

## プロボクサーの「権利章典」

1. プロとしての扱いを受け、ボクシングのあらゆる側面に関する情報を得る権利を有します。
2. プロモーターやマネージャーとの書面による契約の諸条件に基づく権利を有します。
3. ローカルコミッションの代表者や代理人(弁護士など)から契約に関する全ての説明を受ける権利を有します。
4. 試合前に対戦者の名前や記録、試合の階級、ラウンド数、旅費やトレーニング費用を含む報酬を知る権利を有します。自分を含むボクサーの記録を確認するには、Fight Fax、電話番号:(856)396-0535 までご連絡ください。
5. 自分の契約書の見直し、取得、コピーの保管の権利を有します。
6. 試合の同意書に規定の全ての報酬を直接受け取る権利を有します。
7. プロモーターやマネージャー又は双方から報酬の明細が記載された会計報告書を受け取る権利を有します。報酬に控除がある場合、控除の内容及び理由が記載された会計報告書を要求する権利を有します。
8. 常にリングサイドに医師や緊急医療スタッフ及び試合会場に救急車を待機させる権利を有します。
9. 試合による怪我を保証する医療保険に加入する権利及び保険会社名や補償額に関して知る権利を有します。
10. マネージャー、トレーナー、セコンドを自ら選び雇用する権利を有します。試合のために雇用する必要はありません。

11. 統括団体が示す自分のランキングの変更理由を知る権利を有します。ランキングの変更理由を書面により団体に請求することができます。団体は7日以内に書面で回答しなければなりません。
12. あらゆる出場停止処分について抗議する権利及び出場停止処分の正確な理由や期間に関して知らされる権利を有します。全国の出場停止者リストに自分が載っているか確認するには、www.fightfax.comのSuspensionsをクリックして確認してください。(手数料必要)。
13. ローカルコミッションやボクシングコミッション協会に連絡を取り違反の報告、質問又は助言を依頼する権利を有します。

権利と責務の詳細が記載された2つの連邦政府ボクシング法を読む必要があります以下の法になります:

- 1996年プロボクシング安全法
- 2000年 安全とパフォーマンスに関するヒントMuhammad Ali法

### 出場停止期間

- 7日の出場停止
- その他日数 (試合担当医師の判断)
- テクニカルノックアウト(30日)
- ノックアウト(60日)
- 無期限の治療 (試合担当医師の判断)

Department of Licensingとの契約により出場停止に異議を唱える権利を有します。

## 安全とパフォーマンスに関するヒント

- プレーンウォーターは水分補給に十分とは言えません。ナトリウムや少量のカリウムなどの電解質、ナトリウムの吸収を補助する糖質が必要です。
- 冷たい飲料水は胃の吸収を早めます。
- 味わって食べてください。風味の良いものを選んでください。
- 脱水状態の場合、以下のように適切な塩分を素早く補給できる食品を摂ってください。
- トマトソース: コップ一杯分のナトリウム量 1481 mg
- チキンヌードルスープ: 8オンス当たりのナトリウム量 1107 mg
- トマトジュース: コップ一杯分のナトリウム量 822 mg
- 塩をまぶしたプレッツェル: 1オンス当たりのナトリウム量 483 mg
- 体重オーバーの場合、事前に計画を立ててください!最適な減量ペースは、1週間に体重の1~2%です。
- 脱水状態にならないためには、トレーニングの前後に計量してください。1ポンド減量するたびに、減量分を補うために16オンス (473.17 ml)分の液体が必要になります。
- のどが渴いただけでは、水分を補給する目安にはなりません。のどが渴いている場合、体内の水分バランスを失っています。
- 尿の色は透明またはレモン色でなくてはなりません。尿の色が濃い(リンゴジュースのような色)の場合、脱水状態であるためトレーニング中や後に十分な水分を補給する必要があります。
- ビニール製やゴム製の衣類、利尿薬や下剤、79度(26度摂氏)以上のサウナ、蒸し風呂、トレーニングルームは使用しないでください。

上記ヒントは以下の協力を得て作成されています。

ボクシングコミッション協会、  
www.abcboxing.com

プロフェッショナルリングサイド医師アメリカ協会、Joseph Estwanik, MD 2007、  
www.ringsidedoc.com

Boxergenic、www.boxergenic.com

## 脳震盪

### 脳震盪とは？

脳震盪は、こぶ、パンチ、揺れによる脳損傷です。軽傷から重傷と幅広く通常の脳の機能を損なう可能性があります。頭部の「へこみ」やこぶだけでも危険性があります。

### 兆候や症状は？

脳震盪は自分で判断できません。脳震盪の兆候や症状は、怪我の直後や数日後、又は数週間後に現れることがあります。

アスリートから報告されている症状	他者が気付いた兆候
消えない頭痛や首の痛み	放心状態や気絶
物忘れ、集中力や意思決定力の低下	錯乱状態
思考力、会話や行動、読む速度の低下	忘れやすさ
道に迷う、うろたえやすい	すべきことが判断できない
常に疲労感があり、体力、やる気がない	動きがにぶい
気分が変わりやすい(理由もなく悲しむ、怒る)	質問に対する返事が遅い
睡眠パターンの変化(睡眠不足や睡眠過多)	行動や性格が以前と異なる
クラクラする、めまいがする、バランスを失う	殴られる前の記憶がない
嘔吐(吐き気)	殴られた後の記憶がない
明るさ、音に敏感になる、気が散りやすい	
目がかすむ、疲れやすい	
嗅覚や味覚の消失	
耳鳴り	

### 怪我による脳震盪の予防

脳震盪になった場合は、すぐに治療を受ける必要があります。ほとんどの脳震盪では意識消失しないため気絶することはありません。一般的にレントゲン検査、CTスキャン、MRIなどの検査を受け、これまで受けた怪我や現在の症状、身体検査の結果により診断されます。脳震盪では、脳の腫れ、頭蓋内出血、頭蓋内圧の上昇が起こる場合があります。これらは最初の怪我の後に起こるため、数時間後に症状が悪化する可能性があります！そのため、怪我をした後前述の予防措置を守ることが大切です。

1. 怪我の後12時間は、行動や意識に変化が現れるかどうか知り合いに監視してもらう必要があります。
2. 意識に変化が現れる、頭痛、吐き気が強くなる、会話、動作、記憶に問題が生じる場合は、監視している人はすぐに治療を受けさせてください。命の危険を防ぐことができます！
3. 頭痛を含む全ての症状が完全になくなるまでは、スポーツやトレーニングはしないでください。
4. 必要な休息期間を守れば脳を回復できます。

ワシントン州  
Department of Licensing

プロ  
ボクサー  
および  
マーシャル  
アーツ



私たちは、サービスを平等に提供できる詳しい情報は、  
[dol.wa.gov/access](http://dol.wa.gov/access)をご覧ください。(TDD/TTY call 711)

PA-611-400ja (R/3/16)VWA

[dol.wa.gov](http://dol.wa.gov)