

文部科学大臣杯争奪

第37回全日本ジュニア・第36回全日本マスターズ・第17回全日本サブジュニア パワーリフティング選手権大会開催要項

(世界パワーリフティング選手権大会：アジアパワーリフティング選手権大会 選考会)

- ・日時 :平成 30 年 5 月 26 日(土)～27 日(日) 受付 9:00 競技開始 11:15 開会式 10:00(予定)
※タイムスケジュールは参加申込締切後、JPAのホームページで発表します。
- ・会場 :サイデン化学アリーナ(さいたま市記念総合体育館)多目的室
〒338-0835さいたま市桜区道場4丁目3番1号 Tel 048-851-5050
当日の問合せ・連絡先:埼玉県パワーリフティング協会 事務局 関 幸男携帯 090-1506-2267
- ・主催 :公益社団法人日本パワーリフティング協会(JPA)
- ・主管 :埼玉県パワーリフティング協会
- ・協力 :関東ブロック各都県協会(東京都、神奈川県、千葉県、茨城県、栃木県、山梨県、群馬県)
関東学生パワーリフティング連盟
- ・後援 :スポーツ庁(予定)、文部科学省(予定)、公益財団法人日本スポーツ協会(予定)
- ・階級 :男子 9 階級 :53(ジュニア、サブジュニアのみ)、59、66、74、83、93、105、120 kg、+120 kg級
女子 8 階級 :43(ジュニア、サブジュニアのみ)、47、52、57、63、72、84、+84 kg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。
- ・参加区分 :① サブジュニア (大会当日満14歳～カレンダーイヤー18歳)
② ジュニア (カレンダーイヤー19歳～23歳)
③ マスターズ1 (カレンダーイヤー40歳～49歳)
④ マスターズ2 (カレンダーイヤー50歳～59歳)
⑤ マスターズ3 (カレンダーイヤー60歳～69歳)
⑥ マスターズ4 (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 :JPAルールに基づくフルギア競技、ラウンド制、プラットフォーム1面 or2面(エントリー数より決定する)
3種目(スクワット・ベンチプレス・デッドリフト)の合計記録による個人戦
- ・参加資格 :① 平成 30 年度のJPA選手登録済みで、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。
② ブロック推薦枠・標準記録に満たない選手であっても、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選手(ブロック毎に男女合計3名まで)
③ 学連推薦枠・全日本学生選手権大会優勝者であり、全日本学生連盟理事長の推薦に基づき技術委
員長が認めた選手。(男女合計 3 名まで)
④ 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)。
⑤ 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、セコンド。大会に参加する選手は、参加申
込時にアンチ・ドーピング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
受講証明書の控え(コピー)を提出すること。アンチ・ドーピング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出来ない。アンチ・ドーピング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 29 年度の受講書は有効であるが、平成 28 年度以前の受講証明書は無効である。ア
ンチ・ドーピング講習会は、本大会の開催時に実施し、この受講者を有効とする。本大会参加時にアン
チ・ドーピング講習会を未受講であるが、大会期間中に受講した人も有効と認めます。その旨を「アン
チ・ドーピング講習会受講申込書」に記入して下さい。
・1回目講習会:5月25日(金)、19時より(予定)
・2回目講習会:5月26日(土)、競技終了後(予定)
会場:サイデン化学アリーナ 2F研修室BC(さいたま市記念総合体育館)
※タイムスケジュールは参加申込締切後、JPAのホームページで発表します。

- ⑥ 事前「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。申込書を不受理とし返却する。
- ⑦ 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」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。
- ⑧ 参加選手は、JPA選手登録手続きに従って、登録を完了しておく事。

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下さい。

- ⑨ 標準記録を突破していること。標準記録の対象は、男女以下のとおりである。

・男子《標準記録(※53級はサブジュニア・ジュニアのみ) 単位:Kg》

階級	※53	59	66	74	83	93	105	120	+120
ジュニア・マスターズⅠ	415	465	515	560	595	630	665	695	710
マスターズⅡ	—	410	455	500	527.5	560	592.5	615	635
サブジュニア・マスターズⅢ	280	310	340	370	395	420	445	460	475

・女子《標準記録(※43級はサブジュニア・ジュニアのみ) 単位:Kg》

階級	※43	47	52	57	63	72	84	+84
ジュニア・マスターズⅠ	210	230	250	270	285	300	310	315
マスターズⅡ	—	200	225	240	250	260	270	275
サブジュニア・マスターズⅢ	140	155	170	180	190	200	205	210

★ マスターズⅣの標準記録の設定はないが、期間内(平成29年7月15日～平成30年4月25日)の間に1回以上の公式競技会への参加を必要とする。

☆ 公式競技会に置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29年度同大会の成績は有効である。又、同大会以降開催のほかの公認大会の成績も有効)

サブジュニア・ジュニア・(平成29年5月28日～平成30年4月25日(申込締切日)まで有効、※注1)

マスターズ・(平成29年7月15日～平成30年4月25日(申込締切日)まで有効)※注1

注1. 技委発第16-2号通達2-2.有効期間は、当該全国大会の前年度開催日の初日から、当年度の申込み締切日までとする。(大会当日の記録を含む)但し、その期間が6ヶ月未満となる場合は、別途定めるものとする。

☆ IPF・APF 主催及び傘下協会主催の各世界選手権大会 ☆原則カテゴリー(フルギア)、競技種別(パワーリフティング)は同一であること。

- ⑩ 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。

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16-2号通達「平成30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。公式競技会に置いて参加標準記録以上の成績を収めていること。

- ・服 装 : 2018 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の事)
 - ・リフティングスーツ(ツリパン)とTシャツとする。
 - ・ツリパン、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。
 - ・スーパースーツ、ベンチシャツ、ニーラップ、リストラップ、ニースリーブはIPF公認品のみ使用可。
 - ・ニーラップとニースリーブの併用はできない。
 - ・デッドリフトにおいては、膝下までのハイソックスを必ず着用すること。
 - ・コスチュームチェックは実施します。

- ・表 彰 : ① 個人戦 : 男女別に各階級1~3位:メダルと賞状、4~6位:賞状
 ② 最優秀選手賞 : 男女別に盾またはトロフィーと賞状
 ③ クラブ団体戦 : 男女別カテゴリー別に1~3位は盾と賞状、4~6位は賞状
 ④ 都道府県別団体戦 : 男女別に1~6位は賞状
 《団体戦の得点配分》

順 位	1位	2位	3位	4位	5位	6位	7位	8位	9位	10位以下
各カテゴリー	12	9	8	7	6	5	4	3	2	1

1 団体 3 名以上を対象とする、カテゴリー毎の合計得点とし、1 団体当たり得点上位5名を対象とする。

- ・参 加 費 : サブジュニア、ジュニア、マスターズ:10,000円 団体戦は無料
- ・申 込 方 法 : 参加料を下記振込先に振り込み、以下の①~⑥書類を忘れずに同封し送付先へ郵送して下さい。
各加盟団体はまとめて、個人は各々で申し込んで下さい。
 - ① 参加申込書兼記録カード(必要事項を記入し、署名・捺印をして下さい)
 - 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下さい)
 - ③ アンチ・ドーピング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&摂取医薬品・サプリメント申告書
 - ⑤ 団体登録書のコピー (クラブ対抗戦申込のみ)
 - ⑥ ドーピング検査同意書 (対象: 20 歳未満の選手…親権者の同意が必要 2015 より新設)

- ・送付先 : 〒354-0015
 埼玉県富士見市東みずほ台 3-1-1 201
 埼玉県パワーリフティング協会事務局
 関 幸男
 携帯 090-1506-2267
- ・振込先 : ゆうちょ口座間送金の場合
 ゆうちょ銀行【記号】10350【番号】98893021
 サイタマケンパワーリフティングキョウカイ

 他銀行からお振込みの場合
 ゆうちょ銀行 【店名】〇三八(ゼロサンハチ)【店番】038
 【預金種目】 普通預金 【口座番号】9889302
 サイタマケンパワーリフティングキョウカイ
- ・申込締切 : 平成 30 年 4 月 25 日 (水)

- ・器 具 : ラック及びシャフトは BULL に成ります。(予定)
- ・ドーピング検査 : 全選手の中から無作為に数名を選び実施します。
- ・エントリー表及びタイムスケジュールは参加申込締切後、JPAのホームページで発表します。

- ・物品販売及びビデオ撮影：会場内での販売目的のビデオ撮影及び出店を希望される場合には、JPA財務委員届出後、下記出店申込先にも届け出ること。

J P A財務委員届出先：〒272-0137 千葉県市川市福栄 3-23-1-713
 J P A財務委員会 委員長 小森 正昭 TEL：047-395-5048
 E-mail：powerkomori@khc.biglobe.ne.jp

出店申込先：〒354-0015 埼玉県富士見市東みずほ台 3-1-1 201
 埼玉県パワーリフティング協会 事務局 関 幸男
 E-mail：sp5a6qy9@jupiter.ocn.ne.jp 携帯：090-1506-2267

- 注意 ①JPA賛助会員(法人・団体)は無料とする。
 ②非賛助会員は有料(1大会につき1万円)とする。
 ③営業・物販を目的としない一般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。
 ④場所については、主管協会が大会前日午後または当日指示します。

- ・宿 泊：各自にて近隣のホテルをお取りください。ホテルの多い場所は、浦和駅周辺に成ります。
 (25日17:00～21:00 体育館内会議室Bに検量計を設置致します。)

- ・アクセス：公共交通機関でお越しの場合
 (1)JR京浜東北線 浦和駅下車 国際興業バス
 ②乗り場より「桜区役所」行き乗車、または
 ③乗り場より「桜区役所・大久保浄水場」行き乗車、桜区役所下車 徒歩1分
 (2)JR 埼京線 中浦和駅下車 国際興業バス
 乗り場より「桜区役所」行き乗車、桜区役所下車 徒歩1分
 :車でお越しの場合
 (3)東京方面から大宮・上尾方面に走行し、
 「町谷交差点」を左折。県道57号線を道なりに走行し、「桜区役所前交差点」を左折。
 ※駐車場 394 台 3 時間まで無料以後、3 時間を超えた場合は、30分毎に 100 円増。



※カーナビ目的地:サイデン化学アリーナ 住所:さいたま市桜区道場4丁目3番1号 Tel: 048-851-5050

- ・その他：① TEL・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証明書のコピー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でも、参加費は返却されません。
 ④ 会場内では安全上の注意事項を厳守して下さい。
 ⑤ 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。
 ⑥ 会場では上履き、スリッパをご用意下さい。(補助員は安全面より運動靴とし、スリッパを禁止する。
 ⑦ 会場でのトイレ使用時は、トイレ専用の履物に履き替えること。

☆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。申込み時点で本人の同意が得られたこととします。

☆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。

**第37回全日本ジュニア・第36回全日本マスターズ・第17回全日本サブジュニア
パワーリフティング選手権大会 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、申し込んで下さい。

No.	申込階級	氏名(ふりがな)	選手登録番号(ID)	性別	生年月日(西暦)
	kg級 ()			<input type="checkbox"/> 男子 <input type="checkbox"/> 女子	年 月 日 カレンダーイヤー ____歳
参加区分(☑をつける)		<input type="checkbox"/> サブジュニア <input type="checkbox"/> ジュニア <input type="checkbox"/> MI <input type="checkbox"/> MII <input type="checkbox"/> MIII <input type="checkbox"/> MIV			
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					

スクワットのラック高さ	cm (穴 個目)	標準記録達成 (平成 年 月 日)	
ベンチプレスのラック高さ	cm (穴 個目)	大会名:	
同セーフティバー高さ	cm (穴 個目)	スクワット	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	ベンチプレス	kg
		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					
			小 計			
デッドリフト	kg	kg	kg	kg		
	変更 kg		変 kg	変 kg		
フォーミュラ係数				トータル	kg	順位
				特別表彰		

第37回全日本ジュニア・第36回全日本マスターズ・第17回全日本サブジュニアパワーリフティング選手権大会

誓約書

(公社)日本パワーリフティング協会 御中

埼玉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。

・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にアンチ・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: _____

クラブ対抗団体戦参加申込書兼集計票(4月25日締切)

埼玉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。(太枠内に必要事項を記入すること。)

※サブジュニア・ジュニア・マスターズ(MI、MII、MIII、MIV)別と成ります。

※各カテゴリー別のエントリーです。3名未満のカテゴリーは、エントリーを削除します。

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
			得点合計	
			順位	

※カテゴリー毎の合計得点とし、得点上位5名を対象とする。
 ※同一階級は2名までが得点の対象となる。

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
			得点合計	
			順位	

※カテゴリー毎の合計得点とし、得点上位5名を対象とする。
 ※同一階級は2名までが得点の対象となる。

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。

『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、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は大変厳しく危機的な状況におかれています。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みます。

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、確信的ドーピングの廃絶はもちろんのこと、不注意によるドーピング違反も無くす心構えが大切です。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/2017/07/guidebook_web2017_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。不明な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)にお問い合わせ下さい。

以上

同意書

私、【親権者氏名】は、【20歳未満の競技者】（以下「甲」）の親権者として、甲を含む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「日本アンチ・ドーピング規程等」といいます。）が適用されることを理解します。

更に、JADA ウェブサイト <http://www.playtruejapan.org/> の『U20 未成年同意書』にて、日本アンチ・ドーピング規程等を含むドーピング検査やその後の検体の分析、結果の管理その他の日本アンチ・ドーピング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。）等について説明しているすべての内容を熟読し、理解し、甲へ当該内容を指導した上で、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、日本アンチ・ドーピング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20歳となるまで有効とし、本人が20歳になるまでの間に親権者が私以外にかわった場合には遅滞なく私から貴連盟（機構、協会）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。

なお、ドーピング・コントロール手続においては、2015年1月1日に効力発生予定の日本アンチ・ドーピング規程等で定義されている通り、18歳未満の者を未成年（Minor）として扱うものとし、18歳、19歳については、原則として、成人と同様の手続にてドーピング検査をはじめとするドーピング・コントロール手続が実施される旨も理解いたしました。

また、私は、私及び甲に関する個人情報並びに本同意書を、ドーピング・コントロール手続に使用する目的で、JADA、その他のアンチ・ドーピング機関及びその関係団体に提供することに同意します。

平成 年 月 日

【親権者】

住所： _____

自署： _____ 印

上記内容について確認致しました。

【競技者】（甲）

住所： _____

自署： _____ 印

生年月日： 西暦 年 月 日

※当書面に記載された個人情報は、ドーピング・コントロール手続目的以外では使用いたしません。

Ver. 20141224

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します。

第37回全日本ジュニア・第36回全日本マスターズ・ 第17回全日本サブジュニア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下さい。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又は治療中である。
- 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。あ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

安全に関する注意事項

(公社) 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、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。

平成 30 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37回全日本ジュニア・第36回全日本マスターズ・第17回全日本サブジュニア パワーリフティング選手権大会陪審員・審判員のご協力をお願い

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 30 年 5 月 26 日(土)～27 日(日)に埼玉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、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、積極的なご協力を頂きますようお願い致します。

ご協力を頂ける審判員の方には、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30年4月25日(水)までに、FAX又はEメールにて、阿南 喜裕 宛てに送付して下さい。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、昼食、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 3 7 回全日本ジュニア・第 3 6 回全日本マスターズ 第 1 7 回全日本サブジュニア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____年____月____日

〒703-8241 岡山県中区高島新屋敷 206-16

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

_____都道府県協会

下記のとおり、協力します。 ※構成表はメール配信の為、Eメールアドレスの記入を忘れないようお願いします。

ご氏名	級	5/26(土)	5/27(日)	ご連絡先住所・電話番号・Eメール
	<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、下記に記入して下さい。

- 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

埼玉県パワーリフティング協会
理事長 椎橋 文夫
(公印省略)

第37回全日本ジュニア・第36回全日本マスターズ・
第17回全日本サブジュニアパワーリフティング選手権大会開催ご協賛について(お願い)
[世界・アジアパワーリフティング選手権大会選考競技会]

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、厚く御礼申し上げます。

さて、平成30年5月26日(土)27日(日)に埼玉県さいたま市、さいたま市記念総合体育館多目的室において、第37回全日本ジュニア・第36回全日本マスターズ・第17回全日本サブジュニアパワーリフティング選手権大会を開催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。ついては、より一層のご支援を賜りたく、ご協賛広告を募集申し上げます。何卒、ご協力の程よろしくお願い申し上げます。

敬具

★プログラムご協賛広告掲載サイズと料金は、下記の通りです。

プログラムA4版	サイズ(縦×横)	料 金	備 考
1 ページ	265mm×180mm	¥30,000	
1/2ページ	130mm×180mm	¥15,000	
1/4ページ	62mm×180mm	¥10,000	
1/8ページ	62mm×90mm	¥ 5,000	
個人協賛	個人名記載	¥ 3,000	

尚、原稿(版下)又はデータを下記送付先に掲載料を振込みでお願いします。

<記入例>キョウサン セキジム

・原稿申込み先

〒354-0015 埼玉県富士見市東みずほ台 3-1-1 201
埼玉県パワーリフティング協会事務局 関 幸男
携帯 090-1506-2267
E-mail sp5a6qy9@jupiter.ocn.ne.jp

・掲載料振込先

ゆうちょ口座間送金の場合
ゆうちょ銀行 【記号】10350 【番号】98893021
サイタマケンパワーリフティングキョウカイ

他銀行からお振込みの場合
ゆうちょ銀行 【店名】〇三八(ゼロサンハチ) 【店番】038
【預金種目】普通預金 【口座番号】9889302
サイタマケンパワーリフティングキョウカイ

・原稿・掲載料申込締切日 平成30年4月25日(水)