



# 第 34 回全日本ベンチプレス選手権大会

【2022 世界選手権大会及び 2022 アジア選手権大会  
及び 2022 アジアパシフィック選手権大会 代表選考会】

## 開 催 要 項

日時：令和 4 年 2 月 12 日（土）～13 日（日）、開会式無し の 予 定

※競技スケジュール詳細はエントリー締め切り後にお知らせします

会場：市民ホールやたべ 茨城県つくば市谷田部 4711 Tel：029-837-1131

当日の問合せ・連絡先：酒井二三彦 携帯 TEL：090-1539-6006

主催：公益社団法人 日本パワーリフティング協会（J P A）

共催：つくば市スポーツ協会

主管：茨城県パワーリフティング協会

協力：関東ブロック各パワーリフティング協会

後援：スポーツ庁・（公財）日本スポーツ協会・（公財）日本オリンピック委員会、  
茨城県、茨城県議会、茨城県教育委員会、（公財）茨城県スポーツ協会、つくば市、つくば市教育委員会、  
読売新聞社水戸支局・茨城新聞社

参加区分：①一般男女（年齢制限無し）

②サブジュニア（カレンダーイヤー14歳～18歳）

③ジュニア（カレンダーイヤー19歳～23歳）

④マスターズⅠ（カレンダーイヤー40歳～49歳）

マスターズⅡ（カレンダーイヤー50歳～59歳）

マスターズⅢ（カレンダーイヤー60歳～69歳）

マスターズⅣ（カレンダーイヤー70歳～79歳）

マスターズⅤ（カレンダーイヤー80歳以上）

※カレンダーイヤーとは、開催年の令和 4 年 1 月 1 日から令和 4 年 12 月 31 日の間に誕生日  
となった時の年齢（大会開催年の 12 月 31 日時点における年齢）

実施階級：男子 53 kg級（サブジュニア・ジュニアのみ）59 kg級,66 kg級,74 kg級,83 kg級,93 kg級,  
105 kg級,120 kg級,120 kg超級

女子 43 kg級（サブジュニア・ジュニアのみ）47 kg級,52 kg級,57 kg級,63 kg級,69 kg級,  
76 kg級,84 kg級,84 kg超級

申込階級と当日の検量が相違する場合は失格とする。従来のオープン参加は認めない

競技方法：JPA ルールのフルギア競技によるラウンド制 1 面実施

使用器具：ベンチ台・シャフト エレイコ

出場資格：①2021年度のJPA選手登録済みで日本国籍を有する男女、及び過去1年以上適法な在留資格に基づき日本に滞在している外国籍の男女

(<https://www.jpa-powerlifting.or.jp/>より登録、登録費未納・選手ID未記載の申込は受付不可)

※地方協会が未組織又は活動休止状態の場合は、下記のブロック長に連絡をとり、

当該ブロック内の都道府県協会に所属する選手として選手登録をすること

ブロック	氏名	所属県	E-mail	TEL
北海道・東北	太田 勇吉	青森県	ootay@lemon.plala.or.jp	017-718-1775
関東	寺門 浩之	茨城県	sakai236725@gmail.com (酒井)	029-295-7806
北信越	北澤 国彦	長野県	info@nagano-power.org	090-2831-8509
東海	伊藤 教雄	愛知県	powerfit@mx2.tees.ne.jp (川辺)	0533-67-4123
近畿	門 眞一郎	和歌山県	kado.sinitirou@violet.plala.or.jp	090-9111-3040
中国	濱本 清司	広島県	supportlife@support-l.jp	090-2095-5721
四国	高井 隆義	徳島県	takap1091@yahoo.co.jp	088-663-4705
九州・沖縄	実島 可斉	鹿児島県	yokahoyo@yahoo.co.jp	090-7453-9973

②取得有効期限内（2020年11月21日から2021年12月23日まで）に、

下記に定められた参加標準記録を突破している者

男子	サブジュニア	ジュニア	マスターズⅠ	マスターズⅡ	マスターズⅢ	一般	B標準
53kg	97,5	107,5					
59kg	107,5	120	120	107,5	87,5	135	127,5
66kg	117,5	132,5	132,5	117,5	95	147,5	140
74kg	127,5	145	145	127,5	105	160	150
83kg	137,5	155	155	137,5	115	172,5	162,5
93kg	147,5	165	165	147,5	122,5	185	175
105kg	155	175	175	155	130	195	185
120kg	160	180	180	160	135	200	190
+120kg	165	185	185	165	140	205	192,5

女子	サブジュニア	ジュニア	マスターズⅠ	マスターズⅡ	マスターズⅢ	一般	B標準
43kg	45	50					
47kg	57,5	55	55	57,5	40	60	55
52kg	50	60	60	50	42,5	65	60
57kg	55	65	65	55	45	70	65
63kg	60	70	70	60	47,5	75	70
69kg	60	70	70	60	47,5	75	70
76kg	65	75	75	65	52,5	82,5	77,5
84kg	70	80	80	70	57,5	90	85
+84kg	75	85	85	75	60	95	90

※マスターズⅣ及びマスターズⅤは参加標準記録を設けない

- 以下の推薦枠に該当する者（一般のみ）は、B標準記録突破を条件に申し込みを認める
  - ブロック推薦：都道府県大会優勝者又は各ブロック大会上位入賞者で、当該ブロック長の推薦に基づき技術委員会が認めた者（ブロック毎に男女合計3名まで）
- 以下の推薦枠に該当する者（全カテゴリー）は、当該大会の申し込みを認める
 

但し、一般カテゴリーはB標準記録突破を必要とする

  - 大会主管協会推薦：大会を主管する都道府県協会に選手登録しており、主管協会理事長の推薦に基づき技術委員長が認めた者（各カテゴリー合わせて男女合計3名まで）

※実績と異なる階級への出場について：体重より更に重い階級の標準記録を突破している場合のみ  
その重い階級への出場は認められる（例：74kg 級で出場した際に、83kg 級の標準記録まで  
突破している選手は、66kg 級には出場できないが、83kg 級には出場できる）

③本大会での「アンチ・ドーピング講習会」は、COVID-19 防止によるソーシャルデスタンス  
対応として中止とする。それに伴い、過去に講習会を受講したことのない選手及び、講習会  
有効期切れの選手の申し込みについて、今大会においては有効とする

④参加申込書とともに自筆署名した「摂取医薬品・サプリメント申告書」を提出すること  
参加申込書の誓約書部分に署名捺印が無い場合、又、「摂取医薬品・サプリメント 申告書」の  
同時提出がない場合、本大会への参加は認められない。申込書等を不受理として返却 する  
⇒平成27年度・平成30年度において、ドーピング規程違反者を出したことを踏まえ、  
アンチ・ドーピング活動を更に徹底推進することになり、選手一人一人のアンチ・ドーピング  
に関する意識付け強化のために、義務付けられたもの

⑤日本アンチ・ドーピング機構（JADA）のアンチ・ドーピング規程により 18歳未満の選手が大  
会参加する場合、「18歳未満競技者親権者同意書」の大会期間中の携帯を必要とする

⑥セコンド（コーチ）については、以下の資格条件を満たしていること

- 1) JADA の日本アンチ・ドーピング規程違反を理由として、資格停止の対象となっていないこと
  - 2) ドーピングに関連して、刑事上有罪となっていないこと
  - 3) ドーピングに関連して、JPAの「ドーピング防止規程」に基づく処分を受けていないこと
  - 4) ドーピングに関連して、所属する団体、事業所等で職務上の処分を受けていないこと
- ⇒詳細は、JPAホームページでエントリー掲載時に掲載する

**服装**：JPA競技規則のフルギアによる服装に準じる（詳細はルールブックを参照）。

- ・リフティングスーツ（シングレット）とベンチシャツを着用すること
- ・シングレットとベルトは、JPA競技規則による規格に適合していなければならない
- ・ベンチシャツ、リストラップ、ニースリーブはIPF公認品のみ使用可

**表彰**：・個人戦：男女別各階級各カテゴリー別 1～3 位はメダルと賞状、同 4～6 位は賞状を授与

- ・優秀選手賞：一般・ジュニア・サブジュニア・マスターズより各1名、  
盾またはトロフィーと賞状を授与

- ・最優秀選手賞（文部科学大臣杯）：IPF ポイントにて選出、盾またはトロフィーと賞状を授与

- ・団体戦：①都道府県別団体戦＝男女混合 1～6 位まで賞状

- ②クラブ対抗戦＝男女混合 1～6 位まで賞状

団体戦参加資格は2021年度のJPA登録団体で、1団体3名以上

※ダブルエントリーの場合、得点上位のカテゴリーを対象とする

団体戦 得点（1団体 上位5名までを集計対象とする）										
順位	1位	2位	3位	4位	5位	6位	7位	8位	9位	10位
得点	12点	9点	8点	7点	6点	5点	4点	3点	2点	1点

- ドーピング検査：** ① 本大会は、JADAの日本アンチ・ドーピング規程に基づくドーピング・コントロール対象大会であり、数名をランダムに選んで検査を実施する
- ② 本大会参加者は、本大会にエントリーした時点で日本アンチ・ドーピング規程に従いドーピング・コントロール手続きの対象となることに同意したものとみなす
- ③ 18歳未満の選手は「18歳未満競技者親権者同意書」を大会中は携帯し、ドーピング検査を含むドーピング・コントロール手続きの際は、その「18歳未満競技者親権者同意書」を提出しなければならない。同意書の提出がない場合、後日提出は可能である
- ④ 本大会は、TUE事前申請対象競技会となっているので、治療目的で禁止物質を使用している選手は、JADAにTUE申請を行うこと。(大会開催 30 日前までに JADA に必着)

# スポーツくじ



本大会におけるアンチ・ドーピング活動は、スポーツ振興くじの助成を受けて実施いたします

**申込方法：** 下記のエントリーフォームにアクセスし、必要事項を入力して申し込みを行う事

個人戦申込用 <https://ws.formzu.net/dist/S50022966/>

団体戦申込用 <https://ws.formzu.net/dist/S75640090/>

Web 環境の無い者のみ、以下の書類を下記郵送先へ郵送

※郵送による申込の場合、事務手数料として別途 **1,000 円** の入金を必要とする

- ①参加申込書兼記録カード（必要事項を記入し、署名・捺印をする事）
- ②摂取医薬品・サプリメント申告書
- ③振込書控のコピー（通信欄に選手名を必ず記載する事）
- ④クラブ対抗団体戦参加申込書 ※クラブ対抗戦参加希望団体のみ

**参加料：** ・一般・マスターズ **10,000 円**、 ・サブジュニア・ジュニア **8,000 円**

※一般+マスターズのWエントリー **18,000 円**

※一般+ジュニア・サブジュニアのWエントリー **16,000 円**

・団体戦 無料

◆ゆうちょ銀行 口座名：茨城県パワーリフティング協会

口座記号番号： 00150-8-443733

◆他の金融機関からの振込み 〇一九店（ゼロイチキュー店） 当座 0443733

送付先〒305-0012 茨城県つくば市中根 237

茨城県パワーリフティング協会事務局 酒井 二三彦 行き

TEL/FAX：029-857-2005

注) 振込み時は、振込依頼人又は通信欄のところに「カテゴリー、階級、氏名」を必ず記入して下さい。

<記入例>OP (M1・JR・SJ) 66 イバラキタロウ 注) 文字の間にスペースを入れない。

**申込締切：令和3年12月23日（木）必着**

※Web エントリーフォームは12月23日の23:59を以て受付終了とする

- ・提出書類に不備のある申込や電話・FAXによる申込については受理出来ません
- ・12月24日以降に到着した申込書については如何なる理由があろうとも受理出来ません
- ・12月24日以降に申込階級の変更や、出場辞退等による返金の申し出は受け付けません
- ・領収書の取り扱いについては、「振り込み控え」又は「シミネットの決済完了画面」にてこれに代える

**進行スケジュール：**各階級のグループ配置は、申込締切後 J P A ホームページに掲載予定

**世界選手権大会代表選手の選考：**J P A 国際大会選手選考基準に基づき選考

**物品販売及びビデオ撮影：**JPA 財務委員会（下記連絡先）まで届け出をする事

〒678-0239 兵庫県赤穂市加里屋 98-15-205 財務委員会 委員長 実島 可斉

TEL：0791-43-2000 e-mail：[powerlifting@japan-sports.or.jp](mailto:powerlifting@japan-sports.or.jp)

**注意・周知事項：**・JPA フルギアルールによる個人戦及び団体戦、ラウンド制

- ・申込階級と大会当日の検量体重が相違した場合は失格となる
- ・競技エリアには選手・セコンド及び運営協力者以外の立ち入りを禁止する
- ・使用機材：ラック ELEIKO、シャフト ELEIKO
- ・初日・最終日、共に1面開催の予定
- ・事前検量用体重計は、大会会場にて金曜16:00から設置します
- ・本大会への選手・役員としての参加に際し、開催期間中に発生した事故やトラブルに関して参加者本人が自らの責任において解決するものとし、大会主催者及び主管協会は一切の責任を負いません
- ・本大会の申込みにあたって取得した個人情報、本大会の運営及び国際大会選手選考の為にのみ利用する（申し込み時点で本人の同意が得られた事とみなす）
- ・本大会開催中に収録した写真や映像は、会場内外の上映用スクリーン・印刷物・テレビ放送インターネット配信等の各種媒体において使用される場合がある事を了承頂きます
- ・会場や競技中の写真、映像を、JPA 或いは主管協会が作成する各種の PR 用媒体で利用することを、あらかじめご了承下さい

# 大会会場・宿泊案内

・会場 市民ホールやたべ

・交通アクセス

〈鉄道〉JR山手線秋葉原駅よりつくばエクスプレス区間快速にてみどりの駅43分

※TXみどりの駅から大会会場までタクシーにて約5分 徒歩にて約20分

〈自動車〉常磐自動車道谷田部ICから大会会場まで約5分



## 大会会場近隣宿泊施設

ホテルニュー梅屋	つくば市谷田部 5-6-50-1	Tel:029-838-0311
シングル18室・和室13		
研究学園駅周辺(みどりの駅より2駅、大会会場より車約6km)		
ホテルベストランド	つくば市研究学園 5-8-4	Tel:029-863-1515
ホテルマークワンつくば研究学園	つくば市研究学園 5-13-5	Tel:029-875-7272
東横INNつくばエクスプレス研究学園駅北口	つくば市研究学園 5-13-7	Tel:029-863-1045
つくば駅周辺(みどりの駅より3駅、大会会場より車約8km)		
ダイワロイネットホテルつくば	つくば市吾妻 1-5-7	Tel:029-863-3755
ホテルグランド東雲	つくば市小野崎 4-8-8-1	Tel:029-856-2211
ホテルニューたかはし竹園店	つくば市竹園 2-10-3	Tel:029-851-2255
ホテル松島	つくば市小野崎 35	Tel: 029-856-1191

☆体重計は大会前日から「ホテルニュー梅屋」と「大会会場」に設置します。

☆大会会場とみどりの駅間で送迎バスを予定しています。

☆宿泊施設は各自で直接申し込んでください。



# 第34回全日本ベンチプレス選手権大会における

## 新型コロナウイルス感染症対策について

令和2年5月30日に（公社）日本パワーリフティング協会より公示された「新型コロナウイルス感染症対策運用ガイドライン」に基づき、本大会の注意点を以下に示しますので、参加を希望される選手並びに運営協力者の皆様におかれましては、ご理解・ご協力の程を宜しくお願い致します。また、会場入口にて茨城県が推奨する感染拡大の防止を目的とした「いばらきアマビエちゃん」に登録いただきます。

### 来場についての諸注意

- ① 本大会は**無観客開催**となる為、**出場選手及び運営協力者（司会進行・審判員・補助員）**以外の関係者の来場はご遠慮頂きます。但し、**出場選手のセコンドのみ**、1選手に対し1名の入場を認めます。
- ② 会場入り口で行う検温にて、**体温が37,5℃以上の者**は入場をお断り致します。その他、**体調の優れない者・身近に新型コロナウイルスの感染が疑われる方がいる者・入国制限や渡航制限のある国や地域の方との濃厚接触者の来場**はご遠慮願います。
- ③ 会場入場時に「**パワーリフティング大会参加の為の問診票**」に必要事項及び検温された体温を記入して受付担当者に提出し、**マスクの着用と手のアルコール消毒**を遵守して頂きます。
- ④ 選手並びに運営協力者は、それぞれ定められた所定のエリアに自身の荷物等を置いて下さい。選手は、予め設置された**椅子の位置を移動させない様**ご協力願います。尚、ホール内は**飲食禁止**です。

### 競技進行中の諸注意

- ⑤ アップ場にて使用したシャフト及びプレート等は使用の都度、**アルコールで消毒**して下さい。順番を待つ方は2m程度の間隔を空けて下さい。
- ⑥ 本大会では、**炭酸マグネシウムの使用は不可**となります。液体滑り止めは「ロジン・松ヤニ」の混入されていない物のみ、使用を認めます。尚、使いまわしによる感染を防止する為、1選手につき1本の使用を推奨致します。
- ⑦ 選手は**試技中以外**、常時マスク着用を遵守願います。試技直前にマスクを外す際は、所定の「**マスクハンガー**」を使用して下さい(マスクハンガーは使用の都度、消毒願います)。
- ⑧ **他の選手への声援や大声で叫ぶ（気合入れ等）**行為は、飛沫感染防止の為、禁止致します。
- ⑨ 第3試技を終えた選手は、自身の荷物等を持って**速やかに会場であるホールから退出**して下さい（前グループの選手が退出しなければ、次グループの選手がホールに入室出来ません）。

### 表彰について

- ⑩ **手交による賞状やメダルの授与は行いません**。ホール入口横のテーブルに置かれた物を各自が取りに来る方式とさせて頂きます(交付時間は各グループの**最終試技者終了時より10分以内**を予定しています)。尚、「団体戦」の賞状については、各代表者に後日郵送致します。

# 第34回全日本ベンチプレス選手権大会

## 参加申込書 兼 記録表

・ 予め太枠内及び誓約書欄に記入し、捺印の上、申込んで下さい。

No.	申込階級	氏名(フリガナ)	IDナンバー	性別	生年月日
	級	( )			年 月 日 カレンダーイヤー( )歳
参加区分		<input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> MI <input type="checkbox"/> MII <input type="checkbox"/> MIII <input type="checkbox"/> MIV <input type="checkbox"/> MV <input type="checkbox"/> ジュニア <input type="checkbox"/> サブジュニア			
検量	セッション	コート	所属都道府県	所属クラブ・団体	
kg		A			
本大会への意気込み、キャッチフレーズ等				日本記録挑戦の予定	
				<input type="checkbox"/> 有り <input type="checkbox"/> 無し	
ラックの高さ		セーフティバー高さ	足台		センター補助
		cm ( 個目)			
	※第1試技	第2試技	第3試技	ベスト	フォーミュラ
ベンチプレス	kg	kg	kg	kg	
変更	kg	第3試技変更 1	kg	/	/
	※検量時、申請	第3試技変更 2	kg	順位	位

標準記録達成：	記録：	自己ベスト記録
大会名：		kg

### 誓約書

(公社) 日本パワーリフティング協会 御中  
茨城県パワーリフティング協会 御中

年 月 日

- ・ 本大会の参加に際して、開催期間中に発生した事故やトラブルに関しては、参加者本人が自らの責任において解決するものとし、大会主催者及び主管協会に一切のご迷惑をおかけ致しません。又、将来にわたって一切の請求をしないことを誓約します。
- ・ 本大会の参加者本人を含む会場風景や競技中の写真を、JPAが作成する各種のPR用ポスター、JPAが主催する大会案内用ポスター、JPAのホームページへの掲載等、JPAの事業活動のために利用されることについて、了承します。
- ・ 日本アンチ・ドーピング機構が定めるアンチ・ドーピング規程及び関係規則類並びにJPAのドーピング防止規程を遵守します。

同封の受講証明書のとおりアンチ・ドーピングに関する講習会受講済み

住 所： \_\_\_\_\_

TEL： \_\_\_\_\_

氏 名： \_\_\_\_\_ (印)      E-mail: \_\_\_\_\_

※今大会はソーシャルディスタンスの関係上、セコンドは1名のみ可とします。



# 第 34 回全日本ベンチプレス選手権大会

## クラブ対抗団体戦参加申込書 兼集計表

茨城県パワーリフティング協会 御中

下記の通り、クラブ対抗団体戦（3名以上）に参加申し込みします。

団体名			IDナンバー	
責任者			E-mail	
電話	固定：			携帯：
住所				

男子（           名）

階級 Kg	選手氏名	カテゴリー	順位	点数
※太線内は漏れなく記入すること ※各階級内のカテゴリー毎の順位で計算する ※1団体上位5名まで、同一階級は2名までが得点の対象となる			得点合計	
			総合順位	

女子（           名）

階級 Kg	選手氏名	カテゴリー	順位	点数
※太線内を漏れなく記入すること ※各階級内のカテゴリー毎の順位で計算する ※1団体上位5名まで、同一階級は2名までが得点の対象となる			得点合計	
			総合順位	

団体戦得点表

順位	1位	2位	3位	4位	5位	6位	7位	8位	9位	10位以下
点数	12	9	8	7	6	5	4	3	2	1

※参加選手の数が多くて書ききれない場合は、この用紙をコピーして使用のこと。

# 「健康対策について」

公益社団法人 日本パワーリフティング協会

アンチドーピング委員会

参加申込に際しては、下記の健康チェックリストにより、各自で事前に健康チェックをして下さい。当てはまる項目があれば掛かり付け医に相談し、自己の責任において必要な対応を行って下さい。大会に参加する場合、健康管理には万全を期して自己責任で参加申込をしていただきます様、お願いします。

## 第34回全日本ベンチプレス選手権大会 参加申込時 事前健康チェック

A：下記の項目（1～4）の内、1つでも当てはまる項目があれば、大会参加の可否について掛かり付けの医師によく相談して下さい。掛かり付け医のもと、健康診断や心臓検診を受けて下さい

- 1. 心臓病（心筋梗塞・狭心症・心筋症・弁膜症・不整脈等）の診断を受けている、もしくは治療中である
- 2. 突然、気を失った事（失神発作）がある
- 3. 血縁者に、いわゆる「心臓マヒ」で突然亡くなった方がいる（突然死）
- 4. 最近1年以上健康診断を受けていない

B：下記の項目（5～8）は、心筋梗塞や狭心症になりやすい危険因子です。あてはまる項目があれば掛かり付け医に相談し、大会参加前までに状態を安定させて下さい

- 5. 血圧が高い（高血圧）
- 6. 血糖値が高い（糖尿病）
- 7. コレステロールや中性脂肪が高い（高脂血症）
- 8. たばこを吸っている（喫煙）

※掛かり付け医とは、皆さんの健康や体調を管理して下さっている身近な医師です

※掛かり付け医をきちんと決めて、各種の検査や大会参加等について相談しましょう

以上

# 「安全に関する注意事項」

公益社団法人 日本パワーリフティング協会

パワーリフティング競技は極限の重量を扱う為、大怪我をする等の不測の事態が発生する危険があります。選手・役員・スタッフ等の大会関係者全員は、この事を十分に理解した上で安全確保に努めるとともに、競技会場及びウォーミングアップ場においては、下記に例示する注意事項を遵守して大会に臨むようお願い致します。

## ◇選手の注意事項

### ①カラー未装着に起因して落下したプレートによる怪我

⇒ウォームアップの場合も、必ずカラーを付けて実施する事

### ②スーツ類の破れによる怪我

⇒スーツ類の劣化や縫い目等について、自己チェックを徹底する事

### ③スクワット及びベンチプレスのバーベル落下による怪我

⇒選手は慎重にスタートポジションを取る事、シャフトをしっかり握る事。特にスクワット時のバーベル落下は、選手ばかりか補助員も巻き込んだ怪我に繋がる恐れがあるので、選手は試技途中で立ち上がれない場合でも絶対に後ろへ投げ出さない事、必ず肩に担いだままで補助員の手助けを借りて立ち上がる事

### ④デッドリフトのフィニッシュ後半での怪我

⇒ダウンの合図後に足先へプレートを落下させないように、スタンスを注意する事

### ⑤大会当日の体調不良による怪我

⇒安全を優先して棄権する勇気も必要です

## ◇補助員の注意事項

### ①スクワット及びベンチプレスの挙上失敗に伴う怪我

⇒外したプレート等はつまずいたりしないように、足元近辺には絶対に置かない事。又、常にバーベルの落下を想定して、選手の動きを見ながらしっかりと補助の構えを取る事

### ②ベンチプレスのバーベル受け渡しの不手際に伴う怪我

⇒センター補助は選手にバーベルを確実に受け渡しができるように、手を離す際には慎重に行う事

### ③デッドリフトの後方転倒による怪我

⇒センター補助は選手と一緒に倒れる事を避ける為に、腰を落として補助の構えを取り、選手の動きをよく見る事

## ◇その他の注意事項

### ①会場設営時・撤収時

⇒プレート・ラック等の重量運搬中に、手指・足・腰等に怪我をする恐れがありますので、十分に注意して作業を行う事。大会終了後は疲れているので慌てず慎重に行う事

### ②見学・応援時

⇒ウォームアップ場では器具周辺から離れて見学し、足元に注意する事

### ③会場全体

⇒大会会場に掲示されている施設利用上の注意事項・指示事項・禁止事項に従う事

※大会期間中は傷害保険に加入しています。万一会場内で怪我をした場合は、速やかに大会事務局又は大会実行委員に申し出て下さい。大会終了後又は通院治療後でも構いません。

※怪我とは別に気分が悪くなったり体調を崩したりした場合は、休日診療先を案内しますので、大会事務局に申し出て下さい

# 『ドーピング防止に関する大切なお知らせと注意点』

2021年11月

(公社)日本パワーリフティング協会

アンチ・ドーピング委員会 委員長 鈴木 光

平成27年度に続き、平成30年度において又しても男子選手のドーピング陽性事例が発生し、誠に残念なことに、大会の成績抹消・4年間の資格停止等の厳しい処分が決定しました。現在、JOC、(公財)日本スポーツ協会、JADA等の関係諸団体は、2020東京オリンピックに向け、「PLAY TRUE」のスローガンの下で、アンチ・ドーピング活動を鋭意推進している中で、この事案発生であったため、JPAは大変に厳しい状況に置かれております。JPAは、発足以来、アンチ・ドーピングの啓発・推進に努めてきましたが、新たに、アンチ・ドーピング規則違反者を出したことは極めて重大事と認識し、改めて、再発防止に真剣に取り組んで参ります。アンチ・ドーピング規則違反は、選手本人のみならず、周囲の選手やJPAの名誉を大きく傷つけ、社会的な信頼を失うこととなります。今後、選手一人一人においても、ドーピングは犯罪であるとの認識を持ち、確信的ドーピングの廃絶はもちろんのこと、「市販薬、医療用医薬品にドーピング禁止物質が含まれていることは稀ではない」と心得て、不注意によるうっかりドーピングも絶無にする心構えが必要です。ついては、アンチ・ドーピング規則違反の根絶に向け、以下の4点を徹底していただくようお願い致します。

1. サプリメントの注意点：サプリメントには表示されていない禁止物質が混入されている可能性があります。禁止物質が混入されていないことを自主的に検査されているメーカーのサプリメントへの変更を推奨します。
2. 医療用医薬品(処方薬)の注意点：医師の処方薬であっても禁止物質があります。受診時に「薬剤師のためのアンチ・ドーピングガイドブック」の最新版を提示し、医師とよく話し合いの上、処方薬を決定してもらってください。合理的な医学的根拠がある場合、TUEを申請し、承認されることにより禁止物質であっても使用可能となります。TUEが認められるのは、医師からの処方薬(漢方薬は除きます)のみですので、該当する方は医師と相談して、TUEの申請を検討して下さい。
3. 薬局、ドラッグストアでの市販薬購入時の注意点：薬局には薬剤師、スポーツファーマシストが在籍しているので、相談しながら購入して下さい。ドラッグストア、薬店には薬剤師が不在の場合がありますので、「薬剤師のためのアンチ・ドーピングガイドブック」を持参し、使用可能な医薬品や商品名を間違えないように、番線の注意を払って購入して下さい。下記の成分は市販薬に含まれる禁止物質で引っかかり易い一例ですが、市販薬の禁止物質はこれだけではありません。
  - ・かぜ薬、咳止め：メチルエフェドリン、プソイドエフェドリン、麻黄(全て競技会の時には使用禁止)
  - ・胃腸薬：ストリキニーネ、ホミカ(全て競技会の時には使用禁止)
  - ・育毛薬：メチルテストステロン、プロピオン酸テストステロン(常時、全て使用禁止)
  - ・生薬、漢方薬：海狗腎、麝香、鹿茸(常時、全て使用禁止)※生薬や漢方薬は、明らかな禁止物質が含まれていない場合でも、意図しない成分が混入している可能性があるため、他の治療薬を検討された方が良いでしょう。
4. 使用する医薬品の検索、問い合わせについて「薬剤師のためのアンチ・ドーピングガイドブック」の掲載場所は、  
「<https://www.nichiyaku.or.jp/activities/anti-doping/about.html>」  
日本薬剤師会のURLは、「Global DR0」(<https://www.globaldro.com/JP/search>)  
どちらも検索する手段としては有効ですが、万能ではありません。不明な点がある場合は必ず、都道府県の薬剤師会、スポーツファーマシスト又はJPAホームページの「問い合わせフォーム」にお問い合わせ下さい。

# アンチ・ドーピングに関する誓約書 及び摂取医薬品・サプリメント申告書

(公社) 日本パワーリフティング協会 御中  
茨城県パワーリフティング協会 御中

この度、2022年2月に開催される第34回全日本ベンチプレス選手権大会に出場するに際して、私はアスリートとして、世界アンチ・ドーピング規程、日本アンチ・ドーピング規程及びJPAのドーピング防止規程を順守し、定められた規則を守りスポーツマンシップとフェアプレイの精神に基づいて競技することを誓います。

又、ドーピング検査の対象になった場合、これを拒否せず、検体採取に応じることを誓います。

この誓約書を主管協会に提出しなかった場合、競技会に出場できない場合があることを了承します。

又、このような事態になった場合でも、一切の不服を申し立てしません。

本大会出場に際し、以下の医薬品及びサプリメントの摂取について申告致します。

20 年 月 日

署名（自署） \_\_\_\_\_ ⑩

3か月以内に摂取した医薬品、サプリメント（常用を含む）は次の通りです（使用無しは「無し」と記入）。

製品名	メーカー名 又は販売元	摂取（予定）時期

※正直に申告して下さい。摂取医薬品・サプリメントが3製品を超える場合は、別紙1に記載して下さい

ご住所	〒	
ご氏名	ふりがな：	
所属	<input type="checkbox"/> 団体（名称： _____ ） <input type="checkbox"/> 個人	
連絡先	Tel	
	E-mail	

★署名は必ず自署（手書き）にて記入して下さい

★アンチ・ドーピング規則違反がご心配の方は、スポーツ医科学委員がご相談を受けます。お気軽にご連絡下さい。  
尚、E-mail、SMS、FAX、手紙等で回答や返事を差し上げますので、医薬品、サプリメントを含めて、連絡先を漏れなくご記入下さい

★今回、入手した個人情報は、アンチ・ドーピング対応と今大会の運営に関わる以外に使用しません





# 世界アンチ・ドーピング規定改定に伴う 18歳未満競技者親権者からの同意書の取得について

1. 本競技会は「日本アンチ・ドーピング規程」に基づくドーピング・コントロール対象大会です。
2. 本競技会参加者（18歳未満の競技者を含む。以下同じ）は、競技会にエントリーした時点で日本アンチ・ドーピング規程に従い、ドーピング・コントロール手続の対象となることに同意したものとみなします。18歳未満の競技者については、本競技会への参加により親権者の同意を得たものとみなします。
3. 本競技会に参加する18歳未満の競技者は、親権者の署名した同意書を大会に持参し携帯して下さい。親権者の同意書フォームは、日本アンチ・ドーピング機構のウェブサイト (<https://www.playtruejapan.org/jada/u18.html>) からダウンロードできます(※次ページにも掲載しています)。18歳未満の競技者はドーピング検査の対象となった際に（受付時ではありません）、親権者の署名が記載された当該同意書を担当検査員に提出して下さい。なお、親権者の同意書の提出は18歳未満時に1回のみで、当該同意書の提出後に再びドーピング検査の対象となった場合は、既に提出済みであることをドーピング検査時に申し出て下さい。ドーピング検査会場において親権者の同意書の提出ができない場合、検査後7日以内にJADA事務局へ郵送にて提出して下さい。親権者の同意書の提出がなかった場合でも、ドーピング・コントロール手続に一切影響がないものとします。
4. 本競技会参加者は、本競技会において行われるドーピング検査(尿・血液等検体の種類を問わず)を拒否又は回避した場合、検査員の指示に従わない場合、帰路の移動等個人的諸事情によりドーピング検査手続を完了することができなかつた場合等は、アンチ・ドーピング規則違反となる可能性があります。アンチ・ドーピング規則違反と判断された場合には、日本アンチ・ドーピング規程に基づき制裁等を受けることになるので留意して下さい。
5. 競技会・競技会外検査問わず、血液検査の対象となった競技者は、採血のため、競技/運動終了後2時間の安静が必要となるので留意して下さい。6. 日本アンチ・ドーピング規程の詳細内容およびドーピング検査については、公益財団法人日本アンチ・ドーピング機構のウェブサイト (<https://www.playtruejapan.org/>) にて確認して下さい。

公益財団法人  
日本アンチ・ドーピング機構 御中

## 18歳未満競技者親権者 同意書



私、(お名前) (ご住所) は、(お名前) (ご住所) (以下「甲」) の親権者として、公益財団法人日本アンチ・ドーピング機構 (以下、「JADA」) に加盟している競技団体に登録するすべての競技者 (甲を含む) に、世界アンチ・ドーピング規程、国際基準、及び日本アンチ・ドーピング規程 (以下「規程等」といいます。) が適用されることを理解します。

更に、ドーピング検査や検体分析、結果管理その他の規程等において定められる一連の手続 (以下「ドーピング・コントロール手続」といいます。) の内容を理解し、甲に当該内容を理解させます。

また、甲がドーピング検査の対象となり、採取検体の種類を問わずドーピング検査を受けることに同意し、ドーピング・コントロール手続に服することに対して異議を申し述べません。また、規程等が随時更新されることも理解します。

本同意は、甲が満18歳となるまで有効とし、本人が18歳になるまでの間に親権者が私以外にかわつた場合には遅滞なく私から貴団体に通知し、新たな親権者から同意を得ることを誓約します。

また、私は、過去の情報を含む、甲に関するすべての情報 (個人情報を含む) 並びに本同意書が、検査やインテリジェンス活動等のアンチ・ドーピング活動に必要な範囲で、世界アンチ・ドーピング機構、国内外の競技連盟、主要総合大会組織、独立行政法人日本スポーツ振興センター等に提供されることに同意します。

年 月 日

【親権者】	【競技者 (甲)
住 所： _____	競技名： _____
自 署： _____	住 所： _____
_____	自 署： _____
_____	生年月日： 年 月 日

上記内容について了解いたしました。

2021年11月吉日

JPA公認審判員有資格者 各位

(公社)日本パワーリフティング協会  
技術委員長 二宮 正晴  
(公印省略)

第34回全日本ベンチプレス選手権大会  
陪審員・審判員ご協力のお願い

拝啓 時下ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。平素はパワーリフティング競技への御理解と御協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、御案内の通りJPAが主催する標記の大会が2022年2月に茨城県協会の主管により開催されます。

つきましては、標記大会の陪審員・審判員の募集を致しますので、何かとご多忙とは存じますが、皆さまのご協力をお願い申し上げます。尚、関東ブロック内の各協会所属の審判員の方には、積極的なご出席をいただきますようお願い申し上げます。

御協力いただける審判員有資格者の方は、お手数ですがJPAホームページの「**審判員・陪審員申込** (<https://ws.formzu.net/fgen/S80557408/>)」より申し込み頂きたく存じます。

御協力いただける審判員の方々に対しては、昼食及び謝礼金(3,000円)をご用意致しますので、手配の関係上必ず御連絡をいただきたくお願い申し上げます。

尚、**Web環境の無い方**につきましては、この書面のまま、下記の送付先まで郵送頂きたく存じます(※主管協会宛ではございません)。

敬具

第34回全日本ベンチプレス選手権大会  
陪審員・審判員 参加申込書

20 年 月 日

〒444-0840 愛知県岡崎市戸崎町字東山 38-7 ベリスタ岡崎戸崎 104号

JPA 技術委員長 二宮 正晴 e-mail:ninomiymasaharu@ozziojp

都道府県協会 所属

氏名	審判員ID	級	2月12日	2月13日	ご連絡先 住所・メールアドレス・電話番号
		<input type="checkbox"/> 国内 級	<input type="checkbox"/> 午前	<input type="checkbox"/> 午前	〒 e-mail TEL
		<input type="checkbox"/> 国際 級	<input type="checkbox"/> 午後	<input type="checkbox"/> 午後	
		<input type="checkbox"/> 国内 級	<input type="checkbox"/> 午前	<input type="checkbox"/> 午前	〒 e-mail TEL
		<input type="checkbox"/> 国際 級	<input type="checkbox"/> 午後	<input type="checkbox"/> 午後	

※出場選手、又はセコンドに就かれる場合は該当階級から外しますので、下記にご記入下さい

kg 級     kg 級     kg 級

2021年11月吉日

パワーリフティング関係者 各位

茨城県パワーリフティング協会

会 長 星田 弘司

理事長 寺門 浩之

(公印省略)

**第34回全日本ベンチプレス選手権大会  
開催のお知らせ 及び 御協賛のお願い**

拝啓 晩秋の候、皆さまにおかれましては益々ご清栄のことと存じます。また、平素から何かとご高配を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、この度、第34回全日本ベンチプレス選手権大会を、2022年2月12・13日両日に茨城県つくば市市民ホールやたべにて開催の運びとなりました。全国各地より御来県される皆様をお迎えすべく、茨城県協会を挙げて精一杯の準備・運営を行う所存でございます。

しかしながら、大会運営に御尽力頂ける志ある方の減少等により、開催準備に携わる人員の確保及び運営資金の確保に苦心しているのが現状であります。

つきましては、本大会が無事に開催できますように、ここに御協賛を賜りたくお願い申し上げる次第であります。

コロナ禍という未曾有の災厄の最中にある昨今、皆さまに対し大変恐縮な申し出ではございますが、温かいご支援・ご協力の程、宜しくお願い申し上げます。

敬具

プログラム協賛広告サイズと料金は下記の通りです

プログラムA4版	サイズ(縦×横)	料 金
1ページ	265mm×180mm	30,000円
1/2ページ	130mm×180mm	15,000円
個人協賛	氏名記載	3,000円

◇原稿送付先

〒305-0012 つくば市中根 237 茨城県パワーリフティング協会 酒井二三彦 TEL 090-1539-6006 E-mail sakai236725@gmail.com
---

◇掲載料振込先

◆ゆうちょ銀行 口座名:茨城県パワーリフティング協会 口座記号番号: 00150-8-443733
◆他の金融機関からの振込み 〇一九店(ゼロイチキュウ店) 当 座 0443733

◇申込締切

2021年12月23日(日)