

# アビリンピック高知大会 2025

## ビルクリーニング競技 事前公表課題

### 禁止事項

- 1 競技時間中に他人から指導や助言を受けてはいけません。
- 2 他の選手やスタッフの妨害をしてはいけません。
- 3 競技時間に遅刻、及び競技時間中に許可なく席を離れてはいけません。
- 4 故意に備品や機材等を毀損<sup>きそん</sup>させてはいけません。
- 5 その他、大会運営や競技実施に支障を来す恐れがある行為等をしてはいけません。

### 一般的な注意事項

#### < 共通 >

- 1 課題は、課題1「カーペット床清掃」と課題2「弾性床清掃及び机上清掃」の2課題です。
- 2 どちらの課題も、作業面積は、16 m<sup>2</sup>（4 m×4 m）とし、幅木による区画とし、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。
- 3 作業場所にある机は、移動させないでください。
- 4 2課題とも次の規定時間が定められています。  
① 課題1 7分                      ② 課題2 10分
- 5 各課題とも作業開始の指示は競技委員が行ないます。競技者は、挙手または「はじめます」と申告してスタートしてください。  
競技が終了したら挙手または「終わりました」と申告してください。又、作業ごとの入退出を行なう際には、会釈<sup>えしゃく</sup>（軽く挨拶や礼）をしてください。  
競技中は上記以外の声は出さないでください。  
※ 始めと終わりの申告は、声を出すことが困難な場合は、挙手のみで構いません。
- 6 課題において椅子を机の上にあげる際は、安全に配慮した形で上にあげてください。
- 7 両競技で使用できる資機材は、支給されたもの以外は使用できません。
- 8 使用した資機材は、競技委員の指示に従って後片付けを行なってください。
- 9 競技の採点は、作業準備・作業動作（手順）・仕様誤り・作業態度・作業時間の5面から審査を行います。
- 10 競技者は、本競技に適した服装をしてください。

<課題1 カーペット床清掃>

- 1 床の材質は、繊維系の床面とします。
- 2 作業は、掃除機によるカーペット床の除塵作業です。

<課題2 弾性床清掃及び机上清掃>

- 1 床の材質は、塩化ビニール系の長尺シートの床面とします。
- 2 作業は、床面の除塵・拭き・ゴミ処理及び机上拭き作業です。
- 3 本課題で使用する資機材・消耗品は、作業用カートに載せてありますので、不足がないか点検し使用してください。
- 4 モップの柄は、長さが調節できるので、作業前に適切な長さに競技者自身で調節してください。
- 5 乾式モップ用のクロスは、競技者が作業前に乾式モップヘッドに取付けてください。
- 6 クロスを装着した乾式モップヘッドは作業カート上部、モップの柄は作業カートの所定の位置にそれぞれ競技開始前にセットしてください。

【資機材一覧】

1. 競技会場に準備されているもの

(1) 課題 1

品名	寸法又は規格	数 量
作業表示板		1 個
真空掃除機	ポット型 リンレイRDエコ2型	1 台
机		1 台
イス	パイプ式折りたたみ	1脚
ゴミ箱		1 個

(2) 課題 2

品名	寸法又は規格	数 量
作業用カート	ビルメンカートL	1 台
作業表示板		1 個
ワンタッチモップ柄	ワンタッチアルミハンドル	1 本
ラージ (モップ房)	260g 白色	1 個
小型ぼうき	30cm幅用	1 本
乾式モップヘッド	63cm	1 個
文化ちりとり		1 個
タオル	無地 水拭き用 (青色) 1 枚 無地 から拭き用 (白色) 1 枚	2 枚
ダスタークロス	60cm幅用	1 枚
ビニール袋	ゴミ箱用替袋	1 枚
机		1 台

イス	パイプ式折りたたみ	1脚
ゴミ箱		1 個

2. 選手が持参するもの

作業着（上・下）		1 着
作業帽又は三角巾		1個
作業靴		1 足

※持参するものは上記のものに限るが、同一品目のものを予備として持参することは差し支えない。

課題1 カーペット床清掃（作業時間：7分）

作業仕様（課題1）

作業工程	作業方法	補足事項	備考
資機材の準備	<ul style="list-style-type: none"> <li>・作業に必要な資機材は、すでに会場に準備されている。</li> <li>・真空掃除機には、ウォンドと吸込口がセットしてある。</li> <li>・作業標示板は既に所定の位置に立ててある。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・必要な資機材及び数量は、資機材一覧を参照すること。</li> <li>・資機材が過不足無く準備されているか点検し、異常があれば申し出る。</li> </ul>	資機材の点検終了後、係員の指示に従い所定の位置に立つこと。
競技開始の挨拶	・競技委員の始めの合図で所定の位置に立ち、「はじめます」と挨拶を行い、競技を開始する。	片手を挙げ、一礼する。	作業開始を申告すること。
作業準備	・真空掃除機を保管場所から作業場所の近くへ移動し、コードを外し、プラグをコンセントに差込み、始動点検を行う。	・吸込口に手をあて、風量があるか点検する。	
入室の挨拶	入口にて、室内に向かって入室の挨拶を行う。	「失礼します」と一礼して入室する。	
除塵作業 （真空掃除機）	①真空掃除機を使用し、外から入口を除塵し、入室する。 ②室内での作業手順は、カーペット床作業手順のとおり行う。 ③ゴミ箱は、持ち上げて除塵する。 ④前進しながら除塵する。 ⑤作業が終了したら掃除機を室内より出してプラグを抜く。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・入口のゴミを踏まないように広めに足場を確保する。</li> <li>・吸込口を床に強く押しつけない。</li> <li>・イスを手前に引き出し、机の下の除塵を行い、元に戻す。</li> <li>・掃除機本体は、手で持って移動する。</li> <li>・プラグを持って抜く。</li> </ul>	掃除機のコードを持って抜かないこと。
点検	指差し又は目視点検を行う。	資機材の忘れ、ゴミの取り残しがないか点検する。	声を出さないこと。
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」等と一礼して退室する。	
資機材の片付け	真空掃除機のコードを巻き、真空掃除機を保管場所に戻す。		
終了の挨拶	所定の位置に立ち、終了の挨拶を行う。	「終わりました」等の意思表示を行う。	作業終了を申告すること。

課題2 弾 性 床 清 掃 及 び 机 上 清 掃 （ 作 業 時 間 : 10 分 ）

作業仕様（課題2－1）

作業工程	作業方法	補足事項	備考
資機材の準備	<p>・作業に必要な資機材（タオル・モップ等）は、すでに作業カート（以下カート）上部に準備されている。</p> <p>①ワンタッチモップ柄（以下柄）の長さを調整し、カートの所定の場所にセットする。</p> <p>②ダスタークロスを乾式モップヘッド（以下ヘッド）に装着し、カート上部に置く。</p>	<p>・必要な資機材及び数量は、資機材一覧を参照すること。</p> <p>・資機材が過不足無く準備されているか点検し、異常があれば申し出る。</p>	資機材の点検終了後、係員の指示に従い所定の位置に立つ。
競技開始の挨拶	所定の位置に立ち、競技委員の始めの合図で「はじめます」と挨拶を行い、競技を開始する。	片手を挙げ、一礼する。	作業開始を申告する。
作業準備	作業用カート（以下カート）を保管場所から作業場所の近くへ移動し、作業表示板を立てる。		
入室の挨拶	入口にて、室内に向かって入室の挨拶を行う。	「失礼します」と一礼して入室する。	
イス上げとゴミ処理 (1) イスを上げる (2) ゴミの回収 (3) ゴミ袋のセット	<p>①作業前にイスを机の上に上げる。</p> <p>②ゴミ箱にセットされているビニール袋を回収する。</p> <p>③回収したビニール袋をカートの袋の中に入れる。</p> <p>④ビニール袋の替袋を取り出し、ゴミ箱にセットする。</p> <p>⑤ゴミ箱を机の上に上げる。</p>	<p>・机は動かさない。</p> <p>・イスは机からはみ出さないように正しくのせる。</p> <p>・ビニール袋を正しくセットする。</p> <p>・ゴミ箱は机からはみ出さないように正しくのせる。</p>	

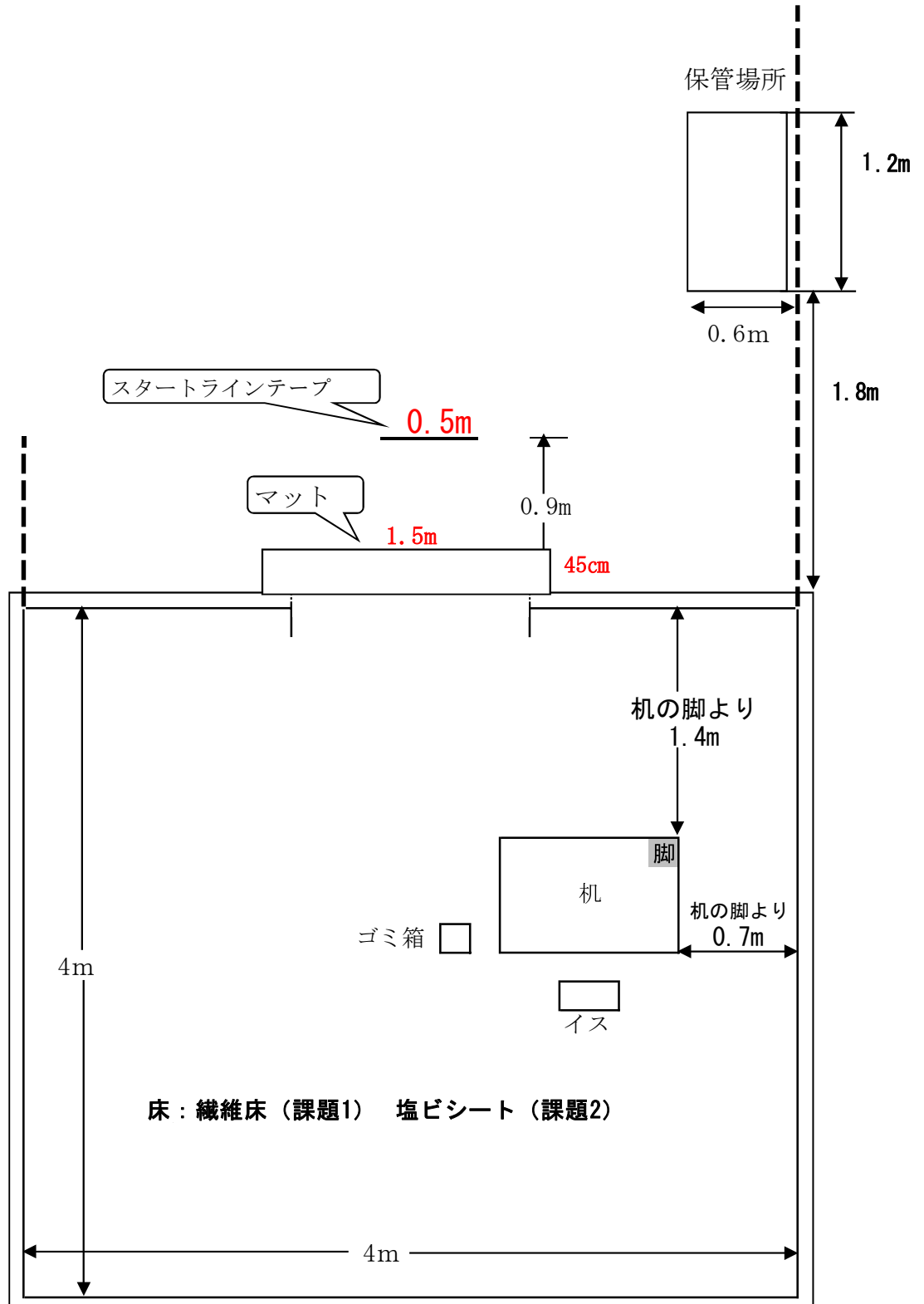
<p>除塵作業 (乾式モップ)</p>	<p>①ダスタークロスを着した乾式モップヘッドは入口の養生マットの上でモップの柄に取り付ける。 ②乾式モップで、外から入口を除塵し、入室する。 ③室内での作業手順は、乾式モップ作業手順のとおり行う。 ③ゴミは前進しながら出口に向かって1箇所に集める。 ④ヘッドを柄から外す。 ⑤使用済みのダスタークロスはヘッドから外し、カートの袋の中に収納する。 ⑥柄とヘッドをカートに戻す。 ⑦小型ぼうきと文化ちりとりを使用し、集めたゴミを回収する。 ⑧ゴミの取り残しがないか点検する。 ⑨小型ぼうき、文化ちりとりをカートに戻す。</p>	<p>・柄の先端には親指を添える。 ・ヘッドの辺は広い方を先行させる。 ・入口のゴミを踏まないように足場を確保する。 ・ヘッドは、床から離さない。 ・使用済みダスタークロスはカートの袋の中に入れる。 ・ゴミの取り残しがある場合は、小型ぼうきと文化ちりとりを使用し回収する。 ・ヘッドは、カート上部に、スポンジ面を上にして、邪魔にならないように置く。</p>	<p>点検の際に声を出さないこと。</p>
-------------------------	--	--	-----------------------

作業仕様（課題２－２）

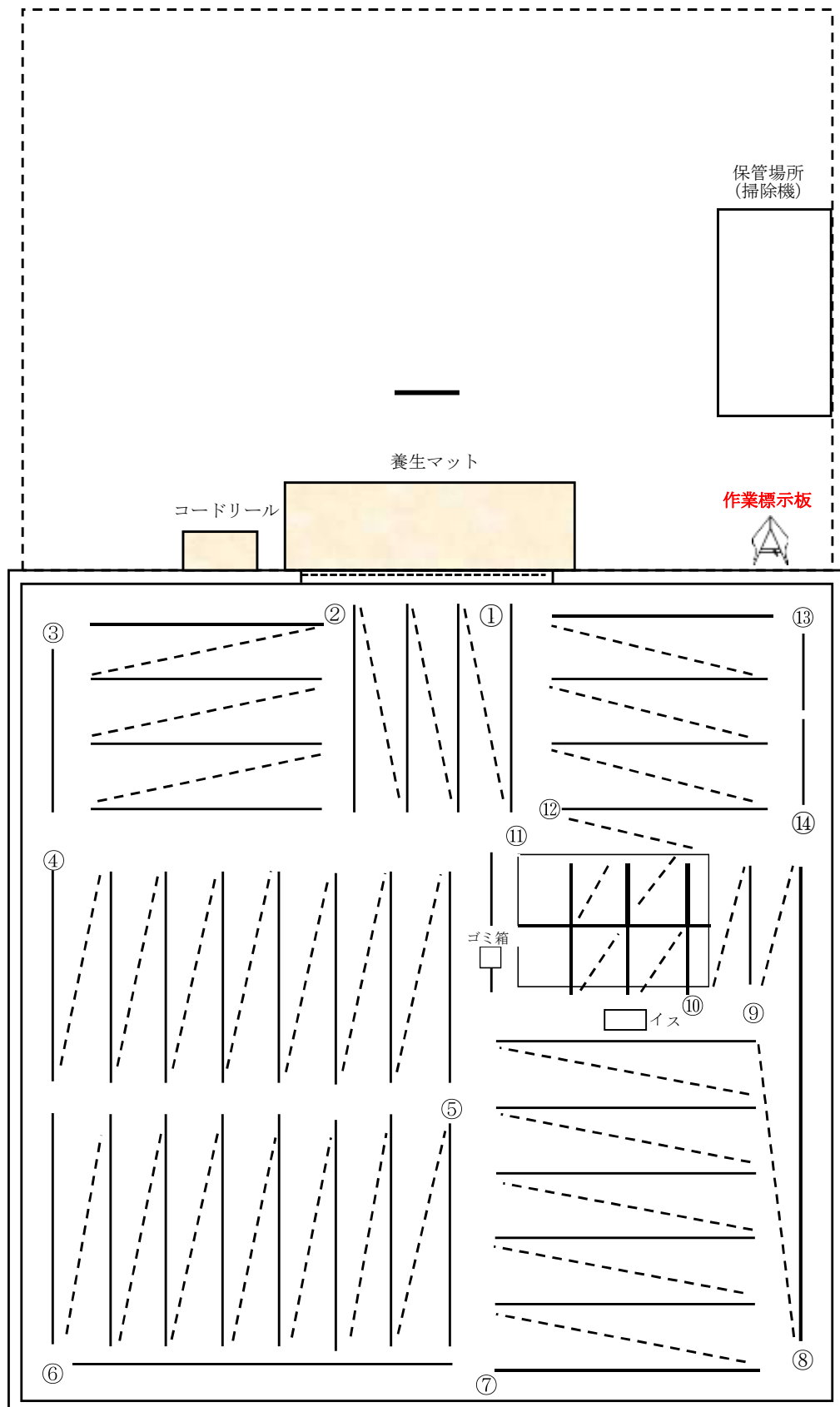
作業工程	作業方法	補足事項	備考
水拭き作業 (モップ)	①コート全体を拭く。 ②室内での作業手順は、水拭きモップ作業手順のとおり行う。 ③コーナー周りと机の足元は房糸に手を添えて拭く。 ④モップは適宜裏返し、モップ全体を使って拭く。 ⑤モップは横拭きとし、後退しながら拭く。	・拭き残し、拭きむらのないようにする。 ・柄の先端には親指を添える。 ・房糸が幅木、机の脚部に触れないようにする。 ・拭いたところを踏まないようにする。	
ゴミ箱とイス下ろし	安全に音を立てないように下ろす。	・足の上に落とさないように注意する。	
机上拭き	①青色のタオルと白色のタオルを八折にして持つ。 ②机の上を青色のタオルで水拭きした後に、白色のタオルでから拭きを行う。	・タオルが汚れたら、きれいな面を出して拭く。 ・机の縁を含めて、四隅から中央へと拭く。 ・横拭き・縦拭きを行う。	
点検	指差し又は目視点検を行う。	・資機材の忘れ、ゴミの取り残しなどの点検を行う。	点検の際に声をださないこと。
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」と一礼して退室する。	
資機材の片付け	作業表示板をカートに収納し、カートを保管場所に戻す。		
終了の挨拶	所定の位置に立ち、終了の挨拶を行う。	「終わりました」等の意思表示を行う。	作業終了を申告する。



## 標準配置図(モデル)



## カーペット床作業手順



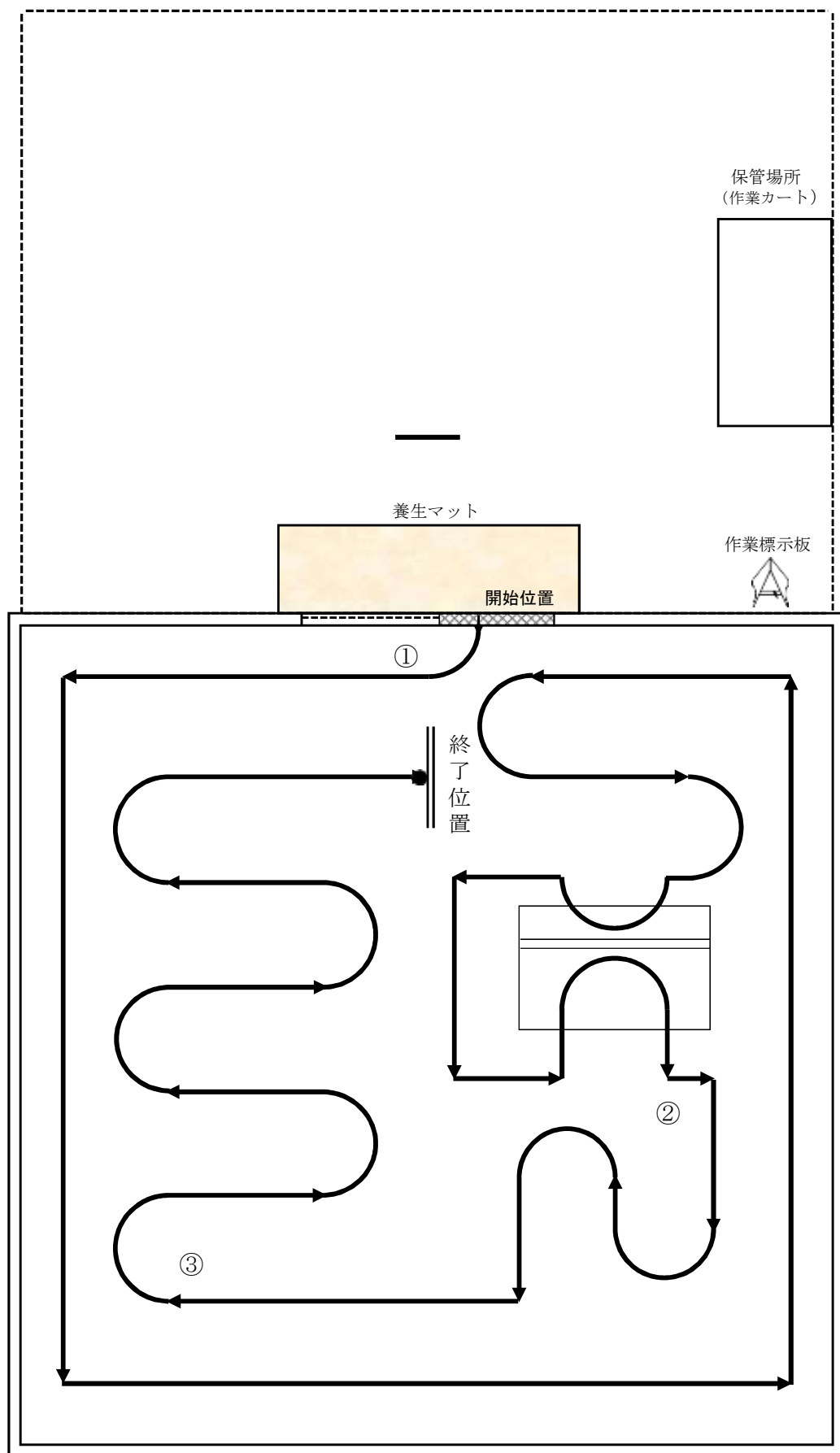
注：作業の進行①～⑭

吸引回数を入れたものではありません。

①の作業を一回の行程でできない場合は、真ん中で二度に分けても構いません。

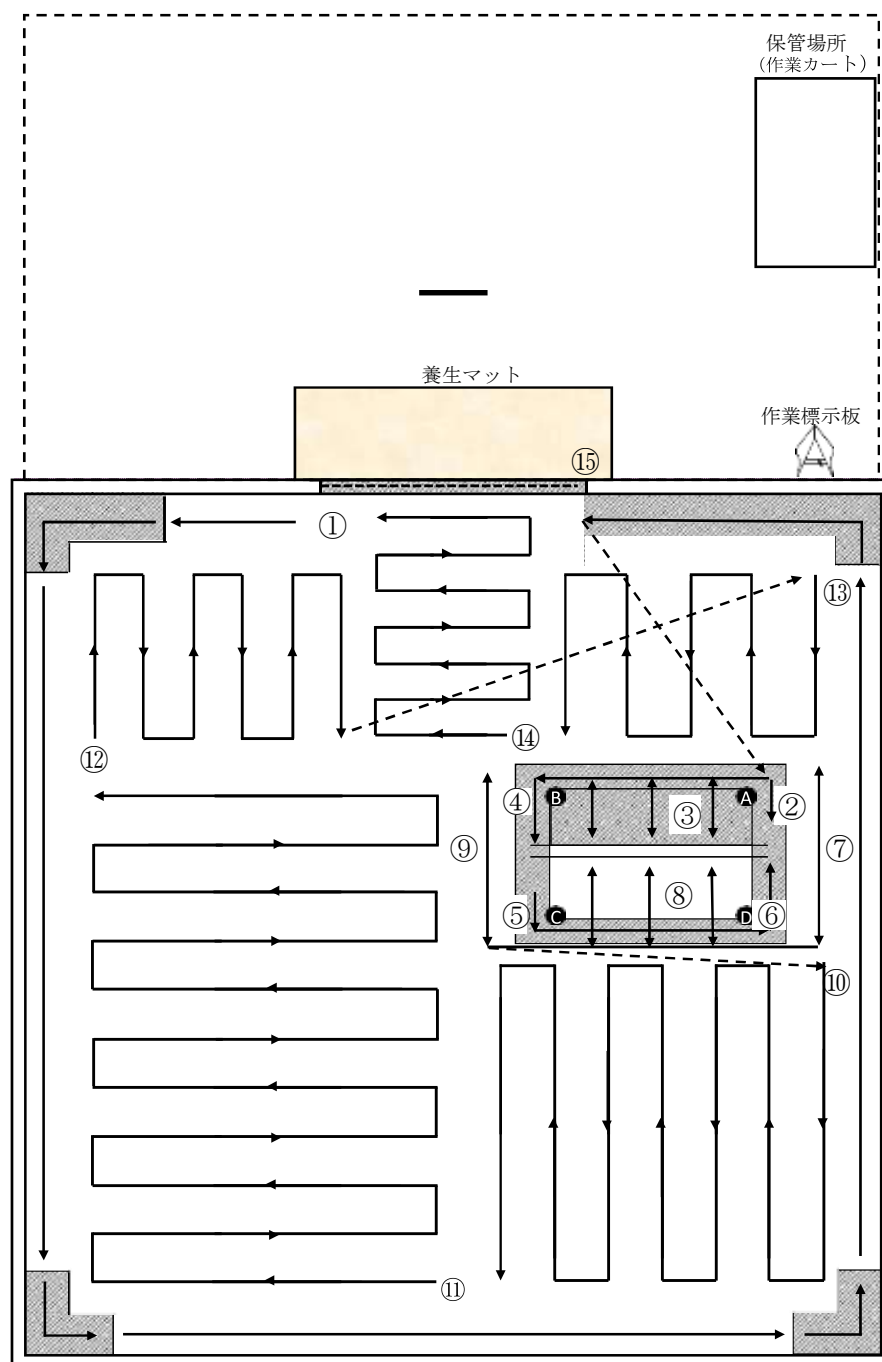
ゴミ箱の下を作業する際は、ゴミ箱を移動し、確実に吸引する。


## 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

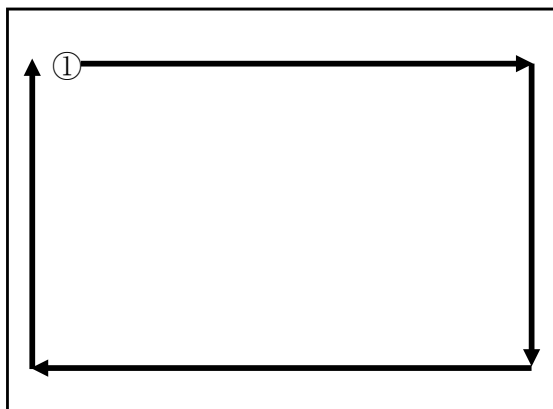
## 水拭きモップ作業手順



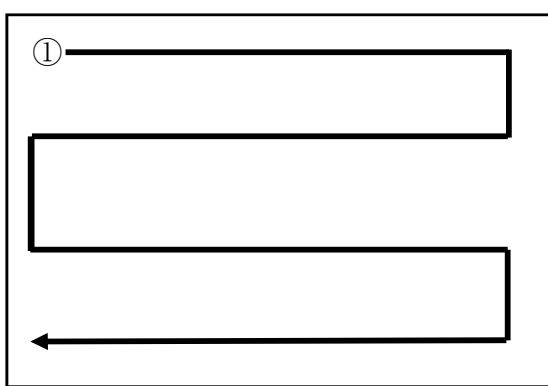
注：  印は手を添える箇所を示す。水拭き回数を入れたものではありません。

- ①巾木側を1周すること。（コーナーは手を添えます）
- ②Aの足回りを手を添えて拭く
- ③机の下を手を添えて拭く
- ④～⑥B足、C足、D足の順に足回りを手を添えて拭く
- ⑦机の脇（壁側）を拭く
- ⑧机の下を手を添えずに拭く
- ⑨机の脇（入口側）を拭く
- ⑩～⑭スパンを決めて拭く
- ⑮入口を手を添えて拭く

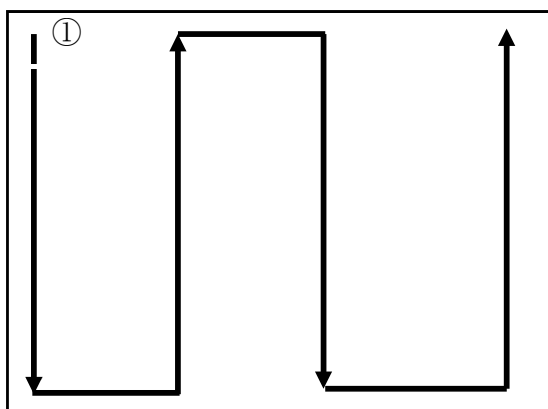
## 机上拭き作業手順



①四角く、縁にそって拭きます。  
(その際、テーブル、机の縁も拭きます。)



②横拭き：拭いていない中面を左右に拭きます。  
(このとき、拭きムラの無いように注意します。また、左右の動きにより、往復の回数が異なります。)



③縦拭き：拭き残しがないように中面を上下に拭きます。  
(このとき、拭きムラの無いように注意します。また、上下の動きにより往復回数は、異なります。)

④から拭きも同じように行います。

注：作業手順は右手でタオルを持つ人の例になります。左手で持つ  
人の場合は、左右を逆として構いません。