

第21回アビリンピック福井大会  
ビルクリーニング（総合コース） 競技課題

◎一般的な注意事項

1. 課題は標準時間が定められています。  
標準時間 12分
2. 使用する資機材は、支給されたもの以外は使用できません。
3. 競技採点は、作業準備、作業動作（手順）、挨拶、後始末、全体評価、作業時間の6面から審査し、加点方式によって行われます。
4. 作業に適した服装をして下さい。
5. 作業開始の指示は審査員が行います。「始めます」「終わりました」の申告は、競技者自身で行って下さい。
6. 原則として標準時間が過ぎても作業は完成させて下さい。参加人数により15分で打ち切りとする場合もあります。
7. 作業は使用した資機材を手入れした後、指定された場所へ片付けて完了とします。

◎課題における注意事項

1. 作業面積は16㎡(4m×4m)とし、幅木により区画とします。
2. 床面の掃き・拭き作業及びゴミ処理・机上拭きの作業です。
3. 作業に使用する資機材・消耗品は、作業用カートに乗せてあります。作業前に競技者自身で揃っているか点検して下さい。
4. モップの柄は、長さが調節できるので、作業前に競技者自身で操作しやすい長さに調節して下さい。
5. ダスタークロス（乾式モップ用クロス）は競技者自身が作業前に取り付けて点検してください。
6. 床のゴミは「おがくず」とし、50ml程度をまいたものとします。
7. 幅木の上には壁があるものとして作業を行ってください。  
注意）競技者の身体や資機材を幅木（枠）より外に出さないように注意しながら作業をして下さい。
8. 作業場所にある机は移動させないでください。
9. 使用した資機材は、指定された位置へ片付けて下さい。

【課題：弾性床事務所清掃及び机上清掃】

競技方法・競技会場の概略

◎競技時間：標準時間12分（競技開始の予告～競技終了の申告まで）

（原則として標準時間が過ぎても作業は完成させて下さい。参加人数により15分で打ち切りとする場合もあります。）

◎競技の内訳

- 1) 資機材の点検
- 2) 資機材の準備
- 3) 競技開始の申告
- 4) 作業準備
- 5) 入室の挨拶
- 6) 椅子上げとゴミ処理
- 7) 掃き掃除（ダスタークロスとぼうき・ちり取りを使用）
- 8) 水拭き
- 9) 机上拭き
- 10) 点検
- 11) 退室の挨拶
- 12) 資機材の片付け
- 13) 競技終了の申告

1)と2)は、競技時間(12分)には含まれませんが、採点の対象になります。

◎競技場の数：1面用意されています。（2面の場合もあります）

◎競技の方法：1面の場合

選手が競技を行い、終了後準備が整い進行係の合図と共に次の選手が競技に進みます。

2面の場合

2面同時に2選手が競技を行い、2選手終了後、次の組に進みます。

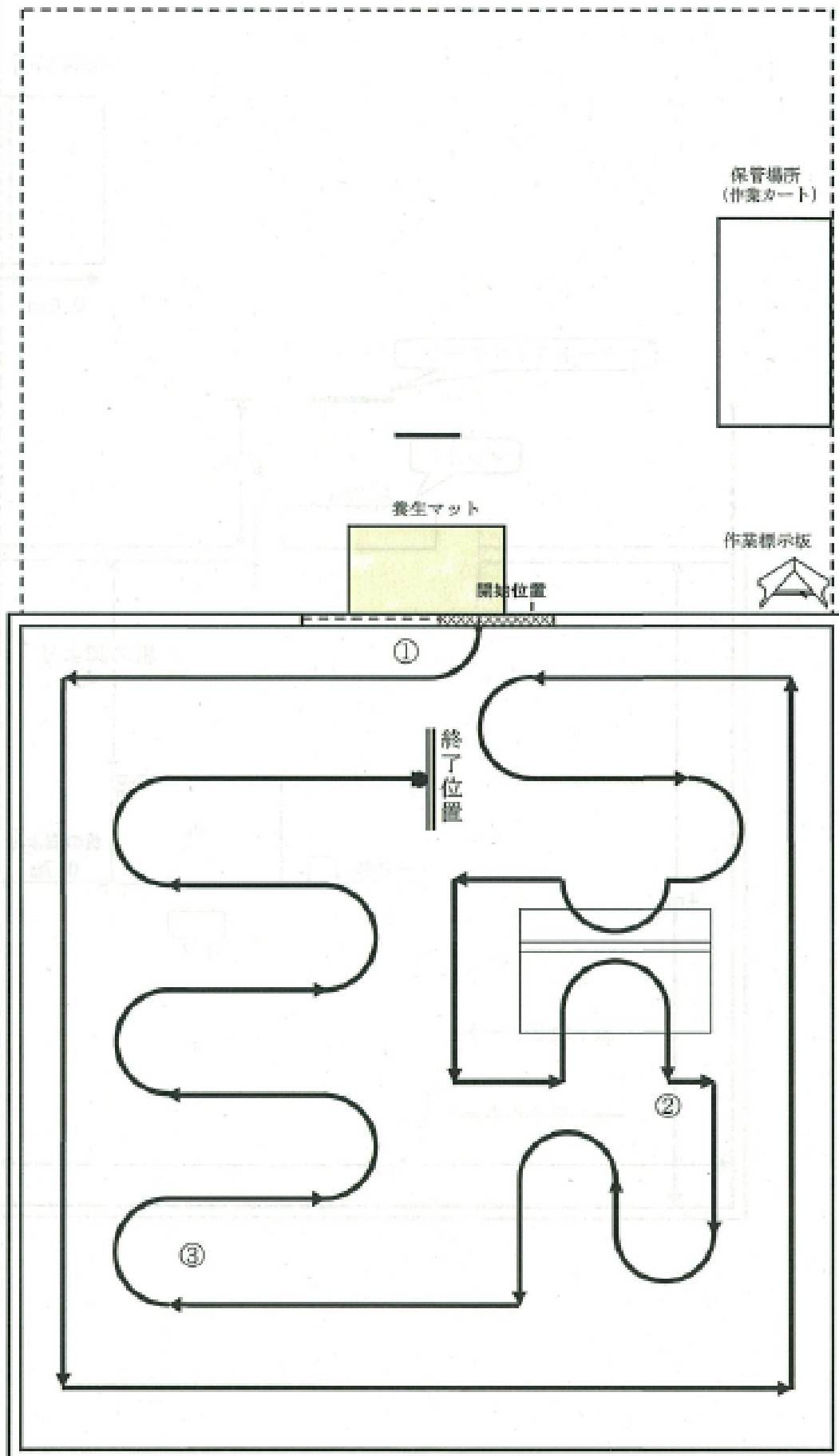
課題 弾性床材事務所清掃及び机上清掃

標準時間：12分

作業工程	作業方法	補足事項	備考
資機材を準備する	作業に必要な資機材はすでに会場に準備されている。 (必要な資機材及び数量は資機材一覧表を参照のこと) ①モップ柄の長さを調整する。 ②ダストクロスをヘッドに装着する。	資機材が過不足なく準備されているか点検し、異常があれば申し出る。	資機材の点検終了後審査員の指示に従い作業準備に入る。
競技開始の挨拶	所定の位置に立ち、始めますと挨拶を行い競技を開始	片手をあげ「始めます、開始します。」等の開始の宣言をする。	作業開始を申告する。
作業準備	作業カートを保管場所から作業場所の近くへ移動し、作業標示板を立てる。	作業の邪魔にならず通行人からよく見える場所に立てる。	
入室の挨拶	入り口にて室内に向かって入室の挨拶を行う。	「失礼します。」と挨拶し、一礼して入室する。	
ゴミ処理とイス上げ (1)イスを上げる (2)ゴミ回収 (3)ごみ袋のセット	①作業前にイスを机の上にあげる。 ②ゴミ箱にセットされているゴミ袋ごと処理する。 ③ゴミ袋を出口においてあるカートゴミ袋に入れる。 ④ゴミ袋のスペア袋を取り出し、ゴミ箱にセットする。 ⑤ゴミ箱を机の上上げる。	<ul style="list-style-type: none"> <li>机は動かさない</li> <li>イスは机の四隅からはみ出さないように正しくのせる。</li> <li>ビニール袋を正しくセットする。</li> <li>ゴミ袋は机から、はみ出さないように正しくのせる。</li> </ul>	
除塵作業 (掃き作業)	①乾式モップを持ち外から入口を除塵し、作業場所へ入る。 ②入り口より奥に向かって右幅木側・幅木側・机の下・中央部へと順に作業を行う。 ③前進しながら出口に向かって1箇所を集める。 ④ヘッドをワンタッチモップ柄から外す。 ⑤使用済みのダスタークロスをヘッドから外す。 ⑥柄とヘッドをカートに戻す。 ⑦小ほうき、文化ちり取りを持って集めたゴミをとる。 ⑧ゴミの取り残りがいないか点検する。 ⑨小ほうき、文化ちり取りをカートに収める。	<ul style="list-style-type: none"> <li>ゴミを踏まないように広めに足場を確保する。</li> <li>ヘッド床に強く打ちつけないこと。</li> <li>机の下の除塵も確実に進行。</li> <li>使用済みクロスはカートの袋の中に入れる。</li> <li>ゴミの取り残しがあれば小ほうきと文化ちり取りでゴミを取り残さないようにする</li> <li>ヘッドは、カートの上部へ邪魔にならないように置く。</li> <li>ヘッドはスポンジ面を上にして置く。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>入り口も幅木コーナーも前進作業。</li> <li>ゴミはおがくすを50ml程度均等にまいている。</li> </ul>

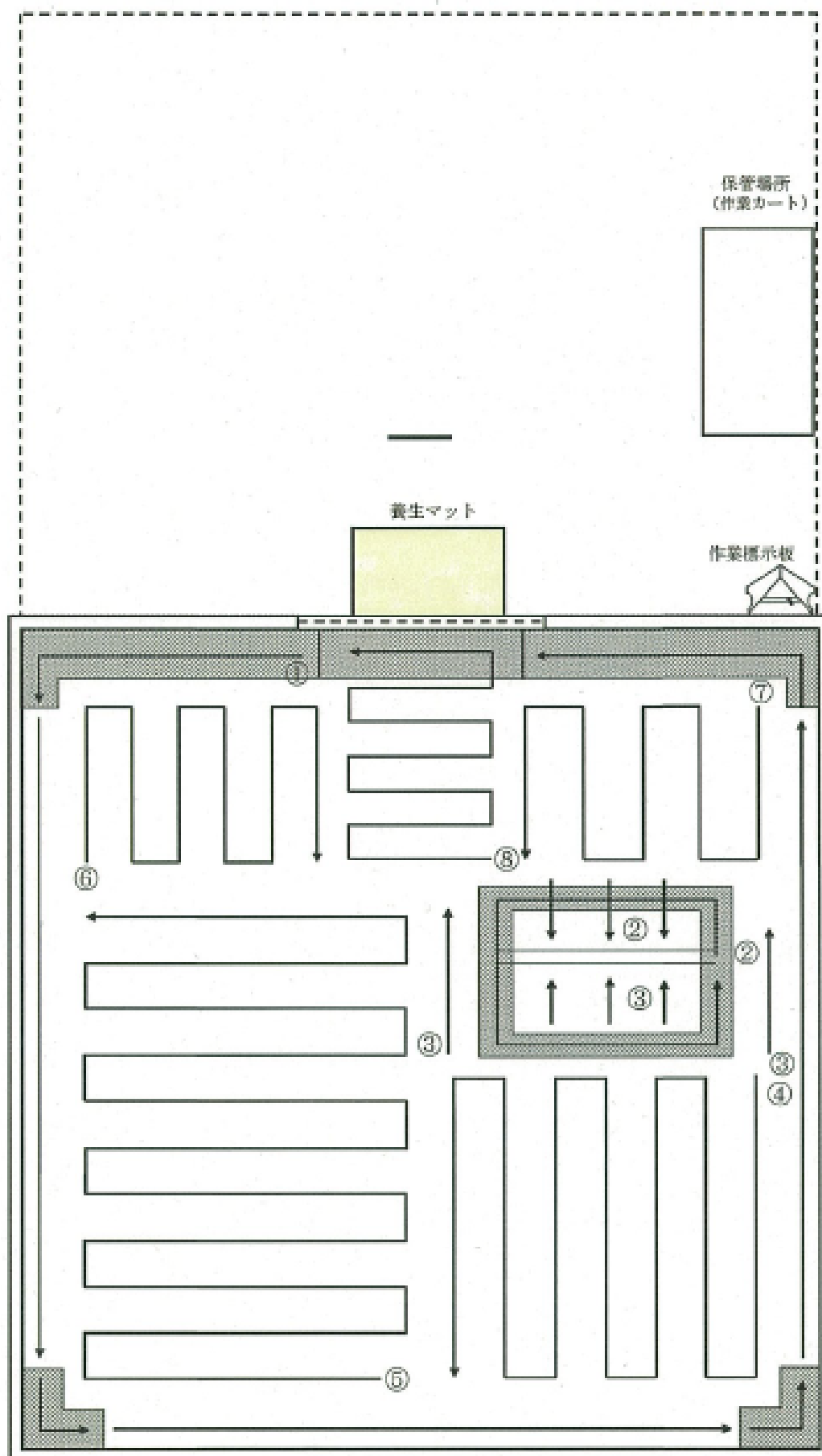
作業工程	作業方法	補足事項	備考
水拭き(モップ)	①水拭きモップをもち、コート入口の養生マットの上でセットする。 ②コート全体面積を拭く。 ③幅木側、机の下、中央部の順に拭く。 ④コーナー周りとの足元は房糸に手を添えて拭く。 ⑤モップは時々裏返し、モップ全体を使って拭く。 ⑥モップは横拭きとし、後退しながら拭く。 ⑦拭き終わったら養生マットの上でモップを外し柄とともにカートへ納める。	<ul style="list-style-type: none"> <li>拭き残し、拭きむらのないようにする。</li> <li>横拭きは柄の先端に親指を添えるのを基本とする。</li> <li>幅木、机の脚部にふれないようにする。</li> <li>拭いたところを踏まないようにする。</li> </ul>	
ゴミ箱とイスを下す	安全に音をたてないようにおろす。	足の上に落とさないように注意する。	
机上拭き	①タオルを八折にして持つ。 ②机の上を水拭きした後、乾拭きを行う。	<ul style="list-style-type: none"> <li>タオルが汚れたらきれいな面を出して拭く。</li> <li>四隅から中央へ行う。</li> <li>縦拭き・横拭きを行う</li> </ul>	
点検	指差し又は目視点検を行う。	資機材の忘れ、ゴミの取り忘れ等の点検を行う。	
退室の挨拶	出口にて室内に向かって退室の挨拶を行う。	「失礼しました。」と挨拶し、一礼して退室する。	
資機材の片付け	作業標示板を作業カートにもどし、作業カートを保管場所に戻す。	元の位置に戻す。	
競技終了の挨拶	所定の位置に立ち終了挨拶を行う。	「終わりました、終了しました。」等の終了の宣言をする。	作業終了を申告する。

# 乾式モップ作業手順



注：乾式モップのヘッドの振る回数ではありません

## 水拭きモップ作業手順



注：印は手を替える箇所を示す。

水拭き回数を入れたものではありません。

### (1) 競技者が準備するもの

品名	寸法又は規格	数量	備考
作業着（上・下）		1着	
作業帽又は三角巾		1個	
作業靴	滑りにくいゴム底のもの	1足	

注意1) 持参するものは上記のものに限るが同一種類のものを予備として持参する事は差し支えありません。

注意2) 作業帽は定めのない職場・学校の競技者は、野球帽のような帽子でも可とします。

### (2) 競技場に準備されているもの

品名	寸法又は規格	数量	備考
作業用カート		1台	—
金枠（組立式 幅木）	4m×4m	1組	—
作業標示板	プラスチック製サインボード（黄）両面板	1個	カート縦面
ワンタッチモップ柄	アルミ製・伸縮型、除塵・水拭き兼用	1本	カート横面
モップ房糸（ラーク）	260g 白色	4枚	カート上段
小型ほうき	30cm幅用	1本	カート横面
文化ちり取り	ダストパン	1個	カート横面
ダスタークロスヘッド	63cm	1個	カート袋上
ダスタークロス	69cm幅の不織布（ふしよくふ）	1巻	カート中段
タオル	無地 白地 綿製 水拭き用1枚 乾拭き用1枚	4枚	カート上段
ビニール袋	競技ゴミ箱用	1枚	カート中段
事務用 机		1台	—
事務用 椅子	肘掛なし	1脚	—
事務室用 ゴミ箱		1個	—
おがくず	競技用ゴミ	少量	—
競技者用ゼッケン			参加者用ゼッケン、受付にて配布。