

# 日本スポーツマスターズ2016秋田大会記念事業

## 第21回ジャパンクラシックマスターズパワーリフティング選手権大会

2017世界クラシックパワーリフティング選手権大会・選考競技会

2017アジアクラシックパワーリフティング選手権大会 選考競技会

### 開催要項



- ・日時 : 平成 28年9月17日(土) 18日(日) 受付 8:30 開会式 9:45 競技開始 10:30~
- ・会場 : 男鹿観光ホテル (別紙案内図参照)  
住所 : 秋田県男鹿市北浦湯本字草木原 2 1 番地 TEL : 0185-33-2121  
当日の問合せ・連絡先 : 携帯 TEL 090-7322-6799 (秋田県パワーリフティング協会 菊地)
- ・主催 : 公益社団法人 日本パワーリフティング協会 (JPA)  
日本スポーツマスターズ 2016 秋田大会実行委員会
- ・主管 : 秋田県パワーリフティング協会
- ・協力 : 北海道パワーリフティング協会 青森県パワーリフティング協会  
岩手県パワーリフティング協会 宮城県パワーリフティング協会
- ・後援 : スポーツ庁 公益財団法人 日本体育協会 秋田県 公益財団法人 秋田県体育協会  
男鹿市 男鹿市教育委員会 一般財団法人 男鹿市体育協会  
一般社団法人 男鹿市観光協会 男鹿市商工会  
秋田魁新報社 NHK秋田放送局 ABS秋田放送 AKT秋田テレビ  
AAB秋田朝日放送 エフエム秋田
- ・階級 : 男子 8 階級 : 59、66、74、83、93、105、120 kg、+120 kg級  
女子 7 階級 : 47、52、57、63、72、84、+84 kg級
- ・参加区分 : ①マスターズⅠ カレンダーイヤー40~49 歳  
②マスターズⅡ カレンダーイヤー50~59 歳  
③マスターズⅢ カレンダーイヤー60~69 歳  
④マスターズⅣ カレンダーイヤー70 歳以上  
カレンダーイヤーの年齢とは、開催年の 1 月 1 日から 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 日時点の年齢)。
- ・競技方法 : ノーギア競技。JPAルールによる。ラウンド制。1 面で実施。  
申込階級と当日の検量が相違する場合は、失格とする。

- ・参加資格：①平成28年度JPA登録選手で、標準記録(平成27年度石川大会から申込締切日迄有効)を突破して、大会当日カレンダーイヤーで40歳以上、且つ日本国籍を有する選手。  
又は上記に該当し日本に1年以上在住する外国人。  
標準記録の詳細は3ページに示す。
- ②大会時はカレンダーイヤー39歳だが、翌年の国際大会出場時は40歳になる場合、オープン参加することができる。
- ③主管協会に所属する選手であって、主管協会理事長の推薦に基づき技術委員会が認めた選手(男女合計3名まで)。
- ④事前にアンチ・ドーピングに関する講習会を受講した選手。大会に参加する選手は事前にアンチ・ドーピングに関する講習会を受講しなければならない。受講していない選手は、大会に参加することはできない。参加申込書とともに受講証明書の控え(コピー)を送付すること。  
従来のReal Winnerは既に停止して一年以上になるので、Real WinnerをWebより受講修了したことで講習会を受講したものとして扱っていたが、本大会からは「無効」とする。  
代わりに平成28年4月より始まる日本アンチ・ドーピング機構の新システム「アルファ」を受講し修了証を得た選手は講習会を受講したものと見なす。  
又、Web環境の無い人は、アンチ・ドーピング履修レポートをJPA本部への提出により、受講証明書を発行するので、その控え(コピー)を送付すること。  
アンチ・ドーピング履修レポート用紙はJPAホームページのダウンロードの「アンチ・ドーピング履修レポート」にあるので、Web環境のある管轄協会の事務局又は役員等から入手のこと。

※アンチ・ドーピング履修レポートの提出先

〒150-8050 東京都渋谷区神南1-1-1  
岸記念体育会館4F 公益社団法人日本パワーリフティング協会  
TEL: 03-3481-1020 FAX: 03-3481-1021  
E-mail : [powerlifting@japan-sports.or.jp](mailto:powerlifting@japan-sports.or.jp)

★受講証明書及び修了証の有効期限は、受講年度の翌々年度末としていたが、平成28年度から有効期限を翌年度末までと変更。又、今年度の全日本大会からは、平成27年度を受講修了者や履修レポート提出者は有効とするが、平成26年度以前を受講修了者と履修レポート提出者は、新たに受講や履修レポートの提出等が必要。

- ⑤「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」を提出しなければならない。  
平成27年度、ドーピング規則違反者を出したことを踏まえ、アンチ・ドーピング活動を徹底推進することになり、平成28年度より、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、義務付けるもの。  
参加申込書とともに、記名捺印した「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」の同時提出がない場合、本大会への参加は認められない。申込書を受取し返却する。  
申込書と同時に提出した「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」に疑義がないか(又は、付け加えることがないか)、大会当日の受付の際に確認する。
- ⑥参加選手は、所属の地方協会にて選手登録を完了しておくこと。全日本大会の会場での選手登録は受け付けない。尚、大会を主管する秋田県協会に登録料を直接送金された場合は、受理せずに返金されるので注意すること。
- ⑦地方協会が未組織又は活動休止状態の場合は、下記のブロック長の所属する県協会にて選手登録をすること。

| ブロック   | 氏名    | 郵便番号     | 住所                      | 電話           |
|--------|-------|----------|-------------------------|--------------|
| 北海道・東北 | 太田 勇吉 | 030-0964 | 青森県青森市南佃2-23-42         | 017-718-1775 |
| 関東     | 小森 正昭 | 272-0137 | 千葉県市川市福栄3-23-1-713      | 047-395-5048 |
| 北信越    | 相馬 満信 | 950-2076 | 新潟市西区上新栄町6-4-1          | 025-269-0093 |
| 東海     | 伊藤 教雄 | 443-0045 | 愛知県蒲郡市旭町8-21            | 0533-67-4123 |
| 近畿     | 廣岡 覚  | 546-0033 | 大阪府大阪市東住吉区南田辺4-8-28-401 | 079-482-4275 |
| 中国     | 石本 直樹 | 708-0015 | 岡山県津山市神戸800-1           | 0868-28-0535 |
| 四国     | 調整中   |          |                         |              |
| 九州     | 濱里 一  | 901-0244 | 沖縄県豊見城市字宜保118           | 098-995-8459 |

#### ・標準記録

- ☆公式競技会において参加標準記録以上の成績を収めていること
- ☆有効期限は、当該全国大会の前年度開催日の初日から当年度の申込締切日までとする。  
(平成27年度同大会の成績は有効である。また、同大会以降開催のほかの公認大会の成績も有効)  
(平成27年9月12日～平成28年8月15日(申込締切日)まで有効)
- ☆IPF・APF主催ならびに傘下協会主催の各世界選手権大会
- ☆原則カテゴリー(ノーギア)、競技種別(パワーリフティング)は同一であること。

|    | 階級 Kg 級 | マスターズ I | マスターズ II | マスターズ III |
|----|---------|---------|----------|-----------|
| 男子 | 59      | 345     | 310      | 210       |
|    | 66      | 380     | 340      | 235       |
|    | 74      | 415     | 370      | 255       |
|    | 83      | 450     | 400      | 275       |
|    | 93      | 480     | 425      | 290       |
|    | 105     | 505     | 445      | 310       |
|    | 120     | 520     | 465      | 320       |
|    | +120    | 530     | 475      | 325       |

(注) 男子マスターIV及び女子の標準記録は設定しないが、有効期限内に最低1回以上の公認大会の参加実績が必要である。

#### ☆実績と異なる階級への出場について

- 選手は、標準記録以上の成績を収めた際の階級と異なる階級へは、出場できないものとする。  
但し、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級へは出場できないが、83kg級には出場できる。

注) 上記は、技委発第14-6号通達「平成27・28年度JPAが主催する全国規模の競技会における出場標準記録について」を一部抜粋したものであり、詳細はJPAホームページを参照すること。

#### ・服装 : JPA競技規則のノーギアによる服装に準じる。(詳細はルールブックを参照の事)

- ・リフティングスーツ(ツリパン)とTシャツとする。
- ・ベルト・リストラップ・ニースリーブ使用可  
ただし、リストラップ・ニースリーブはIPF公認品のみ使用可
- ・スパッツ・ベンチシャツ・スーパースーツ・ニーラップ使用不可
- ・ツリパンを着用しないと失格

- ・表彰：個人戦 男女別各階級 1～3 位＝メダルと賞状 4～6 位＝賞状  
 団体戦 ①クラブ対抗団体戦＝男女別<3 位まで楯> 1～6 位まで賞状  
 ②都道府県別団体戦＝男女別<3 位までトロフィー> 1～6 位まで賞状  
 <団体戦は平成 26 年度 J P A 登録団体で、1 団体 3 名以上>  
 得点 1 位＝12 点、2 位＝9 点、3 位＝8 点、4 位＝7 点、5 位＝6 点、6 位＝5 点、7 位＝4 点、8 位＝3 点、9 位＝2 点、10 位以下＝1 点（1 団体上位 5 名までが得点計算対象）

★点数配分は以下の通りである。

|     |     |     |     |     |     |     |     |     |        |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|--------|
| 1 位 | 2 位 | 3 位 | 4 位 | 5 位 | 6 位 | 7 位 | 8 位 | 9 位 | 10 位以下 |
| 12  | 9   | 8   | 7   | 6   | 5   | 4   | 3   | 2   | 1      |

※点数計算対象は得点上位 5 名まで。マスターズはその中での年齢区分は無く、一括りとする。

特別賞 優秀選手賞＝男女各 1 名（フォーミュラ重量で選考する）

- ・参加費：個人戦：10,000 円、  
 団体戦＝無料
- ・申込方法：参加費を所定の口座に振り込み、以下の書類を忘れずに同封し大会事務局へ郵送のこと（同封されていない場合は受理せずに返却となるので注意すること）。各加盟団体はまとめて、個人は各々で申し込むこと。

《添付するもの》

- ① 参加申込書兼記録カード（必要事項を記入し、署名、捺印をすること）
- ② 振込書のコピー（原本でもよい）
- ③ 選手証のコピー
- ④ アンチ・ドーピングに関する受講証明書（又は W e b 研修の終了証及び履修レポートの受講証明書のコピー）
- ⑤ 団体戦参加チームは、団体登録証のコピー
- ⑥ 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
- ⑦ 参加記念 T シャツサイズ申請書

☆送付先

〒018-0402 秋田県にかほ市平沢字館ヶ森 35-18  
 秋田県パワーリフティング協会 大会受付窓口 菊地昌宏  
 TEL0184-36-2897(FAX兼用)電話は 18:00～20:30 お願いします。

☆参加費の振り込み先は次のとおり。なお、振り込み手数料は各自負担願います。

銀行名：秋田銀行  
 支店名：仁賀保支店  
 口座番号：普通 1017094  
 口座名義：第 21 回ジャパクラシックマスターズ大会 大会事務局  
 菊地昌宏（キクチマサヒロ）

・申込締切：平成 28 年 8 月 15 日（期日厳守）

- 注）①電話・FAXでの申込み、締切日を過ぎての申込みは受け付けません。  
 ②締切日を過ぎてから参加を取りやめても、参加費は返却されません。  
 ③申込書右上の T シャツサイズを必ず記入してください、

- ・国際大会選考：選考方法は、JPA国際大会選手選考基準に基づく。
- ・ドーピング検査：①本大会は、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ある。  
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。
- ・宿 泊  
別紙案内に従って申し込んで下さい。体重計は、『男鹿観光ホテル』に設置します。
- ・物品販売 及びビデオ撮影  
物品販売及び販売目的のビデオ撮影を希望される場合には、JPA財務委員会へ届出をすること。連絡先は次のとおり

〒272-0137 千葉県市川市福栄 3-23-1-713  
財務委員会 委員長 小森 正昭 (TEL : 047-395-5048)  
Eメール : [powerkomori@khc.biglobe.ne.jp](mailto:powerkomori@khc.biglobe.ne.jp)

★出店については、必ずJPA財務委員会に届け出後、下記の出店申込先にも届け出ること。  
料金等は下記まで問い合わせのこと。

★出店申込先

〒018-0402 秋田県にかほ市平沢字館ヶ森 35-18  
秋田県パワーリフティング協会 大会受付窓口 菊地昌宏  
TEL0184-36-2897(FAX兼用)電話は 18:00~20:30 お願いします。

注)

- ①JPA賛助会員（法人・団体）は無料とする。⇒要・財務委員会への申請
- ②非賛助会員は有料（1大会につき1万円）とする。⇒要・財務委員会への申請
- ③営業・物販を目的としない一般のビデオ撮影は無料とするが、撮影場所は競技エリア外とする。⇒申請は不要
- ④会場内の出店用長机・椅子等の借用に際しては、①②とも実費代を主管協会に支払うこととする。
- ⑤場所については、大会前日午後または当日指示します。

- ・その他：①ゴミは、必ず各自持ち帰って下さい。  
②会場内では安全上の注意事項を厳守して下さい。  
③競技エリアには、選手と大会関係者以外の立ち入りを禁止します。

☆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ためにのみ利用します。申込み時点で本人の同意が得られたこととする。

☆本大会に参加される選手、関係役員及びスタッフを含めた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、JPA時報への掲載等、JPAの事業活動のために利用することがあります。あらかじめご了承下さい。☆日程については、参加選手の状況によって判断しますので、エントリーの公表と同時に提示します。

☆シャフトはエレイコ。ベンチ台はERとなります。

# 第21回ジャパンクラシックマスターズ「パワーリフティング」選手権大会

## 参加申込書兼記録票

・予め太枠内及び誓約書欄に記入し、捺印の上、申し込んで下さい。

|                     |         |   |  |   |
|---------------------|---------|---|--|---|
| No.                 | 申込階級    | 氏名 (ふりがな)   | 性別   | 生年月日 (西暦)   |
|                     | kg級 ( ) |   | <input type="checkbox"/> 男子<br><input type="checkbox"/> 女子 | 19 年 月 日<br>カレンダーイヤー 歳                                  |
| 参加区分(○をつける)         |         | <input type="checkbox"/> マスターズⅠ <input type="checkbox"/> マスターズⅡ <input type="checkbox"/> マスターズⅢ <input type="checkbox"/> マスターズⅣ |  |   |
| 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 B   |  |   |
| 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"/> あり <input type="checkbox"/> なし |

|  |  |                   |    |
|--|--|-------------------|----|
| スクワットのラック高さ  | c m (穴 個目)   | 標準記録達成 (平成 年 月 日) |    |
| <同セーフティバー高さ>   | c m (穴 個目)   | 大会名:              |    |
| ベンチプレスのラック高さ   | c m (穴 個目)   | スクワット             | kg |
| 同セーフティバー高さ   | c m (穴 個目)   | ベンチプレス            | kg |
| 同センター補助 <input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要 | 同足台 <input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要 | デッドリフト            | kg |
|  |  | トータル              | kg |

※会場で検量時、第1試技の重量とラック高さを記入して提出すること。

|          | 第1試技  | 第2試技 | 第3試技        | ベスト   | フォーミュラ記録 | 種目別順位 |
|----------|-------|------|-------------|-------|----------|-------|
| スクワット    | kg    | kg   | kg          | kg    |          |       |
|          | 変更 kg |      |             |       |          |       |
| ベンチプレス   | kg    | kg   | kg          | kg    |          |       |
|          | 変更 kg |      |             |       |          |       |
|          |       |      | <b>小 計</b>  |       |          |       |
| デッドリフト   | kg    | kg   | kg          | kg    |          |       |
|          | 変更 kg |      | 変更 kg       | 変更 kg |          |       |
| フォーミュラ係数 |       |      | <b>トータル</b> | kg    |          |       |
| 順位       |       |      | 特別表彰        |       |          |       |

|                            |   |   |
|----------------------------|---|---|
| 国際大会参加希望<br>(該当するものに○をつける) | アジア大会 <input type="checkbox"/> 参加希望 <input type="checkbox"/> 不参加 <input type="checkbox"/> 検討中 | 連絡方法  |
|                            | 世界大会 <input type="checkbox"/> 参加希望 <input type="checkbox"/> 不参加 <input type="checkbox"/> 検討中  | <input type="checkbox"/> 郵送 <input type="checkbox"/> メール <input type="checkbox"/> FAX |

※国際大会参加希望欄に「○」をつけなかった場合、参加希望がないものとします。

### 誓約書

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

平成 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、JPA時報への掲載等、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ドーピング防止規程及び関係規則類を遵守し、JPAのアンチ・ドーピング活動に従います。
- 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。  大会時、会場で受講予定。

住所 〒 \_\_\_\_\_

TEL \_\_\_\_\_

FAX \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_

Ⓔ E-mail: \_\_\_\_\_

**第21回ジャパンクラシックマスターズパワーリフティング選手権大会  
クラブ対抗団体戦参加申込書兼集計票**

秋田県パワーリフティング協会 御中

下記のとおり、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  |    | 責任者 |  |
| 責任者連絡先 | 住所 | TEL |  |

男 子 (            名)

| 階 級 Kg                            | 選 手 氏 名 | カ テ ゴ リ ー |      |  | カテゴリー別 |     |
|-----------------------------------|---------|-----------|------|--|--------|-----|
|                                   |         |           |      |  | 順 位    | 点 数 |
|                                   |         |           |      |  |        |     |
|                                   |         |           |      |  |        |     |
|                                   |         |           |      |  |        |     |
|                                   |         |           |      |  |        |     |
|                                   |         |           |      |  |        |     |
|                                   |         |           |      |  |        |     |
|                                   |         |           |      |  |        |     |
|                                   |         |           |      |  |        |     |
|                                   |         |           |      |  |        |     |
| ※1団体得点上位5名までが、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 |      |  | カテゴリー別 |     |
|---------------------------------|---------|-----------|------|--|--------|-----|
|                                 |         |           |      |  | 順 位    | 点 数 |
|                                 |         |           |      |  |        |     |
|                                 |         |           |      |  |        |     |
|                                 |         |           |      |  |        |     |
|                                 |         |           |      |  |        |     |
|                                 |         |           |      |  |        |     |
| ※1団体上位5名までが、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 |  |        |     |

クラブ対抗・都道府県対抗一般団体戦得点

|    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |       |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-------|
| 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     |

選手数が多すぎ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  
スポーツ医科学委員会

参加申込みに際しては、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、かかりつけ医に相談し、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みをしていただきますようお願いいたします。

## 第21回ジャパクラシックマスターズパワーリフティング選手権大会 参加申込み時 事前健康チェック

A 下記の項目（1～4）のうち、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、かかりつけ医によく相談してください。かかりつけ医のもと、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、不整脈など）の診断を受けている、もしくは治療中である。
- 2. 突然、気を失ったこと（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。当てはまる項目があれば、かかりつけ医に相談し、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）

※かかりつけ医とは、皆さんの健康や体調を管理してくださっている身近なドクターです。

※かかりつけ医をきちんと決めて、各種の検査や大会参加などについて相談しましょう。

以上



## 『2016年ドーピング防止に関する注意』

公益社団法人 日本パワーリフティング協会  
スポーツ医科学委員会 委員長 蜂 須 貢

### 1. サプリメントに注意

海外製サプリメントには禁止薬物が混入されている場合があります。日本のメーカーのサプリメントを使うことをお勧めします。

### 2. 医師処方薬にも注意（以下のものは使わないこと、あるいは別の薬剤を処方してもらうこと）

| 疾患治療薬<例示>  | 作用又は成分                     | 備 考                                     |
|------------|----------------------------|---|
| 抗ぜんそく薬     | β2-作動薬、エフェドリン類             | 吸入薬はOK                                  |
| 血糖低下薬      | インスリン                      | その他糖尿病薬OK                               |
| 心筋代謝調節薬    | トリメタジジン                    | 心筋酸素、乳酸等摂取率上昇させるため使用不可                  |
| 利尿薬        | 排尿が体内のドーピング物質を低下させる        | RBとの合剤に注意（プレミネント、ミコンビ、コディオ、エカードなどは使用不可） |
| ステロイド性抗炎症薬 | 糖質コルチコイド                   | 吸入薬、軟膏、点眼薬OK                            |
| 乳がん治療薬     | アロマターゼ阻害薬、<br>エストロゲン受容体調節薬 |   |
| 骨粗鬆症治療薬    |                            |   |
| 排卵誘発剤      |                            |   |
| 毛生え薬       | 5αリダクターゼ阻害薬（プロペシア）         | リアップはOK                                 |
| ナルコレプシー治療薬 | モダフィニル（モディオダール）            | 興奮薬なので競技会時には使用不可<br>（一週間以上前に使用中止）       |
| ADHD治療薬    | メチルフェニデート（リタリン、コンサータ）      |   |
| 漢方薬        |                            | 成分が特定できないため使わないこと                       |

### 3. 薬局で購入できる薬剤にも注意

| 疾患治療薬<例示>    | 薬剤又は成分         | 備 考                  |
|--------------|----------------|----------------------|
| 総合感冒薬、抗ぜんそく薬 | エフェドリン、        | 麻黄タイレノール(解熱鎮痛薬)のみOK  |
| 胃腸薬          | ストリキニーネ、ホミカエキス | 左記の成分が入っていないならばOK    |
| 滋養強壯薬        |                | ステロイドや興奮薬が入っていることがある |
| 毛生え薬         | ペレウス、ミクロゲンパスタ  | ステロイドが入っている（リアップはOK） |
| 漢方薬          |                | 成分が特定できないため使わないこと    |

### 4. 薬を使用する場合

薬を使用する場合は、「薬剤師のためのドーピング防止ガイドブック2015年版

[http://www.nichiyaku.or.jp/action/wp-content/uploads/2015/07/guidebook\\_web2015\\_1.pdf](http://www.nichiyaku.or.jp/action/wp-content/uploads/2015/07/guidebook_web2015_1.pdf)」

を参照して下さい。記載されていない薬剤は使用しないこと。

医師より処方を受ける際は、自分がスポーツ選手であり、ドーピング違反物質を使えないことを告げて下さい。後で心配になった場合は、まず「薬剤師のためのドーピング防止ガイドブック2015年版」を参照し、更に心配な場合は、JPAスポーツ医科学委員会委員長蜂須貢

(mhachisu@pharm.showa-u.ac.jp) まで連絡して下さい。医師処方薬剤、市販薬に関することに対応します。

尚、「薬剤師のためのドーピング防止ガイドブック」は毎年国体前までに国体開催県の県薬剤師会より更新されます。冊子を購入せずとも内容はインターネットにて検索できます。

※2015年より、白同化薬、ペプチドホルモン（エリスロポエチン、成長ホルモンなど）、利尿薬及び隠ぺい薬、禁止方法を取った場合は、資格停止が4年に延長されました。

※過去の事例では、競技力向上を目的として使用した薬剤、サプリメントに、禁止薬物が混入されていることを知らなかった場合でも、処分期間の短縮はありませんでしたので、くれぐれもご注意下さい。

# アンチ・ドーピングに関する大切なお知らせ

平成28年2月  
(公社)日本パワーリフティング協会  
スポーツ医科学委員会  
委員長 蜂 須 貢

平成27年度の全日本男子パワーリフティング選手権大会及びジャパクラシックマスターズパワーリフティング選手権大会において、2名の男子選手のドーピング陽性事例が発生し、両選手の競技会の成績抹消や4年間の資格停止等の厳しい処分が決定しております。

JPAは、発足以来、アンチ・ドーピングの啓発に勤めてきましたが、単一年度で2名のドーピング違反者は平成22年度以来です。現在、2020東京オリンピックに向けて、JOC、(公財)日本体育協会、JADA等の関係諸団体が、「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、JPAは大変厳しい危機的な状況におかれています。

JPAとしては、組織としても襟を正して気を引き締めて、再発防止に真剣に取り組んで参る覚悟です。

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ろんのこと、不注意によるうっかりドーピング違反も絶無にする心構えが必要です。ドーピング違反により、選手本人及びJPAの名誉を大きく傷つけることは、あまりにも大きな代償です。

「市販薬、医療用医薬品にドーピング違反物質が含まれていることは稀ではありません」。昨年度の事例を踏まえて、再度、以下の3点を全選手及び関係者に徹底していただき、ドーピング違反を廃絶したいと思います。

## 1. 医師から処方された医薬品を使用する場合

JADAのホームページ内にある「Global DRO JAPAN」<http://www.globaldro.com/jp-ja/search/>にて処方薬がドーピング違反とならないか確認してから使用して下さい。全ての医師、薬剤師がドーピングに関する知識を十分に有しているとは言えません。薬剤師に相談する場合はスポーツファーマシストの看板を掲げている薬局で相談して下さい。以下のマークのある薬局です。



## 2. 市販薬を購入し使用する場合

「2015薬剤師のためのドーピング防止ガイドブック」

[http://www.nichiyaku.or.jp/action/wp-content/uploads/2015/07/guidebook\\_web2015\\_1.pdf](http://www.nichiyaku.or.jp/action/wp-content/uploads/2015/07/guidebook_web2015_1.pdf)に使用可能と書いてあるものしか使わないようにして下さい。よく似た名前、同じ名前でも銘柄や用量が違えば使わないこと。

なお、大会の3～4日前からは基本的に風邪薬（総合感冒薬、鎮咳去痰薬）は使わないこと。使用可能な市販解熱鎮痛薬は「タイレノール（一般名：アセトアミノフェン）」だけと考えて下さい。医師から処方されるインフルエンザ治療薬（タミフル、リレンザ、イナビル、ラピアクタ）は使用可能です。

## 3. 特に気を付けたい市販薬、健康食品、サプリメントの知識を持つ

「2015薬剤師のためのドーピング防止ガイドブック」のP23からP25を読んでおくこと。

- 1) 胃腸薬、2) 滋養強壯薬、3) 毛髪・体毛用薬、4) 鎮咳去痰薬、5) 漢方薬、6) 風邪薬、7) その他の薬品、8) 健康食品・サプリメントに関する諸注意が、簡潔にまとめられています。

以上の3点をJPA登録選手は徹底して下さい。なお、各県協会、各加盟ジムにおいても所属の選手への指導と啓発をお願い致します。

なお、具体的な薬剤名に関して不安がある場合は、蜂須 (mhachisu@pharm.showa-u.ac.jp) までメールをいただければ、鋭意回答致します。

# 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

秋田県パワーリフティング協会 御中

この度、2016年9月に秋田県男鹿市で開催される第21回ジャパクラシックマスターズパワーリフティング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。

平成28年 月 日

3か月以内に服用した医薬品、摂取したサプリメント（常用を含む）は次の通りです。

| 医薬品名やサプリの<br>商品名称 | メーカー名<br>又は販売元 | 服用・摂取時期または期間 |
|-------------------|----------------|--------------|
|                   |                |              |
|                   |                |              |
|                   |                |              |
|                   |                |              |
|                   |                |              |

|             |   |  |
|-------------|---|--|
| 住所          | 〒   |  |
| 氏名          | ⑩   |  |
| 所属          | <input type="checkbox"/> 団体（名称： ） <input type="checkbox"/> 個人 |  |
| 連絡先<br>電話番号 | 自宅  |  |
|             | 携帯  |  |

- ★必ず必要事項を記入の上、朱肉により捺印して下さい。捺印がない場合は、本誓約書は無効とし、提出されなかったこととします。シャチハタ及び電子印は認められません。
- ★今回、入手した個人情報、アンチ・ドーピング対応と今大会の運営に関わること以外に使用しません。

## 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ため、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、このこと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いたします。

### 《選手の注意事項》

- ①カラー未装着が原因で落下したプレートによる怪我  
⇒ウォームアップの場合も、必ずカラーを取付けて実施すること。
- 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こと。
- 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ことで、シャフトをしっかり握ること。  
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大きな怪我につながるおそれがあるので、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こと。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こと。
- 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、スタンスに注意すること。
- ⑤当日、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こと。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ことで、ベンチプレスで万一の場合の補助動作では、プレート内側直近部分のシャフトを絶対に持たないこと。必ず、シャフトの中央部分やプレート外側部分又はプレート自体を持つこと。
- ②ベンチプレスのバーベル受け渡しの不手際による怪我  
⇒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こと。
- ③デッドリフトの後方転倒に伴う怪我  
⇒センター補助は、選手と一緒に倒れることを避けるために、腰を落として補助の構えを取り、選手の動きをよく見ること。

### 《その他の注意事項》

- ①会場設営時や撤収時  
⇒プレート、ラック等の重量物運搬中に、手指、足、腰等に怪我をするおそれがあります。十分に注意して作業を行うこと。大会終了後は、疲れているので、慌てずに慎重に行うこと。
- ②見学、応援時  
⇒ウォーミングアップ場では、器具周辺から離れて見学し、足元に注意すること。
- ③会場内全体  
⇒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、禁止事項等に従うこと

★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長に申し出て下さい。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、遠慮なく大会事務局に申し出て下さい。

以上

平成28年6月吉日

審判有資格者 各位

公益社団法人 日本パワーリフティング協会  
技術委員長 阿南 喜裕

## 第21回 ジャパンクラシックマスターズパワーリフティング選手権大会 陪審員・審判員のご協力のおお願いについて

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ご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、ご案内のとおり、JPAが主催する標記の大会が、平成28年9月17・18日に秋田県協会の主管により開催されます。

ついては、標記大会の陪審員・審判員を募集しますので、何かとご多忙のこととは存じますが、各位のご協力をお願い致します。なお、主管協会のブロックにおける各協会所属の審判員の方には、積極的なご協力をいただきますようお願い致します。

ご協力をいただける審判員の方は、お手数ですが、下記に必要事項をご記入の上、この書面のまま、**平成28年8月31日（水）までに、郵送、FAX又はE-mailにて、JPA技術委員長あて、送付して下さい。**Eメールで申込みをされる方は、JPAホームページの「ダウンロード」のところにある「陪審員・審判員申込書」をご利用されると容易に申込書が作成できます。ご協力いただく方には、お弁当、謝金が支給されます。手配の関係上、必ずご連絡下さい。

尚、送付先は大会事務局宛てではありませんので、ご注意願います。

敬具

### 第21回ジャパンクラシックマスターズパワーリフティング選手権大会陪審員・審判員申込書

平成28年 月 日

〒703-8241

岡山県岡山市中区高島新屋敷206-15

JPA技術委員長 阿南 喜裕

TEL 086-275-0370 FAX 086-899-6970

E-mail [anany1975@yahoo.co.jp](mailto:anany1975@yahoo.co.jp)

都道府県パワーリフティング協会

下記のとおり、協力者について連絡します。

※構成表はメールにて配信しますので、メールアドレス記入にご協力願います。

| ご氏名 | 級                             | 9月17日                       | 9月18日                       | ご連絡先住所・電話番号・E-mail |
|-----|-------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|--------------------|
|     | <input type="checkbox"/> 国内 級 | <input type="checkbox"/> 午前 | <input type="checkbox"/> 午前 |                    |
|     | <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 |                    |
|     | <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 |                    |
|     | <input type="checkbox"/> 国際 級 | <input type="checkbox"/> 午後 | <input type="checkbox"/> 午後 |                    |

★セコンドに付かれる場合は、該当階級から外しますので、下記に記入してください。

男子 kg 級 kg 級 kg 級

女子 kg 級 kg 級 kg 級

# 参加記念Tシャツサイズ申請書

このたびは「第21回 ジャパンクラシックマスターズパワーリフティング選手権大会」に参加していただきありがとうございます。

出場選手には本大会の参加記念に下記デザインのTシャツを差し上げます。必要枚数を把握するために皆さんのサイズを事前に教えていただきたく、この申請書を参加申込書と一緒に提出してください。

なお、1枚2,500円で販売もいたします。事前予約もこの用紙で承りますので、ご希望の方は必要枚数を記入してください。支払いは大会当日にお願いいたします。



前 面

背 面

※デザインは変更になる場合があります。

サイズ：S M L XL XXL

色：黒のみ

|      |       |     |    |     |
|------|-------|-----|----|-----|
| 出場階級 | 男子・女子 | kg級 | 氏名 | サイズ |
|------|-------|-----|----|-----|

販売希望

| サイズ | 枚数 | 金額 |
|-----|----|----|
| S   |    |    |
| M   |    |    |
| L   |    |    |
| XL  |    |    |
| XXL |    |    |

販売希望合計金額 円

関係各位

秋田県パワーリフティング協会

会長 加藤 義 康

日本スポーツマスターズ2016秋田大会記念事業

第21回ジャパンクラシックマスターズパワーリフティング選手権大会

大会実行委員長 吉田 政 重

## プログラム等への広告掲載について（お願い）

拝啓、時下ますますご清栄のこととお喜び申し上げます。

平素は、パワーリフティング競技へのご理解とご支援及びご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、平成28年9月17日（土）、18日（日）に男鹿市男鹿温泉郷「男鹿観光ホテル」において、日本スポーツマスターズ秋田大会協賛事業として「第21回ジャパンクラシックマスターズパワーリフティング選手権大会」が開催されます。

今回、全国各地から選手を迎えるにあたり、精一杯の準備・運営を行う所存ではありますが、何分にも微力な財政基盤のため、十分な大会運営の資金調達に苦心しております。

つきましては、大会プログラムへのご協賛広告を通じて、より一層のご支援を賜りたく、下記のとおり募集をいたしますので、特段のご配慮、ご協力を賜りますよう、お願い申し上げます。

## 記

| プログラムA4版  | サイズ（縦×横）    | 料 金     | 備 考 |
|-----------|-------------|---------|-----|
| 1 ページ     | 265mm×180mm | ¥30,000 |     |
| 1 / 2 ページ | 130mm×180mm | ¥20,000 |     |
| 1 / 4 ページ | 62mm×180mm  | ¥10,000 |     |
| 1 / 8 ページ | 62mm×90mm   | ¥5,000  |     |

## 2 原稿（版下）又はデータ等の送付先

## (1) 原稿申し込み先

|   |
|---|
| 〒018-0402 秋田県にかほ市平沢字館ヶ森35-18<br>秋田県パワーリフティング協会 菊地昌宏<br>TEL・FAX 0184-36-2897 E-Mail dm815123@yahoo.co.jp |
|---|

## (2) 掲載料振込先

|  |
|--|
| 秋田銀行 仁賀保支店 普通 1017094<br>第21回ジャパンクラシックマスターズ大会 大会事務局 菊地昌宏 |
|--|

## 3 申込締切日 平成28年7月31日（日）

## 【宿泊施設のご案内】

今回の試合会場は男鹿温泉郷の中にある「男鹿観光ホテル」となります。

男鹿観光ホテルの他にも周辺にはたくさんの宿泊施設がありますが、今大会の出場選手をはじめ関係者の方々のために宿泊の斡旋をいたします。

全国各地より多数来場される事が予想されます。遠隔地からお越しの際には、ご検討下さい。

### 【男鹿観光ホテル】



住 所：〒010-0687 秋田県男鹿市北浦湯本字草木原 21 TEL 0185-33-2121 (代) FAX 0185-33-4637

URL : <http://www.oga-kanko.com/>

### ☆宿泊料金表

|                |        | 1泊2食付<br>①       | 1泊 夕食付②          | 1泊 朝食付③          | 素泊り④             |
|----------------|--------|------------------|------------------|------------------|------------------|
|                |        |                  | (1泊2食付-10%)      | (1泊2食付-20%)      | (1泊2食付-30%)      |
| 1室 1名利用<br>(1) | 基本料金   | ¥18,000<br>(1)-① | ¥16,200<br>(1)-② | ¥14,400<br>(1)-③ | ¥12,600<br>(1)-④ |
|                | (税込料金) | ¥19,590          | ¥17,646          | ¥15,702          | ¥13,758          |
| 1室 2名利用<br>(2) | 基本料金   | ¥15,000<br>(2)-① | ¥13,500<br>(2)-② | ¥12,000<br>(2)-③ | ¥10,500<br>(2)-④ |
|                | (税込料金) | ¥16,350          | ¥14,730          | ¥13,110          | ¥11,490          |
| 1室 3名利用<br>(3) | 基本料金   | ¥13,000<br>(3)-① | ¥11,700<br>(3)-② | ¥10,400<br>(3)-③ | ¥9,100<br>(3)-④  |
|                | (税込料金) | ¥14,190          | ¥12,786          | ¥11,382          | ¥9,978           |
| 1室 4名利用<br>(4) | 基本料金   | ¥13,000<br>(4)-① | ¥11,700<br>(4)-② | ¥10,400<br>(4)-③ | ¥9,100<br>(4)-④  |
|                | (税込料金) | ¥14,190          | ¥12,786          | ¥11,382          | ¥9,978           |

☆本大会のために、他の宿泊施設でも同一料金でお願いしております。別紙申込書での申し込み後、宿泊施設についてのご連絡をさせていただきます。

☆秋の行楽シーズン、日本スポーツマスターズ本大会の一部の競技が周辺市町村で開催されます。そのため、混雑が予想されますので、宿泊予約は早めにお申し込みください。



## ※宿泊申込締切り：7月29日（金）

☆別紙宿泊申込書を郵送、FAXまたはE-mailでお申し込みください。

【会場地までのアクセス】

### ○お車でお越しの場合

- ・東北自動車道 秋田自動車道北上 J.I.C - [約 2 時間] - 昭和男鹿半島 I.C - [約 40 分] - 男鹿観光ホテル
- ・秋田フェリーターミナルから車で 50 分

### ○飛行機でお越しの場合

・主要空港から秋田空港までの時間

・秋田空港から男鹿まで

|               |            |      |
|---------------|------------|------|
| 札幌(新千歳)       | JAL        | 60 分 |
| 東京(羽田)        | JAL<br>ANA | 70 分 |
| 名古屋(小牧、セントレア) |            | 70 分 |
|               |            | 70 分 |
| 大阪(伊丹・関西)     |            | 90 分 |

|             |  |      |
|-------------|--|------|
| 秋田空港 - 秋田駅  | リムジンバス                                 | 50 分 |
| 秋田空港 - 男鹿温泉 | <a href="#">あきたエアポートライナー</a><br>男鹿温泉郷号 | 90 分 |

### 電車・新幹線でお越しの場合

・主要駅から JR 秋田駅までの時間

|    |                             |           |
|----|-----------------------------|-----------|
| 札幌 | 室蘭本線(函館北斗)-北海道新幹線(新青森)-奥羽本線 | 7時間 29 分  |
| 東京 | 秋田新幹線                       | 3 時間 49 分 |
|    | 高崎、上越線、羽越本線経由               | 5 時間 00 分 |
| 大阪 | 新潟、羽越本線経由                   | 8 時間 00 分 |

JR 秋田駅から男鹿まで

|               |        |      |
|---------------|--------|------|
| 秋田駅 - 男鹿駅(終点) | JR 男鹿線 | 60 分 |
|---------------|--------|------|

男鹿駅からホテルまでは車で約 25 分。

ホテル送迎バスや[秋田観光バス株式会社](#) [乗合バス・タクシー](#)等をご利用下さい。

\* ホテル送迎バス(午後2時台、午後4時台、JR男鹿駅から)等については、宿泊ホテル、旅行会社等に事前にご確認ください。

※大会期間中は、弁当や飲み物の売店を開設しますが、会場周辺の徒歩圏内にコンビニエンスストア等がございません。あらかじめご了承ください。

第21回 ジャパンクラシックマスターズパワーリフティング選手権大会 宿泊申込書

申込日： 年 月 日

|                  |                               |                       |           |
|------------------|-------------------------------|-----------------------|-----------|
| 代表者・申込者          |                               |                       |           |
| 連絡先              | 〒                             |                       |           |
| TEL(確実に連絡の取れる番号) | (携帯)                          | E-mail                |           |
|                  | (家等)                          |                       |           |
| FAX              |                               | 事前の荷物送付               | 有( 個) ・ 無 |
| 男鹿駅からのホテル送迎バスの利用 | 利用する(午後2時台・午後4時台)( 人) ・ 利用しない |                       |           |
| ※事務局使用欄          | 受付日:                          | / ( 郵送 ・ FAX ・ Mail ) |           |
|                  | 宿名:                           |                       |           |
|                  | 宿への連絡:                        | / 確認済                 | 連絡者印・サイン  |
|                  | 申込者への連絡:                      | / 連絡済                 | 連絡者印・サイン  |

☆申込期限：平成28年7月29日(金)

☆申込書送付先

〒010-0511

秋田県男鹿市船川港船川字新浜町1-1

(一社)男鹿市観光協会 PL 宿泊担当

TEL 0185-24-4700 FAX 0185-24-5700

E-Mail [ogakk@namahage.ne.jp](mailto:ogakk@namahage.ne.jp)

チェックイン 15:00～ チェックアウト 10:00

※宿泊料金支払い等は、各人ご本人様がチェックイン又はチェックアウトの際に精算してください

※キャンセルの場合は、宿泊日の3日前までに上記担当と宿泊先の両方に連絡をお願いします。

※配宿については、事務局で対応させていただきます。

※子供料金については、別途お問い合わせください。

○宿泊料金表をご参照の上、宿泊の希望日の各欄に宿泊形態の番号(○)-○を記入して下さい。

| 番号 | 宿泊者名 | 性別  | 部屋希望     | 到着日 | 出発日 | 9/16<br>(金) | 9/17<br>(土) | 9/18<br>(日) | 9/19<br>(月) |
|----|------|-----|----------|-----|-----|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 1  |      | 男・女 | シングル・相部屋 | 9/  | 9/  |             |             |             |             |
| 2  |      | 男・女 | シングル・相部屋 | 9/  | 9/  |             |             |             |             |
| 3  |      | 男・女 | シングル・相部屋 | 9/  | 9/  |             |             |             |             |
| 4  |      | 男・女 | シングル・相部屋 | 9/  | 9/  |             |             |             |             |
| 5  |      | 男・女 | シングル・相部屋 | 9/  | 9/  |             |             |             |             |
| 6  |      | 男・女 | シングル・相部屋 | 9/  | 9/  |             |             |             |             |
| 7  |      | 男・女 | シングル・相部屋 | 9/  | 9/  |             |             |             |             |

※この用紙で人数が足りない場合は、コピーをして追加分を記入してください。