

〔４〕パワーリフティング競技

- 1 期 日 2025年9月20日（土）から9月21日（日）まで（2日間）

種 別	9月20日（土）	9月21日（日）
成年男子	59～83kg級決勝	93～120kg超級決勝
成年女子	全階級 決勝	

- 2 会 場 栗東市 栗東市民体育館

- 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		1～15	47	112	207
成年女子		1～5	47	48	
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、階級ごとに決勝を行う。

階 級：軽量級（47、52kg）中量級（57、63kg）重量級（69、76、84、84 kg超級）

- (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 成年男子は都道府県予選会にて代表を選考する。都道府県予選会はJPA加盟の各都道府県協会が主管として実施する。

イ 各階級で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都道府県毎の代表選手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。

ウ 都道府県予選会の結果成績は、大会終了後1週間以内に所属ブロックの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 成年女子はブロック大会にて選手選考を行う。

ウ 選考方法は都道府県予選会と同様に、成年男子・成年女子ともに各階級で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出場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。

エ 成年男子において前項(1)-イ に記載された理由によりブロック内に出場枠に余剰が生じた場合、残りの代表出場枠を所属するブロックのブロック最終予選会にて選考する。

オ ブロック最終予選会の出場資格について都道府県予選会出場の有無は問わない。つまりブロック最終予選会のみのお出場により都道府県の代表権を取得する事も可能となる。

カ 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組織委員会宛に提出すること。尚、ブロック最終予選会で選出された出場選手の開催県への申込手続きは、都道府県予選会と同様に各都道府県協会が、担当する。

ブロック大会の区分及び都道府県毎の代表選手枠数は、前々年度（2023年度2024年2月末）の各都道府県のJPA登録選手数に応じて算出した結果、下記の通りとする。

ブロック	都道府県	監督	成年男子	成年女子	合計	ブロック	都道府県	監督	成年男子	成年女子	合計						
北海道 東北 ブロック	北海道	1	5	2	8	近畿 ブロック	京都府	1	1	7	23						
	青森県	1	1	2	16		大阪府	1	5								
	岩手県	1	1				兵庫県	1	3								
	宮城県	1	2				奈良県	1	1								
	秋田県	1	1				和歌山県	1	1								
	山形県	1	1			中国 ブロック	鳥取県	1	1	2	15						
	福島県	1	2				島根県	1	1								
関東 ブロック	茨城県	1	3	21	70		岡山県	1	2			四国 ブロック	香川県	1	1	2	10
	栃木県	1	2				広島県	1	3				徳島県	1	1		
	群馬県	1	1			山口県	1	1	愛媛県	1	1						
	埼玉県	1	5			高知県	1	1									
	千葉県	1	7			九州 沖縄 ブロック	福岡県	1	4	3	23						
	東京都	1	14				佐賀県	1	1								
	神奈川県	1	8				長崎県	1	1								
甲信越 ブロック	山梨県	1	1	熊本県	1	1	大分県	1	1								
	新潟県	1	2	宮崎県	1	1	開催県	滋賀県	1			5	2	8			
	長野県	1	2	鹿児島県	1	1											
	富山県	1	1	沖縄県	1	2											
	東海 ブロック	石川県	1	1	4	19	総合計					47	112	48	207		
福井県		1	1														
静岡県		1	2														
愛知県		1	6														
	三重県	1	2														
	岐阜県	1	1														

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 に選手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（※就学先は認められません）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、本国スポ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、参加申込時前にアンチドーピング講習を受講してなければならない。事前にドーピング防止講習会を受講していない選手は、大会に出場することができない。講習会の受講証明書は有効期限内（2024年9月4日以前の受講は無効）であること。尚、講習会は2025年9月19日(金)19:00～、20日(土)19:00～より、大会会場にて開催予定。申し込みについては、シクミネットの「イベント」より選択、応募多数の際は着順となります。（現地講習会は今大会参加者向けではありません）

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、本国スポ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 都道府県スポーツ協会等に参加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Ⅰ（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 監督者は本大会に帯同を基本とする。

エ 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(47、52kg)・中量級(57、63kg)・重量級(69～84kg 超級)の 3 つのグループとし、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 都道府県の内、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、監督に大会参加記念品を与える。

8 参加申込み方法

【都道府県代表選手】

- (1) 都道府県協会にア 参加申込書（JPA会員番号、ドーピング防止講習会の受講日を必ず記入）を提出
- (2) シクミネットにて申込申請（エントリー、ドーピング防止講習会の受講、使用医薬品・サプリメント申告）
- (3) 都道府県協会に参加負担金の支払い（方法については、都道府県協会から選手に連絡）

【都道府県協会】

- (1) 参加申込みを、都道府県協会単位で取りまとめ、2025年 8 月 1 日(金)必着で行うこと。
- (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

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履歴確認チェック

エ 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 I 資格の認定が確認できる書類の写し

オ 参加負担金の口座振込みを証明する書類の写し

※ ウのドーピング防止講習会の履歴は申込書兼記録表に選手の記載している日にちで合っているかシクミネットの管理者画面でご確認後に郵送をお願いします。7 月 26 日の受講者の履歴は受講日の 18:00 頃に反映します。

- (3) 送付先は下記のとおりとする。

〒520-0014 滋賀県大津市柳川一丁目 23-2 滋賀県パワーリフティング協会 公開競技事務局 堀 匡毅 宛

- (4) 問い合わせ

滋賀県パワーリフティング協会事務局 堀 匡毅

電話番号 090-5671-4261

E-mail : kaerumionkun.23@hotmail.co.jp（滋賀県協会代表）

- (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 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。
- (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、2025 年 8 月 1 日（金）までに下記の口座に振込みを完了すること。

振込先

関西みらい銀行 石山支店 普通預金 2026535 (口座名) 滋賀県パワーリフティング協会 ※都道府県協会名を入力すること

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 ONI、シャフト ONI ※変更となる場合があります。
- (7) 事前検量用体重計は、大会会場にて金曜・土曜共に 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「わたSHIGA輝く国スポ・障スポ」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。

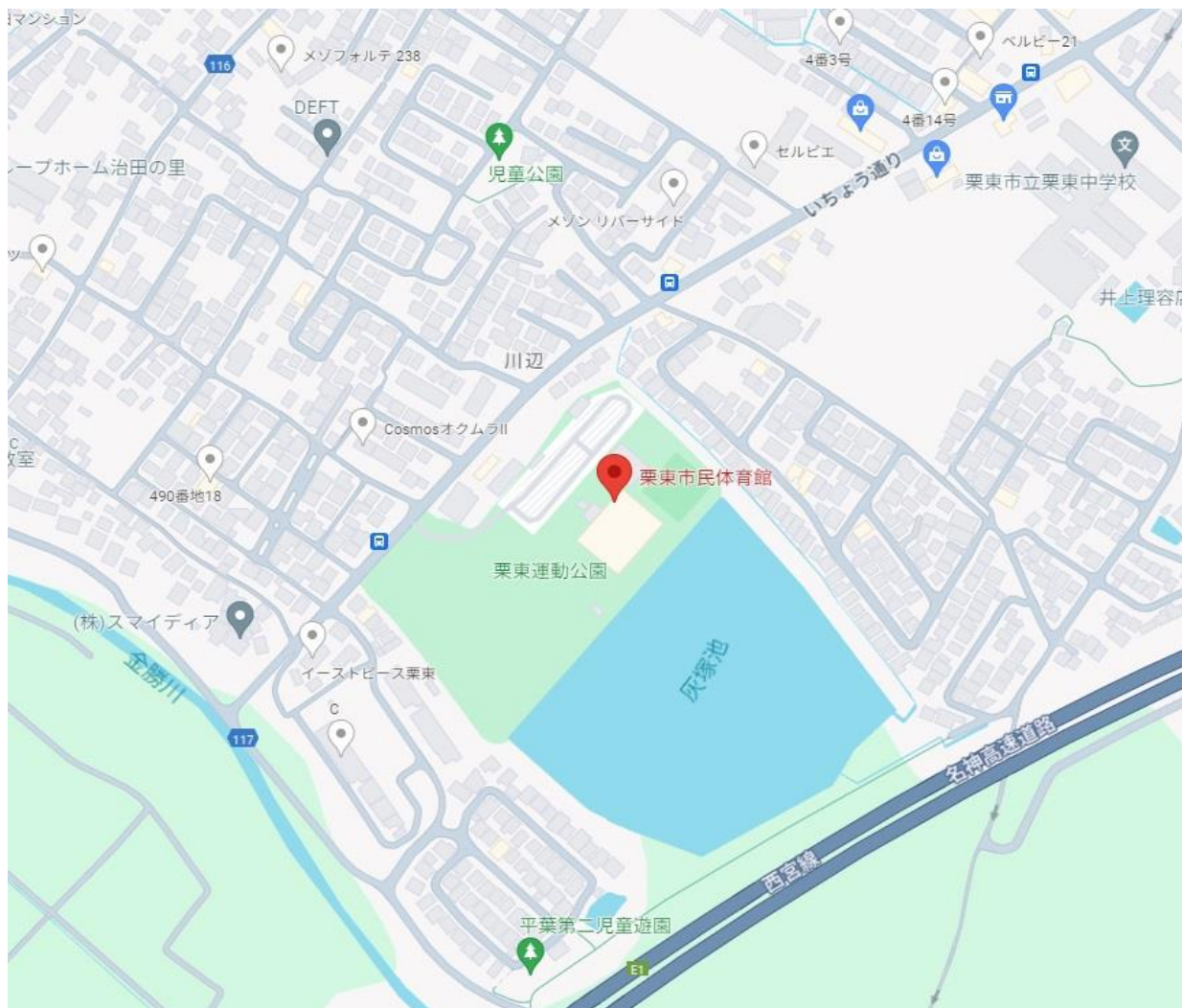
- (1) 「わたSHIGA輝く国スポ・障スポ」参加意思及び参加人数の確認
- (2) 競技参加資格の確認（年齢、性別、所属、保護者の同意等）
- (3) 参加案内等の送付
- (4) 競技別プログラムの作成
- (5) 賞状等の筆耕
- (6) 競技の結果、映像、写真等の記録業務への使用及び広報誌、インターネット等への掲載

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）
滋賀県パワーリフティング協会 理事長（中出）TEL：080－4396－9891

大会会場案内：栗東市民体育館



【交通アクセス】

公共交通機関ご利用の場合

- ・JR 手原駅から徒歩 25 分
- ・JR 草津駅から帝産湖南交通バス 18 分「栗東市役所循環線：栗東運動公園下車」

自動車をご利用の場合

- ・上鉤交差点東入る 5 分
- ・名神高速栗東インターから 5 分
- ・JR 栗東駅から 15 分

※JR 草津駅より直通バス有 15 分

※駐車場台数には限りがあります。極力、公共交通機関でのご来場にご協力ください。自動車の場合は、乗り合わせにてのご来場にご協力をお願いします。

宿泊については、JR 草津駅及び JR 京都駅周辺に多数ございますので、各自で手配して下さい。

※「イナズマロック フェス 2025」が同時期（9 月 20 日（土）～21 日（日））に滋賀・烏丸半島芝生広場で開催されます。近隣の宿泊施設の混雑が予想されます。ご注意ください。

わた SHIGA 輝く国スポ・障スポ 2025
第 79 回国民スポーツ大会
パワーリフティング公開競技 競技日程

開 始 式 : 9 月 20 日 (土) 9:00	栗東市民体育館
審判員会議 : 9 月 20.21 日 (土・日) 9:30	栗東市民体育館

会場	期 日	セッション	グループ	種別	階級	開始時刻
栗東市民体育館	9 月 20 日 (土)	1 (A 面)	A	成年女子	軽量級	決勝 10:00～
			B	成年女子	中量級	決勝 10:00～
		2 (B 面)	C	成年女子	重量級	決勝 10:00～
			D	成年女子	重量級	決勝 10:00～
		3 (A 面)	E	成年男子	59kg 級	決勝 15:00～
			F	成年男子	66kg 級	決勝 15:00～
		4 (B 面)	G	成年男子	74kg 級	決勝 15:00～
			H	成年男子	83kg 級	決勝 15:00～
	9 月 21 日 (日)	5	I	成年男子	93kg 級	決勝 10:00～
			J	成年男子	105kg 級	決勝 10:00～
		6	K	成年男子	120kg 級	決勝 15:00～
			L	成年男子	120 超級	決勝 15:00～

※上記は予定であり、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

※9月20日の1日目は、競技ステージを2面（A面・B面）で行う

〈競技進行〉

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〉

【成 年 女 子】	9 月 20 日 (土) 14 時 30 分 (予定)	栗東市民体育館
【成 年 男 子】	9 月 20 日 (土) 18 時 00 分 (予定)	栗東市民体育館
	9 月 21 日 (日) 18 時 00 分 (予定)	栗東市民体育館
【都道府県対抗】	9 月 21 日 (日) 18 時 00 分 (予定)	栗東市民体育館

わたSHIGA輝く国スポ・障スポ2025 パワーリフティング競技

参加申込書 兼記録表

シクミネットでもお申込みください

・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		☐ 成年女子 ☐ 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 ☐ 有り ☐ 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	kg
同セーフティバー高さ	cm (穴 個目)	ベンチプレス	kg
同センター補助 ☐ 要 ☐ 不要	同足台 ☐ 要 ☐ 不要	デッドリフト	kg
※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			
			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

誓約書

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

2025 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。

住所: _____

氏名: _____ ⑩ Tel: _____ E-mail: _____

※セコンドの配置は1選手に対し1名となります。

わたSHIGA輝く国スポ・障スポ2025

パワーリフティング公開競技選手団名簿

2025 年 月 日

(公社)日本パワーリフティング協会 御中

滋賀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

※緊急時の連絡先として携帯番号を必ず記入して下さい。

氏名	性別	生年月日	住所	電話番号
	☐ 男			自宅：
	☐ 女			携帯：

◆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			
	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
滋賀県パワーリフティング協会 御中

この度、2025 年 9 月に開催される「滋賀県国民スポーツ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 J P A 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。

2025 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

※虚偽なく申告して下さい。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	☐ 団体（名称：） ☐ 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、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

別紙１：摂取医薬品・サプリメント申告書

製 品 名	メーカー名、又は販売元	摂取(予定)時期

2025 年 月 日

署名（自署） _____ (印)

公益社団法人 日本パワーリフティング協会 御中
滋賀県パワーリフティング協会 御中

「健康対策について」

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。

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

「安全に関する注意事項」

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、腰を落として補助の構えを取り、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』

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います。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になります。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ください。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。

- ・ 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>」

日本薬剤師会のURLは、「Global DRO」(<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。

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)

わたSHIGA輝く国スポ・障スポ2025 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 2025 年 9 月に滋賀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、近畿ブロック内の各協会所属等、近隣の審判員の方には、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ホームページのシクミネット⇒

「**全国大会審判申込み** (<https://powerlifting.shikuminet.jp/>)」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 (5,000～8,000 円※予算により変動) 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。

2025 年6 月吉日

パワーリフティング関係者 各位

滋賀県パワーリフティング協会

理事長 中出 裕己

(公印省略)

わたSHIGA輝く国スポ・障スポ2025 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 夏至の候、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、平素から何かとご高配を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、この度、わた SHIGA 輝く国スポ・障スポ 2025 パワーリフティング公開競技を、2025 年 9 月 20～21 日に滋賀県「栗東市」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、滋賀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ございます。

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。

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

1. 協賛内容 国体プログラム協賛広告

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

※1 ページ以上の掲載も可能です。

2. 申込方法 E-mail : kaerumionkun.23@hotmail.co.jp (滋賀県協会代表)

上記メールアドレスに、以下の内容を送付ください。

- ① 件名：協賛申込
- ② 内容：法人名（個人名）、ご担当者様氏名、連絡先（電話番号、メールアドレス）、協賛額、プログラム掲載サイズ、その他必要に応じて
- ③ 添付：掲載原稿データ

3. 申込期限 2025 年 8 月 15 日（金）

4. 掲載料振込先

関西みらい銀行 石山支店 普通預金 2026535
(口座名) 滋賀県パワーリフティング協会

その他、ご不明な点等ありましたら、お気軽にお問い合わせください。