



JAPAN POWERLIFTING ASSOCIATION



TOCHIGI POWERLIFTING ASSOCIATION

# 第18回ジャパンクラシックベンチプレス選手権大会

(世界クラシックベンチプレス選手権大会, アジアクラシックベンチプレス選手権大会選考競技会)

- ・ 日 時：平成 29 年 10 月 28 日（土）、10 月 29 日（日）  
 ※具体的な競技スケジュールは、申込み締め切り後に JPA ホームページで発表する。  
 当日の問合せ・連絡先：携帯 TEL 090-3136-1138 理事長 仲澤敏夫
- ・ 会 場：フォーシーズン静風（別紙案内図参照）  
 〒321-4306 栃木県真岡市台町 11-8 TEL：0285-82-3388
- ・ 主 催：公益社団法人 日本パワーリフティング協会（JPA）
- ・ 主 管：栃木県パワーリフティング協会
- ・ 後 援：スポーツ庁、（公財）日本体育協会、（公財）日本オリンピック委員会、栃木県、  
 栃木県教育委員会、（公財）栃木県体育協会、真岡市、真岡市教育委員会、下野新聞社、  
 読売新聞社宇都宮支局、栃木放送、とちぎテレビ、  
 （以上、申請予定）
- ・ 階 級：男子 9 階級：53, 59, 66, 74, 83, 93, 105, 120, +120kg 級  
 女子 8 階級：43, 47, 52, 57, 63, 72, 84, +84kg 級  
 ⇒男子 53kg 級と女子 43kg 級は、ジュニアとサブジュニアのみ実施。一般とマスターズでは設定しない。
- ・ 参加区分：①サブジュニア 大会当日満 14 歳以上～カレンダーイヤー18 歳  
 ②ジュニア カレンダーイヤー19～23 歳  
 ③一般の部 満 14 歳以上無制限  
 ④マスターズⅠ カレンダーイヤー40～49 歳  
 ⑤マスターズⅡ カレンダーイヤー50～59 歳  
 ⑥マスターズⅢ カレンダーイヤー60～69 歳  
 ⑦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ときの年齢（大会開催年の 12 月 31 日時点の年齢）。
- ・ 競技方法：クラシック競技。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。
- ・ 器 具：バーベル エレイコ（シャフト 29mm） ベンチ台 ER ベンチ
- ・ 参加資格：①平成 29 年度の JPA 選手登録済み（「今年度の選手 ID」を有する）で、大会当日満 14 才以上の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満 14 才以上の外国籍の男女であって、標準記録を突破した選手。  
 ②主管協会（栃木県）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）。  
 ③事前にドーピング防止講習会を受講した選手とセコンド。  
 平成 29 年度（平成 29 年 4 月 1 日）より全国規模大会への出場は選手とセコンドどちらもドーピング防止講習会の受講証明書が必要となる。これまで採用していた Web 研修（アルファ）、履修レポートは、平成 28 年度末をもって廃止となり平成 29 年度以降に開催される大会では無効である。  
 大会に参加する選手は、参加申込時に「ドーピング防止講習会受講証明書」の控え（コピー）を提出すること。セコンドは大会当日に「ドーピング防止講習会受講証明書」控え（コピー）を提出すること。  
 ドーピング防止講習会の受講証明書は「アンチドーピング研修受講済証明書」と「ドーピング防止講習受講済証」の 2 種類の書式で受講された方に配布されている。「アンチドーピング研修受講済証明書」（前者）には取得日は記載されているが、有効期間が記載されていない。有効期間は下記の通りとなるので確認すること。なお、有効期間内であっても履修レポート、Web 研修を通じて

取得した「アンチドーピング研修受講済証明書」は平成 29 年 4 月以降に開催される大会では無効となる。

取得日	有効期間
平成 28 年 3 月 31 日まで	平成 29 年 3 月 31 日まで
平成 28 年 4 月 1 日から 10 月 31 日まで	平成 30 年 3 月 31 日まで
平成 28 年 11 月 1 日以降	平成 31 年 3 月 31 日まで

※なお、「ドーピング防止講習受講済証」(後者)には、有効期間が記載されている。

★「ドーピング防止講習会」を、本大会の開催時にも実施する。この講習会の受講も有効とする。

受講希望者は「ドーピング防止講習会受講申込書」に記入すること。

期日：10 月 27 日（金）17:00～19:00

10 月 28 日（土）17:00～19:00

会場：フォーシーズン静風（大会会場となるホテル）内

- ④参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」を提出すること。参加申込書との同時提出がない場合、本大会への参加は認められない。申込書を不受理として返却する。
- ⑤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 20 歳未満の未成年の選手が大会に参加する場合は、親権者の同意書提出が必須となっている。同意書の提出がない場合、本大会への参加は認められない。20 歳未満の選手のドーピング・コントロールに関する親権者の同意書は JPA ホームページからもダウンロードできる。
- ⑥参加選手は、JPA 選手登録手続きに従って、選手登録を完了しておくこと。  
JPA ホームページ <http://www.jpa-powerlifting.or.jp/>  
より、「団体・選手・審判・登録」にアクセスして登録しておくこと。

・標準記録：

平成 29 年度標準記録は以下の通りです。（平成 28 年 11 月 26 日～平成 29 年 9 月 28 日（申込締切日）までが標準記録樹立有効期限）

	階級	一般	ジュニア マスターズ I	サブジュニア マスターズ II	マスターズ III
男子	53※	—	82.5	72.5	—
	59	100	90	80	65
	66	110	100	90	72.5
	74	120	110	97.5	80
	83	130	117.5	105	85
	93	140	125	112.5	90
	105	147.5	132.5	120	95
	120	155	140	125	100
	+120	160	145	130	105

※印の階級は、ジュニア、サブジュニアのみ対象。

・女子及びマスターズIVの標準記録の設定はないが、期間内（平成 28 年 11 月 26 日～平成 29 年 9 月 28 日）の間に 1 回以上の公式競技会への参加を必要とする。

・有効とする競技会は、以下のとおりとする。

1) 日本国内で開催される JPA 公認競技会

2) IPF・APF 主催ならび傘下協会主催の各世界選手権大会

原則として、カテゴリー（フルギア／ノーギア）、および競技種別（パワーリフティング／ベンチプレス）は同一であること。

ただし、ノーギアのパワーリフティング競技会のベンチプレス種目の記録がこの標準記録を突破した際は、従来通りそれを認める。

・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納めた際の階級とは異なる階級へは出場は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 15-5 号通達「平成 29 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」を一部抜粋加筆したものです。詳細は、JPA ホームページを参照して下さい。

・服装：JPA クラシックルールに基づく服装（吊りパン着用，スパッツは禁止）。

・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

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）

団体戦 ①クラブ対抗団体戦＝男女別 <3 位まで盾> 1～6 位まで賞状

②都道府県対抗団体戦＝男女別 <3 位まで盾> 1～6 位まで賞状

<団体戦は平成 29 年度 JPA 登録団体で、1 団体 3 名以上>

得点 以下の表のとおり。

順位	1 位	2 位	3 位	4 位	5 位	6 位	7 位	8 位	9 位	10 位以下
一般	12	9	8	7	6	5	4	3	2	1
一般以外	8	7	6	5	4	3	2	1	1	1

（一般、ジュニア、サブジュニアの合計得点とし、1 団体上位 5 名までが得点計算対象。

ダブルエントリーした選手は、得点の高い方を利用する。）

特別賞 文部科学大臣杯（最優秀選手賞）＝1 名（フォーミュラ重量を含めて総合的に判断する）

注) 文部科学大臣杯を獲得した選手は、カップを次年度大会の開会式の場で返還すること。

・参加費：個人戦＝一般の部は¥10,000、ジュニア、サブジュニアの部は ¥8,000

（※傷害保険代、ドーピング検査料を含む）

一般の部とのダブルエントリーは、2 カテゴリーの合計＝¥2,000

（例：マスターズと一般＝¥18,000）

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以下の送付先に郵送すること。同封されていない場合、受理せず返却する。各加盟団体はまとめて、個人は各々で申し込むこと。

①参加申込書兼記録カード（必要事項を記入し、署名・捺印をしてください）

②振込書控のコピー（通信欄に選手名を忘れずに記載してください）

③JPA が主催するアンチドーピングに関する受講証明書のコピー

④「アンチ・ドーピングに関する誓約書及び接種医薬品・サプリメント申告書」

⑤団体登録証のコピー（クラブ対抗戦申し込みのみ）

⑥ドーピング検査同意書（対象：20 歳未満の選手）

★申込書及び関連書類の送付先

〒329-0618

栃木県河内郡上三川町しらさぎ 2-20-13

第 1 幸和ハイツ 205

久保 隆明

TEL 0285-56-9837

※ 上記住所は申込受付担当者のもので、申込以外の事項については、下記の協会事務局までお問い合わせください。

★申込以外の問合せ先（協会事務局）

〒321-0912  
栃木県宇都宮市石井町 2800-157-501  
栃木県パワーリフティング協会事務局  
萩原 明信  
TEL/FAX 028-663-7860（18:00～21:00）  
E-mail ogiwara@ka2.so-net.ne.jp

②参加費の振込先は次のとおり。なお、振込手数料は各自負担願います。

足利銀行 江曾島支店  
普通 3713080  
栃木県パワーリフティング協会

③通信欄に必ず階級・選手名を明記してください。

例（66 ナカザワ トシオ）

・ 申込締切：平成29年9月28日（木）

・ 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：数名をランダムに選んで検査を実施する。

・ 宿泊：別紙案内に従って申し込んで下さい。体重計は、『フォーシーズン静風』に設置します。  
体重計設置：10月27日（金）、28日（土） 両日とも18:00～21:00 お願いします。

・ 物品販売：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 財務委員会へ届け出をして  
ビデオ撮影 下さい。連絡先は次のとおりです。

〒708-0015 千葉県市川市福栄 3-23-1-713 財務委員会 小森正昭  
TEL 047-395-5048 Eメール powerkomori@khc.biglobe.ne.jp

・ その他：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口座振り込みのコピー、アンチ・ドーピングに関する受講証明書が同封されていない参加申込みは、  
受け付けません。

③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。

④ゴミは、各自持ち帰って下さい。

⑤会場内では安全上の注意事項を厳守して下さい。

⑥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。

以上

☆本大会の申込みにあたって取得した個人情報、大会関連業務遂行に関して利用します。また、申込み時点で本人の同意が得られたこととします。あらかじめご了承ください。

☆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  
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。あらかじめご了承ください。

☆上記写真を、栃木県パワーリフティング協会において、事業活動のためにホームページに掲載することがありま  
す。あらかじめご了承ください。

# 第18回ジャパクラシックベンチプレス選手権大会

## 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)	選手登録番号	性別	生年月日
	kg級	( )		<input type="checkbox"/> 男子 <input type="checkbox"/> 女子	西暦 年 月 日 カレンダーイヤー 才

エントリー区分(○をつける)

一般 ジュニア サブジュニア マスターズ I M II M III M IV

検量	コスチュームチェック	セッション	所属都道府県	所属クラブ・団体
kg				

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

ラックの高さ	セーフティバーの高さ	センター補助	足台
段目	段目	<input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要	<input type="checkbox"/> 要 <input type="checkbox"/> 不要

◎ 第1試技の重量とラック等の高さは検量時に記入。

	第1試技	第2試技	第3試技	ベスト記録	フォーミュラ
ベンチプレス	kg	kg	kg	kg	
第1試技重量変更	kg	第3試技重量変更 1回目	kg	順位	位
		第3試技重量変更 2回目	kg		

標準記録達成: 平成 年 月 日	自己ベスト記録
記録: kg	

大会名:	選手権大会	kg
------	-------	----

国際大会参加希望(カテゴリーを< >内に記入すること。参加希望の選択肢には該当するものに○をつける)

世界大会: カテゴリー< > 参加希望 不参加 検討中

アジア大会: カテゴリー< > 参加希望 不参加 検討中

連絡方法	<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  
栃木県パワーリフティング協会御中

2017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ましては、参加者本人が自らの責任において解決するものとし、大会主催者並びに主管協会に一切のご迷惑をおかけいたしません。又、将来にわたり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のホームページ及び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 (印) e-mail:

## 第 18 回ジャパンクラシックベンチプレス選手権大会 クラブ対抗団体戦参加申込書（9/28 締め切り）兼集計票

栃木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		責 任 者	
責任者連絡先	住所	TEL	

男 子 (            名)

階 級	選 手 氏 名	カ テ ゴ リ	順 位	点 数
Kg				

※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	

女 子 (            名)

階 級	選 手 氏 名	カ テ ゴ リ	順 位	点 数
Kg				

※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
一 般	12	9	8	7	6	5	4	3	2	1
ジュニア サブジュニア マスターズ	8	7	6	5	4	3	2	1	1	1

※ダブルエントリーの選手については、各カテゴリーでの点数のうち、高いものを利用する。例：一般で 5 位（6 点）、ジュニアで 1 位（8 点）だった場合、8 点を集計対象とする。  
※選手が多くて書ききれない場合は、申込書をコピーして使用してください。

# 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  
栃木県パワーリフティング協会 御中

この度、栃木県真岡市で開催される第18回ジャパンクラシック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。

平成29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	

- ★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。





平成29年7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18回ジャパンクラシックベンチプレス選手権大会における 陪審員・審判員のご協力のお願い

拝啓 貴協会におかれましては益々のご発展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・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29年10月28日(土)～10月29日(日)に栃木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いたします。なお、関東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いたします。

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10月10日(火)までに、郵送、FAX又はEメールにて、阿南喜裕宛て送付してください。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(3,000円)が支給されます。手配の関係上、必ずご連絡ください。

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18回ジャパンクラシックベンチプレス選手権大会 陪審員・審判員申込書

〒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

平成29年 月 日

\_\_\_\_\_ パワーリフティング協会

下記のとおり、協力します。

ご氏名	級	10/28(土)	10/29(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、該当階級からはずしますので、下記に記入してください。

ご氏名 \_\_\_\_\_ 男子 \_\_\_\_\_kg 級 女子 \_\_\_\_\_kg 級

ご氏名 \_\_\_\_\_ 男子 \_\_\_\_\_kg 級 女子 \_\_\_\_\_kg 級

ご氏名 \_\_\_\_\_ 男子 \_\_\_\_\_kg 級 女子 \_\_\_\_\_kg 級

平成29年7月吉日

栃木県パワーリフティング協会  
会長 吉羽 茂  
理事長 仲澤 敏夫  
(公印省略)

## 第18回ジャパンクラシックベンチプレス選手権大会開催の お知らせ及び大会協賛広告のお願い

拝啓 時下益々ご清栄のこととお慶び申し上げます。平素は当協会の諸活動に対し格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、来る平成29年10月28日(土)～10月29日(日)に、標記大会を栃木県真岡市において栃木県パワーリフティング協会の主管の下、開催する運びとなりました。別添のとおり関係書類一式をご送付申し上げます。是非とも多数の選手のご参加を、栃木県協会役員・スタッフ一同お待ちしております。

さて、大会開催に際し当協会では役員一同一丸となって準備に取り組んでおりますが、全国各地から参加される選手の皆様方を迎えるにあたり、何分にも微力な基盤のため、十分な大会運営資金の調達ができず苦心しております。つきましては、より一層のご理解ご協力を頂きたい、下記により関係各位のご協賛広告募集についてお願い申し上げます。

何卒、大会成功に向け皆様のご支援・ご協力賜ります様お願い申し上げます。

敬具

### 記

#### 1. 掲載サイズと料金

プログラムA4版	サイズ(縦×横)	料金
裏表紙	265mm×180mm	¥80,000
表紙裏	265mm×180mm	¥60,000
裏表紙内側	265mm×180mm	¥50,000
1ページ	265mm×180mm	¥40,000
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	ご芳名掲載	¥3,000

2. ご協力いただける場合は、原稿(版下)又はデータを下記大会事務局までご送付下さい。掲載料は下記口座に郵便振替にて平成29年9月28日(木)までにお願いを申し上げます。

送付先 〒321-3223 栃木県宇都宮市清原台1-18-6  
栃木県パワーリフティング協会理事長  
仲澤 敏夫 TEL/FAX:028-667-2398

振込先 足利銀行 江曾島支店  
普通 3713080

その他 栃木県パワーリフティング協会(口座名)  
振込人名義の前に、コ)と付けてください。「広告」の意味です。

【例】コ) パワー タロウ

以上

平成29年7月吉日

栃木県パワーリフティング協会  
理事長 仲澤敏夫

## 第18回ジャパンクラシックベンチプレス選手権大会 宿泊案内

拝啓 時下益々ご清栄のこととお慶び申し上げます。平素は当協会の諸活動に対し格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、来る平成29年10月28日(土)～10月29日(日)に、標記大会を栃木県真岡市において栃木県パワーリフティング協会の主管の下、開催する運びとなりました。

さて、本大会開催に伴う宿泊に関しまして、下記の施設を準備いたしましたので、ご案内申し上げます。よろしくご検討ください。

**なお、これらの施設には、各選手が直接申し込んでください。その際、パワーリフティング関係者であることを伝えてください。また、大会当日、茂木町の「ツインリンクもてぎ」で「2017 FIA 世界ツーリングカー選手権シリーズ JVCKENWOOD 日本ラウンド (WTCC)」というレースが開催されます。真岡市にも多くの宿泊者がいると予測されますので、早めに予約をお願いいたします。**

敬具

### 記

1. 名称：スパリゾートリブマックス  
住所：〒321-4364 栃木県真岡市長田 1-24-3  
TEL/FAX：0285-85-5526/0285-85-5527
2. 名称：トロン温泉 扇屋旅館  
住所：〒321-4325 栃木県真岡市田町 3-6  
TEL/FAX：0285-82-2555/0285-84-7991
3. 名称：真岡ビジネスホテル  
住所：〒321-4306 栃木県真岡市台町 103-1  
TEL/FAX：0285-82-5590/0285-82-5719
4. 名称：ホテルルートイン真岡  
住所：〒321-4364 栃木県真岡市長田 441-1  
TEL/FAX：0285-80-2900/0285-85-2920
5. 名称：ビジネスホテルエンドレス  
住所：〒321-4325 栃木県真岡市田町 3-3  
TEL/FAX：0285-83-6677/0285-83-8078
6. 名称：松屋旅館  
住所：〒321-4364 栃木県真岡市田町 2244  
TEL/FAX：0285-82-3424/0285-82-2230

以上

なお、栃木県パワーリフティング協会HPでも地図情報を提供しています。細かい情報も掲載してあります。ご参照ください。



# 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。

<p>第18回ジャパンオープンベンチプレス選手権大会 参加申込み時 事前健康チェック</p>
--

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

## 『ドーピング防止に関する大切なお知らせと注意点』

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

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 年間の資格停止の厳しい処分が決定しました。

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、同一年度で 2 名のドーピング違反者は平成 22 年度以来の不祥事です。現在、2020 年の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す。そのため、JPA は大変厳しく危機的な状況におかれています。

JPA は組織として襟を正して気を引き締め、再発防止に真剣に取り組めます。選手一人一人においても、ドーピングはスポーツにおける犯罪であるとの認識を持ち、確信的ドーピングだけでなく、不注意によるうっかりドーピング違反も無くす心構えが必要です。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。

医療用医薬品、市販薬、サプリメント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。平成 27 年度の事例を忘れないよう再度、以下の 4 点を全選手及び関係者に再度徹底していただき、ドーピング違反を根絶します。

### 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持参し、医師とよく話し合いの上、処方薬を決定してもらって下さい。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、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ため相談をしながら購入をして下さい。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、使用可能な医薬品を一言一句商品名を間違えないように購入して下さい。下記の成分は市販薬に含まれる禁止物質で引っかかってしまいやすい一例ですが、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(全て競技会時禁止)
- ・胃腸薬：ストリキニーネ、ホミカ(全て競技会時禁止)
- ・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(全て常時禁止)
- ・生薬、漢方薬：海狗腎、麝香、鹿茸は全て常時禁止です。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す。

### 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」[http://www.nichiyaku.or.jp/action/wp-content/uploads/2016/07/guidebook\\_web2016\\_1.pdf](http://www.nichiyaku.or.jp/action/wp-content/uploads/2016/07/guidebook_web2016_1.pdf)

「Global DRO」(<http://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。ご不明点がある場合は必ず、都道府県の薬剤師会またはスポーツファーマシストまたは日本パワーリフティング協会([webmaster@jpa-powerlifting.or.jp](mailto:webmaster@jpa-powerlifting.or.jp))にお問い合わせ下さい。

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に、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に。
- 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に。  
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