

# 第72回笑顔つなぐえひめ国体 公開競技パワーリフティング競技大会実施要項

1 期 日 平成29年9月9日（土）から9月10日（日）まで（2日間）

種 別	9月9日（土）	9月10日（日）
成年男子	59～74kg級 決勝	83～+120kg級決勝
成年女子	全階級 決勝	

2 会 場 伊予市 ウェルピア伊予体育館

3 種別及び参加人員

種 別	監 督	選 手	参加都道府県	小 計	合 計
成年男子		1～5	45	93	150
成年女子		2以下	12	12	
監督（共通）	1		45	45	

※各都道府県の成年男子及び成年女子の選手数は、ブロック大会の結果による。

※監督については、男子・女子種別共通として1名推薦すること。

4 競技上の規定及び方法

(1) 競技規則

公益社団法人日本パワーリフティング協会（以下「JPA」という）の競技規則による。

(2) 競技方法

ア 実施種目はスクワット、ベンチプレス、デッドリフトの3種目。各種目を3試技行い、トータル挙上重量で順位を決定する。

イ 成年男子の階級は次のとおりとし、階級ごとに決勝を行う。

階級：59、66、74、83、93、105、120、+120 kg級

ウ 成年女子の階級は、次のとおりとし、全体で決勝を行い体重換算記録で順位を決定する。

階級：47、52、57、63、72、84、+84 kg級

(3) 服装

ア JPA競技規則のノーギアによる服装に準ずる。

5 予選方法

(1) 都道府県大会

ア 都道府県大会は、JPA加盟の各都道府県協会が主管して実施する。

イ ブロック大会の参加標準記録は設定しない。成年男子、成年女子ともに各階級の2位までの選手がブロック大会に出場できる。ただし、開催県において公開競技特別枠の人数を充足しない場合、3位以下の選手からフォーミュラ記録の大きい順に選考することができる。

ウ 都道府県大会の結果成績は、大会終了後速やかにブロック長に提出すること。

(2) ブロック大会

ア 主管協会は、公開競技実施日及び締切日を考慮して、ブロック内の協会理事長と協議して開催期日、場所を決めること。

イ 本大会への参加標準記録は設定しない。ブロック毎の選手選考に際しては、成年男子は階級毎に1位の選手の中から、フォーミュラ記録の大きい選手から順に下記のブロック毎の枠数に達するまで選考するものとし、1位の選手で充足しない場合は、同様に2位の選手から選考することができる。更に充足しない場合は3位以下の選手から順次同様にして選考することができる。成年女子は各階級の上位ではなく、フォーミュラ記録の大きい選手から順に下記のブロック毎の枠数に達するまで選考するものとする。

ウ ブロック大会の結果成績及びブロック代表選手の選考結果は、ブロック長が大会終了後1週間以内にJPA本部あてに提出すること。

エ ブロック大会の区分及びブロック毎の代表選手枠数は、次のとおりとする。

	都 道 府 県	監 督	種 別		合 計
			成年男子	成年女子	
北海道 ・東北	北海道、青森、岩手県、宮城、秋田、山形、福島	7	7	1	15
関 東	茨城、栃木、群馬、埼玉、千葉、東京、神奈川、山梨	8	31	3	42
北信越	新潟、長野、富山、石川、福井	5	9	1	15
東 海	静岡、愛知、三重、岐阜	4	16	2	22
近 畿	滋賀、京都、大阪、兵庫、奈良、和歌山	6	13	1	20
中 国	鳥取、島根、岡山、広島、山口	5	4	1	10
四 国	香川、徳島、高知	3	3	1	7
九 州	福岡、佐賀、長崎、熊本、大分、宮崎、鹿児島、沖縄	6	5	1	12
開催県	愛媛	1	5	1	7
合 計		45	93	12	150

## 6 参加資格

(1) 選手について

ア 予選会（都道府県大会、ブロック大会）に参加し、選考された者であること。

イ 原則として、大会開催年の4月1日現在、18歳以上で日本国籍を有するJPA登録選手とする。ただし、日本国籍を有していない者であっても、過去1年以上適法な資格に基づいて日本に滞在している18歳以上で、JPAに登録している者は参加できる。

ウ 選手の所属都道府県については、住民票によって証明される住所地において1年以上の居住をし、かつ、当該住所地の都道府県協会に選手登録していることを必要とする。学生

は学生連盟に選手登録していることを必要とする。

なお、選手から希望があれば、勤務地の住所地を管轄する都道府県協会に登録することを選択できるものとする。この場合、勤務先の在籍証明書の提出を要する。ただし、異なる都道府県協会の重複登録は認めない。

エ 健康対策について事前チェックを行うこと。

オ 事前にドーピング防止講習会を受講した選手、セコンドであること。選手は、参加申込時にドーピング防止講習会の受講証明書の控え(コピー)を提出すること。セコンドは大会当日に受講証明書の原本または控え(コピー)を提出すること。

これまで採用していた Web 研修 (アルファ)、履修レポートの提出は、平成 29 年度より廃止とする。

ドーピング防止講習会を受講していない選手、セコンドは、大会に参加することができない。

ドーピング防止講習会の受講証明書の有効期限は、翌年度末までとする。平成 28 年度の受講証明書は有効であるが、平成 27 年度以前の受講証明書は無効である。

ドーピング防止講習会は、本大会の開催時に実施し、この受講者を有効とする。

ドーピング防止講習会の詳細日程は、J P A ホームページに公開します。

本大会の講習会への参加希望者は、事前に「アンチ・ドーピングに関する誓約書及び摂取サプリメント・摂取医薬品申告書」の下段にある講習会受講申込欄に記入し、受講申込を行うこと。

カ 「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」を提出すること。

参加申込書が提出されても記名捺印した「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」の同時提出がない場合、本国体公開競技への参加は認められない。申込書を不受理とし返却する。

キ 都道府県体育協会等に加盟していない地方協会であっても、協会として組織活動をしていれば所属の登録選手は参加資格を有する。協会としての組織活動がない都道府県に住所地を置く選手は参加できない。

## (2) 監督について

ア 監督は都道府県ごとに 1 名選任するものとし、日本国籍を有する者であること。また公益財団法人日本体育協会公認スポーツ指導員の資格を有する者が望ましい。なお、選手は監督を兼任することができる。

イ 監督の所属都道府県については、平成 29 年 4 月 1 日現在、住民票によって証明される住所地において 1 年以上の居住をし、かつ、当該住所地の都道府県協会に役員として所属していることを必要とする。

## 7 表 彰

(1) 成年男子は階級別に第 1 位から第 3 位までに、成年女子は全体としてフォーミュラ記録の第 1 位から第 3 位までに賞状を授与する。

(2) 都道府県団体戦の第 1 位から 6 位までに表彰状を授与する。

団体戦得点表 (1 団体、上位 5 人までが得点対象)

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

(3) 選手、監督、競技役員を含めて参加者全員に大会参加記念章を与える。

## 8 参加申込み方法

(1) 参加申込みは、都道府県協会単位で平成29年8月9日（水）までに行うこと。

(2) 参加申込みの際は、公開競技事務局あてに次の書面を提出すること。

ア 参加選手全員の参加申込書（選手登録番号を記入選手証の写しを添付）

イ 監督を含む選手団名簿

ウ ドーピング防止講習会の受講済み証明書

エ 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

オ 監督の資格要件である公益財団法人日本体育協会公認スポーツ指導員の資格の認定が確認できる書類の写し

カ 宿泊申込書

キ 参加費の口座振り込みを証明する書類の写し

(3) 送付先は下記のとおりとする。

〒794-0803 愛媛県今治市北鳥生町三丁目 6-18 愛媛県パワーリフティング協会 公開競技事務局 渡辺 和利 TEL 090-4331-1207
--

(4) 送付された参加申込書、選手団名簿及び関連書類等は、公開競技事務局又は J P A 本部から開催市町村実行委員会へ必要なものを送付する。

(5) 参加申込み締切り後の選手の交代は、特別な事情がない限り認めない。特別な事情で選手を交代する場合は、所定の様式にて J P A 本部に大会14日前までに正当な理由を付して届け出ること。その届け出書は、J P A 本部にて受理後、開催市町村実行委員会等に送付する。

★選手交代の届け出先

〒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メール <a href="mailto:powerlifting@japan-sports.or.jp">powerlifting@japan-sports.or.jp</a>
---

## 9 参加料

選手の参加料は一人 10,000 円とする。人数分を都道府県協会単位で取りまとめて、平成 29 年 8 月 9 日（火）までに下記の口座に振込みを完了すること。

★振込先

(銀行名) 伊予銀行 (支店名) 桑原支店 (口座番号) 普通 1228641 (名 義) 愛媛県パワーリフティング協会 理事長 宮内洋一
--

## 10 参加上の注意

- (1) 各都道府県の代表選手及び監督においては、着用するジャージや競技に際して使用するツリパン、Tシャツ等に所属の都道府県名を表示することを推奨する。
- (2) 競技会場では安全上の注意事項を厳守すること。詳細は別途通知する。
- (3) 参加者に傷害保険をかけているため、大会期間中、万一会場で怪我をした場合は、公開競技事務局に申し出ること。

## 11 個人情報の取り扱いについて

参加申込書（同意書を含む）に記載された個人情報については、以下の愛顔<sup>えがお</sup>つなぐえひめ国体に関する業務に使用する。又、申込み時点で本人の同意が得られたこととする。

- (1) 国体参加意思及び参加人数の確認
- (2) 競技参加資格の確認（年齢、性別、所属、保護者の同意等）
- (3) 参加案内等の送付
- (4) 競技別プログラムの作成
- (5) 賞状等の筆耕
- (6) 競技の結果、映像、写真等の記録業務への使用及び広報誌、インターネット等への掲載

## 12 その他

選手は参加に当たって、付属資料に示す健康対策に基づいて自己診断チェックを行うこと。

# パワーリフティング競技

伊予市

## 競技日程

開 始 式	9月9日(土)	9時00分	ウエルピア伊予体育館
審 判 会 議	9月9日(土)	9時30分	ウエルピア伊予体育館

会 場	期 日	セッション	グループ	種 別	階	開始時刻
ウエルピア伊予体育館	9月9日 (土)	1	A	成年女子	全階級	決勝 10:00～
			B	成年男子	59 Kg 級	決勝 10:40～ (予定)
		2	C	成年男子	66 Kg 級	決勝 14:30～ (予定)
			D	成年男子	74 Kg 級	決勝 15:30～ (予定)
	9月10日 (日)	3	E	成年男子	83 Kg 級	決勝 10:00～
			F	成年男子	93 Kg 級	決勝 10:50～ (予定)
		4	G	成年男子	105 Kg 級	決勝 14:50～ (予定)
			H	成年男子	120 Kg 級 +120 Kg 級	決勝 15:30～ (予定)

競技はセッションごとに2つのグループで次の順序で行う。

1セッションの例

セッション	グループ	種目：スクワット	種目：ベンチプレス	種目：デッドリフト
1	A	競技順 ①	競技順 ③	競技順 ⑤
	B	競技順 ②	競技順 ④	競技順 ⑥

表 彰 式

【 成年女子 】	9月9日(土)	19時30分	ウエルピア伊予体育館
【 成年男子 】	9月10日(日)	18時30分	ウエルピア伊予体育館
【 都道府県団体 】	9月10日(日)	19時00分	ウエルピア伊予体育館

# 第 72 回国民体育大会公開競技 選手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.	種別 <input type="checkbox"/> 成年男子 <input type="checkbox"/> 成年女子	申込階級 kg級	氏 名 (ふりがな)	選手登録番号	生年月日 (西暦) 年 月 日 カレンダーイヤー 歳
検 量	セッション	所属都道府県		所属クラブ・団体	
本大会への意気込み、キャッチフレーズ等 kg					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)	最終選考会の記録	
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

	第 1 試技	第 2 試技	第 3 試技	ベスト	
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				
※会場で検量時、第1試技の重量とラック高さを記入。			小 計		
デッドリフト	kg	kg	kg	kg	
	変更 kg		kg		フォーミュラ記録
フォーミュラ係数			トータル	kg	
順 位					

## 誓 約 書

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

平成 29 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。
- ・尚、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。
- ・又、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ドーピング防止講習会受講済

大会時、会場で受講予定

住 所 〒 \_\_\_\_\_

T E L \_\_\_\_\_

F A X \_\_\_\_\_

氏 名 \_\_\_\_\_

Ⓔ \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_

笑顔つなぐえひめ国体公開競技  
パワーリフティング選手団名簿

平成 29 年 月 日

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

都道府県協会名： \_\_\_\_\_ パワーリフティング協会

理事長： \_\_\_\_\_

TEL： \_\_\_\_\_

E-mail： \_\_\_\_\_

■ 監 督

氏 名	性 別	生年月日	住 所	電話番号
	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女			自宅： 携帯：

※緊急時の連絡先として携帯番号を必ず記入して下さい。

■ 選 手：成年女子

氏 名	階 級	選手登録番号	電話番号	
			自 宅	携 帯
	kg級			
	kg級			
	kg級			

■ 選 手：成年男子

氏 名	階 級	選手登録番号	電話番号	
			自 宅	携 帯
	kg級			
	kg級			
	kg級			
	kg級			
	kg級			
	kg級			
	kg級			
	kg級			

- 注 1) 選手は、住民票のある住所地又は勤務地の住所を管轄するいずれかの都道府県協会に登録することができる。ただし、勤務地の場合、勤務先の在籍証明書の提出を要する。
- 注 2) 監督は、資格要件である(公財)日本体育協会公認スポーツ指導員の資格認定が確認できる書類の写しの提出を要する。
- 注 3) 各選手団は、可能な限り審判員を派遣して頂くようお願いいたします。監督・選手は、都合のつくところで審判員を兼ねることができます。



# 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  
愛媛県パワーリフティング協会 御中

この度、平成29年9月に開催される国体公開競技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 年 月 日

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。

医薬品名やサプリの 商品名称	メーカー名又は 販売元	摂取時期又は期間

ご住所	〒	
ご氏名	⑩	
所属	<input type="checkbox"/> 団体（名称：） <input type="checkbox"/> 個人	
連絡先 電話番号	自宅	
	携帯	
ドーピング防止講習会 の受講証明書	無、有	有効期限：_____年3月

★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を以外に使用しません。

## 本大会時のドーピング防止講習会受講申込書

受講者には講習会受講終了後、受講証明書を速やかに渡しますので、受講希望者は以下の記入欄に記入し、申込を行って下さい。（講習会は、9月8日、9月9日の夕方を予定）

氏名	住所	電話番号	受講希望日

## 『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

### 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	トリメタジシン	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	ARB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、 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 (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と OK
滋養強壮薬		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 \(mhachisu@pharm.showa-u.ac.jp\)](mailto: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、くれぐれもご注意ください。

以上

## アンチ・ドーピングに関する大切なお知らせ

(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

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ング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、誠に残念なことに、両選手の成績抹消や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・推進に努めてきましたが、単一年度で2名のドーピング違反者は、極めて重大事といえます。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の事案発生であり、JPAは大変に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ちろんのこと、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。

「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」。改めて、以下の3点を全ての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）」のみと考えてください。医師から処方されたインフルエンザ治療薬（タミフル、リレンザ、イナビル、ラビアクタ）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こと

「2015薬剤師のためのドーピング防止ガイドブック」の23～25頁を読んでおくこと。

- 1) 胃腸薬、2) 滋養強壮薬、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](mailto: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。

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、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させないように、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。  
特に、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

# 健康対策について

(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

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72回笑顔つなぐえひめ国体公開競技

### パワーリフティング大会

#### 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下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



平成29年3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72回国民体育大会公開競技 陪審員・審判員のご協力のお願について

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、第72回「笑顔つなぐえひめ国体」の公開競技パワーリフティングが、平成29年9月9日、10日に愛媛県伊予市において開催されます。

ついては、公開競技の陪審員・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、開催地のブロックにおける各協会所属の審判員(なるべく2級以上)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29年8月9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、申込の際に使用されたもの、または下記記載のメールアドレス宛に審判員構成表を配信しますので、申込の際は必ずアドレスを記入いただきます様お願い致します。なお、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(薄謝)が支給されます。

なお、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72回笑顔つなぐえひめ国体公開競技 陪審員・審判員申込書

平成29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 様

TEL : 090-4140-8270 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  
代表者

下記のとおり、連絡します。

ご氏名	級	9月9日	9月10日	ご連絡先住所・電話番号・E-mail
	<input type="checkbox"/> 国内 級 <input type="checkbox"/> 国際 級	<input type="checkbox"/> 午前 <input type="checkbox"/> 午後	<input type="checkbox"/> 午前 <input type="checkbox"/> 午後	
	<input type="checkbox"/> 国内 級 <input type="checkbox"/> 国際 級	<input type="checkbox"/> 午前 <input type="checkbox"/> 午後	<input type="checkbox"/> 午前 <input type="checkbox"/> 午後	
	<input type="checkbox"/> 国内 級 <input type="checkbox"/> 国際 級	<input type="checkbox"/> 午前 <input type="checkbox"/> 午後	<input type="checkbox"/> 午前 <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

平成 29 年 3 月 吉日

関係各位

愛媛県パワーリフティング協会  
理事長 宮内洋一

パワーリフティング競技別プログラム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支援及びご協力を賜り、有難く厚く御礼申し上げます。

さて、早速ですが、平成 29 年 9 月 9 日（土）、10 日（日）に、愛媛県伊予市体育館において、国民体育大会えひめ大会の公開競技としてパワーリフティング競技を実施する運びとなりました。

今回、全国各地から選り抜かれた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。

ついては、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、下記の通り募集を致します。何卒、ご協力の程よろしくお願い申し上げます。

敬具

記

1 プログラムへの掲載サイズと料金は、以下の通りです。

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	
個人協賛広告	個人名記載	¥ 3,000	

2 原稿（版下）又はデータ等の送付先は、以下の通りです。

(1) 原稿申込み先

〒790-0966 愛媛県松山市立花 6 丁目 5-10  
愛媛県パワーリフティング協会 理事長 宮内洋一  
電話:089-945-4978 携帯:090-1575-3824  
E-mail:docomo.m.y09015753824@docomo.ne.jp

(2) 掲載料振込先

(銀行名)伊予銀行 (店名)桑原支店 (口座番号)普通 1228641  
えひめけんぽわーりふていんぐきょうかい りじょう みやうちょういち  
(名 義)愛媛県パワーリフティング協会 理事長 宮内洋一

3 申込締切日 平成 29 年 8 月 9 日（水）

以上

## **宿泊のご案内**

宿泊のご案内ですが、選手の皆様には大変ご迷惑をお掛けしますが、次頁より添付しました宿泊施設を参考にされて、各自にて予約を御願ひ致します。

ウエルピア伊予内の宿泊施設：P. 2～P. 3 参照

大会会場は、松山市近郊の伊予市のウエルピア伊予の体育館で開催されますが、同じウエルピア伊予の敷地内にある宿泊施設が会場に一番近いホテルです。

尚、ウエルピア伊予の宿泊施設ですが、予約順となりますので、早めに各自で予約を御願ひ致します。

又、伊予市内にはホテルが少ないので、松山市内のホテルがお勧めです。

### **◇検量計について**

検量計は、ウエルピア伊予の体育館の近くの会議室建物の談話室に設置予定です。  
金曜日の午後から検量計を設置し、大会期間中はこの談話室が検量室になります。  
予備検量は 検量の合間に実施して下さい。

何卒、諸事情のご理解を賜りますよう重ねて御願ひ申し上げます。

以上

ウエルピア伊予

住所：愛媛県伊予市下谷 1761-1

電話：089-983-4500

FAX：089-983-5729

※ 上記連絡先及び概略地図、アクセスは、本資料の P. 3 を参照願ひます。



ウェルピア伊予のリンク先・・・welpiaiyo.jp/staying.html



[ウェルピア伊予トップへ](#)
[アクセス](#)
[お問い合わせ](#)
[個人情報保護方針](#)

瀬戸内・伊予の「文化」「癒」「楽しみ」そして「癒し」がここにあります

宿泊 STAY	会議 CONFERENCE	宴会 BANQUET	レストラン RESTAURANT	お風呂 BATH	スポーツ SPORTS	イベント EVENT	カルチャー CULTURE	伊豫国通信 NEWS
------------	------------------	---------------	---------------------	-------------	----------------	---------------	------------------	---------------



【ご希望の宿泊日を選択して下さい】

2016 年 12 月 15 日

検索

各種プラン一覧

- 宿泊プラン
- スポーツパック
- 研修パック
- 同窓会プラン
- 日帰り保養コース
- ご法要コース・賀寿のお祝い

携帯版ホームページオープン！

イベント情報やお得な情報が届く携帯メルマガ会員募集中！



携帯からアクセス

松山城

築城400年を迎えた愛媛のシンボル松山城。



道後温泉

3千年もの歴史を誇る日本最古の名湯。



内子の町並み

内子町の八日市護国町の町並みには江戸末期、木口ウ生産で栄えたノスタルジックムードがただよう。



その他の観光案内はこちら

ウェルピア伊予 >> 施設マップ

施設マップ

施設案内マップ

ウェルピア伊予にはさまざまな施設があります



施設ボタンをクリックすると詳細ページへ移動します。

宿 泊(本館)	全38室 定員124名 シングル3室、ツイン7室、和室26室、和洋室1室、バリアフリールーム1室
宿 泊(合宿棟)	全30室 定員64名 和室6畳間28室 和洋室2室
レストラン五色	営業時間 11時～14時30分(オーダーストップ14時) 17時～21時(オーダーストップ20時30分)
ロビー喫茶 瀬戸	営業時間 9時～20時
展望ラウンジ	営業時間 19時～23時
会議・研修・宴会・披露宴	洋室6室 10～230人利用可能 和室4室 10～120人利用可能
大浴場 伊豫の湯	営業時間 11時～23時
ウェルホール	利用時間 8時～22時
体 育 館	バスケットボール1面、バレーボール2面、バドミントン4面、卓球4台(夏季を除く) 利用時間 8時～22時
テニスコート	8面 利用時間早朝～22時
オートテニス	3台 営業時間8時～22時
ゴルフ練習場	営業時間 早朝～22時
野 球 場	利用時間 早朝～日没
子供広場	各種遊具、バッテリーカー
プ ー ル	競泳プール(25m)、流水プール、子供プール、幼児プール、直線スライダー、アドベンチャースライダー 営業期間夏季のみ、営業時間10時～17時

ページ上部へ ▲

ウェルピア伊予について | [宿泊プラン](#) | [会議](#) | [宴会](#) | [レストラン](#) | [お風呂](#) | [スポーツ](#) | [イベント](#) | [周辺観光案内](#) | [サイトマップ](#)

ウェルピア伊予 < 伊予市都市総合文化施設 > 〒799-3105 愛媛県伊予市下三谷1761-1 TEL : 089-983-4500 FAX : 089-983-5729

Copyright(C) 2008 Welpia Iyo All Right Reserved.



ウェルピア伊予トップへ アクセス お問い合わせ 個人情報保護方針

瀬戸内・伊予の「文化」「癒」「楽しみ」そして「癒し」がここにあります



【ご希望の宿泊日を選択して下さい】

2016 年 12 月 15 日

検索

- 各種プラン一覧
- 宿泊プラン
  - スポーツパック
  - 研修パック
  - 同窓会プラン
  - 日帰り保養コース
  - ご法要コース・賀寿のお祝い

携帯版ホームページオープン！

イベント情報やお得な情報が届く携帯メルマガ会員募集中！

携帯からアクセス

- 松山城**  
築城400年を迎えた愛媛のシンボル松山城。
- 道後温泉**  
3千年もの歴史を誇る日本最古の名湯。
- 内子の町並み**  
内子町の八日市護国の町並みには江戸末期、木口ウ生産で栄えたノスタルジックムードがたただよう。

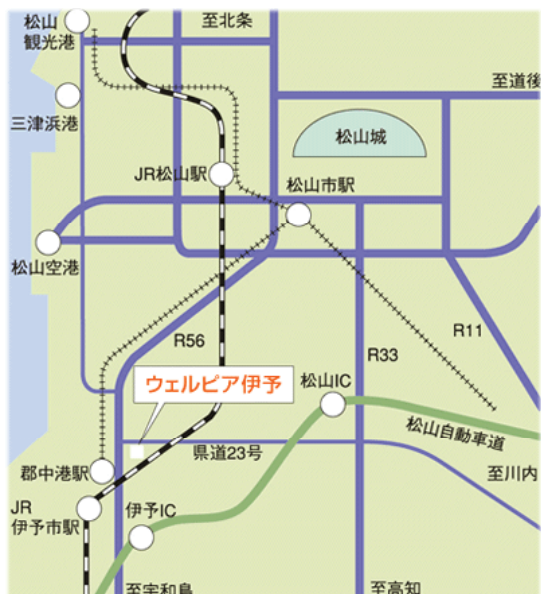
その他の観光案内はこちら

ウェルピア伊予 >> アクセス

### アクセス

**所在地**  
住所：愛媛県伊予市下三谷1761-1  
電話：089-983-4500  
FAX：089-983-5729

- 交通**
- 松山空港から車で25分
  - JR予讃線伊予市駅から車で8分
  - JR予讃線松山駅から車で25分
  - 伊予鉄郡中駅から車で5分
  - 伊予ICから車で8分
  - 松山ICから車で15分
  - 松山観光港から車で40分
  - 三津浜港から車で30分



#### 車でお越しの場合

- ※松山インターから 約15分**  
インターを降りたら国道33号線につきあたります。右折(砥部町・高知方面)をして約1km直進、大きな重信橋を渡ったところで(砥部・高知の分岐点)左側のレーンを走り高架橋の横を走る。約300mで県道23号線と交差するので右折。後は道なりに約5km走ったところ左手にウェルピア伊予。
- ※伊予インターから 約8分**  
インターを降りたら国道56号線につきあたります。右折をして国道を約5km直進。右側に消防署・警察署と続けてあります。その警察署の入り口の信号機から、2つ目の信号機を右折し県道23号線にはいる。1km走ったところ右側にウェルピア伊予。

ページ上部へ ▲