合(先発22試合)に出場して6ゴール、2アシストを記録。19歳ながらJ1昇格初年度のチームをけん引し、ベストヤングプレーヤー賞を受賞した。

得点王に輝いたのは21得点を挙げた鹿島アントラーズのレオ セアラ。好不調の波が少なく、継続的にゴールを重ねて自身初の個人タイトルを獲得した。J1で2年連続20得点以上の大台に乗せたのは、史上11人目。これを複数のJ1クラブで成し遂げたのは、東京ヴェルディと浦和レッズで達成したワシントン以来2人目となる。また、セレッソ大阪のルーカス フェルナンデスが15アシストで、2年連続の最多を記録している。



●順位表

順位	チーム	勝点	勝	分	負	得点	失点	得失点
1	鹿島アントラーズ	76	23	7	8	58	31	27
2	柏レイソル	75	21	12	5	60	34	26
3	京都サンガF.C.	68	19	11	8	62	40	22
4	サンフレッチェ広島	68	20	8	10	46	28	18
5	ヴィッセル神戸	64	18	10	10	46	33	13
6	FC町田ゼルビア	60	17	9	12	52	38	14
7	浦和レッズ	59	16	11	11	45	39	6
8	川崎フロンターレ	57	15	12	11	67	57	10
9	ガンバ大阪	57	17	6	15	53	55	-2
10	セレッソ大阪	52	14	10	14	60	57	3
11	FC東京	50	13	11	14	41	48	-7
12	アビスパ福岡	48	12	12	14	34	38	-4
13	ファジアーノ岡山	45	12	9	17	34	43	-9
14	清水エスパルス	44	11	11	16	41	51	-10
15	横浜F・マリノス	43	12	7	19	46	47	-1
16	名古屋グランパス	43	11	10	17	44	56	-12
17	東京ヴェルディ	43	11	10	17	23	41	-18
18	横浜FC	35	9	8	21	27	45	-18
19	湘南ベルマーレ	32	8	8	22	36	63	-27
20	アルビレックス新潟	24	4	12	22	36	67	-31

●得点ランキング

順位	選手	チーム	得点
1	レオセアラ	鹿島	21
2	ラファエルエリアス	京都	18
2	ラファエルハットン	C大阪	18
4	伊藤達哉	川崎F	13
5	エリソン	川崎F	12

●アシストランキング

順位	選手	チーム	アシスト
1	ルーカスフェルナンデス	C大阪	15
2	小屋松知哉	柏	10
2	相馬勇紀	町田	10
4	マテウスサヴィオ	浦和	8
4	脇坂泰斗	川崎F	8
4	原大智	京都	8
4	佐々木大樹	神戸	8

OVERVIEW

▶ J1 優勝チーム：
鹿島アントラーズ



鬼木 達新監督の下、新たなスタートを切った鹿島アントラーズ。2度の3連敗があったものの、最初の連敗後には7連勝を記録し、2度目の連敗以降は15試合無敗(同一シーズンの記録としてクラブ歴代2位)でシーズンをフィニッシュ。連敗からの立て直しに成功した点が印象的なシーズンだった。

今シーズンを語る上で外せない、攻守のキーマンについて触れたい。まずは加入1シーズン目で得点王を獲得したレオセアラ。PKを除くゴール数とゴール期待値の差分である9.14は、リーグで最も大きい数字となっている。チームのゴール期待値はリーグ14位と決して高くなく、チャンスを多く創出できていたわけではない。しかし、訪れた機会を決め切ることのできる「エース」の存在が、勝点の積み重ねにつながった。

もう1人は、ゴールキーパーとしては15年ぶるかつ史上2人目の最優秀選手賞に輝いた早川 友基。チームの被ゴール期待値44.1はリーグ8位であり、相手にリーグ平均程度のチャンスを与えていた。しかし、19試合以上出場したゴールキーパーの中でリーグ1位のセーブ数107とセーブ率77.5%を記録し、枠を捉えたボールに対しての対応が安定していた。結果として、チームの被ゴール数はリーグで2番目に少ない31で、1試合平均失点の0.82はクラブ歴代最少を更新。最後のとりでとして記録にも記憶にも残るパフォーマンスを見せた。



● J1 選手別のゴール数とゴール期待値の差分 ※ペナルティーキックは除く

順位	選手	チーム	差分	ゴール	ゴール期待値	出場	出場時間(分)
1	レオセアラ	鹿島	9.14	20	10.86	34	2463
2	伊藤 達哉	川崎F	9.10	13	3.90	35	2076
3	ラファエル エリアス	京都	7.00	15	8.00	27	1997
4	マルコ トゥーリオ	京都	4.22	7	2.78	18	1169
5	宮代 大聖	神戸	4.20	11	6.80	34	2808
6	佐藤 龍之介	岡山	3.53	6	2.47	28	2044
7	相馬 勇紀	町田	3.51	8	4.49	34	2707
8	奥川 雅也	京都	3.28	7	3.72	29	1282
9	遠野 大弥	横浜FM	3.23	5	1.77	21	1390
10	植中 朝日	横浜FM	3.17	8	4.83	33	2417

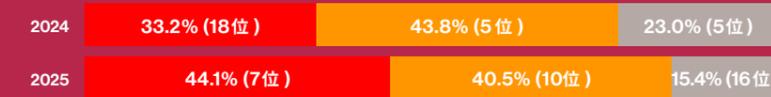


● J1 チーム別の被ゴール数と被ゴール期待値の差分

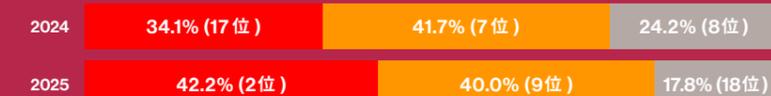
順位	チーム	差分	被ゴール	被ゴール期待値
1	鹿島	-13.1	31 (2)	44.1 (8)
2	浦和	-12.9	39 (7)	51.9 (18)
3	広島	-9.8	25 (1)	34.8 (1)
4	柏	-7.7	32 (3)	39.7 (3)
5	町田	-6.3	34 (5)	40.3 (5)
6	京都	-4.6	40 (8)	44.6 (9)
7	岡山	-4.2	42 (10)	46.2 (13)
8	神戸	-3.1	32 (3)	35.1 (2)
9	福岡	-2.9	37 (6)	39.9 (4)
10	横浜FM	-2.8	46 (12)	48.8 (15)
11	横浜FC	-2.1	43 (11)	45.1 (10)
12	東京V	-0.8	40 (8)	40.8 (6)
13	清水	-0.2	51 (14)	51.2 (17)
14	FC東京	2.0	48 (13)	46.0 (12)
15	C大阪	4.1	57 (17)	52.9 (19)
16	湘南	4.5	63 (19)	58.5 (20)
17	G大阪	8.8	54 (15)	45.2 (11)
18	川崎F	9.4	57 (17)	47.6 (14)
19	名古屋	11.8	54 (15)	42.2 (7)
20	新潟	15.0	65 (20)	50.0 (16)

※被ゴール数にオウンゴールによる失点は含まない ※()内はリーグ順位

● 鹿島 相手フォワードラインを突破したパスの距離別割合



● 鹿島 相手ミッドフィルダーラインを突破したパスの距離別割合



● ショート ● ミドル ● ロング ※()内はリーグ順位

● 鹿島 守備スタッツ前年比

データ項目	2024		2025	
	データ	リーグ順位	データ	リーグ順位
ミドルブロック時間比率	58.8%	2位	51.4%	1位
ハイブロック時間比率	17.9%	18位	24.2%	11位
ハイプレス試行率	32.5%	18位	39.5%	13位
ハイプレッシング守備成功率	41.1%	15位	44.2%	14位
ハイプレッシング後 AT ゲイン	95	15位	123	6位
相手がパスやこぼれ球をマイボールにしようとするタイミングでのタックル	129	15位	174	7位

※ミドルブロック:守備ブロック時のフォワードラインの平均位置が、相手陣のミドルサード内の場合
 ※ハイブロック:守備ブロック時のフォワードラインの平均位置が、アタッキングサード内の場合
 ※ハイプレッシング:ハイプレスから始まり、連続したプレスをかけた場合をハイプレッシングとする
 ※AT:アタッキングサード

● J1 後半1点差以内の状況での得点率と失点率



※得点率=得点数÷攻撃回数 失点率=失点数÷被攻撃回数

新指揮官の就任によって昨シーズンからの変化はデータ上にも表れている。攻撃面では、ビルドアップの構造に明確な変化が確認できる。相手のフォワードラインやミッドフィルダーラインを突破したパスの距離を見ると、ロングパス比率が下がってショートパス比率が高くなり、低い位置からボールをつないで前進しようとする意図が読み取れる。

失点数を昨シーズンから10減らした守備面では、ミドルブロックで構成する大枠のスタイルこそ変わらないものの、今シーズンはハイブロックも増え、ハイプレス試行率も高くなっている。中でもハイプレッシング後のアタッキングサードでのゲイン数は昨シーズンのリーグ15位から6位にまで上昇。プレスをかける回数こそそこまで多くないものの、スイッチを入れた際には高い位置で奪っていたことがわかる。また、相手がパスやこぼれ球をマイボールにしようとするタイミングでのタックル数がリーグ15位から7位にまでアップしており、球際への厳しさや意識の改善がスタッツに表れているといえるだろう。

これらの数値はいずれも昨シーズンとの比較で改善されたものであり、リーグ全体で数字を見ると、現在も構築の過程にあることがうかがえる。その中でも優勝に至った要因として「勝負強さの復活」が挙げられる。後半で1点差以内の状況での得点率と失点率の分布図を見ると、鹿島アントラーズは競った状況で最も「点を取り、点を取られない」チームであったのがわかる。残り15分で失点を喫したのは4試合のみで、これはリーグで最も少ない数字である。鬼木 達監督の下、際どい局面で崩れない粘り強さとメンタリティーを取り戻し、9年ぶりの王座奪還を果たした。

■チーム・鬼木の強みは「近さ」

2人が鹿島アントラーズの強みとして共通して挙げてくれたのが、クラブ内の風通しのよさ。特に鬼木監督とコーチ陣、分析チームの関係はとにかく「近い」という。

「定期的なミーティングはあるのですが、それ以外でも基本、1週間ずっと同じ部屋にいますし、いつも気付いたことを気軽に話していますね」(有江)

「分析に関してもビルドアップだけ機械的に切り出すとかではなく、監督も僕らも映像を見て意図を持ってシーンを選んでいきます。監督やコーチも映像を見ますし、その上でお互いに『この相手はこうかな。いや、こっちですね。』と常に話しながらやっています。今チームで起こっていることや、相手チームへのアプローチの仕方などのスタッフ間のイメージの擦り合わせは密にできていると思います」(栗山)

監督と普段からコミュニケーションしている2人が、鬼木監督の目指すサッカーを言語化するとしたらどうなるのだろうか。

「選手もよく言っていますが『攻守で相手を圧倒する』ですかね。よりゴールにこだわる、前線からプレッシャーをかける、というのもポイントかもしれません」(有江)

「相手によって柔軟に戦い方を変えていくのはあるかもしれませんが、相手チームの分析も特徴を捉えた上で、自分たちがどう戦うかだと思います」(栗山)

1点差をものにする鹿島アントラーズの勝負強さには分析チームの貢献もあるのではと水を向けてみたが、2人はそろって「それは違う」と笑って否定する。

「選手の絶対優勝という気迫が全てです。トレーニングから目の前の選手とやり合う気持ちでやっていますし、その蓄積ですよ。今年1年のことではなく、クラブの文化だと思います」(有江)

「外から来て、まずトレーニングの強度が高いなど。鬼木監督はクラブのOBでもありますし、勝負にこだわるDNAを持っていると1年を通して感じました」(栗山)

勝負強さは鹿島アントラーズの伝統的な強み。では、鬼木監督のチームが優勝した理由は何だろう。

「クラブに関わるみんなが力を一つに結集して同じ方向を向けたことだと思います。専門分野を持つスタッフは自分の仕事をしっかりやり切るのがベースなのですが、例えば分析チームが選手の自主練習を手伝っ

たり、やるべき仕事は当然やり切った上で、全員がプラスアルファでできることに取り組んでいるのが今のチームだと感じています」(有江)

チームを一つにできることこそが、鬼木監督の手腕なのかもしれない。

■アナリストという仕事の魅力

そもそも2人はなぜ、この仕事を選んだのだろうか。最近ではアナリストという職業の認知も徐々に上がってきたが、栗山氏が仕事を始めた20年以上前はどうかだったのだろうか。

「筑波大学はもともと分析の伝統がありました。小野剛さんと和田一郎さんが日本代表スタッフとして働いていましたし、学生も日本サッカー協会のサポートをしていました。大学4年までは選手志望だったんですが、こういう道もあるんだと分析の勉強をしながら今の仕事に就くことができました」(栗山)

「僕は筑波大学のアナリスト班の1期生だったんです。プロにはなれないとなって、教員の道も考えましたが、サッカーと離れてしまうと迷いました。そんなときに分析としてサッカーに関わるという選択肢を提示していただき、道が開けた思いでした」(有江)

最後に2人にこの仕事の魅力、そしてアナリストとしてのキャリアパスについて聞いてみた。

「正直、自分のキャリアどころはあまり考えていませんね。目標はチームを勝たせること、鹿島アントラーズを勝たせたいです。この仕事は大変ですが、やりがいがありますよ。分析として映像やデータを見せたり、普段から話をしたり、一緒にボールを蹴ったり。日々チームに関わって、一緒に何かをつくり上げている実感があります。みんなで一丸になって目標を達成するのは、他ではできない経験かもしれません」(栗山)

「僕も栗山さんと近いですね。6年目でJ1のタイトルを取れたんですが、自分が関わるチームが勝ち続けられるように手助けしたい。チームが勝つにはそれぞれが自分の役割を果たす必要があり、僕はアナリストの立場で日々一緒に生きている監督、コーチ、選手を支えられるようなキャリアを形成していきたいです」(有江)
(文:footballista 浅野 賢一)



▶鹿島アントラーズ分析担当インタビュー

鹿島アントラーズを陰で支えた「分析担当」の証言から読み解くチーム・鬼木の強さの源泉

■「分析チーム」が2人体制となった背景

2025明治安田J1リーグを制した鹿島アントラーズを陰から支えたのが、有江卓氏と栗山友文氏の2人のテクニカルスタッフ=分析担当だ。筑波大学大学院を卒業後、2020年から鹿島アントラーズの一員になった31歳の有江氏は在籍6年目、44歳の栗山氏は2025シーズンからの新加入だ。

「昨年まではアナリスト1人体制でしたが、分析により力を入れていきたいという強化からのオーダーで増員することになりました。クラブの希望としては経験がある即戦力で、かつ僕の大学の先輩である栗山さんに来てもらうことになりました」(有江)

清水エスパルスで18年間分析の仕事を担当してきた栗山氏によると、アナリストには大きく分けて2つの働き方があるという。

「僕のようにクラブ付きとして長く1つのチームを見る人もいれば、監督について移動する人もいます。どちらのスタンスにもメリット、デメリットはありますが、現状はそのミックスですね」

鹿島アントラーズの分析チームは「現場の鬼木達監督を支えるチームスタッフという位置付けですが、このクラブはあまり壁がないんです。海外でも強化セクションに分析を置くクラブが増えてるように、僕らも中田浩二フットボールダイレクターを含めた強化セクションともコミュニケーションを取っています」という有江氏は、複数監督の下で働いてきたクラブ生え抜きのスタッフだ。

2人体制となった2025シーズンは有江氏が自チーム分析、栗山氏が相手チーム分析という役割分担となった。一口に分析とい

っても、自チーム分析、相手チーム分析、試合分析(リアルタイム分析含む)、選手分析など、アナリストの仕事は幅広い。1人でその全てを完璧にこなすことは事実上不可能だ。

「今まではコーチにも助けてもらいながら、何とかやってきました。広く浅くなってしまったというか、やりたかったけど手が届かない部分はどうしてもあった。ただ、栗山さんが来てくれたことで、トレーニングの振り返りも含めて選手へのフィードバックを細かくできるようになり、より深い分析も可能になりました。Jリーグから提供されているデータスタジアム社の『Football BOX』などのテクノロジーでタグ付けや映像の切り出しも効率化されてきましたし、僕自身もアップデートしながらスキルを磨いていきたいです」(有江)

「分析チームの1週間のスケジュールは4日づくりになっていて、試合後オフ明けの1日目が自チームの振り返りと先週末の試合分析のフィードバック、2日目が(次に対戦する)相手チーム分析のさわり、3日目が相手チーム分析のミーティングになります。試合前日の4日目はセットプレーですね。ただ、過密日程になってくると、相手チーム分析も有江さんに担当してもらうなど柔軟にやっています。便宜上の役割分担はありますが、僕も有江さんもお互いの仕事は共有していますし、理解しているので、その点も2人体制の利点だと感じています」(栗山)

よりクオリティが高まった分析チームの働きは、鹿島アントラーズの躍進を下支えしたはずだ。

PLAYER OF THE YEAR



早川 友基

TOMOKI HAYAKAWA

GK

鹿島アントラーズ

出場試合数	1試合平均失点数	クリーンシート数
38	0.82 (リーグ2位)	16 (リーグ3位)

▶ KEY STATS

107

セーブ数
リーグ1位

77.5

セーブ率
リーグ1位

72.4

PA内セーブ率
リーグ1位

10.7

セーブした被シュートの
ゴール期待値
リーグ2位

1931

バイパス数
リーグ2位
(GK登録選手)

▶ COMMENT

2025シーズンは昨シーズンに続きJ1リーグ全38試合にフル出場し、昨シーズンの15回を上回る16回のクリーンシートを達成した。セーブ数、セーブ率ともにリーグ1位、さらに月間ベストセーブ賞を4回受賞するなど、卓越したシュートストップ能力を持ち味にチームの守備を支えた。

また、GKとしてはリーグ2位となるバイパス数1931を記録し、第7節の神戸戦では自陣からのロングパスでレオセアラの決勝点をアシスト。前線への配球役としても輝き、チームを9シーズンぶりのJ1優勝に導いた。

▶ 試合別成績

日付	結果	相手	セーブ	PA内セーブ	失点
2/15	負 0-1	湘南	5	3	1
2/22	勝 4-0	東京V	2	2	0
2/26	勝 2-1	新潟	4	2	1
3/1	勝 2-0	FC東京	1	1	0
3/8	勝 3-1	柏	3	3	1
3/16	分 1-1	浦和	6	2	1
3/29	勝 1-0	神戸	1	1	0
4/2	負 0-1	広島	3	3	1
4/6	負 3-4	京都	0	0	4
4/12	負 0-1	C大阪	7	7	1
4/20	勝 2-1	岡山	3	3	1
4/25	勝 1-0	名古屋	2	0	0
4/29	勝 3-0	横浜FC	2	2	0
5/3	勝 1-0	町田	3	2	0
5/6	勝 1-0	福岡	4	0	0
5/11	勝 2-1	川崎F	5	4	1
5/17	勝 1-0	清水	1	0	0
5/25	負 1-3	横浜FM	2	2	3
5/31	勝 1-0	G大阪	1	1	0
6/14	分 1-1	広島	2	1	1
6/21	負 1-2	町田	4	3	2
6/28	負 1-2	岡山	1	0	2
7/5	負 1-2	川崎F	4	3	2
7/20	勝 3-2	柏	2	2	2
8/10	勝 1-0	FC東京	3	3	0
8/16	分 1-1	福岡	2	1	1
8/23	勝 2-1	新潟	3	3	1
8/31	分 1-1	清水	5	3	1
9/13	勝 3-0	湘南	3	2	0
9/20	勝 1-0	浦和	3	2	0
9/23	勝 3-1	C大阪	3	3	1
9/27	勝 4-0	名古屋	4	2	0
10/5	分 0-0	G大阪	2	1	0
10/17	分 0-0	神戸	3	2	0
10/25	分 1-1	京都	2	2	1
11/8	勝 2-1	横浜FC	1	1	1
11/30	勝 1-0	東京V	4	4	0
12/6	勝 2-1	横浜FM	1	0	1

BEST ELEVEN PLAYERS



 植田 直通 NAOOMICHI UEDA DF 鹿島アントラーズ 出場試合38/得点2 初受賞 77.6 空中戦勝率(%) リーグ1位	 古賀 太陽 TAIYO KOGA DF 柏レイソル 出場試合 38 / 得点 0 初受賞 3071 パス成功数 リーグ1位	 荒木 隼人 HAYATO ARAKI DF サンフレッチェ広島 出場試合 37 / 得点 3 初受賞 136 自陣空中戦勝利数 リーグ1位	 小泉 佳穂 YOSHIO KOIZUMI MF 柏レイソル 出場試合 35 / 得点 7 初受賞 68 スループス成功数 リーグ2位	 稲垣 祥 SHO INAGAKI MF 名古屋グランパス 出場試合 38 / 得点 11 2回目 454 走行距離 (km) リーグ1位
 田中 聡 SATOSHI TANAKA MF サンフレッチェ広島 出場試合 28 / 得点 1 初受賞 2.9 1試合平均タックル奪取数 リーグ1位	 レオセアラ LEO CEARA FW 鹿島アントラーズ 出場試合 34 / 得点 21 初受賞 21 得点数 リーグ1位	 相馬 勇紀 YUKI SOMA FW FC町田ゼルビア 出場試合 34 / 得点 9 初受賞 120 ドリブル成功数 リーグ1位	 伊藤 達哉 TATSUYA ITO FW 川崎フロンターレ 出場試合 35 / 得点 13 初受賞 7 ドリブルシュートからの得点数 リーグ1位	 ラファエルエリアス RAFAEL ELIAS FW 京都サンガFC. 出場試合 27 / 得点 18 初受賞 22 ゴール数+アシスト数 リーグ1位タイ

※各スタッフ順位はJ1リーグ出場数が19試合以上の選手が対象

データで選ぶベストイレブン

本章では、JSTATSを基に選出したベストイレブンを紹介する。ポジションごとに複数の評価テーマと関連するスタッツを定めてスコアを算出し、評価テーマごとの重要度を掛け合わせたトータルスコアの高い順に選出している。対象選手は各ポジションで総試合数の半分にあたる19試合以上に先発出場した選手、かつJリーグアウォーズでベストイレブンに選ばれていない選手とする。

なお、このスコアはあくまで対象選手内の傑出度を測るためであり、選手の優劣をつけたり、異なるポジションの選手と比較したりするものではない。

GK

太田 岳志
京都サンガF.C.

トータルスコア **518**

ゴールキーパーは太田岳志(京都サンガF.C.)。ペナルティエリア内からの被シュートに対するセーブ率で2位の69.4%を記録しただけでなく、ゴールキーパー登録選手の中で1位となる相手クロスのカッチ数72回、1試合平均走行距離6.2kmと、カバー範囲の広さを見せた。

CB

鈴木 義宜
京都サンガF.C.

住吉ジェラニレション
清水エスパルス

トータルスコア **534**

センターバックは鈴木義宜(京都サンガF.C.)と住吉ジェラニレション(清水エスパルス)を選出。鈴木義宜はクリア数がリーグトップの193回で、これは2位の畠中稔之輔(セレッソ大阪)の168回を大きく上回る数字。シュートブロック数も34回で1位と、幾度となく失点の危機からチームを救った。住吉ジェラニレションはタックル50回以上を記録した選手の中で最も高い奪取率79.7%を記録。自陣空中戦でも勝率72.6%と、対人での強さが光った。なお、上位3人は荒木隼人(サンフレッチェ広島・547点)、古賀太陽(柏レイソル・545点)、植田直通(鹿島アントラーズ・537点)となっており、Jリーグのベストイレブンのディフェンス陣と全く同じ顔触れとなっている。

SB/WB

半田 陸
ガンバ大阪

中野 就斗
サンフレッチェ広島

トータルスコア **567**

サイドバックおよびウイングバックの候補選手33人から選ばれたのは、半田陸(ガンバ大阪)と中野就斗(サンフレッチェ広島)。半田陸はクリア数109回を記録し、2位の佐々木旭(川崎フロンターレ)の97回を大きく上回るとともにサイドバックの選手としては唯一、100回を超えた。また、タックル数108回はリーグ3位、デュエル勝利数192回は同4位と球際の存在感はリーグトップクラスだった。中野就斗はスプリント数592回でリーグ4位、オープンプレーでのクロス数118本で同3位と、高い走力を生かした攻撃参加が目立った。また、ロングスローによるラストパス数がリーグトップの10本を記録。JリーグYBCルヴァンカップ決勝でも2得点の起点となるなど、飛び道具でもチームに貢献した。

※サイドバックとウイングバックは同ポジションとして扱う

MF

ルーカスフェルナンデス
セレッソ大阪

トータルスコア **570**

扇原 貴宏
ヴィッセル神戸

トータルスコア **560**

マテウスサヴィオ
浦和レッズ

トータルスコア **557**

川辺 駿
サンフレッチェ広島

トータルスコア **526**

ミッドフィルダーから選出したのは、ルーカスフェルナンデス(セレッソ大阪)、扇原貴宏(ヴィッセル神戸)、マテウスサヴィオ(浦和レッズ)、川辺駿(サンフレッチェ広島)の4人。ルーカスフェルナンデスはJ1新記録となる15アシストを記録し、2シーズン連続の最多アシストとなった。また、自身のキャリアハイとなる7ゴールを挙げ、アシスト数の15と合わせた計22はリーグトップタイ。扇原貴宏はこぼれ球奪取数で178回、チームのボールロスト後5秒未満のリゲイン数81回で共にリーグトップと、トランジションのシーンで目覚ましい数値を残した。また、フリーキックによるラストパス数12本でリーグトップと、セットプレーキッカーとしても存在感を放った。マテウスサヴィオは20m以上のボールキャリア数が62回、スルーパスによるアシスト数が4で共にリーグトップの数字を記録するなど、ボールを前進させる能力が圧倒的だった。また、スプリント数570回でリーグ6位と、オフザボールの強度も高かった。川辺駿はミドルプレスによる守備成功数がリーグトップの205。また、ミドルサードでのタックルによる奪取率が91.2%という驚異的な数値を記録するなど、中盤でピンチの芽を摘む能力が際立っていた。

※ウイングの選手はミッドフィルダーに含まれる

CF

鈴木 優磨
鹿島アントラーズ

トータルスコア **521**

ラファエルハットン
セレッソ大阪

トータルスコア **509**

センターフォワードには、鈴木優磨(鹿島アントラーズ)とラファエルハットン(セレッソ大阪)を選出。鈴木優磨はバイパス受け数3378と被ファウル数90回でリーグトップ。攻撃の起点として圧倒的なパフォーマンスを発揮し、チームの攻撃を支えた。また、対象選手内で3番目に多いプレスバック数232回を記録するなど、献身的な守備での貢献も見逃せない。得点ランキング2位タイとなる18得点を記録したラファエルハットンは、時速20km以上のハイインテンシティ走行距離がリーグトップの32.8km。このスピードを生かし、リーグ1位となるペナルティエリア内シュート数70本、枠内シュート数38本などフィニッシャーとして際立ったスタッツを残した。

ポジション	評価テーマ	関連スタッツ	偏差値	上位3選手
GK	セーブ力	被シュートの失点期待値	66.7	早川 友基 (鹿島)
		被シュートによる失点数	65.2	大迫 敏介 (広島)
	クロス対応	クロスカッチ数	65.1	西川 周作 (浦和)
		PA外からの被クロスカッチ率	69.9	太田 岳志 (京都)
攻撃への関与	ショートパス成功数	ショートパス成功数	63.7	上福元 直人 (湘南)
		バイパス数	58.2	福井 光輝 (C大阪)
	前方パス成功率	前方パス成功率	61.9	小島 亨介 (柏)
			60.7	早川 友基 (鹿島)
カバー範囲	エリア外ゲイン数	エリア外ゲイン数	57.3	福井 光輝 (C大阪)
		走行距離	62.3	一森 純 (G大阪)
			62.0	太田 岳志 (京都)
			58.9	早川 友基 (鹿島)
CB	危機回避	PA内クリア数、PA外クリア数	74.6	鈴木 義宜 (京都)
		シュートブロック数、クロスブロック数	68.0	畠中 稔之輔 (C大阪)
	空中戦	自陣空中戦勝利数	67.6	古賀 太陽 (柏)
		自陣PA内空中戦勝利数	69.7	植田 直通 (鹿島)
	ボール奪取	自陣空中戦勝率	69.4	荒木 隼人 (広島)
		DTタックル奪取数	64.7	安藤 智哉 (福岡)
	攻撃への関与	DTタックル奪取率	70.1	ドカポニフェイス (横浜FC)
			70.1	住吉ジェラニレション (清水)
			61.9	山川 哲史 (神戸)
			73.9	古賀 太陽 (柏)
得点への関与	ゴール数	ゴール数	66.9	鈴木 雄斗 (湘南)
		アシスト数	63.7	ダニロボザ (浦和)
	シュート数	アシスト数	75.4	荒木 隼人 (広島)
		シュート数	71.5	安藤 智哉 (福岡)
SB/WB	攻撃への関与	ゴール数	71.0	岡村 大八 (町田)
		クロス数	64.8	佐々木 旭 (川崎F)
	守備への関与	ドリブル成功数	64.1	中野 就斗 (広島)
		クリア数	59.8	酒井 高德 (神戸)
	デュエル	シュートブロック数	76.9	半田 陸 (G大阪)
		クロスブロック数	69.4	藤原 奏哉 (新潟)
			62.7	佐々木 旭 (川崎F)
			75.3	半田 陸 (G大阪)
	得点への関与	デュエル勝利数	65.7	藤原 奏哉 (新潟)
		デュエル勝率	63.9	望月 ヘンリー海輝 (町田)
ゴール数		81.9	久保 藤次郎 (柏)	
アシスト数		74.2	小室 松知哉 (柏)	
MF	運動量	アシスト数	72.4	佐藤 龍之介 (岡山)
		シュート数	68.9	須貝 英大 (京都)
	得点への関与	走行距離	64.8	久保 藤次郎 (柏)
		スプリント回数	62.9	中野 就斗 (広島)
	守備への関与	シュート数	77.5	相馬 勇紀 (町田)
		アシスト数	74.8	伊藤 達哉 (川崎F)
		シュート数	74.2	稲垣 祥 (名古屋)
		ミドルプレス数	74.7	稲垣 祥 (名古屋)
	チャンスメイク	ミドルプレスによるコンタクト数	73.5	川辺 駿 (広島)
		こぼれ球奪取数	73.4	扇原 貴宏 (神戸)
PA内へのパス成功数		83.1	ルーカスフェルナンデス (C大阪)	
ラストパス数		77.3	マテウスサヴィオ (浦和)	
デュエル	ラストパス数	74.5	相馬 勇紀 (町田)	
	デュエル勝利数	74.3	原 大智 (京都)	
	デュエル勝率	73.8	稲垣 祥 (名古屋)	
		70.3	扇原 貴宏 (神戸)	
運動量	デュエル勝率	69.4	稲垣 祥 (名古屋)	
	走行距離	65.5	松岡 大起 (福岡)	
	スプリント回数	64.7	マテウスサヴィオ (浦和)	
		69.2	レオセアラ (鹿島)	
CF	得点への関与	ゴール数	66.3	ラファエルエリアス (京都)
		アシスト数	65.5	ラファエルハットン (C大阪)
	決定力	シュート数	74.8	レオセアラ (鹿島)
		ゴール数とゴール期待値の差分	67.8	ラファエルエリアス (京都)
攻撃の起点	ゴール数とゴール期待値の差分	56.4	デニスヒュメット (G大阪)	
	バイパス受け数	66.8	鈴木 優磨 (鹿島)	
	相手陣空中戦勝率	60.6	ジャーメイン 良 (広島)	
		58.9	大迫 勇也 (神戸)	
脅威となるアクション	裏抜け数	61.1	垣田 裕輝 (柏)	
	被ファウル数	60.6	鈴木 優磨 (鹿島)	
	被ファウルによるPK獲得数	59.3	レオセアラ (鹿島)	
		64.3	鈴木 章斗 (湘南)	
守備への関与	プレスバック数	59.7	鈴木 優磨 (鹿島)	
	ATタックル数、ATブロック数	59.5	ルカオ (岡山)	

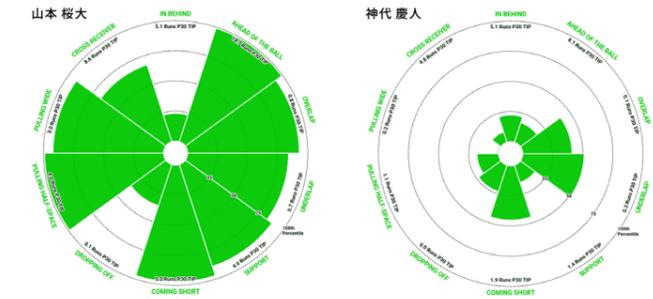
※DT:ディフェンシブサード、MT:ミドルサード、AT:アタッキングサード

本パートでは、センターフォワード、ミッドフィルダー、センターバックの3つのポジションから計6人の将来有望な若手選手を紹介する。対象選手同士のデータを比較しながら、今シーズンのパフォーマンスと今後の成長の可能性を見ていく。対象は2025シーズンのJ1・J2に所属していた26歳未満の選手で、SkillCornerのデータをを基に考察している。

センターフォワード

柏レイソルからの育成型期限付き移籍により2025シーズンはレノファ山口FCでプレーした山本 桜大（2026年1月に柏レイソルからRB大宮アルディージャへ育成型期限付き移籍）と、ロアッソ熊本の神代 慶人（同1月にアイントラハト・フランクフルト/ドイツへ完全移籍）を取り上げる。

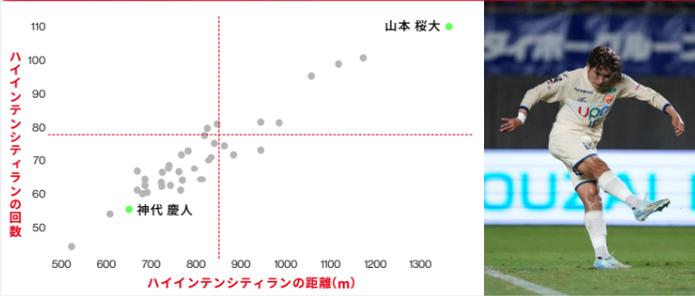
▶ オフボールラン



- ※ IN BEHIND: 相手ディフェンスラインの背後のスペースへのラン
- ※ AHEAD OF THE BALL: ボール保持者よりも前方で相手ゴール方向へ向かうラン
- ※ OVERLAP: ハーフレーンまたはワイドレーンで、ボール保持者よりも外側のコースからボール保持者を追い越すラン
- ※ UNDERLAP: ハーフレーンまたはワイドレーンで、ボール保持者よりも内側のコースからボール保持者を追い越すラン
- ※ SUPPORT: ボール保持者の後方から、オフENSIBプレーやトランジションプレー（特にカウンターアタックからの速攻）に関与しようとするラン
- ※ COMING SHORT: ボール保持者に近づいて短いパスを受けようとするラン
- ※ DROPPING OFF: ボール保持者のパスアングルを広げるため、あるいはポジションの優位性を得るために、自陣ゴール方向に戻っていくラン
- ※ PULLING HALF-SPACE: センターレーンからハーフレーンへのラン
- ※ PULLING WIDE: センターレーンまたはハーフレーンから、ワイドレーンかつボール保持者よりも外側（タッチライン側）へのラン
- ※ CROSS RECEIVER: クロスを受けるためにペナルティーエリア内に入ったラン
- ※ P30 TIP: 自チームのボール保持時間30分あたり

センターフォワードを分析する上で、まずは動きのパターン、特にオフボール時の動きを優先的に見ていく。上図のレーダーチャートは、各ランの自チームのボール保持時間30分あたりの回数が対象選手中どの位置にあるかをパーセンタイルで示したものである。この図から、山本 桜大はボール保持者へ近づくラン (COMING SHORT) が5.2回、ハーフレーンへのラン (PULLING HALF-SPACE) が4.6回と多く、攻撃の組み立てに積極的に参加しようとしていることがわかる。一方で、より直接的にゴールを狙う相手ディフェンスライン背後へのラン (IN BEHIND) やクロス受けのラン (CROSS RECEIVER) はそれほど多くない。神代 慶人はほぼ全てのランタイプで比較的低い順位にとどまっており、オフボールランの回数だけから特徴を論じるのは難しい。

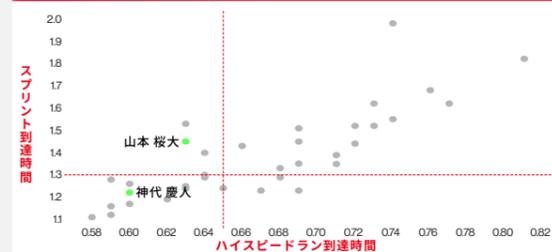
▶ ハイインテンシティランの距離と回数 ※90分あたり



オフボールランの特徴の違いをより深く理解するため、フィジカルデータについて見ていく。90分換算のハイインテンシティランの距離と回数において、山本 桜大はいずれも極めて高い数値を記録しており、ハイインテンシティランを繰り返し行う能力が突出していることがわかる。一方、神代 慶人は両指標ともにブンデスリーガの平均以下となっており、オフボールランの回数が少ないことに関連している可能性がある。

※ハイインテンシティラン: 時速20km以上のラン
※点線: 2024/25シーズンドイツブンデスリーガ(26歳未満のセンターフォワード)の平均値

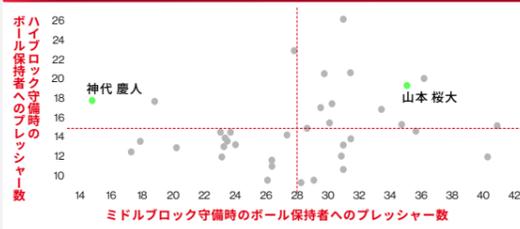
▶ ハイスピードラン到達時間とスプリント到達時間(単位:秒)



次に、加速力の指標となるハイスピードランとスプリントへの到達時間を見ていく。上図は左下に行くほど加速能力が優れていることを示す。こちらの指標では、神代 慶人はどちらもブンデスリーガの平均より短くなっており、爆発的な加速力が明確なストロングポイントとなっていることが見て取れる。山本 桜大は、スプリント到達時間はブンデスリーガの平均よりもやや長いものの、ハイスピードラン到達時間は同平均よりも短くなっている。

※ハイスピードラン到達時間: 時速9kmから時速20kmまでの最少到達時間
※スプリント到達時間: 時速9kmから時速25kmまでの最少到達時間
※点線: 2024/25シーズンドイツブンデスリーガ(26歳未満のセンターフォワード)の平均値

▶ 守備への貢献 ※相手ボール保持時間30分あたり



最後に守備への貢献度を分析するために、ハイブロック守備時とミドルブロック守備時のボール保持者へのプレッシャー数を見てみると、両選手ともにハイブロック守備でのボール保持者へのアプローチ数が多い。また、山本 桜大はミドルブロック守備でも高い数値を記録しており、前述した走力の高さが守備の局面でも発揮されていることがわかる。

※点線: 2025シーズンJ1・J2(26歳未満のフォワード)の平均値

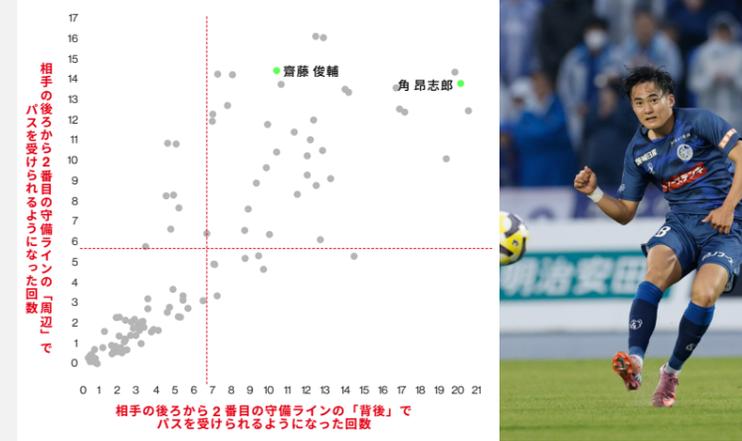


山本 桜大は攻撃時にはボールを引き出す動きで組み立てに参加し、ブロック守備時にはボール保持者へ積極的にプレッシャーをかけるなど、チームメートをサポートする動きが豊富である。特にハイインテンシティランの能力に優れており、Jリーグ内でトップクラスの数値を記録している。神代 慶人はオフボールランの回数は少ないものの、加速力において非常に優れた数字を残している。2025シーズンの出場時間は1272分とそれほど長くはないが、1200分以上出場した選手の中での90分あたりの得点率はリーグ2位の0.57(1位は徳島ヴォルティスのルカス・バルセロスで0.62)と高く、加速能力も生かした得点力が何よりも優れた点だろう。

ミッドフィルダー

水戸ホーリーホックの齋藤 俊輔(2026年1月にKVCウェステルロー/ベルギーへ完全移籍)とジュビロ磐田の角 昂志郎を取り上げる。齋藤 俊輔は左サイドを中心にリーグ戦27試合に出場し、チーム2位の8得点をマークするなど相手ゴールを脅かし続けた。U-20日本代表でもAFC U20アジアカップとFIFA U-20ワールドカップで計6試合に出場するなど、代表レベルでも有望なポテンシャルを示している。角 昂志郎は攻撃的な中盤のポジションを主戦場にリーグ戦34試合に出場。Jリーグ初得点を含む4ゴール、2アシストを記録した。

▶ ライン間での動き ※ボール保持時間30分あたり



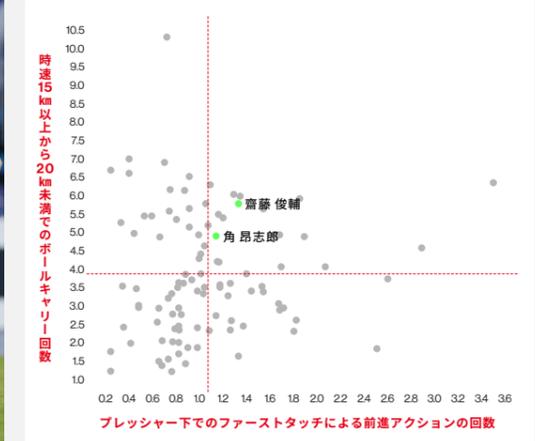
相手の後ろから2番目の守備ラインの「周辺」でパスを受けられるようになった回数

ミッドフィルダーを分析する上で重要な特性の一つは「パスを受ける動き」である。まず最初に、ライン間でパスを受けられる能力を分析するために、相手の後ろから2番目の守備ラインの背後や周辺での動きを見ていく。齋藤 俊輔は2番目の守備ライン周辺の動きにおいて高い数値を記録している。角 昂志郎は同背後でパスを受けられる状態になる回数も非常に多く、両者ともに守備ライン付近のポジションの高さが見て取れる。

※点線: 2025シーズンJ1・J2(26歳未満のミッドフィルダー)の平均値



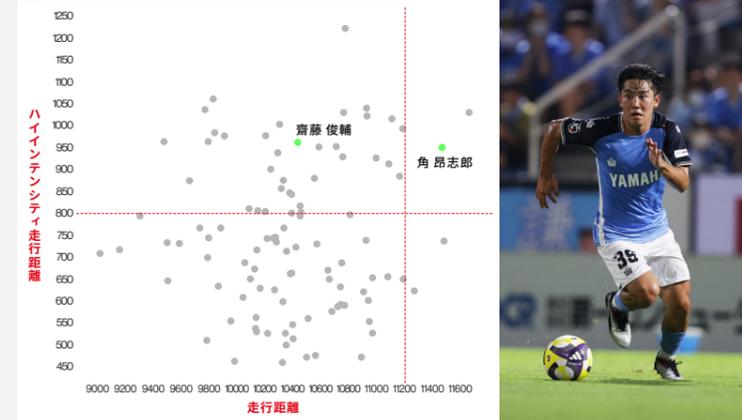
▶ 前進アクション ※ボール保持時間30分あたり



次に、前進アクションの数とキャリア数から前進に関する能力を見ていく。上図から、齋藤 俊輔と角 昂志郎は2つの指標で類似していることがわかる。齋藤 俊輔はキャリア数が多く、中でも特にトランジションにおけるキャリアが多い点が特徴的である。

※点線: 2025シーズンJ1・J2(26歳未満のミッドフィルダー)の平均値

▶ 走行距離とハイインテンシティ走行距離(単位:m) ※90分あたり

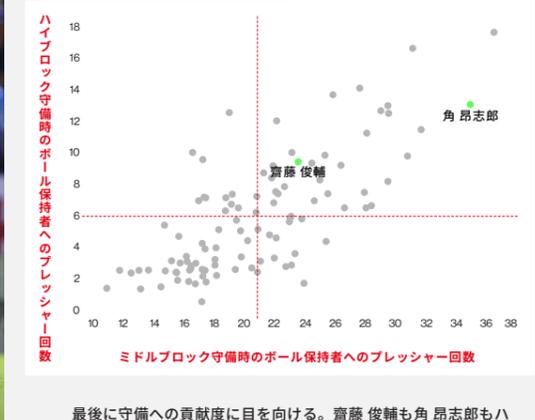


続いて、走行距離とハイインテンシティ走行距離について見ると、角 昂志郎はどちらもブンデスリーガの平均を上回り、運動量と強度を兼ね備えていることがわかる。齋藤 俊輔は走行距離では平均を下回っているものの、ハイインテンシティ走行距離では平均を上回る数値を記録し、強度の高いプレースタイルであることが見て取れる。

※点線: 2024/25シーズンドイツブンデスリーガ(26歳未満のミッドフィルダー)の平均値



▶ 守備への貢献 ※相手ボール保持時間30分あたり



最後に守備への貢献度を目を向ける。齋藤 俊輔も角 昂志郎もハイブロック守備時とミドルブロック守備時の両局面でボール保持者へのプレッシャー数が平均を上回り、プレス戦術を遂行する能力の高さを示唆している。特に角 昂志郎のミドルブロック守備時のプレッシャー数はリーグ内トップクラスで、前述した走力の高さがそれを支えていると考えられる。

※点線: 2025シーズンJ1・J2(26歳未満のミッドフィルダー)の平均値

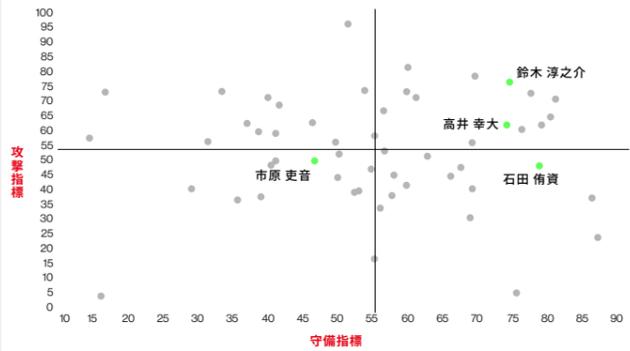
これまで見てきたデータから、齋藤 俊輔と角 昂志郎の両選手はボール保持時と非保持時のいずれにおいても高いパフォーマンスを発揮しており、フィジカル面でも高い能力を持っていることがわかる。両選手が新シーズンでどのようなプレーを見せるか注目される。

センターバック

センターバックで取り上げるのは、RB大宮アルディージャの市原 吏音（2026年1月にAZアルクマール／オランダへ完全移籍）といわきFCの石田 侑資（2025年12月に京都サンガF.C.へ完全移籍）の2人。比較対象として、日本代表経験のある高井 幸大（川崎フロンターレ→トッテナム・ホットスパー／イングランド→ロシア・メンヘングラートバッハ／ドイツ）と鈴木 淳之介（湘南ベルマーレ→FCコペンハーゲン／デンマーク）をピックアップする。

センターバックはチーム状況や守備体系に大きく左右されるため、分析が最も難しいポジションである。しかしデータを詳細に分析することで、各選手の特徴を導き出すことは可能である。

▶ 守備指標と攻撃指標



※攻撃指標:ビルドアップへの関与数、相手守備ラインを突破するパス、味方のボール保持者をサポートするためのランなどを基に算出された指標
 ※守備指標:最高速度、スプリント到達時間、リカバリープレス、ボール保持者への守備アクションなどを基に算出された指標
 ※点線:2025シーズンJ1・J2(26歳未満のディフェンダー)の平均値

鈴木 淳之介と高井 幸大は、攻撃と守備両指標で平均を上回る数値を記録している。身体的な接触能力と、ボールを受けたりパスをさばいたりする能力の両方にたけて、攻撃と守備のどちらも能力が高いセンターバックであることがわかる。



石田 侑資は、守備指標において鈴木 淳之介や高井 幸大と同じく高い数値を記録している一方で、攻撃指標に関しては平均を下回っている。市原 吏音は守備指標と攻撃指標のどちらも平均を下回っているが、これは必ずしも能力の低いディフェンダーであることを示しているわけではない。守備と攻撃のどちらにおいても頻繁な介入をすることなく、的確なポジショニングを通してチーム構造を維持し、相手の動きを制限するなど、異なるスタイルでプレーしている可能性を示唆している。実際、攻撃においてはオープンプレーの前方ロングパスの成功率でJ2の全選手中トップとなる46.5%を記録し、前線の選手へボールを届ける能力が非常に高い。また、自陣での空中戦勝率で80.3%を記録して同トップとなるなど、対人守備においても強さを見せている。

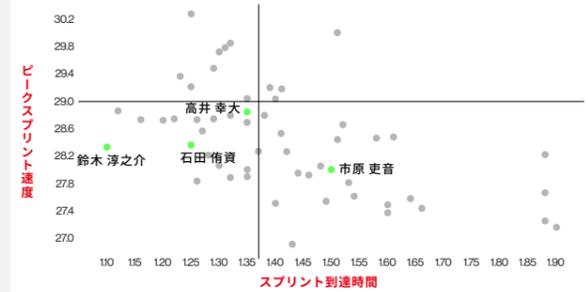
▶ ボール保持者へのプレッシャー ※相手ボール保持時間30分あたり

	高井 幸大	鈴木 淳之介	市原 吏音	石田 侑資
ローブロック時のボール保持者へのプレッシャー数	40th	96th	29th	66th
ミドルブロック時のボール保持者へのプレッシャー数	37th	82nd	21st	90th
ハイブロック時のボール保持者へのプレッシャー数	27th	78th	14th	68th
トランジション時のボール保持者へのプレッシャー数	73rd	92nd	47th	42nd
ボール保持者へのプレッシャー数	42nd	93rd	26th	88th
プレッシャー数	68th	99th	23rd	88th
リカバリープレス数	64th	90th	30th	70th

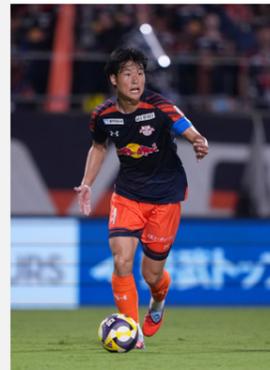
※上図内の数値はパーセンタイルランク。データが対象選手内のどの位置にあるかを示す指標であり、100パーセンタイルに近いほど高い値であることを示す。

次に、ボール保持者へプレッシャーをかける頻度を見てみると、石田 侑資は高い数値を示しており、積極的にボール保持者にプレッシャーをかける鈴木 淳之介と似たスタイルであることがわかる。一方で、市原 吏音は高井 幸大と同様にあまり高い数値は記録しておらず、ボール保持者に対して積極的にアプローチしに行くよりも、チームの守備構造を維持することに重きを置く傾向があることを示唆している。

▶ スプリント到達時間とピークスプリント速度



※ピークスプリント速度:99パーセンタイルのピークスプリント速度
 ※スプリント到達時間:時速9kmから時速25kmまでの最少到達時間
 ※点線:2024/25シーズンドイツブンデスリーガ(26歳未満のセンターバック)の平均値



最後にスピードと加速力に目を向ける。上図は左上に行くほど能力が高いことを示している。石田 侑資はピークスプリント速度で平均をわずかに下回っているが、スプリント到達時間は高いレベルにあることがわかる。この身体能力を生かすことで、守備時に積極的にボールへ関与することが可能となっている。一方で、市原 吏音はいずれも平均以下のグループとなっている。これまで見てきた指標も踏まえると、ポジショニングや予測能力、ゲーム理解力に優れており、不必要なタックルなどを最小限に抑えていると推測できる。

市原 吏音はスタッツだけでは捉え切れないスタイルやポジショニングの良さが高い評価につながっている。まだ20歳ながら既にJリーグに77試合出場しており、所属先のRB大宮アルディージャでは副キャプテン、2025年9～10月にチリで開催されたFIFA U-20ワールドカップではキャプテンを務めるなど、若くして高いリーダーシップも兼ね備えている。2026年1月にサウジアラビアで開催されたAFC U23アジアカップでもキャプテンとして5試合に出場し、チームの優勝に大きく貢献した。石田 侑資は鈴木 淳之介と似て、優れたフィジカルを生かして積極的に守備に関与する能力が高く、今後の成長が楽しみな選手である。



OVERVIEW

▶ J2リーグ総括

2025 明治安田J2リーグは大混戦となり、2020年以来5シーズンぶりに最終節で優勝が決まる展開となった。クラブ史上初の王座に輝いた水戸ホーリーホックは、今シーズンから一新された守備陣で安定した基盤を築くと、第9節の勝利を皮切りに快進撃が始まり、第23節までの15試合で連続無敗。その間に8連勝など、クラブ新記録を次々と打ち立てた。最終順位が7位以下のチームからの取りこぼしが少ない点も特筆すべきで、敗れたのは第24節のロアッソ熊本戦のみ。また、J2リーグ在籍26年目での初優勝はリーグ史上最長の記録となった。

同じ勝点70を積み上げながらも得失点差でわずかに及ばず、2位フィニッシュとなったのはV・ファーレン長崎。シーズン前半戦を終えた時点では8位にとどまっていたが、高木 琢也監督が就任した第20節からは急激に調子を取り上げ、第19節を含めて16試合を無敗で駆け抜ける驚異の追い上げを見せた。攻撃面では年間を通して迫力を維持し、枠内シュート数192、得点数63はいずれもリーグ最多。前半戦で32失点だった守備面も後半戦には12失点と劇的に改善し、後半戦の19試合でわずか1敗と、見事な立て直しで8シーズンぶりのJ1復帰を果たした。

ジェフユナイテッド千葉は開幕から6連勝でスタートダッシュに成功。第16節からは7試合未勝利に終わるなど浮き沈みはありつつも、終始上位をキープ。自動昇格圏に肉薄する勝点69の3位でリーグ戦を終えた。カルリーニョス ジュニオと石川 大地が10得点ずつを挙げており、複数選手の二桁ゴール達成は2019シーズン以来となった。最後はJ1昇格プレーオフを勝ち抜き、17シーズンぶりのJ1復帰を成し遂げた。

最後まで上位を争ったチームでは、徳島ヴォルティスが守備面で突出した数字を残した。シーズンの半分にあたる19試合でクリーンシートを達成し、複数失点を喫したのは4試合のみで、平均失点0.63はJ2歴代4位の記録となった。全試合にフル出場した守護神の田中 颯は、セーブ率79.8%でリーグ1位に輝き、ベストイレブンにも選出された。ジュビロ磐田とRB大宮アルディージャは共に攻撃力を軸にして昇格争いに加わった。得点数は前者が59、後者が60で、トップのV・ファーレン長崎に次ぐ。さらに、後半アディショナルタイムに奪った得点数が、ジュビロ磐田は9得点（リーグ2位）、RB大宮アルディージャは8得点（同3位）と多いことも両者の共通点として挙げられる。

J2の最優秀選手賞に輝いたのは、V・ファーレン長崎のマテウス ジェズス。多彩なパターンからリーグ2位のシュート数145本を記録し、19得点を挙げて得点王のタイトルも獲得した。さらに6アシストをマークして、2シーズン連続でゴール+アシストが25という活躍ぶりであった。また、ロサンゼルスオリンピック世代では、水戸ホーリーホックの齋藤 俊輔とロアッソ熊本の神代慶人がそれぞれ8得点を決めるなど、若手世代の中で確かな存在感を放った。

● 順位表

順位	チーム	勝点	勝	分	負	得点	失点	得失点
1	水戸ホーリーホック	70	20	10	8	55	34	21
2	V・ファーレン長崎	70	19	13	6	63	44	19
3	ジェフユナイテッド千葉	69	20	9	9	56	34	22
4	徳島ヴォルティス	65	18	11	9	45	24	21
5	ジュビロ磐田	64	19	7	12	59	51	8
6	RB大宮アルディージャ	63	18	9	11	60	39	21
7	ベガルタ仙台	62	16	14	8	47	36	11
8	サガン鳥栖	58	16	10	12	46	43	3
9	いわきFC	56	15	11	12	55	44	11
10	モンテディオ山形	53	15	8	15	58	54	4
11	FC今治	53	13	14	11	46	46	0
12	北海道コンサドーレ札幌	53	16	5	17	50	63	-13
13	ヴァンフォーレ甲府	44	11	11	16	37	45	-8
14	ブラウブリッツ秋田	43	11	10	17	43	59	-16
15	藤枝MYFC	39	9	12	17	41	50	-9
16	大分トリニータ	38	8	14	16	27	44	-17
17	カターレ富山	37	9	10	19	34	49	-15
18	ロアッソ熊本	37	9	10	19	41	57	-16
19	レノファ山口FC	36	7	15	16	36	47	-11
20	愛媛FC	22	3	13	22	35	71	-36

● 得点ランキング

順位	選手	チーム	得点
1	マテウス ジェズス	長崎	19
2	マルクス ヴィニシウス	今治	17
3	ルーカス バルセロス	徳島	14
4	渡邊 新太	水戸	13
5	ティサロ 燦シルヴァーノ	山形	11
5	カブリーニ	大宮	11



● アシストランキング

順位	選手	チーム	アシスト
1	山下 優人	いわき	9
1	ジョルディ クルークス	磐田(※1)	9
3	カブリーニ	大宮	8
4	渡邊 新太	水戸	7
5	真瀬 拓海	仙台	6
5	村松 航太	秋田	6
5	佐藤 大樹	秋田	6
5	川崎 一輝	磐田	6
5	横山 夢樹	今治	6
5	マテウス ジェズス	長崎	6
5	笠柳 翼	長崎	6
5	増山 朝陽	長崎(※2)	6

(※1)2025年8月20日 横浜F・マリノスへ移籍
(※2)2025年7月7日 FC町田ゼルビアへ移籍



J2 優勝チーム： 水戸ホーリーホック

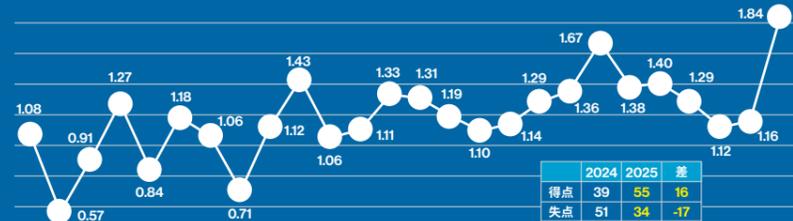
大混戦の明治安田J2リーグを制したのは、J2在籍26シーズン目の水戸ホーリーホック。これまでのクラブ歴代最高順位は7位だったが、今シーズンは4月12日の第9節から7月12日の第23節までの間で8連勝を含む15試合負けなしという快進撃で昇格争いの主役へと躍り出ると、最終節の勝利で首位に再浮上してフィニッシュ。1試合平均の勝点、得失点差、クリーンシート率などでクラブ歴代トップの数字を残し、その歴史を塗り替えるJ1初昇格を決めた。



2025 明治安田 J2 LEAGUE CHAMPIONS

今シーズンは昨シーズンと比較して得点数がプラス16、失点数がマイナス17と、攻守両面で大きく向上した。特に失点34はリーグ2位タイの少なさと、前半の失点数9はJ1のサンフレッチェ広島と並びJリーグ全体で最少、対戦相手に先制された試合数10もJリーグ全体で最少と、追いかける試合展開が少なく、着実に勝点を積み重ねた。

● 水戸 シーズン別の1試合平均勝点



守備で象徴的なスタッツとして、ボールロストから10秒未満での失点数がわずか1だったことが挙げられる。ボールを失った後に簡単に失点しない、攻撃から守備へのトランジションの質の高さがうかがえる。ただ、これは単に素早く自陣に引いてゴール前を固める守備に終始していたことを意味するものではない。相手陣内におけるボールゲイン数はリーグ4位と多く、相手陣内でのボールロストから5秒未満でのリゲイン数も同3位となるなど、高い位置でのボール奪取や即時奪回を積極的に行っていたことがデータから確認できる。失点24でリーグ最少を記録した徳島ヴォルティスや、同34でリーグ2位タイのジェフユナイテッド千葉とは、守備のアプローチの点で対照的な傾向を示している。

● J2 ボールロスト後の経過時間別の失点数



● J2 相手陣内におけるゲイン数、ボールロストから5秒未満でのリゲイン数



● J2 相手のボール保持20秒以上の攻撃回数と同攻撃でPAに進入を許した回数



また、相手にボールを保持された局面においても、容易に失点する場面は少なかった。相手が20秒以上ボール保持した攻撃の回数、ならびにその後にペナルティエリアへの進入を許した回数はいずれもリーグ5位の多さだった一方で、それらの攻撃からの失点数11はリーグ6位タイの少なさとになっている。高い位置でのボール奪取ができない状況でも、最終局面で失点を防ぐ守備が機能していたことがうかがえる。

● J2 フォワード登録選手の90分平均タックル数

順位	選手	チーム	タックル	出場	先発	出場時間
1	渡邊 新太	水戸	1.79	31	30	2313
2	山本 桜大	山口	1.76	33	28	2511
3	半代 将都	熊本	1.72	35	23	1987
4	野寄 和哉	山口	1.67	38	28	2207
5	マルクス ヴィニシウス	今治	1.64	36	34	3021

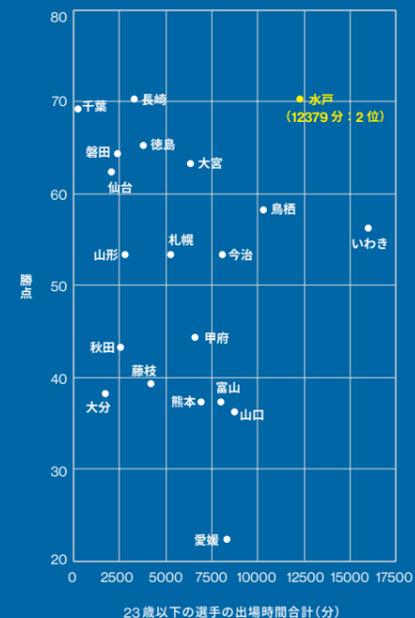
● J2 ゴール数+アシスト数

順位	選手	チーム	ゴール+アシスト	出場	出場時間
1	マテウスジェズス	長崎	25(19+6)	38	3398
2	マルクスヴィニシウス	今治	22(17+5)	36	3021
3	渡邊新太	水戸	20(13+7)	31	2313
4	カプリニ	大宮	19(11+8)	35	1864
5	ルカスバルセロス	徳島	18(14+4)	32	2033

● J2 ドリブルゴール数

順位	選手	チーム	ドリブルシュートからのゴール	ドリブルシュート	決定率
1	齋藤 俊輔	水戸	5	17	29.4%
2	横山 夢樹	今治	3	36	8.3%
3	オナイウ 情滋	仙台	2	6	33.3%
3	坂本 亘基	山形	2	8	25.0%
3	杉山 直宏	千葉	2	9	22.2%

● J2 23歳以下選手の出場時間合計と勝点



● J2 出場選手の平均年齢と人数

順位	チーム	年齢	出場選手(23歳以下)
1	いわき	23.76	33(16)
2	鳥栖	25.40	30(11)
3	水戸	25.50	42(13)
4	愛媛	25.61	36(9)
5	仙台	25.77	30(6)
6	藤枝	26.03	34(10)
7	熊本	26.16	25(7)
8	富山	26.68	37(10)
9	山口	26.81	32(7)
10	今治	27.03	31(7)
11	秋田	27.40	30(4)
12	山形	27.41	34(4)
13	大分	27.50	32(5)
14	徳島	27.52	31(4)
15	甲府	27.59	32(7)
16	札幌	27.65	34(7)
17	磐田	27.67	30(4)
18	大宮	27.90	29(7)
19	千葉	28.44	32(2)
20	長崎	28.59	34(5)

前線からの守備において大きな存在感を放ったのが渡邊 新太である。90分平均タックル数はフォワード登録選手の中でリーグ1位であり、プレッシングの先導役として大きな貢献を果たしていた。同時に攻撃面でも欠かせない選手となり、ゴール数13とアシスト数7の合計20はリーグ3位、日本人選手としてはトップの数字を記録。シーズン終盤に負傷で離脱したものの、攻守のキーマンとしてチームを引っ張った。

もう一人、齋藤 俊輔の急成長もチームの躍進を語る上では欠かせない。プロ2年目の今シーズンは27試合に出場し、8ゴールをマーク。特に、ドリブルシュートからの得点数はリーグトップの5と、切れ味抜群の仕掛けと決定力で優勝の原動力となった。また、月間ベストゴールを3度受賞するなど、印象的なゴールも多かった。

最後に、多くの若手選手の存在にも触れたい。水戸ホーリーホックは出場した選手の平均年齢が25.5歳でリーグ3位の若さ、出場選手数42人はリーグ最多となっている。また、23歳以下選手の出場時間合計はリーグ2位と、経験の浅い選手を多く使いながらシーズンを戦い抜いてきた。これは他の勝点上位チームと比較しても際立った特徴である。前述の齋藤 俊輔をはじめ、全試合に出場し、優勝を決めた最終節でも貴重な追加点を決めた山本 隼大、守備陣の中心として活躍したセンターバックの板倉 健太と鷹塚 トラビス、ゴールキーパーの西川 幸之介など、試合に出ることで大きく成長を遂げた選手は数知れず。クラブビジョンの1つである「人が育ち、クラブが育ち、街が育つ」を体現する形でのリーグ優勝となった。

OVERVIEW

J3リーグ総括

2025 明治安田J3リーグは昨シーズンのように勢力図が早期に固まることはなく最後まで接戦が続いた結果、上位カテゴリー未経験の3チームが初昇格を決めた。優勝を果たした栃木シティはリーグ1位タイの69得点を挙げ、Jリーグ入会1年目にして優勝でのJ2昇格という偉業を成し遂げた。

シャーレには惜しくも手が届かなかったものの、ヴァンラーレ八戸は堂々の2位でシーズンを終えた。飛躍の1年となった今シーズンはさまざまな記録を残し、失点数の23、クリーンシート数の20は共にリーグ1位。平均失点の0.61はJ3歴代3位の記録となった。さらに、第14～26節までの13試合無敗、その間の7連勝はそれぞれクラブレコードを塗り替えた。先発35試合以上の選手が9人と、リーグ平均の1.9人に比べて圧倒的に多く、メンバーを固定して戦ったことが好成績につながった。

最後まで目が離せない展開になった要因として、創設2年目を迎えたJ2昇格プレーオフの存在も大きかった。特に6位を巡る争いは5チームに可能性が残された状態で最終節を迎え、ツエーゲン金沢が順位をキープする形で出場権を獲得した。残りはFC大阪、テゲバジャーロ宮崎、鹿児島ユナイテッドFCの3チームが確保し、FC大阪は昨シーズンに続いて2年連続の出場となった。

そのJ2昇格プレーオフを制し、昇格の3枠目を勝ち取ったのはテゲバジャーロ宮崎。リーグ3位の61得点を挙げた攻撃力をベースに、第6～18節にかけて13試合無敗というクラブ記録を更新するなど、昨シーズンの15位から大きくジャンプアップして4位でフィニッシュ。J2昇格プレーオフの決勝では、エースの橋本啓吾が不在ながらもFC大阪に4-0で快勝。勝負強さを発揮してJ2への切符をつかみ取った。

最優秀選手賞と得点王のダブル受賞となったのはテゲバジャーロ宮崎の橋本啓吾。PKによる得点なしで2位の2倍以上となる25得点という傑出した成績で、初の個人タイトル獲得となった。今シーズンの初得点は第9節とやや出遅れたものの、そこからは継続的にゴールネットを揺らしてハットトリックを2回達成。第29節からの6試合連続ゴールはFC大阪の島田拓海（第10～15節）と並びリーグ1位タイとなった。シュート決定率26.9%は、PKを除いて10得点以上を挙げた選手の中でトップ。チャンスを確実に仕留め切る技術の高さが光った。また、チームメートの奥村晃司が記録した12アシスト（リーグ2位）のうち、8つが橋本啓吾の得点となり、この2人のホットラインで生み出したゴール数は全カテゴリーの中でトップの数字となっている。



●順位表

順位	チーム	勝点	勝	分	負	得点	失点	得失点
1	栃木シティ	77	23	8	7	69	37	32
2	ヴァンラーレ八戸	72	21	9	8	46	23	23
3	FC大阪	71	21	8	9	55	33	22
4	テゲバジャーロ宮崎	67	19	10	9	61	45	16
5	鹿児島ユナイテッドFC	66	18	12	8	69	44	25
6	ツエーゲン金沢	59	18	5	15	53	45	8
7	栃木SC	58	17	7	14	42	36	6
8	ギラヴァンツ北九州	56	17	5	16	46	41	5
9	奈良クラブ	56	15	11	12	50	46	4
10	福島ユナイテッドFC	56	16	8	14	60	67	-7
11	ガイナレ鳥取	51	15	6	17	44	49	-5
12	SC相模原	50	13	11	14	38	50	-12
13	FC岐阜	47	13	8	17	52	60	-8
14	ザスパ群馬	46	12	10	16	56	59	-3
15	松本山雅FC	43	11	10	17	41	50	-9
16	FC琉球	40	10	10	18	41	57	-16
17	カマタマーレ讃岐	38	10	8	20	41	57	-16
18	高知ユナイテッドSC	38	10	8	20	40	60	-20
19	AC長野パルセイロ	35	9	8	21	29	57	-28
20	アスルクラロ沼津	28	6	10	22	40	57	-17

●得点ランキング

順位	選手	チーム	得点
1	橋本啓吾	宮崎	25
2	澤上竜二	八戸	12
2	土信田悠生	金沢	12
2	島田拓海	FC大阪	12
2	富樫佑太	鳥取	12

●アシストランキング

順位	選手	チーム	アシスト
1	田中パウロ淳一	栃木C	14
2	奥村晃司	宮崎	12
3	西谷和希	金沢	9
4	森晃太	福島	8
4	澤崎凌大	FC大阪	8
4	中島賢星	奈良	8

OVERVIEW

J3 優勝チーム：
栃木シティ



序盤から安定した戦いぶりで上位を走り続け、一度も連敗しないままシーズンをフィニッシュした栃木シティ。2023シーズンの関東1部リーグ、2024シーズンの日本フットボールリーグ（JFL）に続く3年連続昇格の達成に加え、2022シーズンのいわきFCに次ぐJリーグ入会初年度でのJ3優勝を成し遂げた。

スタッツで最も特徴的なのは、前方ロングパス数がリーグ1位であるのに対し、そのパス先での空中戦割合は最も低いという点。前への矢印は常に持ちつつ、ボールの届け先は空中戦での勝負より、選手の足元やスペースに送っていたことが読み取れる。このスタイルによって最大限に発揮されたのが、ドリブルで相手を剥がしてからのシュートやチャンスメイクできる個人能力の高さだ。ドリブルからのゴール数とアシスト数の合計は17で、2位のSC相模原の10を大きく引き離してトップとなっている。ドリブル数もJ3歴代1位、今シーズンの全カテゴリー60チームの中でも1位と、Jリーグ全体で見てもドリブルでの仕掛けが多いチームだったことがわかる。

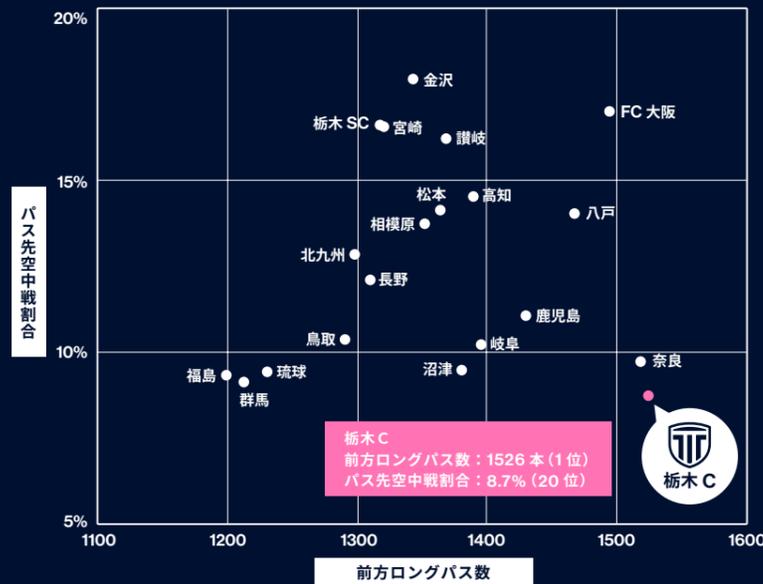


この戦術下で特に輝いたプレーヤーが11ゴール、14アシストを記録した田中パウロ淳一である。前述のドリブルからのゴール数とアシスト数の合計が9とリーグ1位となっているだけでなく、ドリブル数、クロス数、アタッキングサードでのプレー数といったスタッツでも軒並みリーグトップの数字をたたき出した。3シーズンぶりのJリーグでのプレーとなったが、リーグ戦全試合で先発出場、初めての2桁得点をマークするなど、キャリアハイのシーズンとなった。

田中パウロ淳一をはじめ、バスケスパイロン、ピーターウタから実績十分のプレーヤーがそろった攻撃陣の存在は、ゲームがどのような状況となってもひっくり返せる自信と強みをもたらした。相手に先制された試合の勝率は43.8%で、これは今シーズンのJリーグ全体や過去のJ3優勝チームの中で最も高い数字。先制された試合は16試合あったが、そのうち敗北を喫したのはわずか6試合しかなく、苦しい展開になっても勝点を積み重ねて昇格、優勝という結果を手繰り寄せた。

守備陣では守護神の相澤ピーターコアミと、2シーズンぶりにJリーグへ帰ってきたマテイヨニッチにスポットライトを当てたい。前者はリーグ3位のセーブ率73.2%を記録しただけでなく、ペナルティーエリア外でのクリア数が31とゴールキーパーの中でリーグ最多となった。最後のとりでとして幅広い守備範囲をカバーしていたことがわかる。また、パス数と味方からのパスを受けた数はゴールキーパーの中でリーグ1位、前方ロングパス成功数は同2位を記録。後方での保持から前線への展開まで幅広く関与し、ビルドアップ面においても高い貢献度を示していたことがデータにも表れている。マテイヨニッチは空中戦勝率75.5%やクリア数203回でリーグ1位の数字を記録し、シュートブロック数でも上位にランクイン。J1通算183試合出場を誇る実力者がその存在感を存分に発揮した。

J3 前方ロングパス数とパス先の空中戦割合



1試合平均ドリブル数(全カテゴリー)

順位	チーム	カテゴリー	ドリブル	成功率
1	栃木C	J3	17.47	47.7%
2	長崎	JFL	13.79	55.0%
3	栃木SC	JFL	13.47	48.2%
4	金沢	JFL	13.13	52.3%
5	高知	JFL	13.11	52.4%

J3 歴代 シーズン別の1試合平均ドリブル数

順位	チーム	シーズン	ドリブル	成功率
1	栃木C	2025	17.47	47.7%
2	G大23	2019	16.91	45.4%
3	F東23	2017	16.44	42.0%
4	富山	2019	16.35	48.6%
5	F東23	2018	16.31	42.1%

J3 ドリブルからのゴール数とアシスト数

順位	チーム	合計	ゴール	アシスト
1	栃木C	17	11	6
2	相模原	10	3	7
3	栃木SC	9	3	6
3	岐阜	9	3	6
3	奈良	9	6	3
3	讃岐	9	6	3
7	八戸	8	2	6
7	高知	8	6	2
7	北九州	8	4	4
10	金沢	7	3	4
10	FC大阪	7	6	1
10	宮崎	7	2	5
13	福島	6	5	1
14	鳥取	5	3	2
14	琉球	5	3	2
16	群馬	4	3	1
16	長野	4	1	3
16	沼津	4	3	1
19	鹿児島	3	2	1
20	松本	1	0	1



J3 ドリブルからのゴール数とアシスト数

順位	選手	チーム	合計	ゴール	アシスト
1	田中パウロ淳一	栃木C	9	4	5
2	岡田優希	奈良	6	5	1
3	音泉翔真	八戸	4	1	3
3	五十嵐太陽	栃木SC	4	1	3
5	バスケスパイロン	栃木C	3	2	1
5	河野諒祐	相模原	3	0	3
5	向井ひなた	沼津	3	2	1
5	上野輝人	讃岐	3	1	2
5	阿野真拓	宮崎	3	2	1

田中パウロ淳一 スタッツ

データ項目	データ	リーグ順位
出場(先発)	38(38)	-
出場時間(分)	3137	-
ゴール	11	6位タイ
アシスト	14	1位
クロス	198	1位
ドリブル	219	1位
PA内進入ドリブル	42	1位
PA内進入パス	84	1位
ATプレー	788	1位

J3 歴代優勝チーム 被先制試合での勝率

シーズン	チーム	被先制試合勝率	被先制試合数	被先制試合の結果 勝 ■ 分 ■ 負
2014	金沢	37.5%	8	3 ■ 1 ■ 4
2015	山口	30.0%	10	3 ■ 1 ■ 6
2016	大分	12.5%	8	1 ■ 7 ■ 0
2017	秋田	0.0%	10	0 ■ 4 ■ 6
2018	琉球	30.0%	10	3 ■ 1 ■ 6
2019	北九州	25.0%	12	3 ■ 4 ■ 5
2020	秋田	25.0%	4	1 ■ 3 ■ 0
2022	いわき	33.3%	6	2 ■ 1 ■ 3
2023	愛媛	31.3%	16	5 ■ 4 ■ 7
2024	大宮	16.7%	6	1 ■ 2 ■ 3
2025	栃木C	43.8%	16	7 ■ 3 ■ 6

相澤ピーターコアミ スタッツ

データ項目	データ	GK内リーグ順位
出場(先発)	37(37)	-
出場時間(分)	3330	-
1試合平均失点	1.00	4位
セーブ	101	5位
セーブ率	73.2%	3位
クロス処理	83	4位
PA外でのクリア	31	1位
パス	1252	1位
パス受け	914	1位
前方ロングパス成功	133	2位

マテイヨニッチ スタッツ

データ項目	データ	リーグ順位
出場(先発)	33(33)	-
出場時間(分)	2919	-
ゴール	6	DF内1位タイ
空中戦勝率	75.5%	1位
相手陣PA内空中戦勝利	28	3位タイ
空中戦でのボールゲイン	59	1位
クリア	203	1位
シュートブロック	29	5位
警告/退場	0/0	-

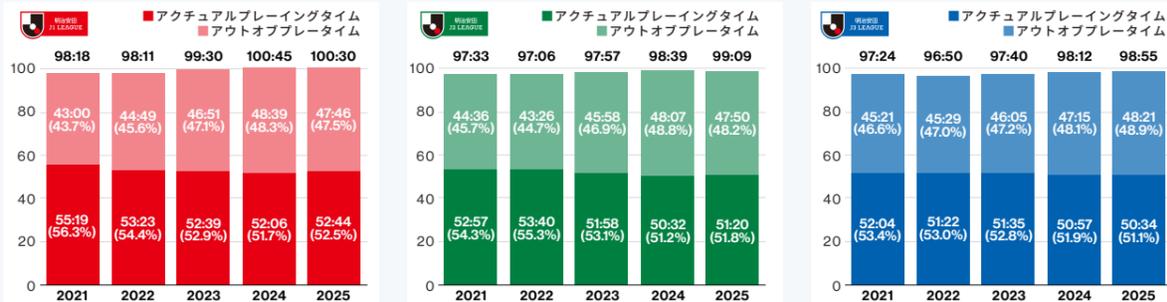


分析
ANALYSIS



※本書の文中にある「今シーズン」は2025シーズン、「昨シーズン」は2024シーズンを指す
※図表で内訳合算と合計の数字が一致しない場合は四捨五入の関係による

▶ 試合時間とアクチュアルプレーイングタイムのシーズン推移



▶ チーム別のアクチュアルプレーイングタイムの前年比

クラブ	2024	2025	前年比
鹿島	50:47	50:49	0:02
浦和	56:53	55:16	-1:36
柏	51:47	58:17	6:30
FC東京	50:44	53:41	2:57
東京V	53:29	53:40	0:11
町田	48:39	51:32	2:53
川崎F	53:03	54:30	1:27
横浜FM	53:37	52:53	-0:44
横浜FC	51:15	50:42	-0:33
湘南	50:05	52:58	2:53
新潟	57:17	57:07	-0:09
清水	54:43	53:56	-0:47
名古屋	50:54	51:08	0:14
京都	46:50	47:18	0:28
G大阪	54:17	55:44	1:27
C大阪	53:02	55:28	2:26
神戸	49:42	48:05	-1:36
岡山	47:32	48:40	1:08
広島	49:53	51:24	1:30
福岡	51:30	51:40	0:10

クラブ	2024	2025	前年比
札幌	54:36	52:14	-2:21
仙台	52:52	52:53	0:01
秋田	43:01	45:25	2:25
山形	52:29	52:53	0:24
いわき	45:58	44:08	-1:51
水戸	50:07	52:59	2:52
大宮	51:20	48:04	-3:16
千葉	49:37	51:46	2:09
甲府	53:17	54:44	1:27
富山	52:51	54:18	1:27
磐田	50:45	52:51	2:06
藤枝	52:54	49:22	-3:32
山口	47:03	48:24	1:21
徳島	53:10	52:40	-0:30
愛媛	48:38	51:47	3:09
今治	49:56	48:57	-1:00
鳥栖	54:15	53:51	-0:24
長崎	54:23	54:48	0:25
熊本	53:21	54:00	0:39
大分	48:40	50:28	1:49

クラブ	2024	2025	前年比
八戸	50:31	48:24	-2:07
福島	52:56	52:29	-0:27
栃木SC	49:42	48:47	-0:55
栃木C	-	50:40	-
群馬	51:36	52:38	1:02
相模原	50:36	50:26	-0:10
松本	49:20	50:17	0:57
長野	52:22	50:42	-1:40
金沢	49:31	48:58	-0:33
沼津	54:15	50:59	-3:16
岐阜	51:17	52:38	1:21
FC大阪	43:45	44:49	1:04
奈良	52:07	54:41	2:34
鳥取	53:19	53:03	-0:17
讃岐	48:33	49:47	1:14
高知	-	46:36	-
北九州	49:31	51:22	1:51
宮崎	51:45	51:16	-0:29
鹿児島	50:20	51:10	0:50
琉球	52:54	51:45	-1:09

▶ アクチュアルプレーイングタイムは4シーズン連続で減少していたJ1が38秒増えて52分44秒、昨シーズンは約90秒減少していたJ2もプラス48秒の51分20秒と盛り返しているが、J3の減少傾向は止まらず昨シーズンに続き50分台となっている。チーム別に見ると、全カテゴリーで最もアクチュアルプレーイングタイムが長かったのは柏レイソルで58分17秒。昨シーズンの51分47秒からリーグ全体で最大となる6分30秒の伸びを記録し、2位のアルビレックス新潟を1分以上、上回った。J1で最も短かった京都サンガF.C.の47分18秒とは実に11分の差となっている。J2で最長はV・ファーレン長崎の54分48秒となった。最長は昨シーズンから約2分短くなったいわきFCの44分8秒で、これが全カテゴリーで最も短い時間となっている。愛媛FCは昨シーズンから3分9秒の伸びを記録している。J3で最長は奈良クラブの54分41秒。最長は昨シーズンに続きFC大阪で44分49秒となった。ただ、FC大阪も昨シーズンの43分45秒から1分以上伸びており、J3だけが最長と最短のチームの差が10分を切る結果となった。

試合時間は全てのリーグで年々増加傾向にあったが、J1では昨シーズンよりも15秒短縮されて100分30秒となった。一方でJ2とJ3は依然増加傾向にあり、特にJ2は100分台に近づいている。チーム別の試合時間について、全カテゴリーで最長はJ1の京都サンガF.C.で102分3秒、最短がJ2のロアッソ熊本で97分49秒と、アクチュアルプレーイングタイムほどの差は見られない。なお、京都サンガF.C.は2年連続全カテゴリーで最も試合時間の長いチームとなっている(2024シーズン:102分25秒)。

▶ J1 リーグと欧州5大リーグのアクチュアルプレーイングタイムのシーズン推移 (単位:分) ※データ提供:Opta

シーズン	リーグ・アン	プレミアリーグ	ブンデスリーガ	ラ・リーガ	セリエA	J1リーグ
2020 ※欧州は2019/20	55.6	55.7	55.5	51.9	55.4	58.1
2021 ※欧州は2020/21	55.7	56.0	56.2	52.8	56.5	55.7
2022 ※欧州は2021/22	55.9	54.8	54.1	53.1	54.2	54.1
2023 ※欧州は2022/23	55.9	54.8	54.0	53.6	54.9	53.9
2024 ※欧州は2023/24	57.5	58.2	57.3	55.2	55.2	52.8
2025 ※欧州は2024/25	57.4	57.0	56.3	55.3	54.8	53.1

▶ アクチュアルプレーイングタイムについてJ1リーグと欧州5大リーグを比較すると、2025シーズンのJ1リーグは昨シーズンよりも時間が伸びたものの、53.1分で前年同様に最も短くなっており、最長のリーグ・アンとの差は4.3分となっている。

一方で、J1リーグとラ・リーガ以外は全て昨シーズンよりも減少しており、昨シーズン最も長かったプレミアリーグやブンデスリーガは約1分短くなっている。欧州5大リーグでは2022/23シーズンから2023/24シーズンにかけて全リーグ増加していたが、2024/25シーズンは全体的に減少傾向となった。

※欧州5大リーグであるプレミアリーグ(イングランド)、ラ・リーガ(スペイン)、ブンデスリーガ(ドイツ)、セリエA(イタリア)、リーグ・アン(フランス)とJ1リーグのデータを比較するため、ここではJ1リーグのデータも外部ソース(データ提供:Opta)を利用。

▶ J1 アウトオブプレータイム内訳の前年比 (単位:分) ※1試合平均

シーズン	合計	セットプレーのリスタート時間						その他
		FK	スローイン	GK	CK	得点→KO	PK	
2024	48.7	17.6	10.6	8.0	6.7	3.3	0.8	1.8
2025	47.8 (-0.9)	16.4 (-1.2)	11.4 (+0.8)	8.1 (+0.1)	6.4 (-0.3)	3.0 (-0.3)	0.6 (-0.2)	1.9 (+0.1)

※セットプレーのリスタート時間は、アウトオブプレーになってから再開するまでの時間。これらのリスタート時にはVARや交代、負傷者の治療、飲水タイムも含まれる。
※得点→KO:得点後にキックオフで再開されるまでの時間

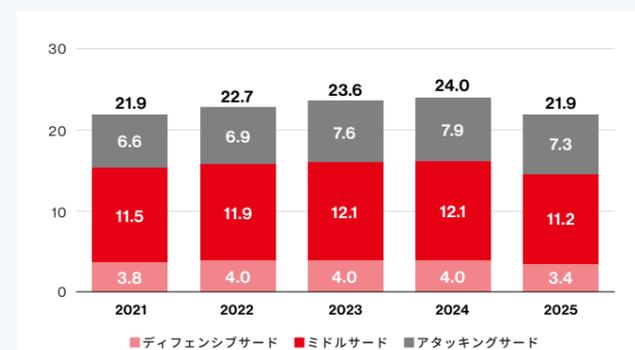
▶ 試合時間が短くなりアクチュアルプレーイングタイムが長くなったことで、J1のアウトオブプレータイムは昨シーズンから1分近く短くなった。各セットプレーのリスタートまでにかかった時間を見ると、2020シーズンから一貫して増加傾向だったフリーキックが、昨シーズンから1.2分と大幅に短くなっている。一方でスローインは0.8分増えている。

各セットプレーの件数を昨シーズンと比較すると、スローイン以外は全て減少しており、ゴールキックを除き回数の増減とリスタート時間が連動している。1回にかける時間では、フリーキックはプラス0.7秒、スローインはプラス0.2秒とどちらもやや増加している。

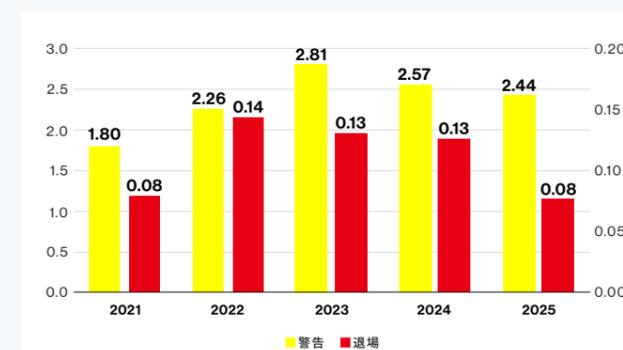
▶ J1 セットプレー件数の前年比 ※1試合平均

シーズン	FK	スローイン	GK	CK	得点→KO	PK
2024	27.1	42.4	16.6	10.1	2.7	0.3
2025	24.8 (-2.3)	45.0 (+2.6)	16.1 (-0.5)	9.6 (-0.5)	2.4 (-0.3)	0.2 (-0.1)

▶ J1 エリア別ファウル数のシーズン推移 ※1試合平均、両チーム合計



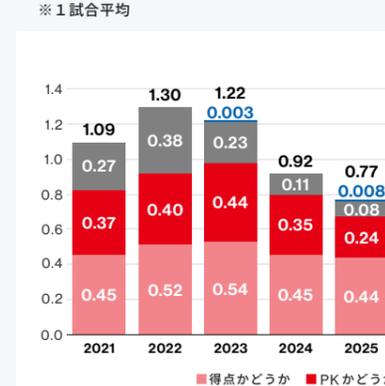
▶ J1 警告数と退場数のシーズン推移 ※1試合平均、両チーム合計



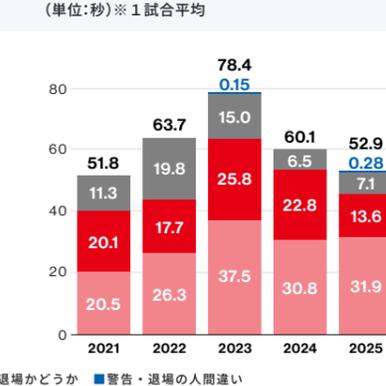
▶ エリア別のファウル数を見ると、2025シーズンは全てのエリアにおいて昨シーズンよりもファウル数が減少している。これに伴いフリーキック数が減少していると考えられる。

警告数と退場数についても昨シーズンより減少しており、特に退場数は昨シーズンの48から29と大幅に減少した。鹿島アントラーズ、柏レイソル、FC東京、FC町田ゼルビア、ヴィッセル神戸の5クラブはシーズンを通して退場数がゼロとなっている。

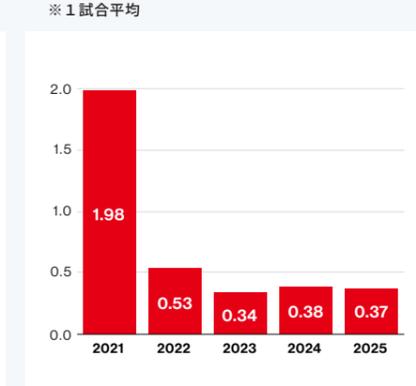
▶ J1 VAR件数のシーズン推移 ※1試合平均



▶ J1 VAR所要時間のシーズン推移 (単位:秒) ※1試合平均



▶ J1 飲水タイム件数のシーズン推移 ※1試合平均

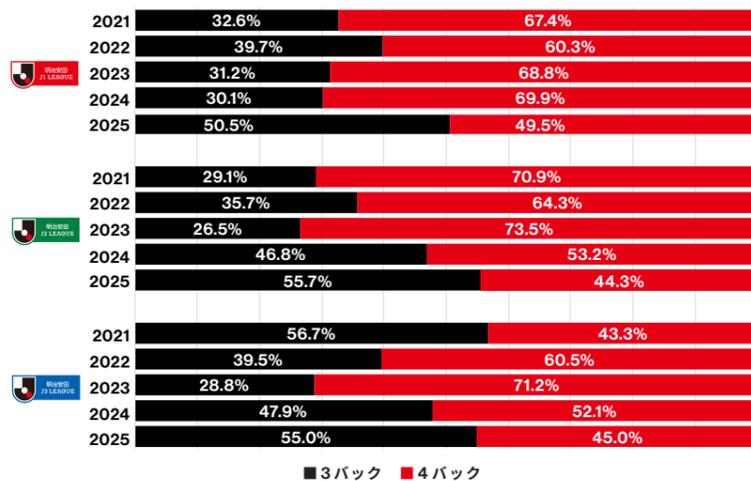


※VARの件数は、レビュー(オンフィールドレビューおよびVARオンリーレビュー)の有無にかかわらず、主審が耳に手を当てるシグナルが中継映像に映ったときをカウントする
※VARの所要時間は「主審が耳に手を当てるシグナルが中継映像に映ったとき、もしくはその前にVARルールが映ったとき、VARのリプレイCGが流れたとき」を開始のタイミングとして「最終的な判定を下したとき」を終了とする

▶ ビデオアシスタントレフェリー(VAR)の件数は3シーズン連続で、所要時間は2シーズン連続で減少となった。特に今シーズンは「PKかどうか」の件数と所要時間が大きく減っている。VAR所要時間は昨シーズンから約7秒短い52.9秒となっており、アクチュアルプレーイングタイムの増加に寄与している。

飲水タイムについては昨シーズンとほぼ同じ傾向であり、アクチュアルプレーイングタイムの変化に与えている影響はほとんどないといえる。

▶ Jリーグ 3バック・4バック採用率のシーズン推移



▶ 先発フォーメーションで3バックを採用している割合を見ると、各リーグともシーズンによって増減はあるものの、今シーズンは初めて全てのリーグで50%を超えて4バックを上回った。J1は2024シーズンから2025シーズンで急増しているが、J2とJ3は2023シーズンから2024シーズンで急増しており、今シーズンもさらに増えている。

▶ J1 先発フォーメーション採用率の前年比

フォーメーション	2024	2025	前年比
3-4-2-1	22.5%	43.4%	+20.9ポイント
4-2-3-1	22.4%	21.4%	-0.9ポイント
4-4-2	21.2%	13.8%	-7.4ポイント
4-1-2-3	19.1%	11.4%	-7.6ポイント
3-3-2-2	6.6%	4.9%	-1.7ポイント
4-2-1-3	7.0%	2.5%	-4.5ポイント
3-4-1-2	1.1%	2.2%	+1.2ポイント
4-3-1-2	0.0%	0.3%	+0.3ポイント
4-1-4-1	0.3%	0.0%	-0.3ポイント

▶ 3-4-2-1 イメージ



▶ 4-2-3-1 イメージ



▶ 今シーズンのJ1で最も採用率が高かったのは3-4-2-1の43.4%で、昨シーズンからプラス20.9ポイントとほぼ倍増となった。昨シーズンは4つのフォーメーションが20%前後で並んで分散していたが、今シーズンは3-4-2-1と4-2-3-1の2つで約3分の2を占めてかなり偏っている。特に4-4-2と4-1-2-3の採用率が大きく下がっており、この2つだけでマイナス15ポイントの減少となっている。

▶ J1 チーム別の先発フォーメーション採用試合数 ※()内はフォーメーション採用率

チーム	3-4-2-1	4-2-3-1	4-4-2	4-1-2-3	その他
鹿島	0 (0.0%)	10 (26.3%)	28 (73.7%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
浦和	0 (0.0%)	38 (100.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
柏	30 (78.9%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	8 (21.1%)
FC東京	18 (47.4%)	0 (0.0%)	20 (52.6%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
東京V	38 (100.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
町田	38 (100.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
川崎F	0 (0.0%)	37 (97.4%)	1 (2.6%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
横浜FM	1 (2.6%)	0 (0.0%)	18 (47.4%)	0 (0.0%)	19 (50.0%)
横浜FC	38 (100.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
湘南	10 (26.3%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	28 (73.7%)
新潟	1 (2.6%)	0 (0.0%)	37 (97.4%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
清水	25 (65.8%)	12 (31.6%)	1 (2.6%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
名古屋	24 (63.2%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	14 (36.8%)
京都	1 (2.6%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	37 (97.4%)	0 (0.0%)
G大阪	3 (7.9%)	33 (86.8%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	2 (5.3%)
C大阪	5 (13.2%)	21 (55.3%)	0 (0.0%)	12 (31.6%)	0 (0.0%)
神戸	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	38 (100.0%)	0 (0.0%)
岡山	38 (100.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
広島	36 (94.7%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	2 (5.3%)
福岡	24 (63.2%)	12 (31.6%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	2 (5.3%)

▶ チーム別に見ると、東京ヴェルディ、FC町田ゼルビア、横浜FC、ファジアーノ岡山はシーズンを通じて3-4-2-1を採用。昇格組の横浜FCとファジアーノ岡山が全試合で採用し、FC町田ゼルビアが昨シーズンから先発フォーメーションを変えたこと（昨シーズンは4-4-2が34試合、3-1-4-2が3試合、3-4-2-1が1試合）が3-4-2-1の大幅な増加につながった。浦和レッズは4-2-3-1、ヴィッセル神戸は4-1-2-3を全試合で採用したほか、1試合を除く37試合で同じフォーメーションを採用した川崎フロンターレ（4-2-3-1）や京都サンガF.C.（4-1-2-3）など、シーズンを通して布陣を変えないチームもあれば、対戦相手による変更や、監督交代をきっかけに変えたチームもあったことが見て取れる。

▶ 柏直近5シーズンのボール保持率

シーズン	ボール保持率
2021	46.7%
2022	45.8%
2023	44.6%
2024	47.5%
2025	59.3%

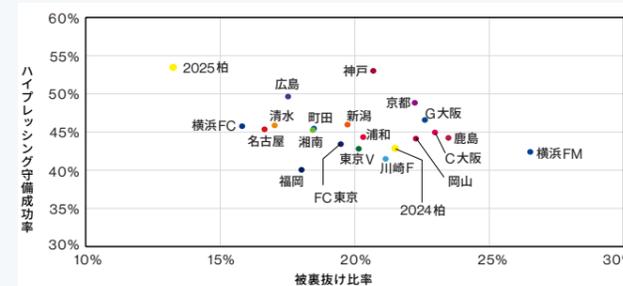
▶ J1 ボール保持率の歴代上位10チーム

チーム	シーズン	ボール保持率
横浜FM	2019	61.4%
横浜FM	2021	60.0%
浦和	2017	59.6%
柏	2025	59.3%
横浜FM	2018	59.2%
浦和	2015	58.9%
浦和	2016	58.3%
横浜FM	2020	58.1%
横浜FM	2022	57.9%
神戸	2019	57.9%

▶ 昨シーズンから大きな変化があったチームとして、多くの人が柏レイソルを挙げるだろう。今シーズンから新たにリカルド・ロドリゲス監督が就任し、スタイルが一変。ボール保持率は昨シーズンの47.5%からチーム新記録となる59.3%へと、実に11.8ポイントも増加した。59.3%というのは歴代のJ1チームの中でも4番目に高い数字である。

また、プラス11.8ポイントという上昇幅は2シーズン連続でJ1に所属した全チームの中で最も大きく、これまでの最大の上昇幅だった2017シーズンから2018シーズンにかけての横浜F・マリノスのプラス9.9ポイント(50.2%→59.2%)を大きく上回った。当時の横浜F・マリノスもエリク・モンバエルト監督からアンジェ・ポステコグルー監督への交代が契機となっているが、2017シーズンが5位だったのに対し、2018シーズンは12位となっており、一般的に大きくスタイルを変えながら結果を残すことは難しい。しかし、今シーズンの柏レイソルは2024年の17位から2位へ躍進し、最終節まで優勝を争う快進撃を見せた。

▶ J1 チーム別のハイプレッシング守備成功率と被裏抜け比率

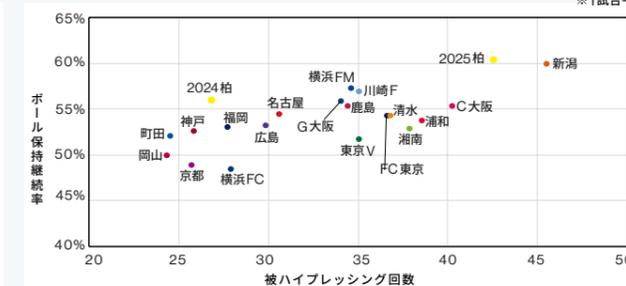


※ハイプレッシング:ハイプレスから始まり、連続したプレスをかけた場合をハイプレッシングとする
※ハイプレッシング守備成功率:ハイプレッシング試行後、5秒未満に相手の攻撃が終了して味方の攻撃となった割合

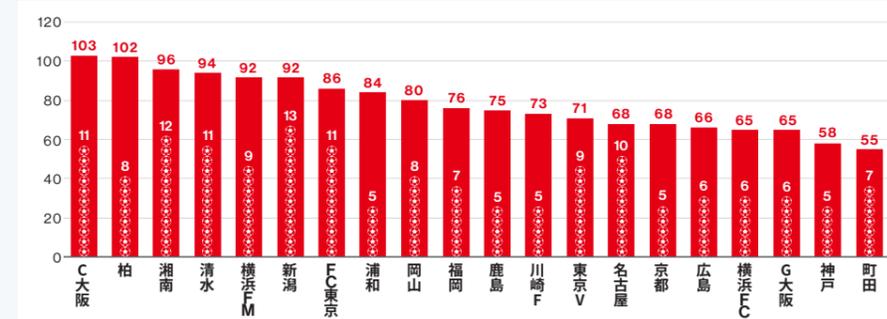
▶ スタイルの変化について深掘りするため、まずは高いボール保持を実現するための即時奪回につながるハイプレッシングについて見ていく。1試合あたりのハイプレッシングの回数は昨シーズンの35.7回から33.4回とやや減少しているが、守備成功率は42.9%から53.5%に上昇している。また、ハイプレッシングを行うことで裏のスペースを狙われるリスクは増えるが、ハイプレッシング中に相手選手に裏抜けをされた比率は21.5%から13.2%へ大幅に減少しており、ハイプレッシングに行く場面を見極めた上で、リターンを追求すると同時にリスクも低減できたといえる。

次に、対戦相手のハイプレッシングに対するボール保持のデータを見ると、ボール保持の時間が増えただけで、1試合平均の被ハイプレッシング回数は昨シーズンの26.8回から42.6回へと大幅に増加した。その中でボール保持継続率は56.0%からリーグトップとなる60.4%へと上昇している。このように、ハイプレッシングの質の向上に加え、相手プレスへの耐性が合わさったことが、大幅なスタイル変更が成功した要因の一つとして考えられる。

▶ J1 チーム別の被ハイプレッシング回数とボール保持継続率



▶ J1 チーム別のボールロスト後10秒未満での被シュート数と失点数



▶ もちろん、ボールを保持し続けるのは良いことばかりではない。保持しようとして危険なロストにつながることもあり、実際にボールロスト後10秒未満での被シュート数は昨シーズンの62本から102本へ、同じく失点数も2から8へと大幅に増加している。そうしたリスクも許容しながらスタイルを貫いた結果が、この変化を導いている。

▶ 安定したボール保持でゲームをコントロールする時間が増えた結果、試合運びにも大きな変化が表れた。今シーズンの柏レイソルは先制した試合では17勝3分と無敗を記録し、先制した試合の平均勝点は2.70とリーグ平均の2.25を大きく上回った。昨シーズンは先制した試合で6勝6分2敗の平均勝点1.71であったことを考えると、ボール保持の向上がしっかりと勝点につながっている。

また、前半の得失点差プラス4に対して、後半の得失点差がリーグ1位のプラス22(2位は鹿島アントラーズのプラス20)と大きく上回った。試合を通じてボールを保持することで、相手を徐々に疲弊させた効果や、後半に相手の守備を攻略したことが数字に表れているのかもしれない。こうした要因が、昨シーズンの17位から2位という躍進につながったといえるだろう。

最後に、フィニッシュの局面に関するデータを見ると、今シーズンの柏レイソルは昨シーズンの39得点から60得点と、実に21得点を上積みした。その中で注目したいのは垣田 裕暉。ゴールは6、アシストは4と直接ゴールに関与した数では目立たないものの、裏抜けの回数はリーグトップの573回。これは2位のラファエル・ハットン(セレッソ大阪)の421回を大きく引き離している。ボールを保持して相手を押し込み、相手が引いてスペースがないシチュエーションが多い中で、守備にほころびを生むための垣田 裕暉の献身的かつ効果的な裏抜けは欠かせなかったのではないだろうか。

トピックス TOPICS シーズン途中にスタイルが大きく変わったチーム - 横浜F・マリノス -

▶ シーズン途中に大きな変化があったチームとしては、横浜F・マリノスが挙げられる。ここでは、戦い方に変化の見られた2025年5月21日のヴィッセル神戸戦(第13節)前後の各種スタッツを比較してみたい。5月17日の京都サンガF.C.戦(第17節)までの15試合を「変化前」、ヴィッセル神戸戦以降の23試合を「変化後」とする。

▶ 横浜FM 変化前後の成績

	試合	勝	分	負	平均勝点	平均得点	平均失点
変化前	15	1	5	9	0.53	0.73	1.53
変化後	23	11	2	10	1.52	1.52	1.04

▶ まず成績を比較してみると、開幕からの15試合で1勝しかできない苦しい状況が続いていたが、その後は23試合で11勝、平均勝点も1.5を超えるペースを記録。平均得点は2倍以上になり平均失点も大幅に減少し、攻守両面で劇的な改善が見られた。

変化後の11勝は全て先制した試合で、先制した12試合中11試合で勝利。一方で先制された試合は10試合中9敗と、先制点を取るか取られるかが結果に直結した試合が多く、引き分けは2試合と少なかった。

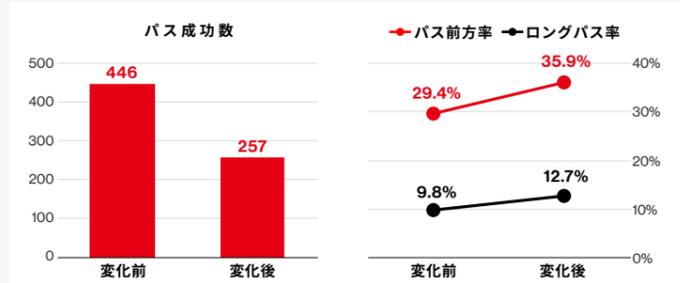
▶ 横浜FM 変化前後のボール保持 ※ボール保持時間の割合

	ボール保持率	ボール保持時間の割合			アクチュアル プレーイングタイム
		DT	MT	AT	
変化前	54.6%	40.9%	41.4%	17.7%	57.6分
変化後	45.2%	40.4%	40.9%	18.7%	49.8分

※DT:ディフェンシブサード、MT:ミドルサード、AT:アタッキングサード

▶ 最大の違いは、ボール保持にこだわらなくなったことで、ボール保持率は54.6%から45.2%と一気に9.4ポイントも減少した。その中でも、アタッキングサードでのボール保持時間の割合を増やすことに成功している。また、アクチュアルプレーイングタイムが短くなったのも特徴的で、約8分短くなっている。

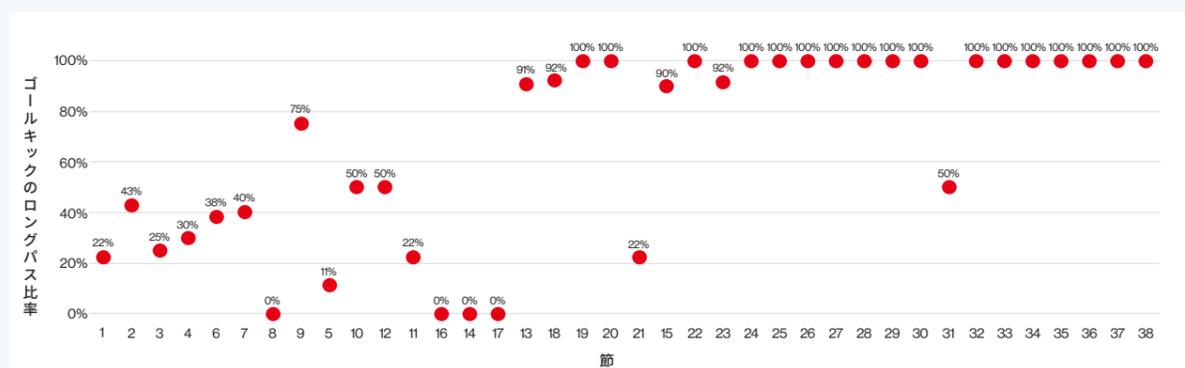
▶ 横浜FM 変化前後のパス ※1試合平均



※パス成功数:オープンプレーのパスが対象 ※ロングパス率:30m以上のパスの割合

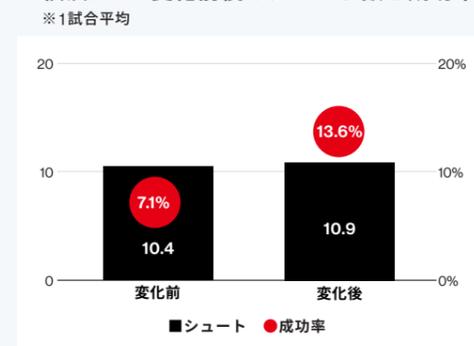
▶ ボール保持が減ったことで、パス成功数は大幅に減少。第35節のサンフレッチェ広島戦ではパス成功数86本、成功率41.3%ながら3-0で勝利。J1でオープンプレーのパス成功数100本未満での勝利は5シーズンぶりの出来事だった。また、縦方向の志向が強まり、パス前方率、ロングパス率ともに上昇した。

▶ 横浜FM 節別のゴールキックのロングパス比率 ※試合開催順

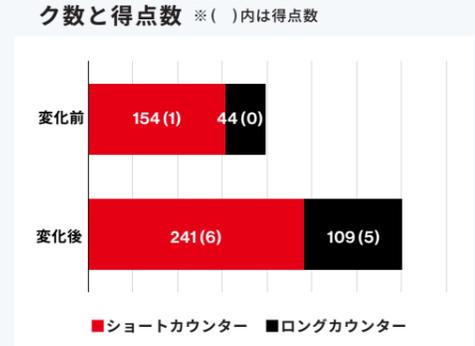


▶ パスの変化において特に顕著だったのはゴールキックで、15m未満の短く出す割合が変化前の62.4%から3.7%に激減し、30m以上のロングパス比率が93.6%と激増した。節別のゴールキックのロングパス比率を見ると、変化後となる第13節以降の比率がかなり高くなっているのがわかる。第21節のファジアーノ岡山戦(22%)、第31節のガンバ大阪戦(50%)を除き、全て90%以上となっている。また、6月28日の第22節 湘南ベルマーレ戦からシーズン終了までの17試合では、15m未満のゴールキックは1回もなかった。

▶ 横浜FM 変化前後のシュート数と成功率

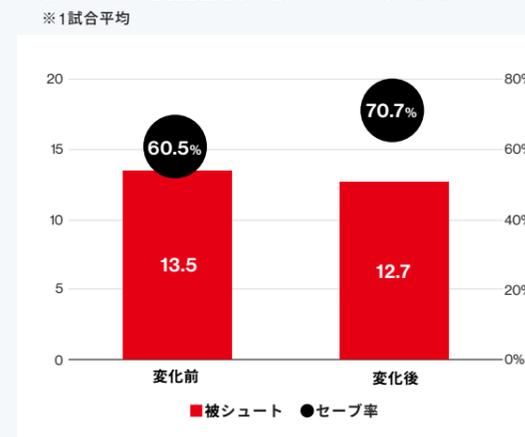


▶ 横浜FM 変化前後のカウンターアタック数と得点数



▶ 得点数の増加については、シュート数そのものに大きな変化があったわけではなく、シュート成功率の上昇が影響している。ボール保持率が下がったことでカウンターアタックのシーンが増えており、ショートカウンターからでもロングカウンターからでもしっかりと得点を決められたのが大きかった。

▶ 横浜FM 変化前後の被シュート数とセーブ率



▶ 横浜FM 変化前後の守備スタッツ ※DT:ディフェンシブサード

	ローブロック守備面積 (㎡)	DT タックル数	DT ファウル数
変化前	618.5	6.9	1.6
変化後	553.6	8.0	2.4

▶ 失点数の減少についても、被シュート数そのものに大きな変化があったわけではなく、ゴールキーパーのセーブ率が上がった結果だと考えられる。守備スタッツを見ると、ローブロック時の守備面積が約10%減少し、よりコンパクトに守るようになっている。一方で、守備機会の増加に伴ってディフェンシブサードでのタックル数は増加し、それに伴い同エリアでのファウル数が増加するなど、決して良かったものばかりではないといえる。ゴールキーパーの朴一圭をはじめ、ディフェンス陣が最終局面で体を張った結果が失点数の減少につながっていたと考えられる。なお、プレススタイルに大きな変化は見られなかった。

▶ 横浜FM 変化前後の走行距離とスプリント回数

	走行距離	スプリント回数
変化前	118.3km (-1.3km)	115.3 (-15.4)
変化後	112.6km (+0.7km)	116.0 (-6.0)

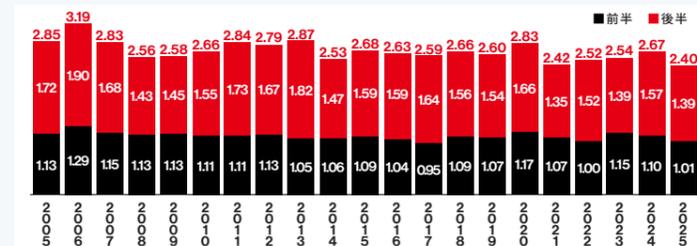
▶ 最後に、走行距離とスプリント回数について。1試合平均走行距離は5km以上減っているが、これはアクチュアルプレーイングタイムが減少した影響が大きいと考えられる。対戦相手の走行距離と比較すると、1.3km少なかったところが0.7km上回るようになった。また、1試合平均スプリント回数は増加しており、対戦相手よりは下回っているものの差を詰めている。シーズンを通じた成績で見ても、走行距離で対戦相手を3km以上上回った試合では8勝2敗、3km以上下回った試合では7戦全敗と極端な傾向が出ており、走りの向上が復調につながった面もありそうだ。



▶ こうしたスタイルの変化は、チーム全体で意思統一された結果が数字に表れていると考えられる。その中でキーマンを挙げるならば、夏に加入した谷村海那(2025年7月にいわきFCから完全移籍)とジョルディクルークス(同8月にジュビロ磐田から完全移籍)、負傷により4月中旬から離脱していたが7月下旬に復帰したジェイソンキニョーネスの3人になるだろう。

谷村海那は加入後初出場となった7月20日の第24節名古屋グランパス戦で早速得点を決めるなど15試合で6得点。そのうち3点が先制点であり、彼が得点した5試合でチームは全て勝利している。ジョルディクルークスも出場12試合ながらチームトップの5アシストを記録。ラストパス数25もチーム2位と多くのシュートチャンスを演出した。この2人の躍動がチームに勢いをもたらしたのは間違いない。そしてジェイソンキニョーネスは90分あたりのクリア回数が7.1回と、19試合以上出場した選手の中でリーグトップの数字を記録。2位が京都サンガF.C.の鈴木義典の5.4回であることを考えると、守備貢献度の高さは際立っていた。

J1 得点数のシーズン推移 ※1試合平均

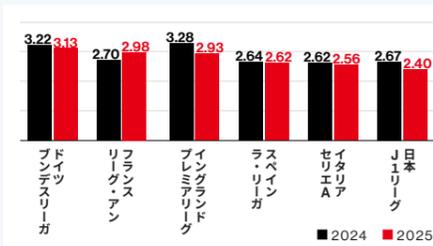


▶ 2025シーズンのJ1における1試合平均得点数は2.40で、これまで最も少なかった2021シーズンの2.42を下回り歴代最少となった。昨シーズンと比較すると、1013から911と実に102点の減少となっている。

欧州5大リーグと比較しても、J1の1試合平均得点数は最も少ない結果となった。ブンデスリーガのみが1試合平均3点を超えて3.13を記録。前シーズンと比較して唯一増加したリーグ・アンも3点台に肉薄している。2023/24シーズンに3.28で最も多かったプレミアリーグはマイナス0.35と最も減少しているものの、依然2.93とこちらも高水準となっている。

今シーズンのJ1の得点数減少の要因としては、大きく「①セットプレーからの得点数の減少」、「②シュート数の減少」、「③前半30分までのスコアレス率の高さ」の3点が考えられる。それぞれの要因について、以降で掘り下げていく。

各リーグの得点数の前年比 ※1試合平均



J1 セットプレー以外の攻撃からのシュート数と得点数の前年比 ※オウンゴールを除く

	2024	2025	差分
シュート数	6886	6404	-482
ゴール期待値	659.1	613.4	-45.7
得点数	655 (9.5%)	617 (9.6%)	-38

※()内はシュート成功率

▶ 続いて、シュート数の減少について見ていく。セットプレー以外の攻撃からのシュート数および得点数を見ると、いずれも大幅に減少している。シュート数の減少38に対してゴール期待値の減少は45.7とさらに大きくなっており、シュート成功率が下がったわけではなく、単純にチャンスの量が減ったことが原因だと考えられる。

要因② シュート数の減少

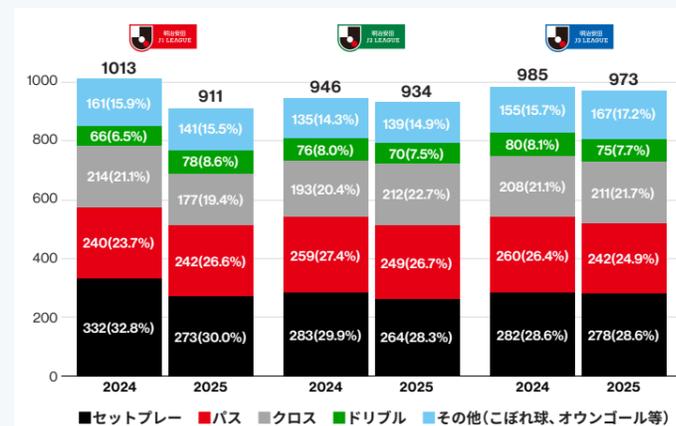
J1 一番後ろのエリアから始まった攻撃の前年度別のシーズン推移

シーズン	ディフェンシブサード		ミドルサード		アタッキングサード	
	前進できず	1エリア前進	2エリア前進	3エリア前進	4エリア前進	5エリア前進
2016	30.9%	14.1%	14.7%	18.6%	13.5%	8.2%
2017	31.9%	14.6%	14.1%	18.5%	13.2%	7.8%
2018	30.5%	14.7%	15.2%	18.5%	12.8%	8.3%
2019	30.3%	15.5%	15.0%	17.2%	12.8%	9.1%
2020	30.8%	18.7%	16.1%	15.0%	11.3%	8.1%
2021	33.7%	17.3%	16.2%	15.3%	10.8%	6.7%
2022	32.5%	19.3%	16.5%	14.2%	10.5%	6.9%
2023	34.4%	18.0%	15.9%	14.3%	10.2%	7.1%
2024	34.0%	17.8%	15.7%	14.4%	10.6%	7.5%
2025	36.3%	18.0%	14.8%	14.4%	9.9%	6.7%

▶ シュート数の減少理由については、まず攻撃を前進させるのが年々難しくなっていることが挙げられる。ピッチを縦方向に6分割した一番後ろのエリア（ディフェンシブサードの後ろ半分）から始まった攻撃が、全く前進できずに終わる割合は直近10年で最も高い36.3%に達した。アタッキングサードに該当する4エリア前進は2016シーズン以降初めて10%を切り、最も相手ゴールに迫ることを意味する5エリア前進も2021シーズンと並んで最も低くなっている。

要因① セットプレーからの得点数の減少

J1リーグ 得点数と得点パターンの前年比



▶ J1、J2、J3の得点数と得点パターンの推移を見ると、いずれも得点数が減少しているが、J1の102点減少は際立って大きい数字となっている。得点パターンとして最も割合の高いセットプレーからの得点数だけでマイナス59となっており、減少数のうち6割弱を占める結果となった。次いで減少幅が大きいのはクロスからの得点でマイナス37となっている。

▶ セットプレーからの得点数の減少理由を深掘りするために、まず各セットプレーの回数と得点数について見ていく。最も減っているのはコーナーキックからの得点で32点減少。フリーキックも25点減少している。コーナーキックは回数の減少はそこまでないが、得点率が大きく下がっている。コーナーキックからのシュート1本あたりのゴール期待値は8.9%から9.1%とわずかに増加している一方で、シュート成功率が9.0%から7.4%と減少しており、チャンスを決め切れていないことが得点率減少の最大の要因となっている。

続いてフリーキックについてエリアごとの回数を見ると、全エリアで昨シーズンより回数が減っていることがわかる。トピックスのパートでも触れた通り、全てのエリアでファウル数が減っていることが影響している。最もゴールに近いアタッキングサードでのフリーキック数が1割以上減少していることが、フリーキックからの得点数の減少につながっていると考えられる。

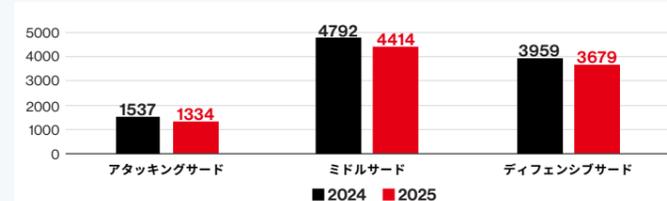
最も得点率の高いペナルティーキックは回数の減少がそのまま得点数に反映されている。相手選手へのファウルによるペナルティーキックが昨シーズンの62回から65回へとやや増えているのに対し、ハンドによるペナルティーキックが37回から17回へと大きく減っている。また、ゴールキーパーのペナルティーキックセーブ率が13.1%から19.5%に向上しており、失敗した割合も増えている。

J1 各セットプレーの回数と得点数の前年比

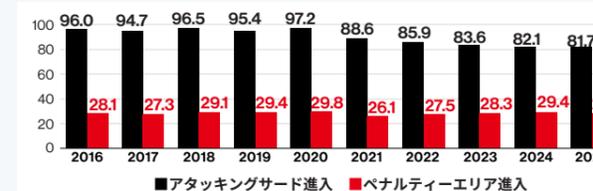
	回数			得点数		
	2024	2025	差分	2024	2025	差分
コーナーキック	3827	3637	-190	136 (3.6%)	104 (2.9%)	-32
フリーキック	10288	9427	-861	75 (0.7%)	50 (0.5%)	-25
ペナルティーキック	99	82	-17	79 (79.8%)	63 (76.8%)	-16
ゴールキック	6305	6116	-189	2 (0.0%)	4 (0.1%)	2
ロングスロー	296	421	125	6 (2.0%)	11 (2.6%)	5
スローイン	15818	16687	869	34 (0.2%)	41 (0.2%)	7

※得点数は、攻撃開始から10秒未満のシュートもしくは相手オウンゴールによる得点を対象とする
※()内は得点率(得点数÷回数)

J1 エリアごとのフリーキック数の前年比

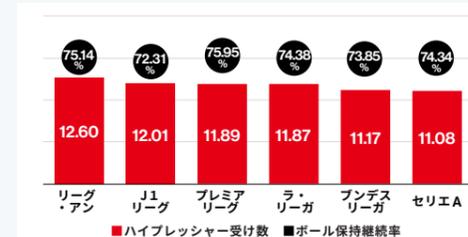


J1 アタッキングサードとペナルティーエリアへの進入回数のシーズン推移 ※1試合平均



▶ アタッキングサード進入回数を見ても、直近10年で最も少ない81.7回となっており、2021年から5年連続で減少している。一方でペナルティーエリア進入回数は大きな変動はないことが見て取れる。得点パターンの中でクロスからの得点数も大きく減少していることに触れたが、アタッキングサード進入回数が減ったことで、クロスが減り、結果として得点数の減少にもつながっていると考えられる。

各リーグ ハイプレッシャー受け数とボール保持継続率 ※1試合1選手あたり ※データ提供:SkillCorner

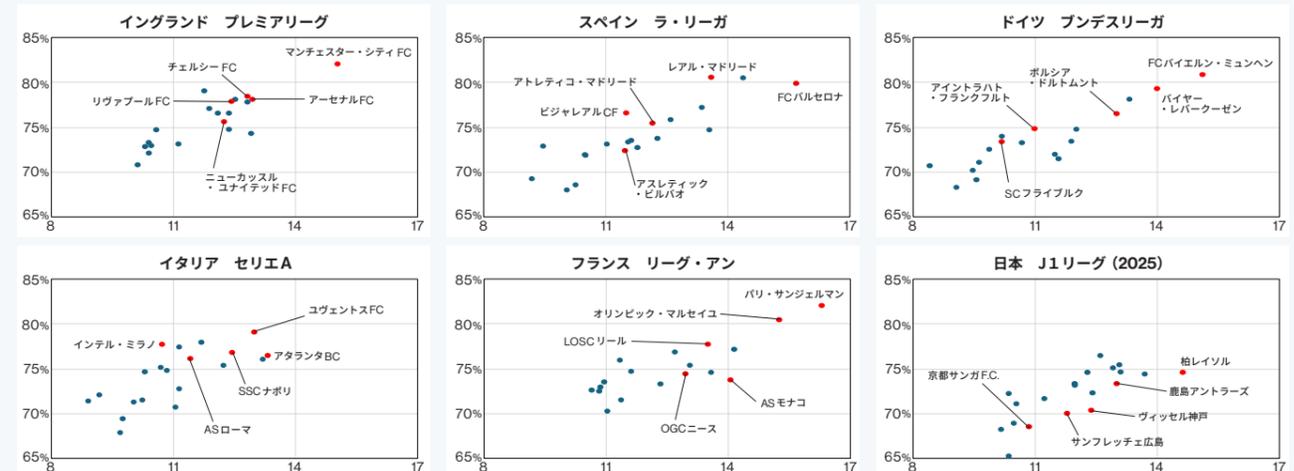


※ハイプレッシャー: ボール保持者の前方から2.5m以内の距離、あるいは2.5~4mの距離かつ6m/s以上のスピードで相手選手が近づいている場合。またはボール保持者の後方から2m以内の距離、あるいは2~3mの距離かつ6m/s以上のスピードで相手選手が近づいている場合。
※ボール保持継続率: ハイプレッシャーを受けている状態で、ボール保持者がパス成功やキープなどでボールを失わなかった割合

▶ 前進やアタッキングサード進入ができていない要因を探るため、まずはハイプレッシャー受け数と被ハイプレッシャー時のボール保持継続率についてJ1リーグと欧州5大リーグを比較していく。昨シーズン、J1リーグは欧州5大リーグと比較してそのどちらも最も少なかったが、今シーズンはハイプレッシャー受け数が増加し、リーグ・アンに次ぐ2番目の多さとなった。一方で、被ハイプレッシャー時のボール保持継続率は昨シーズン同様最も低く、守備側優位となっていることが前進を困難にしている理由の一つとして考えられる。

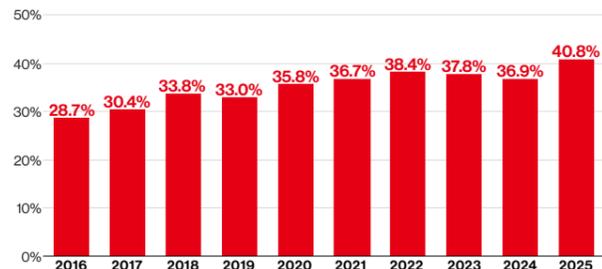
チーム別に見ると、欧州5大リーグの上位5チームはハイプレッシャー受け数とボール保持継続率のどちらも高い傾向にあるが、J1リーグの上位5チームはまばらになっている。さらに、欧州5大リーグの優勝チームは同継続率がいずれも75%以上を記録しているが、J1リーグの鹿島アントラーズは73.3%と唯一75%を下回っている。J1リーグで同継続率が最も高かったのは川崎フロンターレで76.4%だった。また、セリエAとJ1リーグでは80%以上のチームが一つもない。

各リーグ チーム別のハイプレッシャー受け数とボール保持継続率 ※1試合1選手あたり ※上位5チーム ※データ提供:SkillCorner



※横軸: ハイプレッシャー受け数 ※縦軸: 被ハイプレッシャー時のボール保持継続率

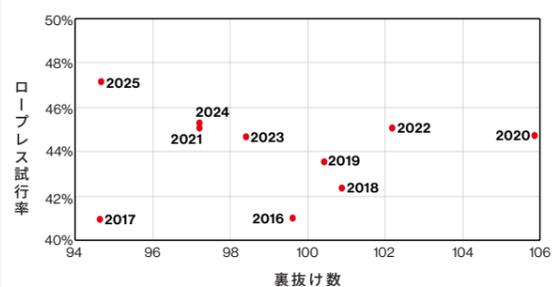
J1 ハイプレス試行率のシーズン推移



※ハイプレス試行率:ハイプレスをかけられる状況で、実際にハイプレスを試行した割合

▶ 続いてハイプレスの傾向を見ると、2025シーズンはハイプレス試行率が初めて40%を超えており、早い段階からボール保持側にプレッシャーがかかるようになってきていることがわかる。ハイプレスだけでなく、ハイプレスが増えたことも影響し、ボール保持側がそれに対応し切れず、前進が難しくなっていると考えられる。

J1 ロープレス試行率と裏抜け数のシーズン推移

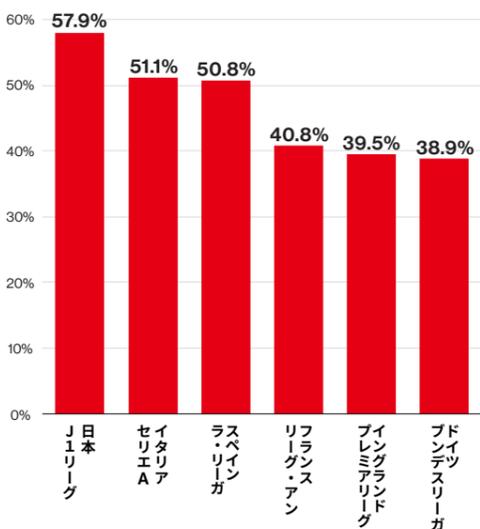


※ロープレス試行率:ロープレスをかけられる状況で、実際にロープレスを試行した割合

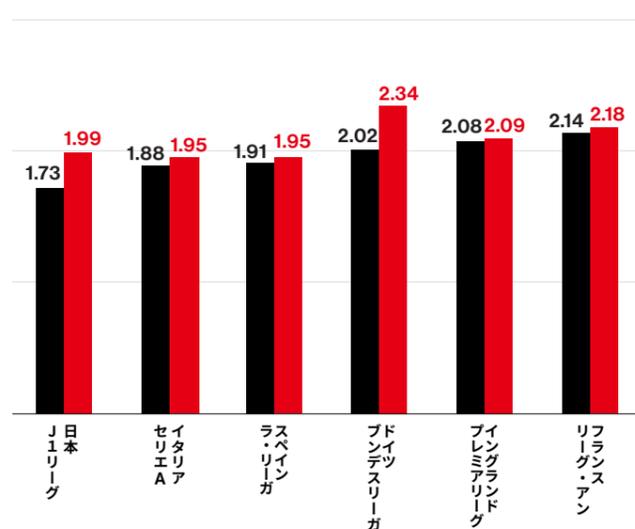
▶ さらに、ロープレス試行率も直近10シーズンで最も高く、ハイプレスを攻略された場合でも、守備ブロックをつくり最終ライン近くでボール保持者に対してプレッシャーをしっかりとかける傾向となっている。その影響もあり、得点につながる可能性の高い裏抜け数は2017シーズンに次いで少ない。

要因③ 前半30分までのスコアレス率の高さ

▶ 各リーグの前半30分時点でのスコアレス率



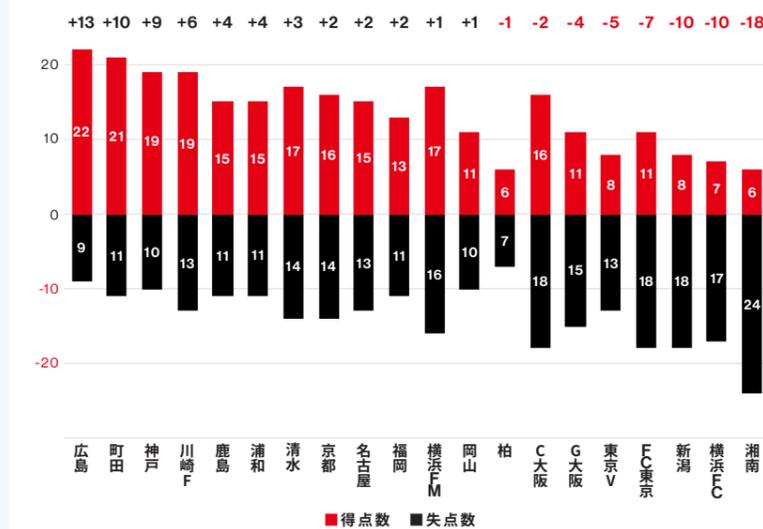
▶ 各リーグの前半30分までの得点有無による、前半30分以降の1試合平均得点数の差



■前半30分までに得点なし ■前半30分までに得点あり

▶ 前半30分時点でのスコアレス率について、欧州5大リーグと比較すると、J1は57.9%と最も高い割合になっている。一方で、1試合平均得点が3点前後のブンデスリーガ、リーグ・アン、プレミアリーグの割合はかなり低くなっていることがわかる。さらに「前半30分までに得点が入った試合」と「前半30分までスコアレスの試合」に分けて、前半30分以降の1試合平均得点数を見ると、J1は後者の方がプラス0.26となっており、5大リーグと比較するとその差はブンデスリーガの次に大きくなっている。前半30分までに得点が入っていた場合、それ以降の得点数は5大リーグと遜色ない結果となっている。これらのスタッツより、J1は前半30分までのスコアレス率が高く、さらにその場合に前半30分以降の得点数も少なく、試合を通して得点が生まれにくい展開になっている傾向が見て取れる。今シーズン降格した場合は、シーズン移行に伴い最短でも1.5年間は同じカテゴリーで戦わなければならないレギュレーションということもあり、試合の入りから守備を重視した戦い方を増やしたチームが増えた可能性も考えられる。

J1 チーム別のセットプレー得失点数



※攻撃開始から10秒未満のシュートもしくは相手オウンゴールによる得点と失点を対象とする

▶ セットプレーからの得点が最も多かったのはサンフレッチェ広島の22で、総得点46点のうちの半分弱となっている。セットプレーの得失点差でもサンフレッチェ広島がプラス13でトップ、FC町田ゼルビアがプラス10で続いた。この2チームのシーズン得失点差はそれぞれプラス18とプラス13であり、セットプレーの占める割合が非常に高くなっている。

昇格組では清水エスパルスがプラス3、ファジアーノ岡山がプラス1だったのに対し、横浜FCはマイナス10と苦しみJ2降格となった。また、同じく降格となったアルビレックス新潟もマイナス10、湘南ベルマーレはマイナス18となっており、セットプレーがいかに重要であるかが見て取れる。

J1 チーム別の各セットプレーの得失点数内訳

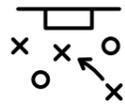
チーム	PK	CK	FK	スローイン	ロングスロー
鹿島	4 (5/1)	1 (5/4)	5 (5/0)	-4 (0/4)	-1 (0/1)
浦和	-3 (0/3)	4 (10/6)	2 (3/1)	1 (2/1)	0 (0/0)
柏	-1 (2/3)	3 (3/0)	-3 (0/3)	0 (1/1)	0 (0/0)
FC東京	2 (6/4)	-4 (1/5)	-2 (1/3)	-4 (2/6)	0 (0/0)
東京V	-1 (1/2)	1 (6/5)	-1 (1/2)	-2 (0/2)	-1 (0/1)
町田	-2 (3/5)	3 (5/2)	2 (4/2)	1 (2/1)	5 (6/1)
川崎F	0 (3/3)	3 (8/5)	2 (5/3)	2 (3/1)	-1 (0/1)
横浜FM	0 (4/4)	-1 (6/7)	-2 (2/4)	4 (5/1)	0 (0/0)
横浜FC	-5 (1/6)	-5 (1/6)	-3 (0/3)	-1 (1/2)	4 (4/0)
湘南	-7 (1/8)	-3 (3/6)	-5 (1/6)	-2 (1/3)	-1 (0/1)
新潟	-1 (3/4)	-2 (3/5)	-4 (1/5)	-3 (1/4)	0 (0/0)
清水	3 (6/3)	1 (8/7)	1 (2/1)	-2 (1/3)	0 (0/0)
名古屋	6 (6/0)	-2 (4/6)	-2 (3/5)	2 (2/0)	-2 (0/2)
京都	3 (5/2)	0 (5/5)	-3 (0/3)	3 (5/2)	-2 (0/2)
G大阪	1 (3/2)	-6 (1/7)	3 (5/2)	-2 (2/4)	0 (0/0)
C大阪	1 (3/2)	-2 (6/8)	2 (5/3)	-1 (2/3)	-1 (0/1)
神戸	-1 (1/2)	3 (7/4)	2 (4/2)	6 (6/0)	-1 (0/1)
岡山	1 (1/0)	0 (8/8)	0 (1/1)	0 (1/1)	0 (0/0)
広島	1 (5/4)	3 (7/4)	5 (5/0)	3 (4/1)	1 (1/0)
福岡	-1 (4/5)	3 (7/4)	1 (2/1)	-1 (0/1)	0 (0/0)

※攻撃開始から10秒未満のシュートもしくは相手オウンゴールによる得点と失点を対象とする ※ ()内は得点数/失点数

▶ セットプレーの種類別に得点と失点の内訳を見ると、ペナルティーキックでは浦和レッズがシーズンを通じて1度も蹴る機会がなく、逆に名古屋グランパスは1度も対戦相手にペナルティーキックを与えずにプラス6となった。ファジアーノ岡山は2回ペナルティーキックを与えたが、いずれもスペンドブローダーセンがセーブして得点を許していない。

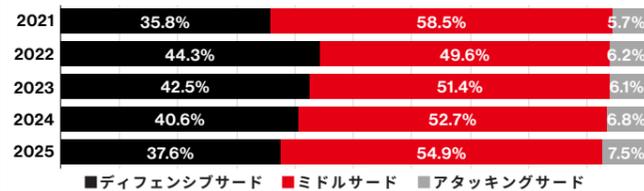
コーナーキックでは浦和レッズが10得点を記録し、得失点差でもトップのプラス4。柏レイソルはコーナーキックからの失点が唯一なく、自らのコーナーキックでは77.5%が直接クロスを入れられないリスタートとなっており特徴的だった。フリーキックでの得失点差が大きかったのは鹿島アントラーズとサンフレッチェ広島のプラス5。ロングスローを除くスローインではヴィッセル神戸の得点6、失点0が際立っている。

最後にロングスローについては、FC町田ゼルビアが6得点でトップ。横浜FCが4得点で続き、複数得点につながったのはこの2チームだけだった。ロングスローから3プレー以内のシュート数では、サンフレッチェ広島の中野就斗が23本、FC町田ゼルビアの林幸多郎が21本で他を圧倒。横浜FCの細井響と京都サンガF.C.の福田心之助が8本で続いている。



BUILD UP ビルドアップ -ゴールキック-

▶ J1 ゴールキックのエリア別割合のシーズン推移



▶ ゴールキックのエリア別の割合を見ると、2022シーズン以降、ディフェンシブサードの割合が減少傾向にあり、代わりにミドルサードの割合が増加傾向にある。アタッキングサードの割合も2シーズン連続で上昇しており、ゴールキックの段階からより相手ゴールの近くへという姿勢が見られる。

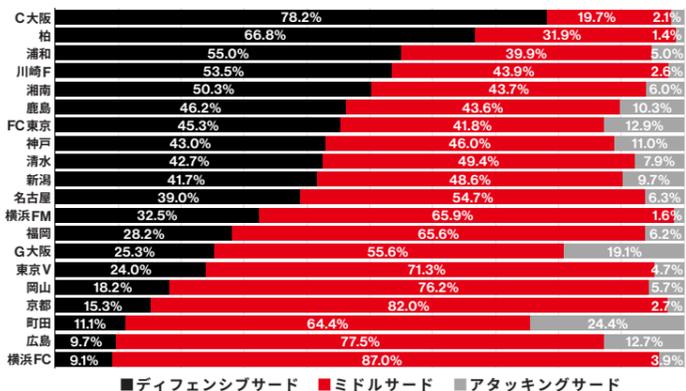
▶ J1 ゴールキーパーの8秒ルール適用前後における、ゴールキックのエリア別割合の変化

	DT	MT	AT
8秒ルール適用前	41.3%	50.9%	7.8%
8秒ルール適用後	31.1%	61.8%	7.1%

※DT:ディフェンシブサード、MT:ミドルサード、AT:アタッキングサード

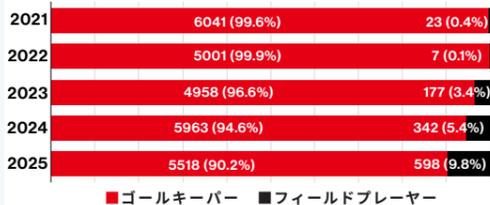
▶ また、ゴールキーパーの8秒ルール(ゴールキーパーが手や腕で8秒を超えてボールをコントロールした場合、相手チームにコーナーキックが与えられる)が適用された前後(J1では8月9日以降、J2では同2日以降、J3では同16日以降の試合で適用)で比較すると、J1では適用後のディフェンシブサードへのゴールキックの割合が10ポイント以上低下した。流れの中でボールをキャッチしてから使える時間が短くなったことで、間を取ることでできるゴールキックではミドルサードやアタッキングサードへのロングボールを蹴っている可能性が考えられる。

▶ J1 チーム別のゴールキックのエリア別割合



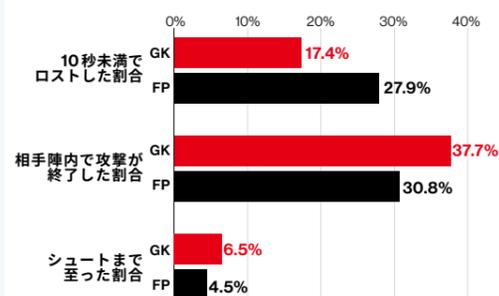
▶ 続いてチーム別に見ると、ディフェンシブサード率が最も高かったのはセレッソ大阪の78.2%。柏レイソルが66.8%で続いている。逆に横浜FCは9.1%、サンフレッチェ広島は9.7%と10%を切る低さとなっている。FC町田ゼルビアはアタッキングサード率が24.4%と唯一20%を超えている。鹿島アントラーズ、FC東京、アルビレックス新潟、清水エスパルス、ヴィッセル神戸の5チームはディフェンシブサード率とミドルサード率が共に40%を超えており、状況に応じて蹴り分ける傾向が見られる。

▶ J1 キッカー別のゴールキック回数と割合のシーズン推移



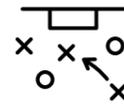
▶ ゴールキックをゴールキーパーとフィールドプレイヤーが蹴った割合で比較すると、2023シーズン以降はフィールドプレイヤーが蹴った割合が増加している。チーム別に見ると、ゴールキックをフィールドプレイヤーが蹴った回数が最も多かったのは浦和レッズの98回(27.4%)。次いで川崎フロンターレの82回(26.5%)、鹿島アントラーズの65回(20.8%)となった。一方で、横浜FCとサンフレッチェ広島はシーズンを通じて1回もなく、取り組むチームとそうでないチームではっきりと分かれた。

▶ J1 ディフェンシブサードへのゴールキックの結果



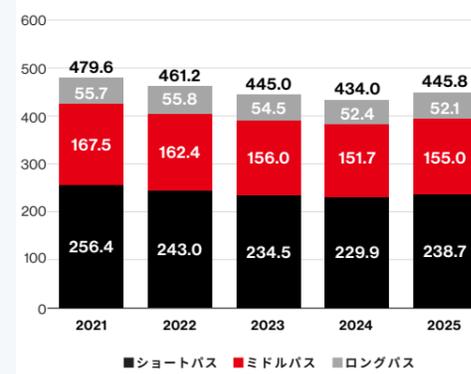
※GK:ゴールキーパー、FP:フィールドプレイヤー

▶ ゴールキックをゴールキーパー、フィールドプレイヤーが蹴った場合で、その後の攻撃結果がどうなっているのかを比較すると、まず10秒未満でロストした割合はフィールドプレイヤーが蹴った場合の方が高くなっている。さらに、相手陣内で攻撃が終了した割合、シュートまで至った割合ともにゴールキーパーが蹴った場合よりも低くなっており、今のところフィールドプレイヤーが蹴ることによるメリットは数字上では表れていない。チーム別に見ても同様の傾向となっているが、ヴィッセル神戸はフィールドプレイヤーが蹴った場合の方が相手陣内で攻撃が終了した割合が高くなっている(GK:42.9%、FP:61.1%)。また、川崎フロンターレとセレッソ大阪はフィールドプレイヤーが蹴った場合の方がシュートまで至った割合が高くなっており、この3チームにおいては、フィールドプレイヤーがゴールキックを蹴ることによる一定の効果が出ているといえるかもしれない。



BUILD UP ビルドアップ -パス-

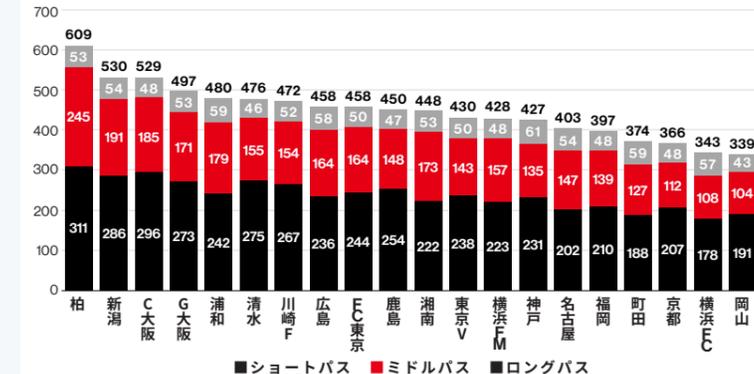
▶ J1 パス数のシーズン推移



※1チームあたりの1試合平均 ※オープンプレーのパスが対象

▶ 2021シーズン以降、総パス数が年々減少していたが、2025シーズンは久しぶりに増加へと転じた。距離別で見ると、特にショートパスがプラス8.8本と大きく増え、ミドルパスもプラス3.3本となった。一方でロングパスは昨シーズンから微減となっており、パスの選択にやや傾向の変化があったことが数値に表れている。

▶ J1 チーム別のパス数 ※1試合平均 ※オープンプレーのパスが対象



▶ 今シーズンのJ1で1試合平均パス数が最も多かったのは柏レイソルの609本で、昨シーズンからプラス217本と大幅に増加した。2位のアルビレックス新潟が530本、3位のセレッソ大阪が529本であることから、突出して多かったといえる。距離別ではショートパス、ミドルパスともに柏レイソルが最多となっており、ロングパス数の最多はヴィッセル神戸の61本で、浦和レッズとFC町田ゼルビアが59本で続いている。ショートパスについては、昇格組を除く17チーム中11チームで昨シーズンより数が増えた。特に、柏レイソルはショートパスだけで昨シーズンと比較してプラス111本となっている。また、増加数が2番目に多かったのは鹿島アントラーズのプラス52本で、優勝を争った2チームが最もショートパススタイルへの志向が強くなっていくことが見て取れる。

▶ J1 チーム別の前方ロングパス数と成功率 ※1試合平均



▶ ロングパスの中でも、相手ゴールにダイレクトに近づくための手段となる前方ロングパスについて、FC町田ゼルビアは数が多く成功率も高くなっており、他のチームに差をつけていることが見て取れる。セレッソ大阪は数では平均以下だが、成功率は37.3%で最も高く、状況を見定めて効果的に使えているといえそうだ。清水エスパルスは前方ロングパス数が24.5本と最も少ないチームだった。

▶ J1 チーム別のスイッチオブプレー数と得点数

チーム	パス(左→右)	パス(右→左)	合計
鹿島	34 (0)	35 (1)	69 (1)
浦和	76 (1)	54 (0)	130 (1)
柏	61 (1)	61 (3)	122 (4)
FC東京	47 (0)	45 (0)	92 (0)
東京V	41 (0)	31 (0)	72 (0)
町田	80 (3)	43 (1)	123 (4)
川崎F	36 (0)	49 (0)	85 (0)
横浜FM	44 (0)	38 (0)	82 (0)
横浜FC	43 (0)	41 (2)	84 (2)
湘南	52 (0)	49 (1)	101 (1)
新潟	58 (2)	35 (0)	93 (2)
清水	69 (1)	62 (1)	131 (2)
名古屋	51 (3)	49 (0)	100 (3)
京都	38 (0)	25 (0)	63 (0)
G大阪	59 (0)	35 (0)	94 (0)
C大阪	55 (1)	46 (0)	101 (1)
神戸	45 (1)	59 (0)	104 (1)
岡山	24 (1)	12 (0)	36 (1)
広島	40 (0)	52 (0)	92 (0)
福岡	36 (0)	44 (0)	80 (0)

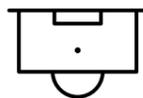
▶ 前方ではなく逆サイドへのロングパスを通して攻め込むスイッチオブプレーは、守備側がボール周辺に人数をかけて組織的に守っている状況において、有効な方法となり得る。そのスイッチオブプレー数を比較すると、清水エスパルスの131回が最多となっており、前方ロングパスは最も少なかったものの、ビルドアップでの逆サイドへのロングパスは最も活用していたことがわかる。スイッチオブプレーから30秒以内の得点数が最も多かったのは、FC町田ゼルビアと柏レイソルの4点となった。FC町田ゼルビアは左サイドから右サイドへのスイッチオブプレーが右サイドから左サイドの倍近くあるのに対し、柏レイソルは同数となっており、スイッチオブプレーを多用するチームの間でも特徴に違いが見られる。

▶ J1 スwitchオブプレーの出し手と受け手

●左サイドから右サイド				●右サイドから左サイド			
チーム	出し手	受け手	本数	チーム	出し手	受け手	本数
町田	昌子源	望月ヘンリー海輝	28	柏	小泉佳穂	小原松知哉	12
浦和	マテウスサヴィオ	金子拓郎	10	湘南	鈴木達斗	畑大雅	11
浦和	マリウスホイブラーテン	ダニロボサ	10	町田	ドレシェヴィッチ	中山雄太	9
湘南	鈴木淳之介	藤井智也	10	柏	熊坂光希	小原松知哉	7
町田	昌子源	ドレシェヴィッチ	8	柏	古賀太陽	田中真人	5
京都	佐藤響	福田心之助	8	町田	ドレシェヴィッチ	相馬勇紀	5
				川崎F	高井幸大	三浦颯太	5
				清水	住吉ジェラニレシオン	山原怜音	5
				神戸	山川哲史	広瀬陸斗	5

▶ スwitchオブプレーの出し手と受け手の関係では、FC町田ゼルビアの昌子源から望月ヘンリー海輝への数が28と他の組み合わせを圧倒する数値を記録。またどちらのサイドでもトップ5に2つのホットラインが入っており、戦術として確立されていたことがわかる。浦和レッズは左サイドから右サイドへのラインが2つ、柏レイソルは右サイドから左サイドへのラインが3つあるのも特徴的である。

※スイッチオブプレー: レーン1、2からレーン5(一番右側のレーン)へ、またはレーン4、5からレーン1(一番左側のレーン)への30m以上のパス ※ ()内はスイッチオブプレーから30秒以内の得点数

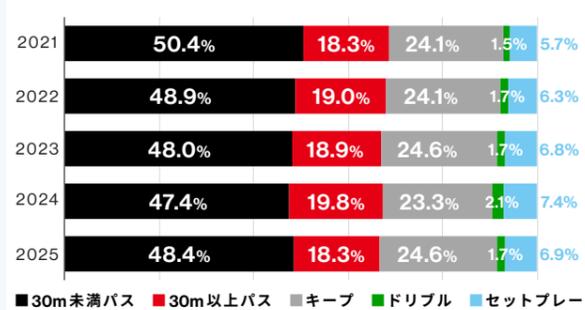


ATTACKING THIRD ENTRY アタッキングサード進入



CROSS クロス

▶ J1 アタッキングサード進入パターンのシーズン推移



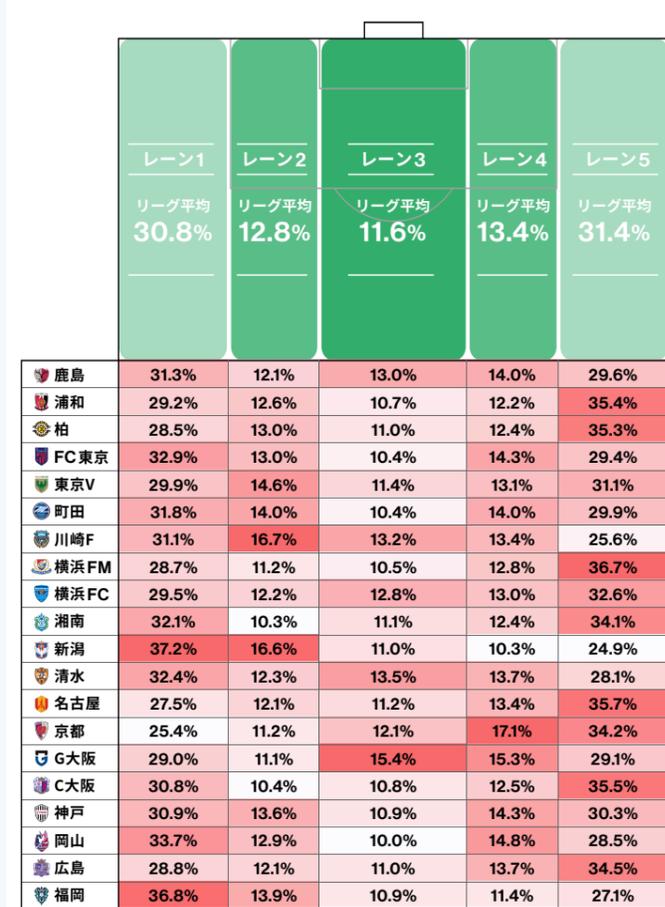
▶ ゴールのパートで触れたとおり、アタッキングサード進入回数は直近10年で最も少ない結果となっている。同進入パターンについて見ると、昨シーズンまでは30m未満のパスの割合が年々減少し、30m以上のパスやセットプレーの割合が増加する傾向となっていたが、今シーズンは30m未満パスの割合が増えるという結果になった。全体の同進入回数が減少する中で、30m未満パスによる進入回数は減少しなかったことが影響している。フリーキックやスローインなどのセットプレーでアタッキングサード進入を狙った数は昨シーズンから大きな変化はないものの、その成功率はいずれも下がっており、これがセットプレーからのアタッキングサード進入割合の低下につながっている。

▶ J1 アタッキングサード進入プレー別の5プレー以内得点率 ※対象:2021~2025シーズン

進入プレー	5プレー以内得点率	1試合平均回数
ドリブル	5.0%	0.7
30m以上パス	2.2%	7.8
キープ	1.7%	10.0
30m未満パス	1.3%	20.2
セットプレー	0.8%	2.7

▶ 直近5シーズンのアタッキングサード進入から5プレー以内の得点率を見ると、ドリブルが5.0%、次いで30m以上パスが2.2%となっている。得点率が高く、得点への影響が大きいプレーであるドリブルと30m以上パスの割合がどちらも減る結果となっており、ドリブルで同進入からの得点数は33から26に、30m以上パスからは138から128にそれぞれ減少した。

▶ J1 レーン別のアタッキングサード進入割合



▶ アタッキングサードに進入した際にどのレーンへ入ったかを見ると、レーン2が昨シーズンの12.4%から12.8%へ、レーン4が12.5%から13.4%へと増加した。ハーフレーン(レーン2とレーン4)への進入方法で最も増えたのは、ボールをキープした状態で自ら進入するパターンとなっており、積極的にハーフレーンへ持ち運ぶ選手が増えていることがうかがえる。

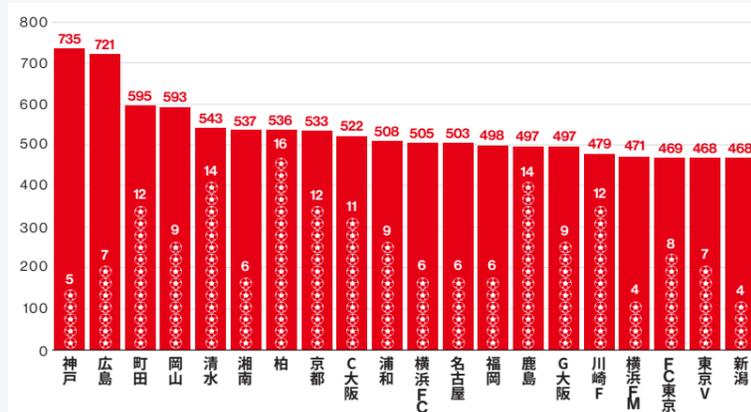
レーン2への進入割合が最も高いチームは川崎フロンターレで、山本 悠樹がこのエリアへの進入回数(進入に成功したパスと、自身がボールを保持して進入した回数の合計)でリーグ3位となる47回を記録。レーン4への進入割合が最も高いチームは京都サンガF.C.で、こちらは宮本 優太が進入回数でリーグトップの54回を記録している。

外側のレーンに目を向けると、レーン1を多く使っているアルビレックス新潟はレーン2の割合も2番目に高く、その合計が50%を超えており、かなり左に偏っている。左サイドバックの橋本 健人がレーン1と2の合計で121回の進入成功と、キーププレーヤーになっていた。レーン1への進入回数が最も多かったのはサンフレッチェ広島の佐々木 翔で、全レーンの中でトップとなる170回を記録している。また、逆サイドのレーン5の回数が最も多いのもサンフレッチェ広島の 中野 就斗の161回となっており、両サイドの圧倒的な攻撃力の高さを示している。

中央のレーン3からの進入割合が最も高かったのはガンバ大阪の15.4%。中谷 進之介からイッサム ジェバリへのパスで12回の進入に成功している。それ以上の回数を記録したのが、FC町田ゼルビアのゴールキーパーである谷 晃生からオセフンへの13回で、最後方から最前線へのホットラインとなっていた。

最後に、個人として突出していたのは清水エスパルスのマテウスブレノで、レーン1への進入回数でリーグ2位、レーン2と3で同1位、レーン4で同4位と、幅広いレーンでチームのアタッキングサード進入に貢献した。

▶ J1 チーム別のクロス数 ※オープンプレーのみ



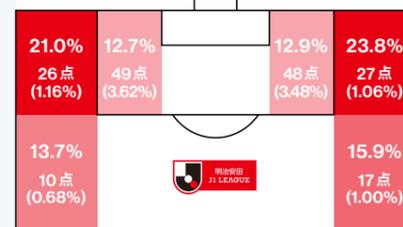
▶ クロス数1位はヴィッセル神戸、2位はサンフレッチェ広島となり、昨シーズンの上位2チームが引き続き多くのクロス数を記録した。700本以上のクロス数を記録したのはこの2チームのみであり、600本以下だった3位以下と大きな差がついている。ヴィッセル神戸には100本以上のクロス数を記録した選手は1人もいなかったが、50本以上のクロス数を記録した選手は7人おり、リーグ最多であった。クロスからの得点数は柏レイソルが16でリーグ最多となり、清水エスパルスと鹿島アントラーズが14で続いている。

選手別に見ると、FC町田ゼルビアの相馬 勇紀が172本を記録し、2位以下を大きく引き離してトップとなった。これは同チームのクロスのうち28.9%にあたる数字であり、クロスからのアシスト数6もリーグ1位タイと、チームの攻撃に大きく貢献した。柏レイソルの小室松 知哉はクロス数83本ながら、アシスト数6で同1位タイとなっている。セレッソ大阪のルーカス フェルナンデスは負傷の影響もあり、昨シーズンよりも3試合少ない32試合の出場にとどまったが、前年の110本を大きく上回る143本のクロス数を記録した。

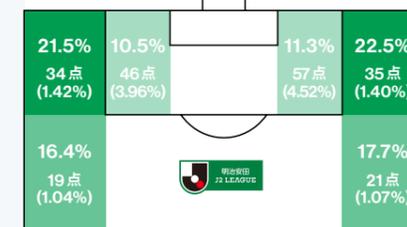
▶ J1 クロス100本以上の選手

選手	クロス	クロスからのアシスト数
相馬 勇紀	172	6
ルーカス フェルナンデス	143	3
中野 就斗	118	1
久保 藤次郎	116	2
黒川 圭介	111	0
山原 怜音	107	4
原 大智	103	3
中村 草太	101	3
カビシャバ	100	1

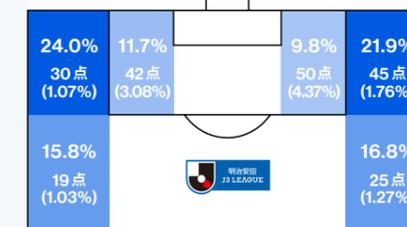
▶ J1 エリア別クロス比率と得点数



▶ J2 エリア別クロス比率と得点数



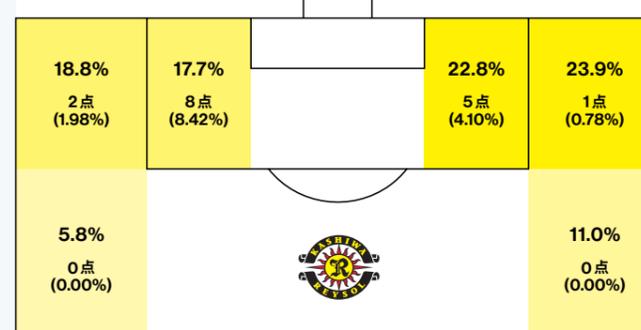
▶ J3 エリア別クロス比率と得点数



※()内はクロス数に対する得点数の割合

▶ エリア別のクロス比率をカテゴリごとに見ると、J1はJ2、J3と比較してペナルティーエリア内からのクロス割合が高いことがわかる。J1のチームがよりゴールに近いエリアからのクロス志向していることが見て取れるが、一方でこのエリアからのクロス数に対する得点数の割合を比較すると、J1は3.55%、J2は4.25%、J3は3.67%とJ1が最も低くなっている。

▶ 柏 エリア別クロス比率と得点数

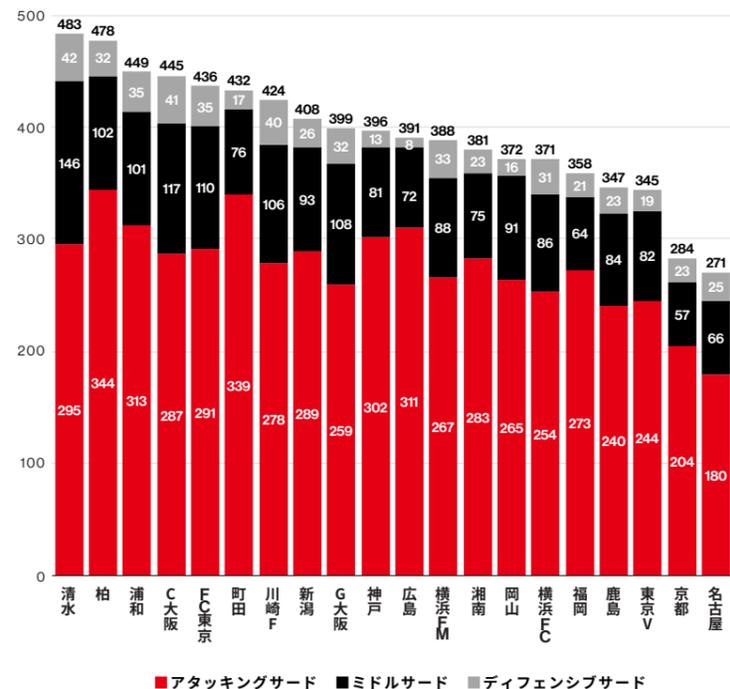


▶ クロスからリーグ最多の16得点を記録した柏レイソルのクロス数をエリア別で見ると、13得点がペナルティーエリア内からのクロスにより生まれている。このエリアからのクロス割合は左が17.7%、右が22.8%となっており、共にリーグ平均を大きく上回っている。左サイドの小室松 知哉がペナルティーエリア内左からのクロス数(38本)と成功数(12本)で共にリーグ1位、右サイドの久保 藤次郎もペナルティーエリア内右からのクロス数(43本)と成功数(11本)でリーグ1位と、両サイドの選手がペナルティーエリア攻略のキーマンとなっていた。



DRIBBLE ドリブル

▶ J1 チーム別のドリブル数



▶ J1 選手別のドリブル数とドリブル成功率

選手	ドリブル	成功率
相馬 勇紀	173	69.4%
金子 拓郎	120	68.3%
ルーカス フェルナン	116	46.6%
デスカビシャーバ	112	40.2%
小屋松 知哉	103	60.2%

▶ J1 選手別のドリブルクロス数とアシスト数

選手	ドリブルクロス	アシスト
相馬 勇紀	114	5
金子 拓郎	63	1
小屋松 知哉	53	5
カビシャーバ	41	0
久保 藤次郎	39	0

▶ J1 選手別のドリブルシュート数と得点数

選手	ドリブルシュート	得点
伊藤 達哉	29	7
相馬 勇紀	23	3
小泉 佳穂	16	1
金子 拓郎	15	1
乾 貴士	15	1
新井 悠太	15	0

▶ドリブル数が最も多かったチームは清水エスパルスの483回。柏レイソルが478回で続いた。清水エスパルスはミドルサードでのドリブルの割合がリーグで唯一30%を超えており、崩し以外の局面で積極的にドリブルを使っていたことがわかる。

選手ではFC町田ゼルビアの相馬 勇紀が173回でトップ。チームのドリブル数のうち4割以上を担い、ドリブル成功率は約7割に達している。ドリブルクロス数でも2位以下を圧倒する114本から5アシストを記録した。柏レイソルの小屋松 知哉も5アシストと、得点に直結するクロスを多く供給した。ドリブルシュートでは、川崎フロンターレの伊藤 達哉が29本でトップとなり、そこから7得点を記録する際立ったパフォーマンスを見せた。

▶ J1 センターバックのキープ系プレーでの相手ライン突破数と前進距離

選手	試合数	相手ラインを突破した回数	1試合平均前進距離(m)
ダニーロ ボザ	35	131	143.0
鈴木 淳之介	21	127	180.2
佐々木 翔	37	124	75.4
鈴木 雄斗	24	119	189.6
古賀 太陽	38	113	196.6

※センターバックとしてプレーした試合のみが対象 ※キープ系プレー:トラップ、ドリブル、キャリアの総称 ※前進距離:相手ゴールに向かって進んだ縦方向の距離

▶相手のプレスを剥がしてチームが前進する上で、最後方のフィールドプレーヤーがボールを運ぶことも重要な要素となってきている。センターバックがキープ系のプレーで相手ラインを突破した回数を見ると、浦和レッズのダニーロ ボザが131回でリーグトップとなっており、積極的に前へ持ち出す姿勢が表れている。また、湘南ベルマーレの鈴木 淳之介は2025年7月にFCコペンハーゲン(デンマーク)へ移籍したため試合数が少ないながらも127回でリーグ2位、1試合平均前進距離でも同3位と、ボールを持ち運ぶ能力の高さが傑出していた。1試合平均前進距離のトップは柏レイソルの古賀 太陽で196.6m。パス能力だけでなく自ら前進する能力も兼ね備え、チームのボール保持に安定感を与えた。





DEFENSE 守備

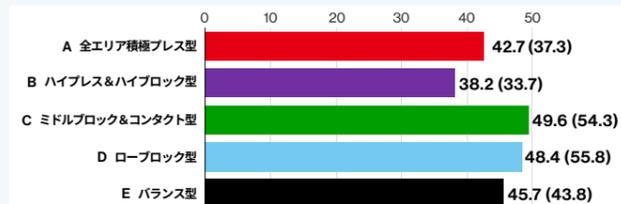
▶ J1 スタイル別の平均スタッツ

スタイル	分類されたチーム	ハイプレス試行率	ミドルプレス試行率	ロープレス試行率	ハイブロック比率	ミドルブロック比率	ローブロック比率	相手ボール保持時間30分あたりタックル数	タックルライン (m)
A 全エリア積極プレス型	鹿島 柏 東京V 岡山	44.3%	41.1%	49.9%	28.0%	43.8%	28.3%	20.6	41.6
B ハイプレス&ハイブロック型	京都 神戸 広島	46.3%	40.6%	47.7%	35.7%	42.3%	22.0%	22.0	43.8
C ミドルブロック&コンタクト型	横浜FC 湘南 G大阪	34.8%	34.6%	46.9%	25.7%	46.1%	28.2%	20.8	40.0
D ローブロック型	FC東京 新潟 清水 名古屋 C大阪	40.2%	34.5%	45.2%	26.6%	40.7%	32.7%	18.8	39.8
E バランス型	浦和 町田 川崎F 横浜FM 福岡	39.6%	35.5%	46.9%	31.8%	42.8%	25.4%	17.2	41.5

▶ 各チームの守備スタイルについて、ハイ・ミドル・ロー別のプレス試行率とブロック守備の比率、タックル数と平均タックルラインのデータに基づき分類した結果、上表のように5つのスタイルにわけられた。ここでは、守備機会におけるスタイルを見るために、比率と単位時間をそろえた値を採用している。なお、これらは集計可能なデータから似た特徴を持つチームをグループ分けして命名したものであり、スタイル間の優劣や正誤を示すものではないが、リーグ戦の上位5チームが全て「A 全エリア積極プレス型」と「B ハイプレス&ハイブロック型」に入る結果となった。

- A** 全エリア積極プレス型:ハイ・ミドル・ロー全てのプレス試行率が高く、どのエリアにおいても積極的にプレスをかけているチーム
- B** ハイプレス&ハイブロック型:ハイプレス試行率、ハイブロック比率、タックル数、タックルラインが最も高く、高い位置からプレスをかけているチーム
- C** ミドルブロック&コンタクト型:ミドルブロック比率が最も高く、タックル数も多めで、中盤からコンタクトしに行くチーム
- D** ローブロック型:ローブロック比率が最も高く、タックル数は少なめだが、ハイプレス試行率も低くはなく、前線からのプレスが効果なかった場合はしっかり自陣に戻ってから守るチーム
- E** バランス型:さまざまなプレス・ブロックを使い分けており、A～Dのいずれにも当てはまらないチーム

▶ J1 スタイル別の被ゴール期待値 ※1チーム平均

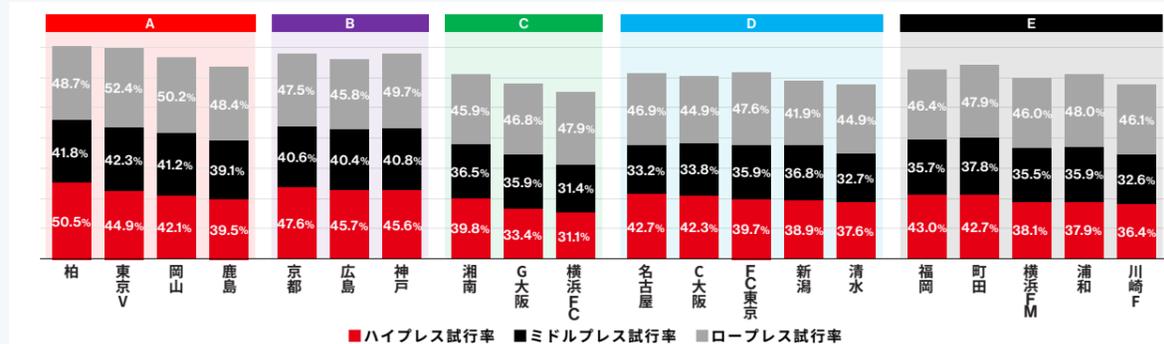


▶ スタイルごとの被ゴール期待値を比較すると「B ハイプレス&ハイブロック型」が38.2で最も低く、「A 全エリア積極プレス型」が42.7で続いている。また、この2タイプは被ゴール期待値よりも失点数が少なく、積極的にプレスをかけることで失点の機会を減らすことに成功していたのが見て取れる。

※()内は1チーム平均の失点数

プレス

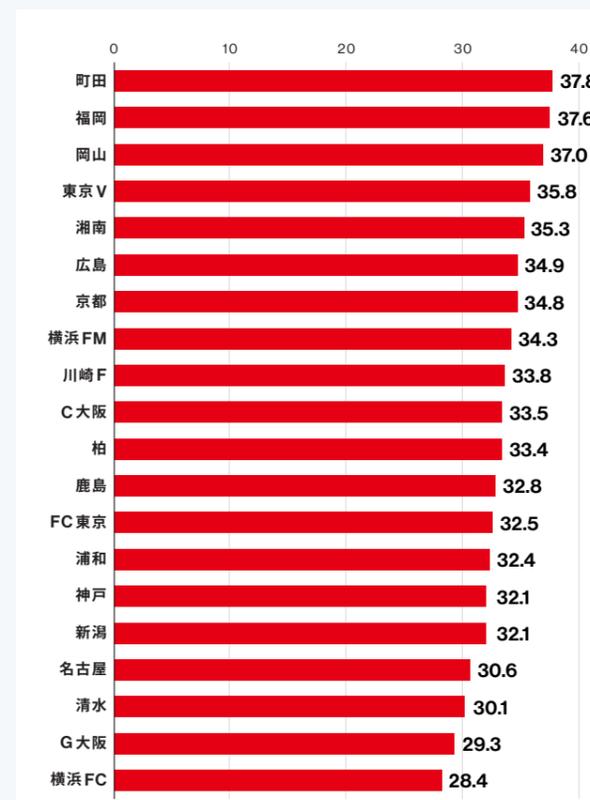
▶ J1 チーム別のプレス試行率



※試行率:各プレスをかけられる状況で、実際にそのプレスを試行した割合

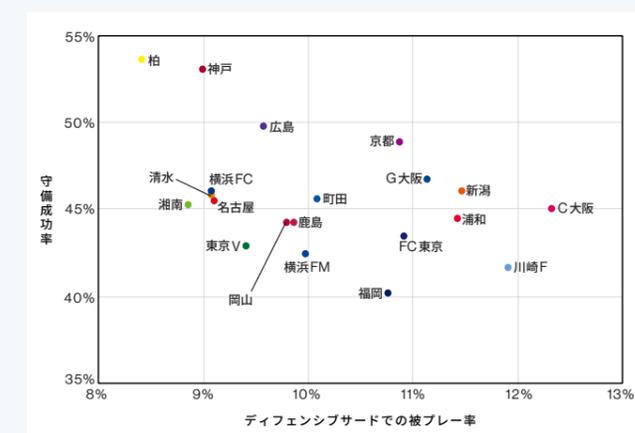
▶ 柏レイソル (ハイプレス試行率:リーグ1位、ミドルプレス試行率:同2位、ロープレス試行率:同4位)と東京ヴェルディ (ハイプレス試行率:同5位、ミドルプレス試行率:同1位、ロープレス試行率:同1位)は共にいずれのプレス試行率も高い水準になっており、どのエリアにおいても的確なタイミングで積極的にプレスを試みていたことが見て取れる。

▶ J1 チーム別のハイプレッシング数 ※1試合平均



※ハイプレッシング:ハイプレスから始まり、連続したプレスをかけた場合をハイプレッシングとする

▶ J1 チーム別のハイプレッシング時の守備成功率とディフェンシブサイドでの被プレー率



▶ ハイプレッシング数が最も多かったのはFC町田ゼルビアの37.8回。アビスパ福岡とファジアーノ岡山が僅差で続いた。最も少なかったのは横浜FCで28.4回だった。ハイプレッシング時の守備成功率では、柏レイソルが53.5%で1位、ヴィッセル神戸が53.0%で2位となった。この2チームはハイプレッシング時にプレスを突破されてディフェンシブサイドまで持ち込まれた割合も低く、ハイプレッシングの質が際立っていたといえる。

一方で、ハイプレッシング数では中位ながらも、ディフェンシブサイドまで持ち込まれた割合が高いセレッソ大阪と川崎フロンターレは、共に失点数がリーグで3番目に多い57となっている。

▶ J1 選手別のハイプレス数

選手	ハイプレス	守備成功率
植中朝日	1009	23.5%
小泉佳穂	1003	30.5%
長谷川元希	1002	26.6%
宮代大聖	983	31.9%
ラファエル ハットン	956	25.9%

※ハイプレス:相手陣内にボールがある状況で、守備側チームのミッドフィルダーラインとフォワードラインの中間ラインより相手ゴール側でプレーする攻撃側チームの選手に対してプレスをかけた場合をハイプレスとする

▶ J1 選手別のミドルプレス数

選手	ミドルプレス	守備成功率
稲垣祥	777	25.1%
松岡大起	735	27.8%
齋藤功佑	694	21.0%
川辺駿	687	29.8%
森田晃樹	678	23.0%

※ミドルプレス:相手陣内にボールがある状況で、守備側チームの2つの中間ライン (ミッドフィルダーラインとフォワードラインの中間ライン、ディフェンスラインとミッドフィルダーラインの中間ライン) より相手ゴール側、もしくは自陣内にボールがある状況で、ディフェンスラインとミッドフィルダーラインの中間ラインより相手ゴール側でプレーする攻撃側チームの選手に対してプレスをかけた場合をミドルプレスとする

▶ J1 選手別のロープレス数

選手	ロープレス	守備成功率
谷口栄斗	305	32.1%
半田陸	291	31.6%
藤原奏哉	274	35.0%
荒木隼人	269	31.2%
ソドカ ボニフェイス	268	41.0%

※ロープレス:守備側チームのディフェンスラインとミッドフィルダーラインの中間ラインよりも自陣ゴール側でプレーする攻撃側チームの選手に対してプレスをかけた場合をロープレスとする

▶ 選手別のプレス数を見ると、まずハイプレスの数が最も多かったのは、横浜F・マリノスの植中朝日で1009回。柏レイソルの小泉佳穂とアルビレックス新潟の長谷川元希も1000回超えて続いている。

ミドルプレス数のトップは名古屋グランパスの稲垣祥で777回。東京ヴェルディからは齋藤功佑と森田晃樹の2人がトップ5に入り、チームとしてこの位置でのプレスを重視していたことが表れている。

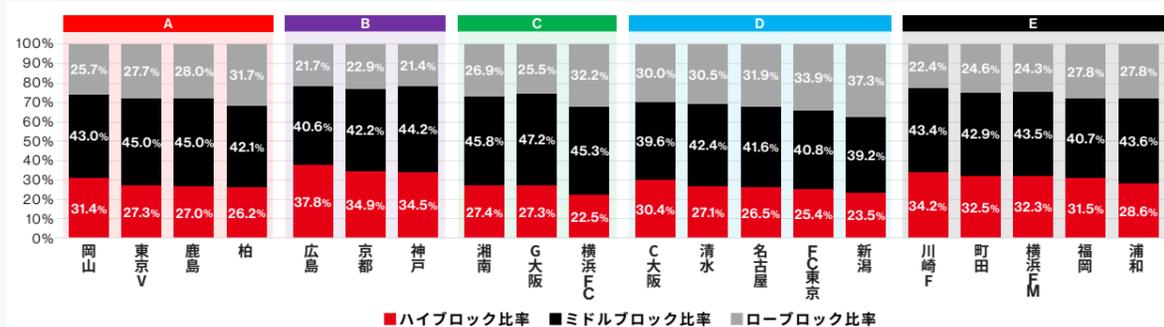
プレスは一定以上のスピードでボールホルダーに接近することが条件のため、両チームの選手間距離が近くなりやすい最終ライン付近、特に中央エリアではカウントされにくい。それにもかかわらず、東京ヴェルディのセンターバックである谷口栄斗が唯一300回を超えてトップとなっている。また、ガンバ大阪の半田陸とアルビレックス新潟の藤原奏哉はロープレス数でトップ5に入っているだけでなく、ミドルプレス数もそれぞれリーグ10位、14位と多く、リーグ屈指の守備力を誇るサイドバックといえる。



DEFENSE 守備

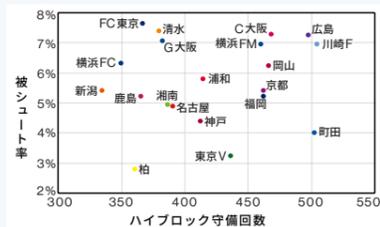
ブロック

J1 チーム別のブロック守備比率

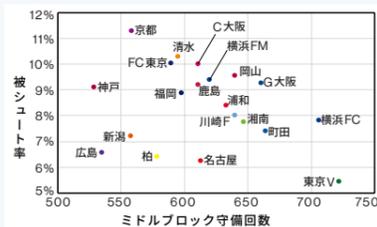


▶ ハイブロック比率が最も高かったのはサンフレッチェ広島で37.8%。2位の京都サンガF.C.が34.9%となっており、サンフレッチェ広島のハイブロック比率がかなり高いことがわかる。ミドルブロック比率ではガンバ大阪が47.2%でリーグトップ、湘南ベルマーレが45.8%で続いている。ローブロック比率については、アルビレックス新潟が37.3%で最も高く、自陣で相手チームにボールを持たれる時間が長かったことが影響しているとも考えられる。

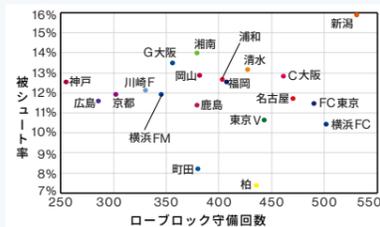
J1 チーム別のハイブロック守備回数と被シュート率



J1 チーム別のミドルブロック守備回数と被シュート率



J1 チーム別のローブロック守備回数と被シュート率



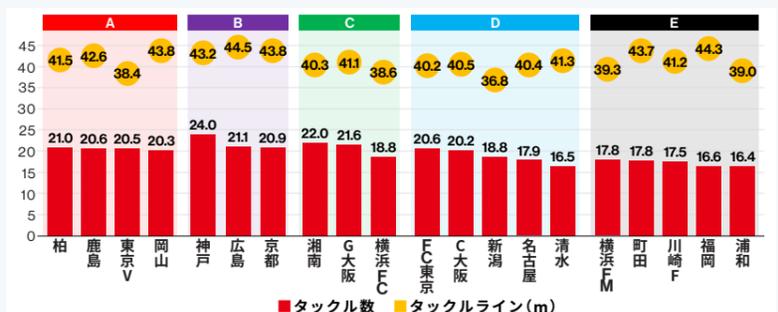
▶ ブロックごとに守備回数と被シュート率を見ると、まずハイブロックでの守備回数が多いのは川崎フロンターレ、FC町田ゼルビア、サンフレッチェ広島の順となった。特にFC町田ゼルビアは同守備時の被シュート率が低く、質の高いブロック守備を継続できていることがわかる。ハイブロック守備時の被シュート率が最も低いのは柏レイソルとなっている。

ミドルブロックでの守備回数が最も多かったのは東京ヴェルディ、次いで横浜FCとなった。東京ヴェルディは同守備時の被シュート率が最も低く、ミドルブロック守備の安定感が際立っている。京都サンガF.C.はミドルブロック守備の回数は少なく、被シュート率は最も高かった。

ローブロックの守備回数では、最多のアルビレックス新潟と最少のヴィッセル神戸とは2倍以上の差がついている。「B ハイプレス&ハイブロック型」のヴィッセル神戸、サンフレッチェ広島、京都サンガF.C.は、ローブロックの形成が必要となる前にボールを奪おうとするスタンスであることが、ここからも読み取れる。同守備時の被シュート率が低いのは柏レイソルとFC町田ゼルビアで、他のチームに大きな差をつけている。一方で、アルビレックス新潟は同守備回数が最も多かつ被シュート率が最も高く、苦しい守備を強いられていたことが見て取れる。

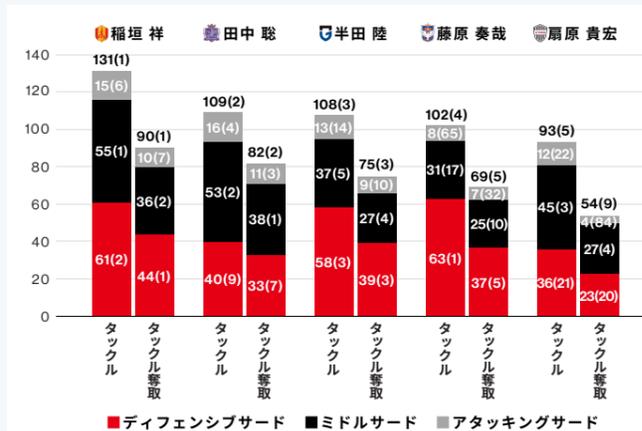
タックル

J1 チーム別のタックル数とタックルライン ※タックル数は相手ボール保持時間30分あたりの値



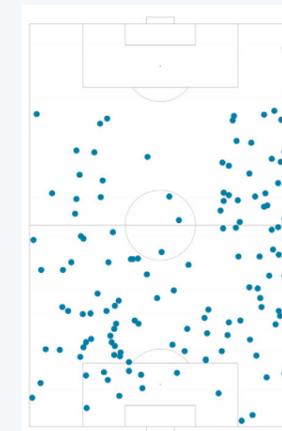
▶ 相手ボール保持時間30分あたりのタックル数では、ヴィッセル神戸が24.0回でリーグ最多となっており、他と比べて頭一つ抜け出している。湘南ベルマーレが22.0回、ガンバ大阪が21.6回で続いた。タックルラインでは、サンフレッチェ広島が44.5mで最も高く、僅差でアビスパ福岡、ファジアーノ岡山、京都サンガF.C.、FC町田ゼルビアが続いている。

J1 選手別のタックル数とタックル奪取数 ※()内はリーグ内順位

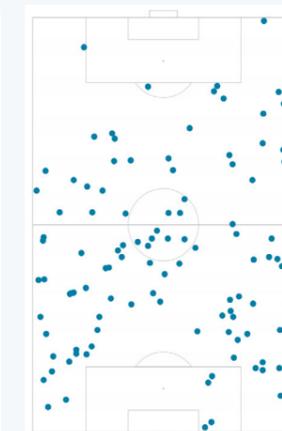


▶ 選手別のタックル数では、名古屋グランパスの稲垣 祥が131回と2位以下を大きく引き離す数字を記録。ミドルサードにおけるタックル数がリーグトップの55回というだけではなく、ディフェンスサードでのタックル数も61回でリーグ2位、同タックル奪取数44は同1位と、自陣ゴールに近いエリアでも積極的なタックルでピンチの芽を摘み取っていたことがわかる。タックル数2位はサンフレッチェ広島の田中 聡で109回。こちらはミドルサードでのタックル奪取数が38回でリーグ1位、アタッキングサードでのタックル奪取数が11回で同3位タイと、より前のエリアでのタックルによるポジティブトランジションへの貢献が光る。

稲垣 祥 タックル位置



田中 聡 タックル位置



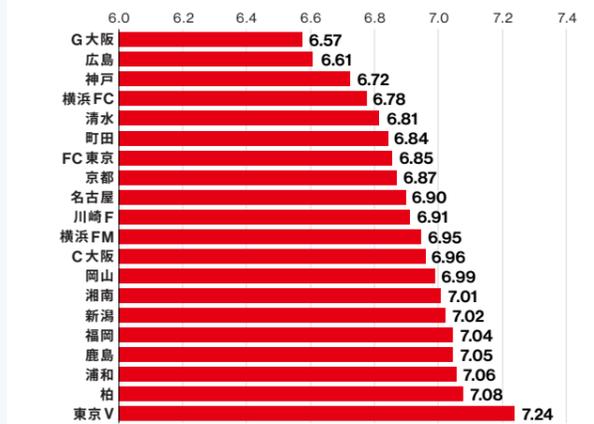
サンフレッチェ広島

J1 選手別のハイプレスによるコンタクト数

選手	コンタクト数	コンタクト比率
ジャーマイン 良	57	6.4%
中村 草太	55	10.7%
宮代 大聖	54	5.5%
植中 朝日	53	5.3%
鈴木 章斗	53	6.0%

※コンタクト比率:コンタクト数÷ハイプレス数

J1 チーム別のハイプレス開始時の相手ボール保持者との距離 (単位:m)



▶ 最後に、リーグ最少の失点数28を記録したサンフレッチェ広島のハイプレス・ハイブロックについて見ていく。まずハイプレスを成功させる要素の一つとして、どれだけ相手ボール保持者のプレー選択肢を奪えているかが挙げられる。選択肢の数をデータ化することは難しいが、ここでは一つの尺度として「ハイプレスによるコンタクト数」を見ると、ジャーマイン良が57回でリーグ1位、中村草太が55回で同2位とサンフレッチェ広島の選手が上位を独占している。相手ボール保持者に接触できる距離まで迫るハイプレスをかけることで、選択肢を限定していたといえるだろう。さらに、ハイプレス開始時の相手ボール保持者との距離が6.61mとリーグで2番目に短く、ハイプレスを始める際に元々相手ボール保持者に近いところにポジションを取れていることで、より多くのコンタクトができていと考えられる。

相手ボール保持者に近い位置からプレスを始めるためにどのようなアプローチをしているのかを見るため、ハイブロック時のラインの高さを見ると、フォワードラインの高さは自陣ゴールラインから79.8mの位置にありリーグで最も高い。これが相手ボール保持者への距離を縮めている要因の一つだと考えられる。一方、最終ラインの高さは自陣ゴールラインから45.5mとリーグで最も低く、ハイブロック守備時の面積はリーグで最も広い1065㎡で、最も狭い京都サンガF.C.の868㎡と比べるとかなり広がっている。広がっているほどブロックの中にボールを入れられる可能性が高まるが、川辺 駿がミドルプレス数でリーグ4位、同成功率も29.8%と高く、田中 聡はタックル数109回、同奪取数82回といずれもリーグ2位となるなど、中盤でも球際の強さを発揮することでカバーできていたと見て取れる。

また、ハイプレスをかけることでロングボールを蹴られる可能性も増えるが、ディフェンスラインの荒木 隼人が自陣空中戦勝利数136回でリーグトップ、同勝率も72.0%と高い数値を記録するなど、相手チームはロングボールでの攻略も難しかったといえるだろう。

前線からのハイプレスによるコンタクト、中盤での球際の強さ、ディフェンスラインによる空中戦でのね返し、これらを実行可能な選手がいたからこそ、ハイプレス・ハイブロックの戦術を採用することができ、結果としてリーグ最少失点を実現できたと考えられる。

J1 選手別の自陣空中戦勝利数

選手	自陣空中戦勝利	勝率
荒木 隼人	136	72.0%
安藤 智哉	102	75.6%
山川 哲史	102	64.6%
植田 直通	97	83.6%
鈴木 義宜	89	59.7%



TRANSITION トランジション - 攻撃から守備 -



TRANSITION トランジション - 守備から攻撃 -

▶ J1 チーム別のカウンタープレッシング回数

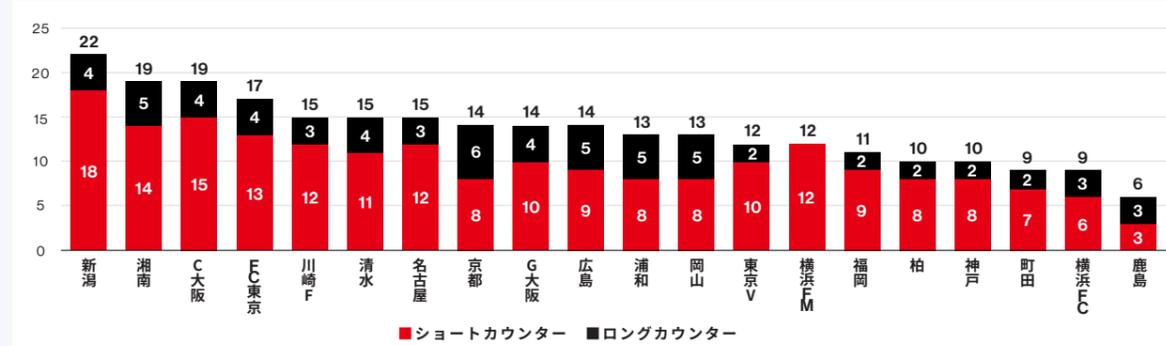


※1試合平均
 ※カウンタープレッシング:カウンタープレスから始まり、連続したプレスをかけた場合をカウンタープレッシングとする。相手ゴールキーパーがキャッチした場合や、セットプレーなどによる密集でのロストは対象外。

▶ J1 選手別のカウンタープレス数と守備成功率

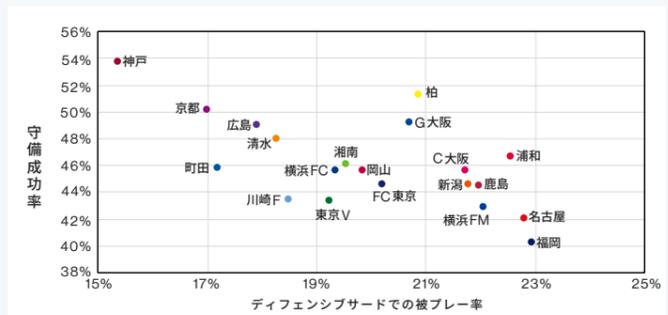
選手	カウンタープレス	守備成功率
宮代 大聖	443	42.0%
小泉 佳穂	390	39.7%
鈴木 章斗	375	35.2%
井手口 陽介	358	47.8%
脇坂 泰斗	349	32.7%

▶ J1 チーム別のカウンターアタックによる失点数



▶ カウンターアタックからの失点数が最も少なかったのは、優勝した鹿島アントラーズでわずか6点となっている。カウンタープレッシング数はリーグ18位と少ない方であり、守備成功率も44.4%でリーグ15位とそれほど良くはなかったが、最終局面で得点を許さなかったことがこの数字につながっている。また、横浜F・マリノスはロングカウンターからの失点が多かった。セレッソ大阪はカウンターアタックによる得点数がリーグ1位の27だったが、失点数もリーグ2位タイの19と多くなっている。カウンターアタックによる得失点数を見ると、鹿島アントラーズがプラス12でリーグトップ、アルビレックス新潟がマイナス12でワーストとなった。

▶ J1 チーム別のカウンタープレッシング時の守備成功率とディフェンシブサードでの被プレー率

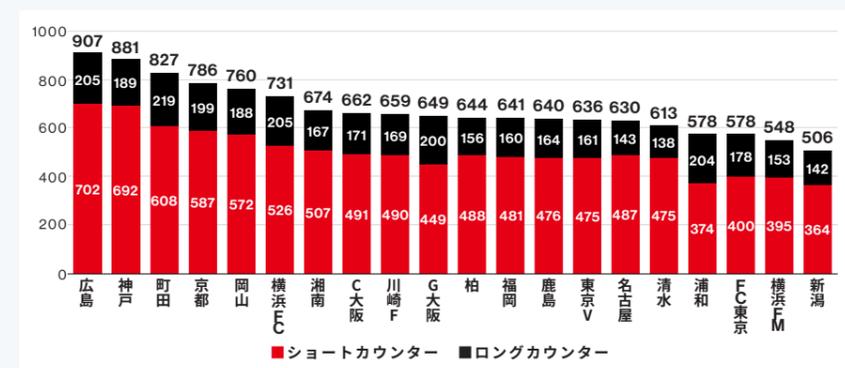


▶ 攻撃から守備へのネガティブトランジションについて、ボールロスト直後に開始したプレスであるカウンタープレスをチーム別に見ていく。カウンタープレッシング回数が最も多かったのはヴィッセル神戸の28.4回で、昨シーズンの23.8回から大きく数字を伸ばした。京都サンガF.C.が2位、J1初挑戦となったファジアーノ岡山が3位となっている。ヴィッセル神戸はカウンタープレッシングの守備成功率が53.7%、カウンタープレッシング時にディフェンシブサードまで持ち込まれた割合が15.4%とどちらも他チームを引き離してリーグ1位となり、質と量を高いレベルで両立させていた。

▶ 選手別のカウンタープレス数を見ると、ヴィッセル神戸の宮代 大聖が2位以下を大きく引き離す443回でトップとなっており、守備成功率も42.0%と高い。また、チームメートの井手口 陽介も4位にランクインしており、こちらの守備成功率も47.8%と極めて高く、この2人がヴィッセル神戸のチームとして連動したカウンタープレッシングの質の高さに貢献していたのは間違いない。

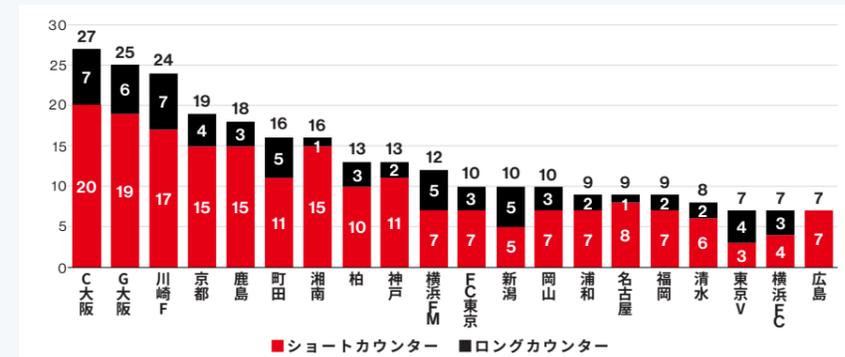
※カウンタープレス:ボールロスト直後に開始したプレスをカウンタープレスとする。相手ゴールキーパーがキャッチした場合や、セットプレーなどによる密集でのロストは対象外。

▶ J1 チーム別のカウンターアタック数

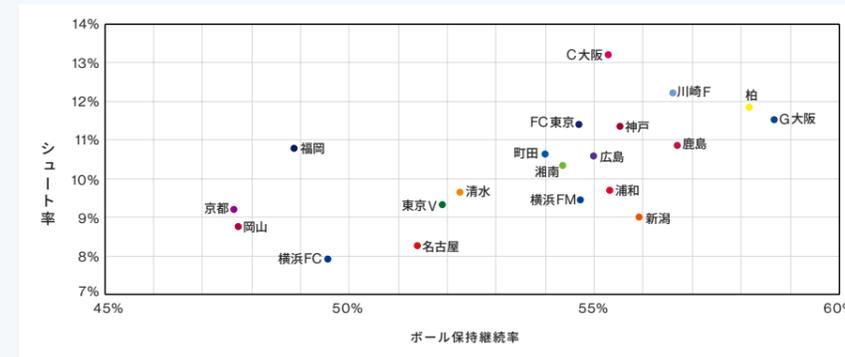


※ショートカウンター:ミドルサード、もしくはアタッキングサードの後方でボール奪取から10秒以内にアタッキングサードを狙った攻撃
 ※ロングカウンター:ディフェンシブサードでのボール奪取から15秒以内にアタッキングサードを狙った攻撃

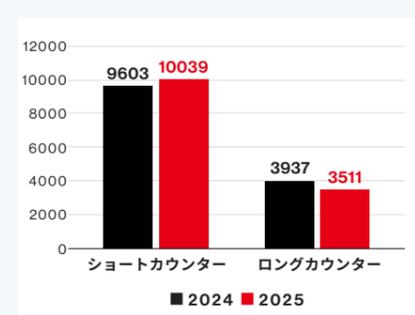
▶ J1 チーム別のカウンターアタックによる得点数



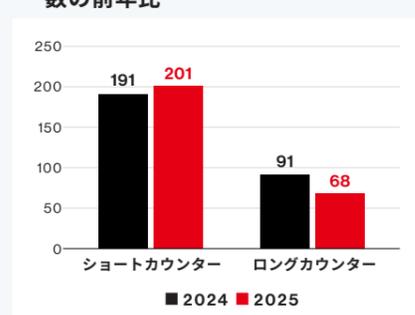
▶ J1 チーム別の被カウンタープレッシング後のボール保持継続率とシュート率



▶ J1 カウンターアタック数の前年比



▶ J1 カウンターアタックによる得点数の前年比



▶ 守備から攻撃へのポジティブトランジションについて、チーム別のカウンターアタック数を見てみると、サンフレッチェ広島が907回で最多となり、ヴィッセル神戸とFC町田ゼルビアが続いた。カウンターアタックによる得点数ではセレッソ大阪、ガンバ大阪、川崎フロンターレがずぬけている。この3チームはカウンターアタック数では中位に位置しているが、守備から攻撃への移行時に受けるカウンタープレッシング後のボール保持率、シュート率がいずれも高く、ボール奪取後に相手のカウンタープレスをかいくぐり、うまくボールを運びながら効果的なカウンターアタックを仕掛けていたことが見て取れる。京都サンガF.C.は同ボール保持継続率でリーグ最下位、シュート率は下から5番目となっているにもかかわらず、リーグ4位の19得点をカウンターアタックで記録している。一方で、ショートカウンター数で1位、ロングカウンター数で2位タイのサンフレッチェ広島は、得点がそれぞれ7と0で、カウンターアタックからのフィニッシュの精度に課題を残した。

▶ カウンターアタック数と得点数を昨シーズンと比較すると、ショートカウンターは回数・得点数ともに増加、ロングカウンターはどちらも減少という真逆の結果となった。ショートカウンターからの得点率は2.0%で変化なかったが、ロングカウンターからの得点率は2.3%から1.9%へと低下している。ゴールのパートで紹介した通り、ハイプレス試行率が直近10年で最も高くなっており、ハイプレスが増えたことでショートカウンターの機会の増加につながっていると考えられる。ロングカウンターの減少については、攻撃側の低い位置で相手からのカウンタープレスやハイプレスを受けることが多くなり、前進が難しくなっているのが影響しているかもしれない。



GOALKEEPING ゴールキーピング

▶ J1 チーム別の失点数とクリーンシート数 ※PA:ペナルティエリア

チーム	失点 (PA内/PA外)	クリーンシート
広島	28 (26/2)	15
鹿島	31 (29/2)	16
神戸	33 (27/6)	14
柏	34 (28/6)	19
町田	38 (35/3)	14
福岡	38 (34/4)	16
浦和	39 (35/4)	14
京都	40 (34/6)	10
東京V	41 (36/5)	17
岡山	43 (37/6)	11
横浜FC	45 (37/8)	12
横浜FM	47 (39/8)	11
FC東京	48 (42/6)	11
清水	51 (47/4)	12
G大阪	55 (48/7)	11
名古屋	56 (50/6)	8
川崎F	57 (49/8)	8
C大阪	57 (51/6)	5
湘南	63 (56/7)	6
新潟	67 (52/15)	5



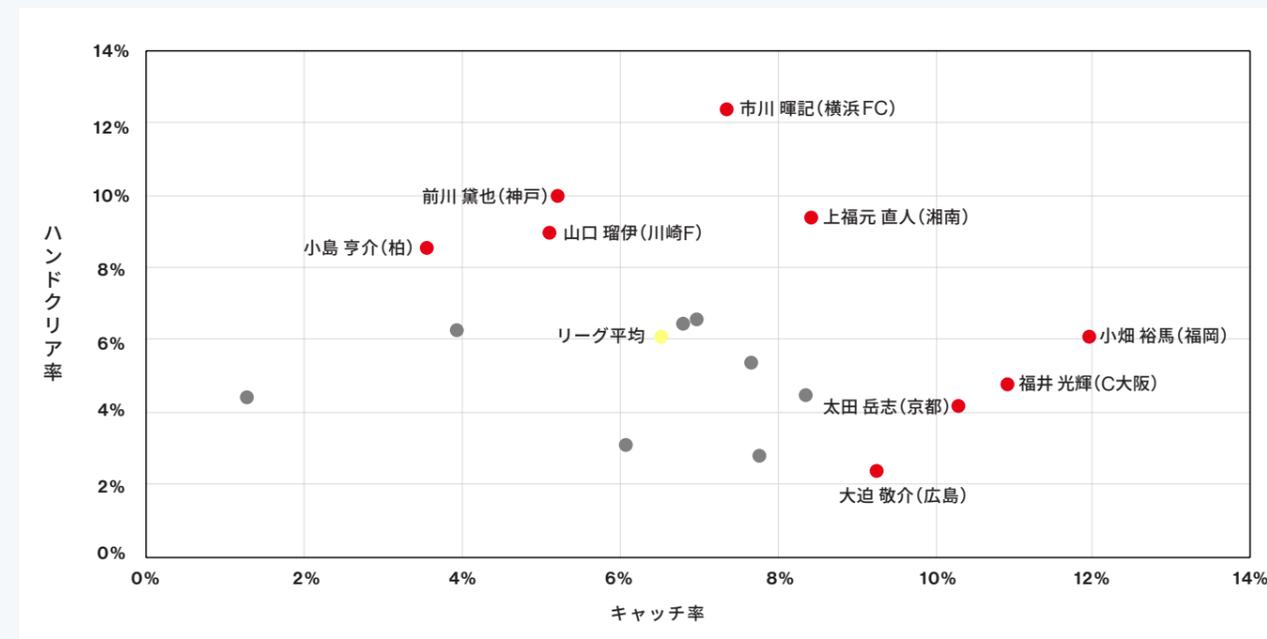
▶ J1 ゴールキーパー別の1試合平均失点数とセーブ数

選手	出場試合	1試合平均失点 (失点)	クリーンシート	セーブ	セーブ率
大迫 敬介	38	0.74 (28)	15	82	74.5%
早川 友基	38	0.82 (31)	16	107	77.5%
前川 黛也	38	0.87 (33)	14	80	70.8%
谷 晃生	37	0.89 (33)	14	79	70.5%
小島 亨介	38	0.89 (34)	19	77	69.4%
西川 周作	36	0.92 (33)	14	81	71.1%
太田 岳志	36	1.00 (36)	10	100	73.5%
小畑 裕馬	20	1.05 (21)	9	53	71.6%
スベンドブローダーセン	37	1.05 (39)	11	103	72.5%
マテウス	38	1.08 (41)	17	105	71.9%

▶ チーム別失点が最少だったのはサンフレッチェ広島の28で、優勝した鹿島アントラーズが31で続いた。クリーンシート数は柏レイソルが19回と最多で、全て小島 亨介が記録。J1で全試合数の半分以上でクリーンシートを記録したのは、今シーズンの柏レイソルが4チーム目(これまでは2008年の大分トリニータ、2020年と2021年の名古屋グランパス)となった。2位は東京ヴェルディの17回で、こちらも全てマテウスが記録した。

全試合数の半分にあたる19試合以上に出場したゴールキーパーの中では、サンフレッチェ広島の 大迫 敬介が1試合平均失点0.74で最少、最優秀選手賞に輝いた鹿島アントラーズの早川 友基が0.82で2位だった。セーブ率を見ると早川 友基が77.5%で1位、大迫 敬介が74.5%で2位と上位2人は変わらず、両選手が高いセーブ力でチームの守備を支えていたことがわかる。

▶ J1 相手セットプレーからのクロスに対するキャッチ率とハンドクリア率



※J1リーグ19試合以上に出場した選手が対象
 ※セットプレーから10秒以内の、ペナルティエリア内かつゴールエリア幅のエリアへのクロスが対象
 ※キャッチ率:キャッチ数÷クロス数
 ※ハンドクリア率:ハンドクリア数÷クロス数
 ※●:キャッチ率またはハンドクリア率のいずれかで上位5人にランクインした選手

▶ 総得点のうち約3割を占めているセットプレーへの対応として、相手のセットプレーから10秒以内にゴール前に入れられたクロスに対するキャッチ率とハンドクリア率を見ると上図のようになった。キャッチ率が最も高かったのはアビスパ福岡の小畑 裕馬で12.0%だった。2位はセレッソ大阪の福井 光輝で10.9%、3位は京都サンガF.C.の太田 岳志で10.3%となり、上位3人が10%を上回った。次にハンドクリア率を見ると、横浜FCの市川 暉記が12.3%で1位。これはリーグ平均の2倍を超える数字で、2位以下とは大きな差がついている。

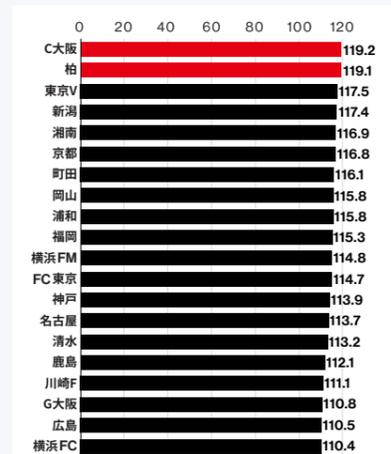
キャッチ率とハンドクリア率で共通してランクインしたのは湘南ベルマーレの上福元 直人のみで、それぞれ5位、3位だった。一方、キャッチ率では4位にランクインしたサンフレッチェ広島の大迫 敬介がハンドクリア率はリーグで最も低く、ハンドクリア率ではリーグ5位だった柏レイソルの小島 亨介がキャッチ率でリーグ2番目の低さになるなど、選手のプレースタイルやチームの守り方によってセットプレーからのクロスへの対処の傾向が大きく違うこともわかる。



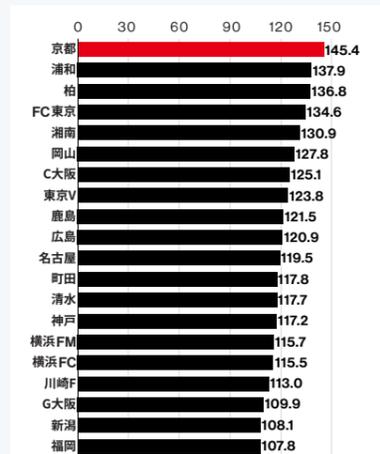


FITNESS フィットネス

J1 チーム別の走行距離 (単位:km) ※1試合平均



J1 チーム別のスプリント回数 ※1試合平均



J1 選手別の総走行距離 (単位:km)

選手	走行距離
稲垣 祥	454.4
松岡 大起	404.9
マテウス ブエノ	403.9
小泉 佳穂	401.2
古賀 太陽	390.4

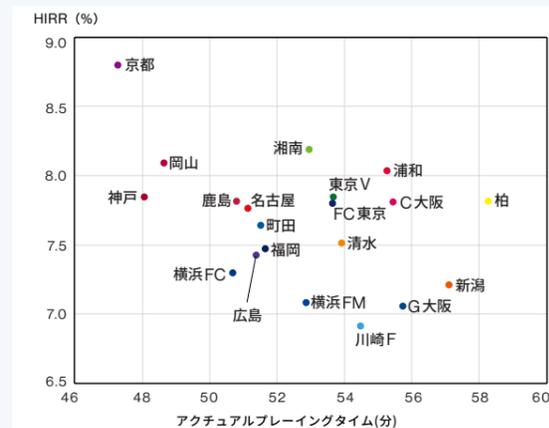
J1 選手別の総スプリント回数

選手	スプリント回数
須貝 英大	714
垣田 裕暉	612
久保 藤次郎	604
中野 就斗	592
マルシーニョ	587

▶ チーム別の1試合平均走行距離は、119.2kmでセレッソ大阪がトップ。昨シーズンの112.5km (リーグ11位) から大幅に増加した。119.1kmと微差で2位の柏レイソルも、昨シーズンから5km以上増やしている。チーム別の1試合平均スプリント回数では、唯一140回を記録した京都サンガF.C.が145.4回でトップ。昨シーズンから10回以上増やした浦和レッズが137.9回で続いた。

選手別の総走行距離では、全試合フル出場を達成した名古屋グランパスの稲垣 祥が454.4kmを記録。これは、自身が2021シーズンに記録した443.6kmを塗り替える歴代1位の数字となった。選手別のスプリント回数では、京都サンガF.C.の須貝 英大が714回でトップ。2位以下に100以上の差をつける圧倒的な数値を記録した。昨シーズンの出場試合数は13試合 (うち先発1試合) だったが、今シーズンは37試合 (同30試合) と出場機会を大きく増やし、強度の高い走りを最後まで継続した。また、どちらのランキングでも上位5人に柏レイソルから2人ずつが入っており、走りの量と強度が高かったことを示している。

J1 チーム別のHIRRとアクチュアルプレーイングタイム



※HIRR (High Intensity Running Ratio): フィールドプレーヤーの走行距離のうち時速20km以上の割合

J1 両チームのHIRRとアクチュアルプレーイングタイムが共に高かった試合

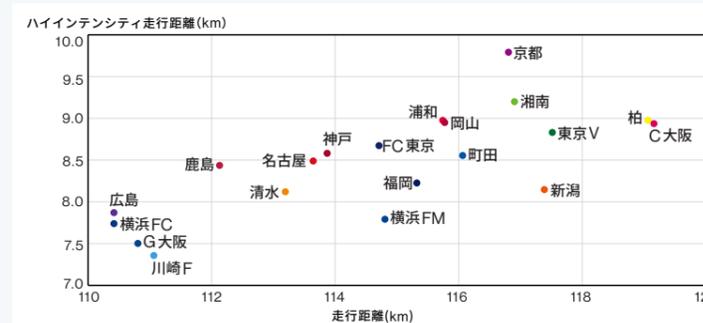
試合日	対戦カード	HIRR × APT
2025/3/28	C大阪 vs 浦和	34.91
2025/3/8	C大阪 vs 名古屋	34.31
2025/4/25	浦和 vs 広島	33.86
2025/4/29	C大阪 vs 町田	31.45
2025/4/20	湘南 vs 柏	31.28

※HIRR × APT: ホームチームHIRR (%) × アウェイチームHIRR (%) × APT (秒)

▶ インテンシティの指標の一つであるHIRRでは、京都サンガF.C.が1試合平均8.79%で2シーズン連続トップとなった。ファジアーノ岡山はリーグ3位の8.09%を記録し、高いインテンシティで初めてのJ1を戦い抜いた。インテンシティが高いほどアクチュアルプレーイングタイムが短くなる傾向となっているが、その中で柏レイソルは高いインテンシティを保ちつつも、アクチュアルプレーイングタイムが長くなっていることがわかる。

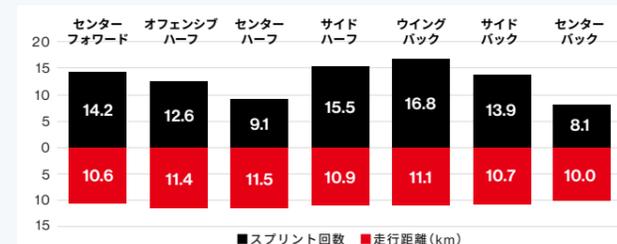
両チームのHIRRとアクチュアルプレーイングタイムが共に高かった試合については、5試合中3試合がセレッソ大阪、2試合が浦和レッズの試合となった。強度とインプレー時間の長さが両立された試合だったといえる。

J1 チーム別の走行距離とハイインテンシティ走行距離 (単位:km) ※1試合平均



▶ 1試合平均の走行距離とハイインテンシティ走行距離を比較すると、京都サンガF.C.やセレッソ大阪、柏レイソルがどちらも多くなっている。京都サンガF.C.は走行距離でリーグ6位、ハイインテンシティ走行距離では圧倒的な1位となっており、強度の面で他のチームに対する優位性を発揮していた。一方で、横浜FC、川崎フロンターレ、ガンバ大阪、サンフレッチェ広島の4チームは、どちらも少ないグループとなっている。

J1 ポジション別のスプリント回数と走行距離 ※1試合平均

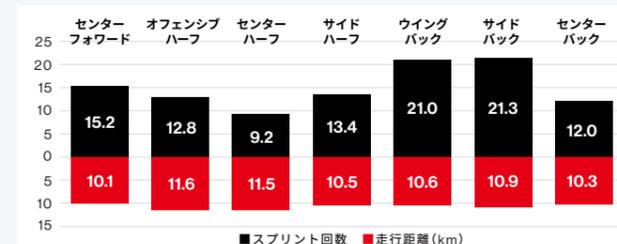


※該当ポジションで先発フル出場した選手を対象とし、試合中のポジション変更は考慮しない

▶ 先発フル出場した選手の1試合平均スプリント回数と走行距離をポジション別に比較すると、スプリント回数は走行距離と比較してポジションごとに大きなバラつきがあることがわかる。スプリント回数ではウイングバックが16.8回でトップ、サイドハーフが15.5回で続いており、サイドで攻撃にも守備にも走る選手たちの回数が多くなっている。一方で、センターバックとセンターハーフのスプリント回数は少ないが、後者の走行距離は11.5kmと最も長くなっており、強度だけではなく小まめなポジショニングやカバー範囲の広さが求められていることが影響していると考えられる。

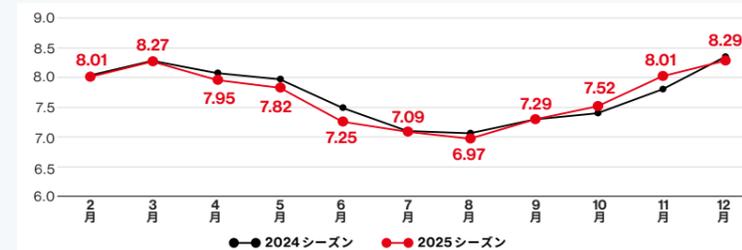
1試合平均スプリント回数でトップの京都サンガF.C.のポジション別回数を見ると、サイドハーフ以外全てのポジションでリーグ平均を上回る結果となった。特にサイドバックとウイングバックの数字が顕著に多く、須貝 英大と福田心之助のスプリント能力の高さが見て取れる。また、センターバックの数値もリーグ平均よりかなり高く、センターバックとして29試合に先発出場した宮本優太が90分平均で15.4回を記録しており、サイドの選手並みのスプリント回数となっている。

京都 ポジション別のスプリント回数と走行距離 ※1試合平均



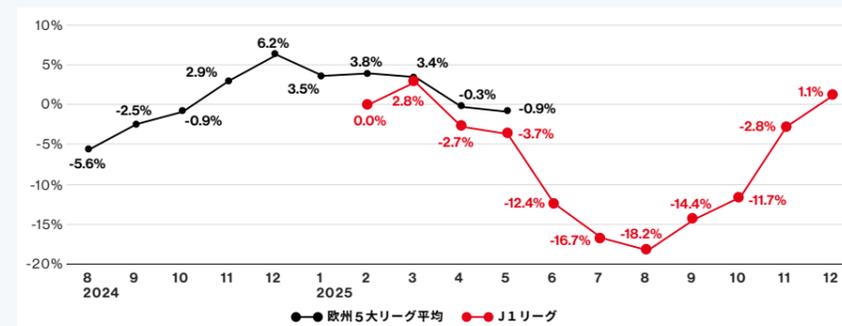
※京都サンガF.C.の先発時のフォーメーションは4-1-2-3が37試合、3-4-2-1が1試合 (第16節 名古屋グランパス戦) のため、ウイングバックのみ対象が1試合。他は全て37試合。

J1 月別のHIRR (単位:%) ※1試合平均



▶ 続いて、月別のHIRRを昨シーズンと比較すると、2~3月はほぼ同じ値だったが、4~8月は昨シーズン以下となった。特に、気温が一気に上がった6月に大きく落ち込んでいる。逆に暑さが和らいできた9~11月は昨シーズンを上回っており、夏の減少と秋の増加という傾向が顕著に出たシーズンとなった。

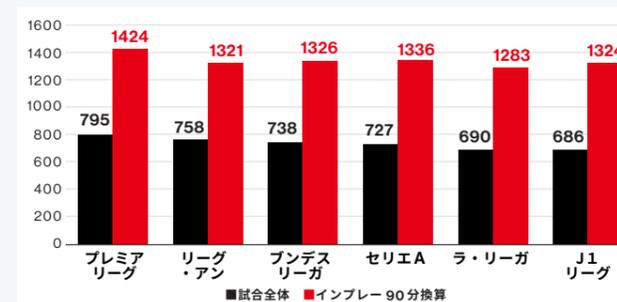
J1 リーグと欧州5大リーグ平均の月別ハイインテンシティ走行距離比較 ※J1リーグの2025年2月を基準とした増減割合 ※データ提供:SkillCorner



※J1リーグと欧州5大リーグのデータを比較するため、ここではJ1リーグのデータも外部ソース (データ提供:SkillCorner) を利用

▶ 月別のハイインテンシティ走行距離について、J1リーグと欧州5大リーグの平均を比較すると、J1リーグはシーズン中盤に大きく落ち込む谷型のカーブ、欧州5大リーグは真逆の山型のカーブになっている。特に8~10月は欧州の2024/25シーズンの同時期と比較すると10ポイント以上の差がついており、シーズン移行後の2026/27シーズンにこの数字がどう変化するのが注目される。

各リーグのハイインテンシティ走行距離 (単位:m) ※試合全体とインプレー時間90分換算 ※データ提供:SkillCorner



最後に、各リーグの試合全体におけるハイインテンシティ走行距離を見ると、昨シーズンに続いてプレミアリーグが795mでトップ。リーグ・アンが50m増やして758mで2位となっている。J1リーグも昨シーズンの681mから686mへと微増しているが、全てのリーグが増加しているため依然としてその差は縮まっていない。

各リーグでインプレー時間が異なることを考慮して、インプレー時間90分に換算したハイインテンシティ走行距離を比較すると、J1リーグは1324mでプレミアリーグを除けば欧州5大リーグと遜色のない数字となっている。J1リーグもインプレー中の強度は高く、インプレー時間を伸ばしたときにどこまで強度を保てるかが鍵になるといえる。

※フィールドプレーヤー1人あたりの1試合平均ハイインテンシティ走行距離。対象は各試合において60分以上出場している選手。

THE CHAMPIONS

● Jリーグ歴代優勝チーム

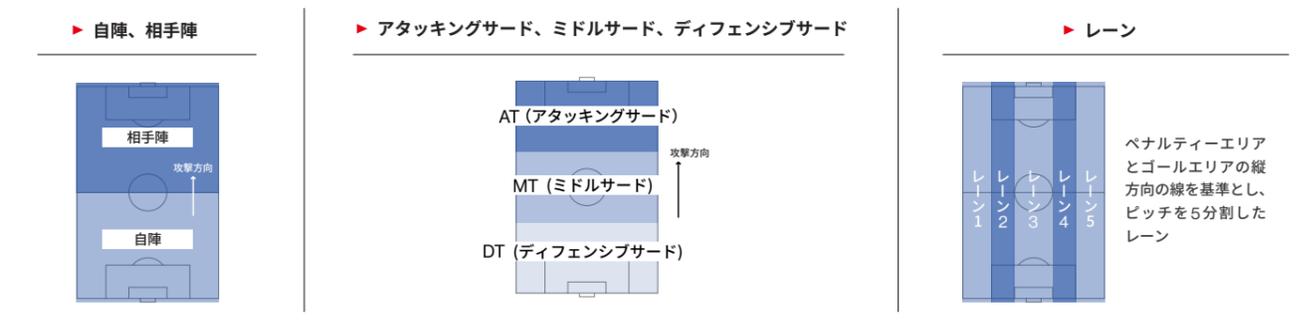
	J1リーグ	J2リーグ	J3リーグ
1993	ヴェルディ川崎		
1994	ヴェルディ川崎		
1995	横浜マリノス		
1996	鹿島アントラーズ		
1997	ジュビロ磐田		
1998	鹿島アントラーズ		
1999	ジュビロ磐田	川崎フロンターレ	
2000	鹿島アントラーズ	コンサドーレ札幌	
2001	鹿島アントラーズ	京都パープルサンガ	
2002	ジュビロ磐田	大分トリニータ	
2003	横浜F・マリノス	アルビレックス新潟	
2004	横浜F・マリノス	川崎フロンターレ	
2005	ガンバ大阪	京都パープルサンガ	
2006	浦和レッズ	横浜FC	
2007	鹿島アントラーズ	コンサドーレ札幌	
2008	鹿島アントラーズ	サンフレッチェ広島	
2009	鹿島アントラーズ	ベガルタ仙台	
2010	名古屋グランパス	柏レイソル	
2011	柏レイソル	FC東京	
2012	サンフレッチェ広島	ヴァンフォーレ甲府	
2013	サンフレッチェ広島	ガンバ大阪	
2014	ガンバ大阪	湘南ベルマーレ	ツエーゲン金沢
2015	サンフレッチェ広島	大宮アルディージャ	レノファ山口FC
2016	鹿島アントラーズ	北海道コンサドーレ札幌	大分トリニータ
2017	川崎フロンターレ	湘南ベルマーレ	ブラウブリッツ秋田
2018	川崎フロンターレ	松本山雅FC	FC琉球
2019	横浜F・マリノス	柏レイソル	ギラヴァンツ北九州
2020	川崎フロンターレ	徳島ヴォルティス	ブラウブリッツ秋田
2021	川崎フロンターレ	ジュビロ磐田	ロアッソ熊本
2022	横浜F・マリノス	アルビレックス新潟	いわきFC
2023	ヴィッセル神戸	FC町田ゼルビア	愛媛FC
2024	ヴィッセル神戸	清水エスパルス	大宮アルディージャ
2025	鹿島アントラーズ	水戸ホーリーホック	栃木シティ



GLOSSARY 用語集

▶ アウトオブプレータイム	ファウルやボールアウトから再開プレーまでの、実際にプレーされていない時間。
▶ アクチュアルプレーイングタイム	試合開始から終了までに実際にプレーされた時間。ファウルやボールアウトから再開プレーまでの時間は含まない。
▶ アタッキングサード進入	ミドルサード、ディフェンシブサード側からアタッキングサード内にキープやパスでボールを運び、そのエリア内で自分、または自チームの選手がプレーできた場合にカウント。アタッキングサード外に出てから再度入った場合、進入回数は2回とカウント。
▶ アシスト	得点を決めた味方選手へのパス。ボールコントロール後に味方選手に譲った場合やシュートミス以外のシュートなどパス以外の攻撃的なプレーも含む。得点者がボールをドリブルなどで運んだ場合もその距離を問わずアシストとする。パスの後にディフェンスなどに当たって軌道が変わっている場合はアシストとならない。
▶ 裏抜け	守備側の選手の位置から最終ラインを設定し、最終ラインを瞬でも越えた時速14km以上のランを裏抜けとする。ペナルティエリアに選手が密集するようなセットプレー攻撃時は対象外。オフザボールに限定しており、自分でボールを運びながらラインを越えようとする場合も含まない。
▶ カウンタープレス	ボールロスト直後に開始したプレスをカウンタープレスとする。相手ゴールキーパーがキャッチした場合やセットプレーなどによる密集でのロストは対象外。
▶ カウンタープレッシング	カウンタープレスから始まり、連続したプレスをかけた場合をカウンタープレッシングとする。相手ゴールキーパーがキャッチした場合やセットプレーなどによる密集でのロストは対象外。
▶ キャリア	ボールをコントロールした地点から次のプレー地点までの直線距離で20m以上ボールと共に移動したプレー。相手に奪われても、奪われた位置までが直線距離で20m以上ならカウント。ドリブルは含まない。
▶ 空中戦	両チームの選手が浮いているボールを空中で競り合うプレー。
▶ 空中戦勝利	空中戦で先にボールに触った選手を勝利とし、触れなかった選手を負けとする。
▶ クロス	相手陣ペナルティエリア内の味方選手にシュートを打たせる狙いがあり、オープンプレーにおいてキックによりサイドから送られたパス。
▶ ゲイン(ボールゲイン)	インプレーにおいて相手チームの攻撃から自チームの攻撃に切り替わった最初のプレー。タックルなど意図的なプレーもあれば、相手のパス失敗を拾うプレーもある。
▶ ゴール期待値	過去のゴールに関連するデータ（ゴールまでの距離、シュート角度、シュート部位や空中戦の有無、シュートパターン、直前のプレーの種類、守備側の選手位置など）から算出したシュート1本ごとの成功確率。
▶ こぼれ球奪取	味方、もしくは相手のクリア、ブロック、ポスト・バーのはね返りなどのボールに触れたプレー。
▶ コンタクト	プレー選手と接触する距離に詰めたプレス。
▶ 試合時間	前半開始から前半終了までと、後半開始から後半終了までの時間の合計。アクチュアルプレーイングタイムとアウトオブプレータイムの合計と等しい。
▶ シュート	攻撃側選手による直接得点することを目的とした意図的なプレー。ボールがゴールから大きく外れた場合や、プレーしたボールが一定の距離以下にいる守備側チームの選手に防がれた場合も含む。
▶ シュート/得点パターン	シュート/得点前のプレー情報から以下の通りに分類。ただし複数のプレー情報を含む場合は、セットプレーを最優先として、以下の順で優先度の高いプレー情報のみでカウント。 1.セットプレー…セットプレーから10秒以内にシュート/得点した場合 2.ドリブル…シュートした選手がシュート/得点前にドリブルを行った場合 3.クロス…シュート/得点前のプレーがクロスだった場合 4.パス…シュート/得点前のプレーがパスだった場合
▶ 守備ブロック	攻撃側のチームが、最も自陣ゴールに近い1/6のエリア以外で相手のミッドフィルダーラインよりも自陣ゴール側、かつ相手の守備陣形の外側で連続してプレーした場合、守備側のチームの状況を守備ブロックとする。 ・ハイブロック…守備ブロック時のフォワードラインの平均位置がアタッキングサード内の場合 ・ミドルブロック…守備ブロック時のフォワードラインの平均位置が相手陣のミドルサード内の場合 ・ローブロック…守備ブロック時のフォワードラインの平均位置が自陣の場合
▶ 守備ライン	・フォワードライン…センターフォワードの平均ライン ・ミッドフィルダーライン…ディフェンシブハーフとインサイドハーフの平均ライン
▶ ショートカウンター	ミドルサード、もしくはアタッキングサードの後方でのボール奪取から10秒以内にアタッキングサードを狙った攻撃。
▶ スイッチオブプレー	レーン1、2からレーン5(一番右側のレーン)へ、またはレーン4、5からレーン1(一番左側のレーン)への30m以上のパス。
▶ スプリント回数	時速25km以上で1秒以上走った回数。
▶ スルーパス	味方が相手最終ラインの裏に走り込むスペースを狙ったパス。パスの高さは一度も身長を越えないことが条件。守備側の選手の間を通したものでなく、サイドのスペースを狙ったものも含む。セットプレーは含まず、キックによるパスに限定。

▶ セーブ	相手の枠内シュートをゴールキーパーが防いだプレー。
▶ セーブ率	セーブ数÷(セーブ数+失点)の数値。
▶ セットプレー	フリーキック、コーナーキック、ゴールキック、ペナルティキック、スローイン、キックオフによるプレー。
▶ 走行距離	試合中における移動距離の合計。アウトプレー時のデータも含まれる。
▶ タックル	相手選手がコントロールしているボールを体、あるいはボールへの接触によって足元から離すプレー。
▶ タックル奪取	タックル後のボールが自チームのプレーとなったタックルや、タックル後にファウルやボールアウトにより自チームのセットプレーとなった場合をタックル奪取とする。
▶ タックルライン	タックルの縦方向の位置(m)を平均化した数値。0が自陣ゴールライン、105が相手陣ゴールライン。
▶ デュエル勝利	空中戦を除く1対1での勝利総数で、ドリブルで抜いた回数+タックル数をカウント。ドリブルについてはかわした回数はカウントせず、タックルについては自チームのボールとならなかった場合もカウントする。
▶ ドリブル	守備側選手を抜こうとする、横にかわしてシュートを打とうとするなどの仕掛けるプレー。守備側選手と対峙せずに、単にボールを運んだ場合は含まない。
▶ ハイインテンシティ走行距離	時速20km以上での走行距離。
▶ HIRR (High Intensity Running Ratio)	フィールドプレーヤーの走行距離のうち時速20km以上の割合。
▶ バイパス	前方180度への成功したパスで飛ばした相手選手の人数。パスを出す瞬間の前方相手選手の人数から、味方がパスを受けた瞬間の前方相手選手の人数を引いた数値。バイパス数はパスを出した選手に、バイパス受け数はパスを受けた選手に加算。
▶ ハイプレッシング	ハイプレスから始まり、連続したプレスをかけた場合をハイプレッシングとする。
▶ パス	味方選手につなぐ意図があるプレー。パス数として利用する場合、クロスやスルーパスも数に含めるが、セットプレーによるパスは除外する。パスの距離区分はショート=15m未満、ミドル=15m以上30m未満、ロング=30m以上と定義。パス方向は相手ゴール方向90度が前方、他の方向も90度ごとに設定。
▶ プレス	ボールを保持している選手に対して一定以上のスピードで接近した場合をプレスとする。 ・ハイプレス…相手陣にボールがある状態で、守備側チームのミッドフィルダーラインとフォワードラインの中間ラインより相手ゴール側でプレーする攻撃側チームの選手に対してプレスをかけた場合をハイプレスとする。 ・ミドルプレス…相手陣にボールがある状態で、守備側チームの2つの中間ライン(ミッドフィルダーラインとフォワードラインの中間ライン、ディフェンスラインとミッドフィルダーラインの中間ライン)より相手ゴール側、もしくは自陣内にボールがある状態で、ディフェンスラインとミッドフィルダーラインの中間ラインより相手ゴール側でプレーする攻撃側チームの選手に対してプレスをかけた場合をミドルプレスとする。 ・ロープレス…守備側チームのディフェンスラインとミッドフィルダーラインの中間ラインよりも自陣ゴール側でプレーする攻撃側チームの選手に対してプレスをかけた場合をロープレスとする。
▶ ブロック	自分でボールをコントロールできない状態で、相手のシュートやパスなどを体で当てる防いだプレー。守備をする意図がない場合は該当しない。
▶ ペナルティエリア(PA)進入	ペナルティエリア外から相手ペナルティエリアにボールが入り、そのエリア内で味方選手がプレーした場合、パスの出し手やドリブルなどエリア外からプレーを行った選手に対してカウント。相手ペナルティエリア内にボールが入っても、そのパスやドリブルなどが失敗した場合は含まない。
▶ ボール保持率	アクチュアルプレーイングタイムに対する、自チームがボールを保持していた時間の割合。
▶ ラストパス	シュートの1つ前のパス。シュートがゴールとなった場合のパス(アシスト)も含む。アシスト同様、シュート選手がボールをドリブルなどで運んだ場合もその距離を問わずラストパスとする。
▶ リゲイン	ボールロスト後に相手の攻撃をゲインしたプレー。ただし相手の攻撃がシュートに至った場合は含まない。
▶ ロスト(ボールロスト)	インプレーにおいて自チームの攻撃から相手チームの攻撃に切り替わったプレー。ファウルやボールアウトはボールロストに含まない。
▶ ロングカウンター	ディフェンシブサードでのボール奪取から15秒以内にアタッキングサードを狙った攻撃。
▶ ロングスロー	スローインのうち、相手陣ペナルティエリアの中央(ゴールライン延長線上の四角形)にノーバウンドで到達したスローイン。





J.LEAGUE J STATS REPORT 2025

発行日	2026年2月27日 初版発行
発行所	公益社団法人 日本プロサッカーリーグ(Jリーグ) 〒100-0005 東京都千代田区丸の内2-1-1 明治安田生命ビル8階 https://www.jleague.jp
制作・編集	公益社団法人 日本プロサッカーリーグ
協力	データスタジアム株式会社 株式会社ソル・メディア(footballista編集部) SkillCorner SAS
デザイン	種市一寛(PANTS)
写真提供	公益社団法人日本プロサッカーリーグ 鹿島アントラーズ
データ提供	公益社団法人 日本プロサッカーリーグ データスタジアム株式会社 SkillCorner SAS Stats Perform

本書の無断複写複製(コピー)は、特定の場合を除き、著作権の侵害となります。

