

# 第 77 回いちご一会とちぎ国体

## パワーリフティング公開競技 実施要項

1 期 日 2022年9月17日（土）から9月19日（月）まで（3日間）

種 別	9月17日（土）	9月18日（日）	9月19日（月）
成年男子	59～66kg級 決勝	74～83kg級決勝	93～120kg 超級決勝
成年女子	全階級 決勝		

2 会 場 芳賀町 芳賀町第二体育館

3 種別（種目）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		1～8	47	140	207
成年女子		1～3	20	20	
監督（共通）	1		47	47	

※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 超級

ウ 成年女子の階級は、次のとおりとし、2つのクラスに分けて決勝を行い、それぞれを体重換算記録（IPF ポイント）で順位を決定する。

階 級：47、52、57、63、69、76、84、84 kg 超級

軽量級：47～57 kg級 重量級 63 kg級以上

(3) 服装

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3位までの選手がブロック大会に出場できる。

但し、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、4位以下の選手から IPF ポイントの大きい順に選出できる。男子は都道府県大会での出場階級を国体公開競技本大会に至るまで変更することはできない。女子は軽量級、重量級の範囲内で変更できる。

ウ 都道府県大会の結果成績は、大会終了後1週間以内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 本大会では参加標準記録を設定しない。ブロック毎の選手選考に際しては、成年男子は階級で1位となった選手の内、IPFポイント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、同様の手順で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位以下の選手から同様に選考することができる。

成年女子は各階級の上位から交互に選考し、同順位についてはIPFポイントの大きい選手を下記のブロック毎の枠数に達するまで選考する。例えば1名枠の場合、全階級で最もIPFポイントの大きい選手を、2名枠の場合は軽量級と重量級の各1位の選手を、3名枠の場合はそれぞれの階級で1名選考し、3人目はどちらかの階級のIPFポイントの大きい選手を選考する。

ウ 開催地の都道府県はブロック大会を免除する。

但し、開催地都道府県の判断でブロック大会に出場できることとし、その場合はブロック大会で選考された選手に、都道府県大会に参加した選手であることを条件に、開催地枠の人数を加えた選手の参加を認める。

エ 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事務局宛に提出すること。

オ 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	北海道	1	8	1	10
東 北	青森、岩手、宮城、秋田、山形、福島	6	7	1	14
関 東	茨城、群馬、埼玉、千葉、東京、神奈川、山梨	7	52	7	66
北信越	新潟、長野、富山、石川、福井	5	11	1	17
東 海	静岡、愛知、三重、岐阜	4	18	2	24
近 畿	滋賀、京都、大阪、兵庫、奈良、和歌山	6	19	3	28
中 国	鳥取、島根、岡山、広島、山口	5	5	1	11
四 国	香川、徳島、愛媛、高知	4	4	1	9
九 州	福岡、佐賀、長崎、熊本、大分、宮崎、鹿児島、沖縄	8	10	1	19
開催県	栃木	1	6	2	9
	合 計	47	140	20	207

## 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登録していることを必要とする。学生は学生連盟に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。

上記の選手登録は、JPAのホームページからオンライン手続きにより行うものとし、交付された会員番号を参加申込書に記載しなければならない。この会員番号の記載がない場合、本国体公開競技への参加は認めず、申込書を受理せず返却する。

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であること（Webによる講習会を含む）。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。ドーピング防止講習会を受講していない選手は、大会に参加することができない。講習会の受講証明書は有効期限内であること。

尚、大会前日にドーピング防止講習会を受講希望の選手は、申込書の所定の欄にチェックをすること。

カ 「使用医薬品・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「使用医薬品・サプリメント申告書」の同時提出がないと、本国体公開競技への参加は認められない。申込書を受理せず返却する。

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、公益財団法人日本スポーツ協会公認パワーリフティングコーチ1（旧：パワーリフティング指導員）の資格を有する者とする。

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、大会開催年の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。

ウ 監督は、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。また、ドーピングに関連して、JPAの「ドーピング防止規程」に基づく処分や、同じく、ドーピングに関連して、刑事上有罪または所属する団体、事業所等で職務上の処分を受けていないこと。

## 7 表 彰

- (1) 成年男子は階級別に第1位から第6位までに、成年女子は軽量級と重量級の2つのグループとし、それぞれフォーミュラ記録の第1位から第6位までに賞状を授与する。
- (2) 都道府県団体戦の第1位から第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取りまとめ、**2022年8月1日（月）**必着で行うこと。
- (2) 参加申込みには、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（会員番号を必ず記入）
  - 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証明書
  - エ 使用医薬品・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スポーツ協会公認パワーリフティングコーチ1の資格の認定が確認できる書類の写し
  - カ 参加負担金の口座振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。

〒329-0528 栃木県河内郡上三川町ゆうきが丘 17-12 栃木県パワーリフティング協会 公開競技事務局 松本 信明 電話番号 090-4728-1571
--

- (4) 問合せ先  
栃木県パワーリフティング協会 事務局 荻原 明信  
電話番号 028-663-7860  
E-mail : [a.ogiwara@gmail.com](mailto:a.ogiwara@gmail.com)
- (5) 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JPA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。
- (6) 参加申込み締め切り後の選手交代は認めない。

## 9 参加負担金

選手の参加負担金は一人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、2022年8月1日（月）までに下記の口座に振込みを完了すること。

振込先

栃木銀行 宇都宮東支店 普通預金 7929121 (口座名) 栃木県パワーリフティング協会
--

## 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。
- (4) 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
- (5) 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
- (6) 使用機材：ラック ER、シャフト BULL
- (7) 事前検量用体重計は、大会会場にて金曜・土曜・日曜共に 16:00～18:00 の設置とする
- (8) 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
- (9) 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
- (10) 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 用媒体で利用する場合がある事をあらかじめご了承下さい
- (11) 本大会では JPA のアカウントによるインスタライブ中継を予定しております

## 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「いちご一会とちぎ国体」に関する業務に使用する。

また、申込み時点で本人の同意が得られたこととする。

- (1) いちご一会とちぎ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

選手は参加に当たり、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。

**※大会当日の欠場報告は義務です（主管協会へ必ず連絡をする事）**

栃木県パワーリフティング協会 事務局（松本）TEL：090-4728-1571

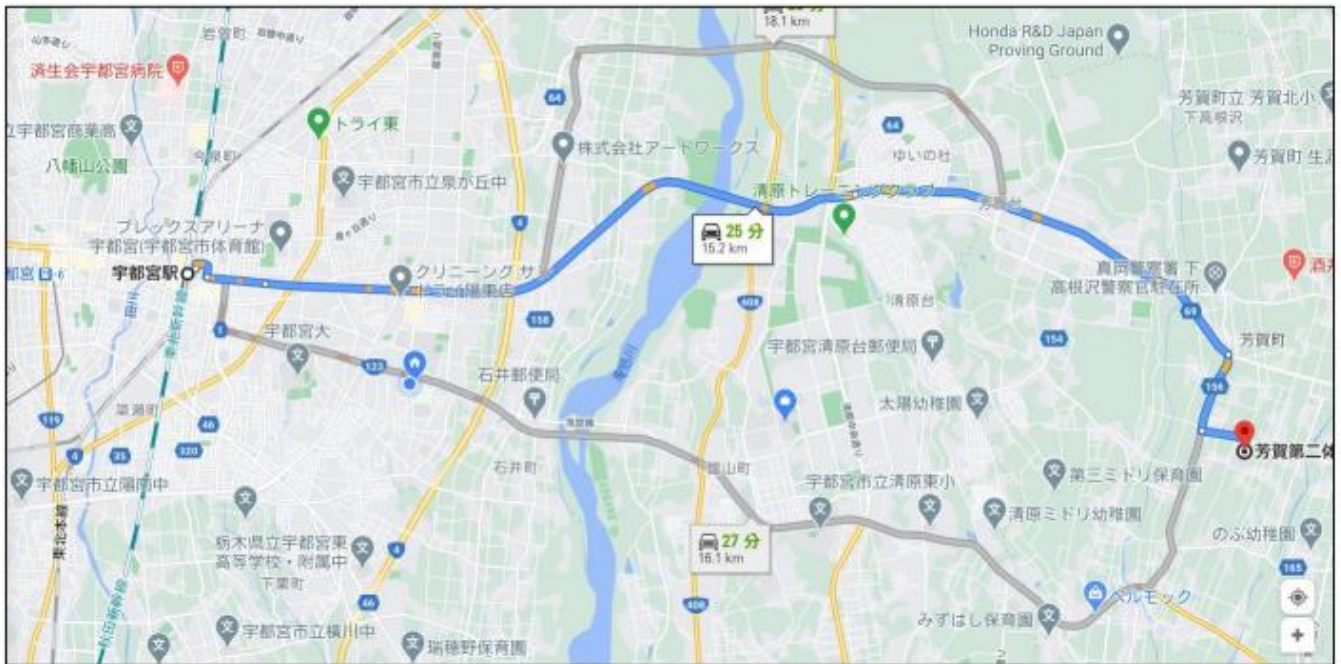
# 大会会場案内図

会 場：芳賀町第2体育館（芳賀中学校に隣接）

古いカーナビを利用する場合、「**芳賀**中学校」の方が分かりやすい。

住 所：〒321-3316 栃木県芳賀郡芳賀町大字与能861-1 TEL 028-677-5155

交 通：JR宇都宮駅から約16 km



# 第 77 回いちご一会とちぎ国体

## パワーリフティング公開競技 競技日程

開 始 式：9月 17日（土） 9:00	芳賀町第2 体育館
審判員会議：9月 17日（土） 9:30	芳賀町第2 体育館

会場	期 日	セッション	グループ	種 別	階 級	開始(予定)時刻
芳賀町第2 体育館	9月 17日（土）	1	A	成年女子	47～57kg 級	決勝 10:00～
			B	成年女子	63kg 級以上	
	9月 18日（日）	2	C	成年男子	59kg 級 (含 66kg 級)	決勝 15:00～
			D	成年男子	66kg 級	
	9月 18日（日）	3	E・F	成年男子	74kg 級	決勝 10:00～
		4	G・H	成年男子	83kg 級	決勝 15:00～
	9月 19日（月）	5	I	成年男子	93kg 級	決勝 10:00～
			J	成年男子	105kg 級	
		6	K	成年男子	120kg 級	決勝 15:00～
				成年男子	120kg 超級	

※階級ごとの競技日程・グループ構成等は、エントリー確定後、JPA のホームページにて公示する

競技進行は、基本的にセッション毎に2つのグループで下記の順序で行う				
セッション	グループ	スクワット	ベンチプレス	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（※新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては中止・省略する場合があります）

【成 年 女 子】 9月 17日（土） 14時 30分 芳賀町第2 体育館

【成 年 男 子】 9月 19日（月） 18時 00分 芳賀町第2 体育館

【都道府県対抗】 9月 19日（月） 18時 00分 芳賀町第2 体育館



# 第77回国民体育大会 パワーリフティング公開競技 における新型コロナウイルス感染症対策について

令和3年12月4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。

## 来場についての諸注意

- ① 本大会は制限入場開催となる為、**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間診票**」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、競技エリア内は**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2 m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**速やかに競技エリアから退出**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競技エリアに荷物を置く事が出来ません）。

## 表彰について

- ⑩ 本大会は、**感染拡大状況によっては表彰式を省略**致します。その際、手交による賞状やメダルの授与は行われません。競技エリア入口前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。「都道府県対抗」の賞状については、各都道府県協会に後日郵送致します。



# 第77回 国民体育大会 パワーリフティング公開競技 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)	会員番号	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"/> 成年女子 <input type="checkbox"/> 成年男子			
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	

スクワットのラック高さ	cm (穴 個目)	選考大会記録 (令和 年 月 日)
<同セーフティバー高さ>	cm (穴 個目)	大会名:
ベンチプレスのラック高さ	cm (穴 個目)	スクワット
同セーフティバー高さ	cm (穴 個目)	ベンチプレス
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
※会場で検量時に申請		トータル
		kg

	※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
			kg	変			kg
IPF ポイント			トータル	kg			
順位			特別表彰				

アンチドーピング講習会受講日 西暦 年 月 日

大会期間中の受講希望 (希望日に○をひとつ付ける) ①16日 19時～ ②17日 19時～ ③18日 19時～

## 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

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。

大会前日にアンチ・ドーピングに関する講習会を受講予定

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:

氏 名:

Ⓜ

Tel:

E-mail:

※今大会はソーシャルディスタンスの関係上、セコンドの配置は1選手に対し1名となります

# 第77回 国民体育大会 パワーリフティング公開競技 選手団名簿

2022年 月 日

(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

都道府県名： \_\_\_\_\_ 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			自宅：
	<input type="checkbox"/> 女			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	会員番号	電話番号・E-mail	
			携帯	Mail-address
	kg級			
	kg級			
	kg級			

## ◆選手：成年男子

氏名	階級	会員番号	電話番号・E-mail	
			携帯	Mail-address
	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地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。但し勤務地の場合、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)日本スポーツ協会公認パワーリフティングコーチ 1 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

栃木県パワーリフティング協会 御中

この度、2022年9月に開催される「第77回国民体育大会パワーリフティング公開競技」出場に際して、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。

2022年 月 日

署名(自署) \_\_\_\_\_ 印

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



# 「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77回国民体育大会 パワーリフティング公開競技 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ずまずいたりしないように、足元付近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』

2022年4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て、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」](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。



2022年4月吉日

J P A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77回国民体育大会 パワーリフティング公開競技  
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 J P Aが主催する標記の大会が 2022年9月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 J P A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77回国民体育大会 パワーリフティング公開競技  
陪審員・審判員 参加申込書

2022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	会員番号	級	9月17日	9月18日	9月19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"/> (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"/> 午前 <input type="checkbox"/> 午後	〒 e-mail TEL
		<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"/> 午前 <input type="checkbox"/> 午後	〒 e-mail TEL

※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

2022年4月吉日

パワーリフティング関係者 各位

栃木県パワーリフティング協会  
理事長 荻原 明信  
(公印省略)

**第77回国民体育大会 パワーリフティング公開競技  
開催のお知らせ 及び 御協賛のお願い**

拝啓 陽春の候、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77回国民体育大会パワーリフティング公開競技を、2022年9月17～19日に栃木県は芳賀町第2体育館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、栃木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

郵送先：〒329-0528 栃木県河内郡上三川町ゆうきが丘 17-12  
栃木県パワーリフティング協会 公開競技事務局 松本 信明  
電話番号 090-4728-1571

※メールでデータを送付する際は下記のアドレスへお願いします

送信先：[a.ogiwara@gmail.com](mailto:a.ogiwara@gmail.com)

◇掲載料振込先

振込先：栃木銀行 宇都宮東支店 普通預金 7929121 (口座名) 栃木県パワーリフティング協会

◇申込締切 **2022年8月1日(月)**