

各種スポーツ競技とマウスガード規定 2023年3月現在

競技種目	対象	備考
ボクシング (日本ボクシング連盟)	義務	必ず歯にしっかりと合ったマウスガードを使用しなければならない。 赤色及び赤系統の色が含まれるものは禁止する。
キックボクシング (複数組織あり)	義務 (国内・国際)	※各競技団体にお問い合わせください。
空手(組手) ※団体・流派により異なる	義務 (一般団体・国際)	透明もしくは無色(全日本空手道連盟)。
テコンドー (ワールドテコンドー)	義務 (国内・国際試合)	白、透明に限る。矯正装置等のない選手は上顎歯列を覆う。 安全面から、カスタムメイドマウスガードが望ましい。
総合格闘技	義務 (国内・国際)	※各競技団体にお問い合わせください。
ラグビーフットボール (日本ラグビーフットボール協会)	義務 (国内)	小学5・6年生は推奨。13歳以上は義務。 マウスガードは赤色不可。
アメリカンフットボール (日本アメリカンフットボール協会)	義務 (国内・国際)	見た目にわかりやすい色とする(白、透明は禁止)。
ラクロス (日本ラクロス協会)	義務 (国内・国際)	女子 見た目にわかりやすい色とする(白、透明は禁止)。 グラフィックの歯が描かれてはならない。 男子 マウスガードは白と透明以外の、一見して着用がわかる色のものが望ましい。 また、使用するマウスガードは、上顎の歯全てを覆うように成形されているものでなければならない。
ホッケー (日本ホッケー協会)	義務 スポーツ少年団、 マスターズ大会は強く推奨	試合中は常にマウスガードを着用しなければならない (ゴールキーパーは推奨)。
インラインホッケー (World Skate、 国際アイスホッケー連盟)	義務 国際アイスホッケー連盟： 18歳以下	World Shake： バイザーを着用しているプレイヤーは、マウスガードの着用が規則。
アイスホッケー (国際アイスホッケー連盟)	成人女子、U-18男子 推奨 U-20男子 義務 (条件付き)	女子 カスタムメイドマウスガードの着用を強く推奨。 男子 U-20カテゴリーの全てのスケーターは、マウスガード(カスタムメイドが望ましい)を着用しなければならない。 U-18は、カスタムメイドマウスガードの着用を強く推奨。
モーターバイク (国際モーターサイクリズム連盟)	推奨 ロードレース/モトクロス/ トライアル/エンデューロ/ スーパーモト/モタード	カスタムメイドマウスガードの着用推奨。 赤以外の明るい色が望ましい。
バスケットボール (日本バスケットボール連盟)	許可 (国内・国際)	透明に限る。
高校野球 (日本高等学校野球連盟)	許可	透明、白に限る。
柔道 (全日本柔道連盟)	許可	透明、白に限る。 ※畳に上がる前に審判に申告
ハンドボール (国際ハンドボール連盟)	許可 (国内・国際)	透明で単一色のマウスガード装着を許可。

出典：一般社団法人日本スポーツ歯科医学会

最新の規定など、詳しい取り決めは各競技団体へご確認ください。