

規定	カテゴリー		旧	新	理由・コメントなど
第5章第5条1.b)	クラス分け	b) Sports Class Status of Review (R) with a Fixed Review Date which is after the date when the record was achieved. If a decision is taken by the IPC Athletics Classification Panel, and recorded on the athlete's IPC Athletics Classification Card, that the review status is allocated due to: (i) The progressive nature of impairment, or; (ii) Impairment of fluctuating nature, or; (iii) A maturity review process.	申請と承認 1. IPC陸上競技部門の世界記録および地域記録は、IPC陸上競技部門承認競技会(第1章1参照)で以下のいずれかに該当する有資格競技者(リレーの場合は全競技者)によって達成された場合にのみ認められる。 a) 競技クラスが確定(ステイタスC)の競技者 b) 競技クラスが再審査扱い(ステイタスR)の競技者(以下のいずれかの理由により再審査扱いとすることがIPC陸上競技部門クラス分け委員会によって決定され、当該競技者のIPC陸上競技部門クラス分けカードに記載された場合) (i) 進行性の機能障害であること (ii) 機能障害が変動すること (iii) 再審査中であること	b) 競技クラスが再評価(ステイタスR)の競技者で次回のクラス分け指定日が記録達成日以降であること。 (以下)のいずれかの理由により再審査扱いとすることがIPC陸上競技部門クラス分け委員会によって決定され、当該競技者のIPC陸上競技部門クラス分けカードに記載された場合) (i) 進行性の機能障害であること 進行性の機能障害であること (ii) 機能障害が変動すること (iii) 再審査中であること	一部の障害に関し(進行性、症状が不安定、not mature)、再審査の日程が「classification master sheet」に明確に記載されることとなった。
規則第5条3		Failure to Participate	参加の拒否	参加の拒否	参加の拒否の理由となる行為
規則第6条16	アイマスク	Eye patches and mask 16. Athletes in Sport Classes T/F11 must have their eyes/eye cavities completely covered by gauze patches or an equivalent material, and must wear approved opaque glasses or an appropriate substitute during all track and/or field events. These opaque glasses or their substitute must completely cover the eyes of the competitor and must be checked and approved by the responsible technical official and must in their opinion be effective in blocking out all light. These opaque glasses or their substitute may be inspected again at any time, including immediately before the start and/or after finish. Note(i): it is the responsibility of the athlete to ensure that these eye patches and opaque glasses or appropriate substitute meet this requirement. Note (ii): it is not required for athletes to wear eye patches and masks during road races.	アイマスク 16. 競技クラスT/F11の競技者は、すべてのトラック種目とフィールド種目の競技中、承認を受けた不透明で前の見えない眼鏡または適切な代用品を装着しなければならない。不透明眼鏡またはその代用品は担当の技術役員のチェックと承認を受けなければならない。技術役員の判断において、完全に光を遮断する効果があるものでなければならない。担当の技術役員は、競技開始直前や競技終了直後を含めいつでも、不透明眼鏡またはその代用品の再検査を行うことができる。 注意: 本要件に不透明眼鏡またはその代用品を合致させるのは競技者の責任である。	アイパッチ(Eye Patches)とアイマスク 16. 競技クラスT/F11の競技者は、すべてのトラック種目とフィールド種目の競技中、目/目のくぼみを、アイパッチ(Gauze Patches)あるいは同様のもの完全で覆い、さらに、承認を受けた不透明で前の見えない眼鏡または適切な代用品を装着しなければならない。不透明眼鏡またはその代用品は、競技者の目を完全に覆うもので、担当の技術役員のチェックと承認を受けなければならない。技術役員の判断において、完全に光を遮断する効果があるものでなければならない。担当の技術役員は、競技開始直前や競技終了直後を含めいつでも、不透明眼鏡またはその代用品の再検査を行うことができる。 注意i: 本要件にアイパッチ、不透明眼鏡またはその代用品を合致させるのは競技者の責任である。 注意 ii : 道路競技ではアイパッチ、アイマスクはつけてなくてもよい。	T/F11で、眼鏡(アイマスク)の下にアイパッチをすることが必要となる。アイパッチを用意するのは競技者の責任者である。原文からはアイパッチが完全に光を遮断するようには読み取れない。招集所で最初のチェックをおこなうことになるが、移動中や競技中にアイパッチが剥がれた場合には失格の対象になると解釈できる。
規則第7条3	助力	e) Ambulant athletes who are competing from a standing position using a wheelchair to access the field of play	新規	立った位置から競技を始める立位競技者が、車椅子で競技区域内(招集以降)に入ってきた場合	
規則第7条16	助力	For athletes in Sport Classes F11 and F12 an assistant may bring athletes to the throwing circle or Javelin runway. The assistant may assist the athlete by orientating them with the throwing circle or on the Javelin runway before each attempt. The assistant must leave the throwing circle or Javelin runway before each attempt begins. Once the athlete is oriented, the assistant may also provide acoustic orientation. Acoustic orientation is permitted before, during and after each attempt. Athletes may only be escorted from the throwing circle or Javelin runway after the officials have determined whether or not the attempt was a valid one. Note: If the official in charge of the event decides that an assistant who is providing acoustic orientation is in an unsafe location then the official has the right to require the assistant to move.	競技クラスF11およびF12の競技者については、アシスタントが投てきサークルまたはやり投の助走路まで誘導することができる。アシスタントは各試技の前に投てきサークルまたはやり投の助走路に対する競技者の位置決めを助けることができる。アシスタントは試技が始まる前に投てきサークルまたはやり投の助走路を離れなければならない。音響による方向指示は各試技の前後および最中に行うことができる。投てきサークルまたはやり投げの助走路からの競技者の誘導は、試技が有効か否かの判定を役員が下すまで行ってはならない。 注意: 担当の種目役員は、音響による方向指示を行うアシスタントが危険な場所にいると判断した場合、移動するよう要請する権利を有する。	競技クラスF11およびF12の競技者については、一人のアシスタントが投てきサークルまたはやり投の助走路まで誘導することができる。アシスタントは各試技の前に投てきサークルまたはやり投の助走路に対する競技者の位置決めを助けることができる。アシスタントは試技が始まる前に投てきサークルまたはやり投の助走路を離れなければならない。音響による方向指示はアシスタントは、競技者の方向が決まれば、各試技の前後および最中に行うことができる音響による指示を出すことができる。投てきサークルまたはやり投げの助走路からの競技者の誘導は、試技が有効か否かの判定を役員が下すまで行ってはならない。 注意: 担当の種目役員は、音響による方向指示を行うアシスタントが危険な場所にいると判断した場合、移動するよう要請する権利を有する。	投てき種目でのアシスタント数を明記。音響による指示を出すことができるのがアシスタントであることを明記。

規則第7条18 (i)(ii)	助力	<p>Note (i): Acoustic orientation is permitted before, during and after each attempt. Once an attempt has begun, only acoustic orientation is allowed by the assistant(s) until Athletes may only receive guidance other than acoustic orientation from the assistant(s) after the officials have determined whether or not the attempt was a valid one.</p> <p>Note (ii): The assistant(s) may be positioned on or beside the Long Jump runway or behind the landing area. The assistant(s) may be in front of or behind the take-off area, but shall not stand in the take-off area (powdered area) or landing area.</p> <p>Note: (iii) The assistant(s) must not stand in a position that hinders the view of officials nor run along-side or behind the athlete during an attempt.</p>	<p>18. 跳躍種目において、競技クラスT11の競技者は次の2名のアシスタントを競技区域に同伴することができる。</p> <p>a) 走高跳、走幅跳、三段跳で助走時に音響による方向指示を行うコーラー役</p> <p>b) 各試技の前に助走路で競技者の位置決めと方向づけを行うエスコート役</p> <p>注意(i): 音響による方向指示は各試技の前後および最中に行うことができる。音響による方向指示以外の誘導は、試技が有効か否かの判定を役員が下すまで行ってはならない。</p> <p>注意(ii): 投てき種目で競技する競技クラスF11の競技者は、1名のアシスタントのみ、競技区域に同伴することができる。</p>	<p>18. 跳躍種目において、競技クラスT11の競技者は次の2名のアシスタントを競技区域に同伴することができる。</p> <p>a) 走高跳、走幅跳、三段跳で助走時に音響による方向指示を行うコーラー役</p> <p>b) 各試技の前に助走路で競技者の位置決めと方向づけを行うエスコート役</p> <p>注意(i): 音響による方向指示は、各試技の前後および最中に行うことができる。一旦試技が開始されると、アシスタントは、役員が試技が有効か否かの判定を下すまで音響による指示を出すことができる。</p> <p>注意(ii): アシスタントは、助走路の上あるいはその脇、または砂場の奥に位置することができる。また、踏切板の前後に立ってもよいが、踏切板(パウダーを敷いているところ)および砂場に入ることはできない。</p> <p>注意(iii): 投てき種目で競技する競技クラスF11の競技者は、1名のアシスタントのみ、競技区域に同伴することができる。</p> <p>注意(iii): アシスタントは役員の邪魔にならない場所に立たなければならない。アシスタントは試技中に競技者の側面や後方を走ってはならない。</p>	<p>注意(ii)は新規。アシスタントが位置してよる場所を明記。</p> <p>注意(iii)は、7条20から移動。</p>
規則第7条20	助力	<p>For athletes in Sports Class T/F12, only one assistant is allowed to accompany the athlete onto the field of play to act as caller and/or escort in Jumping and Throwing Events. The assistant shall observe Rule 7.18.</p> <p>Note: The assistant must stand in a position that does not hinder the view of officials. The assistant must not run along-side or behind the athlete during a trial.</p>	<p>20. 競技クラスT/F12の競技者は跳躍種目と投てき種目でコーラー、エスコート、またはその両方の役割を果たす1名のアシスタントのみ、競技区域に同伴することができる。</p> <p>注: アシスタントは役員の邪魔にならない場所に立たなければならない。アシスタントは試技中に競技者の側面や後方を走ってはならない。</p>	<p>20. 競技クラスT/F12の競技者は跳躍種目と投てき種目でコーラー、エスコート、またはその両方の役割を果たす1名のアシスタントのみ、競技区域に同伴することができる。アシスタントは規則7.18に従わなければならない。</p> <p>注: アシスタントは役員の邪魔にならない場所に立たなければならない。アシスタントは試技中に競技者の側面や後方を走ってはならない。(7.18注意 iii)に移動)</p>	<p>投てきは規則7.16で定義されているため。</p>
規則第7条4b)		<p>b) Medical examination / treatment and/or physiotherapy necessary to enable an athlete to participate or continue participation once on the competition area. Such medical examination / treatment and/or physiotherapy may be provided either on the competition area under Rule 7.1.</p>	<p>b) 競技者が競技を行うため、または、すでに競技区域にいる競技者が競技を継続するために必要な、規則7.1に定める診察、治療、理学治療。</p>	<p>b) 競技者が競技を行うため、または、すでに競技区域にいる競技者が競技を継続するために必要な、規則7.1に定める診察、治療、理学治療。</p>	<p>IAAF規則で削除された条項がIPC規則に残っていたため。日本語訳では、IAAF規則をベースとしていたため、すでに削除済み。</p>
規則第7条9 note iii	ガイド	<p>Note (iii): It is recommended that cones or some other visual markers (minimum height 0.2m) shall be are placed on both sides of the track at the point 10m from the finish so that guide-runners may visually identify the position at which they can release their athletes if so desired.</p>	<p>9. 競技者と伴走するガイドランナー(2人ペア)の誘導方法はロープ使用を必須とする。さらに、ガイドランナーから口頭で指示を受けてもよい。ガイドランナーは走行(または徒歩)によって任務を完了しなければならず、自転車その他の機械的移動手段の使用は認められない。</p> <p>注意(i): ガイドロープによる結束は、2人の手または腕のみなされるものとする。</p> <p>注意(ii): 2人は、スタートから終始、ロープでつながってなくてはならない。例外は、ガイドランナーの交代時とフィニッシュ手前10m地点に2人の最初の足が到達したときである。</p> <p>注意(iii) ガイドランナーが、競技者を離してよい地点を視覚的に確認できるように、フィニッシュ手前10mの両側に、コーンやその他視覚的に確認可能なものを置くことを推奨する。</p>	<p>注意(iii) ガイドランナーが、競技者を離してよい地点を視覚的に確認できるように、フィニッシュ手前10mの両側に、コーンやその他視覚的に確認可能なものを置くことを推奨する。置かなければならない。</p>	<p>「推奨」から「義務」へ変更。</p>

規則第7条13 note i	ガイド	Note(i): Upon request, the Technical Delegate may permit an assistant to accompany the athlete to the start to set the blocks under special circumstances. The assistant shall withdraw from the field of play prior to the start of the race. Note(ii): To ensure a safe transfer for those athletes in Sport Class T12 who do not run with a guide-runner, Technical Delegate may also permit an assistant to accompany the athletes through the Call Room up to the field of play. The assistant shall withdraw from the field of play prior to the start of the race.	13. 競技クラスT12、T20、T35-38、T42-47の一部の競技者は、出発係によるスターティングブロックの設置を要請することができる。技術代表は、必要と思われる競技者やその競技者の所属チームのコーチに要請内容記入用紙を配布する。 注意(i): 要請があった場合、技術代表は、特定の状況において競技者がアシスタント同伴でスタート地点に赴き、スターティングブロックを設置することを認めることができる。アシスタントはレーススタート前に競技エリア内から退去しなくてはならない。 注意(ii): 競技クラス12競技者の安全な移動を保障するため、技術代表は、招集所から競技エリアへ付き添うアシスタントを認めることができる。アシスタントはレーススタート前に競技エリア内から退去しなくてはならない。	13. 競技クラスT12、T20、T35-38、T42-47の一部の競技者は、出発係によるスターティングブロックの設置を要請することができる。技術代表は、必要と思われる競技者やその競技者の所属チームのコーチに要請内容記入用紙を配布する。 注意(i): 要請があった場合、技術代表は、特定の状況において競技者がアシスタント同伴でスタート地点に赴き、スターティングブロックを設置することを認めることができる。アシスタントはレーススタート前に競技エリア内から退去しなくてはならない。 注意(ii): ガイドランナーを伴わない 競技クラス12競技者の安全な移動を保障するため、 技術代表は アシスタントが招集所から競技エリア まで付き添う ことができる。 アシスタント はレーススタート前 に 競技エリア内から退去しなくてはならない。	技術代表の許可がなくとも認められることとなった。招集所で申し出ればよい。
規則第17条7.note i	スタート	Note (i): Any motion by an athlete that does not include or result in the athlete's foot / feet losing contact with the foot plate(s) of the starting blocks (or where starting blocks are not used, the ground) , or the athlete's hand/hands losing contact with the ground, shall not be considered to be the commencement of the start. Such instances may, if applicable, be subject to a disciplinary warning or disqualification.	注意(i) スターティング・ブロックのフットプレートから足が離れたり、地面から手が離れたりせず、結果的に足や手が離れることにもならない動作は、スタート動作の開始と見なされず不正スタートの対象とはならない。そのような事例は、状況によっては不正スタートではなく不適切行為での警告または失格処分の対象になる場合がある。	注意(i) 結果的にスターティング・ブロックのフットプレートから(あるいはスターティング・ブロックが使われていない場合は地面から)足が離れようとしていない、あるいは地面から手が離れようとしていない動作は、スタート動作の開始とみなさない。そのような事例は、警告または失格処分の対象になる場合がある。	IAAF規則とは異なる、パラ独特の状況を追記。
規則第18条9	離脱	An athlete and/or the accompanying guide-runner, who during the course of a race voluntarily leaves the track prior to the finish, the athlete will not be allowed to continue in the race and shall be recorded as not finishing the event. Should the athlete and/or his guide-runner attempt to re-enter or continue in the race the athlete shall be disqualified by the Referee.	トラックからの離脱 9. レース中に自らの意思でトラックを離れた競技者およびガイドランナーは、そのレースを継続することを認められず、完走しなかったものとして記録されるものとする。いったんトラックを離れた競技者がレースに戻ろうとした場合、審判長により失格が宣言されるものとする。	トラックからの離脱 9. レース中に、 フィニッシュするより前に 自らの意思でトラックを離れた競技者および または ガイドランナーは、そのレースを継続することを認められず、完走しなかったものとして記録されるものとする。いったんトラックを離れた競技者 および / または ガイドランナーがレースに戻ろうとした場合、審判長により失格が宣言されるものとする。	フィニッシュ前10mでは、ガイドは競技者から離れることができる。ガイドがフィニッシュラインを通過することは絶対であり、フィニッシュラインを通過せず離脱することは認めないことを明記。
規則第19条1.note		1. The position of the finish of a race shall be denoted by a white line 50mm wide. Note: In the case of events finishing outside the stadium, the finish line may be up to 0.30m in width and may be of any colour contrasting distinctively with the surface of the finish area.	1. フィニッシュは幅50mmの白いラインで示す。 注意: 競技場外でフィニッシュする種目の場合、フィニッシュラインの幅は0.3mまで、その色はフィニッシュエリアの道路面とはつきり区別できる色ならば何でもよい。	誤字の修正のみ	
規則第19条4	写真判定	4. In races for athletes in Sports Class T11 and T12 competing with a guide-runner then the athlete must reach the nearer edge of finish line in front of the guide-runner or the athlete will be disqualified. When photo finish is in use, the Chief Photo Finish Judge shall make this determination and apply any disqualification. In any other case, or where a Photo Finish image is not available, the Track Referee shall decide.	4. ガイドランナーを伴う競技クラス11および12の競走競技においては、競技者はガイドランナーより先にフィニッシュラインに到達しなければならず、そうしなかった場合は失格となる。	4. ガイドランナーを伴う競技クラス11および12の競走競技においては、競技者はガイドランナーより先にフィニッシュラインに到達しなければならず、そうしなかった場合は失格となる。 写真判定システムが使われている場合は、写真判定員主任がこの判定をし、失格を判断する。それ以外の場合、あるいは写真判定画像がない場合は、トラック審判長が判定する。	写真判定が使用されるとき、ガイドの先着を判定画像で確認すべきことが明記された。

規則第20条16		16. In order to confirm that the camera is correctly aligned and to facilitate the reading of the Photo Finish image, the intersection of the lane lines and the finish line shall be coloured backed black in a suitable design. Any such design must be solely confined to the intersection, for no more than 20mm beyond, and not extended before, the leading edge of the finish line. Similar black marks may also be placed on each side of the intersection of an appropriate lane and the finish line to further facilitate reading.	16. カメラが正しく設置されていることを確認するために、また、写真判定画像が読み取りやすいようにするために、レーンラインとフィニッシュラインの交差部分は適切なデザインで黒く塗る。そのようなデザインは当該交差部分のみに施し、フィニッシュラインのスタートラインに近い方の端から向こう側に20mm以内にとどめ、手前にはみ出してはならない。記録をより読み取りやすくするため、レーンラインとフィニッシュラインの交差部分の両側に同様の黒マークを置いてよい。	誤字の修正のみ	
規則第20条22	写真判定	22. In conjunction with his Assistants, the Chief Photo Finish Judge shall determine the placing of the athletes and, as a consequence, their official times. He shall ensure that these results are correctly entered in or transferred to the competition results system and conveyed to the Competition Secretary. He shall also make any necessary determination and disqualification under Rule 19.4	22. 写真判定員主任は、補助役の判定員と協同して競技者の着順を決定し、引き続き彼らの公式時間を決定する。主任は、これらの着順と時間が競技結果システムに正確に入力転送されていること、そして記録・情報処理員に渡したことを確かめねばならない。	22. 写真判定員主任は、補助役の判定員と協同して競技者の着順を決定し、引き続き彼らの公式時間を決定する。主任は、これらの着順と時間が競技結果システムに正確に入力転送されていること、そして記録・情報処理員に渡したことを確かめねばならない。写真判定員主任は、規則19.4に基づき失格を含む必要な判定を下す。	写真判定が使用されるとき、ガイドの先着を判定画像で確認すべきことが明記された。
規則第23条4	リレー	Note: For wheelchair relays, the Local Organising Committee shall provide helmet socks to each team of a distinctive colour so as to be easily identified during the race.	新規	注: 車椅子リレーでは、レース中に容易に識別できるよう、色の区別がつくヘルメットソックス(helmet socks)を組織委員会が準備する。	チームごとに異なる色のヘルメットカバー(ヘルメットソックス)を被ることの義務付け。
規則第23条19	リレー	19. In any ambulant relay race, when lanes are not being used, including when applicable, in 4x200m and 4x400m, waiting athletes/guide-runners can take an inner position on the track as incoming team members approach, provided they do not jostle or obstruct another athlete/guide-runner so as to impede his progress. In 4x200m and 4x400m, waiting athletes/guide-runners shall maintain their order in accordance with Rule 23.17. If an athlete/guide-runner does not follow this Rule, his team shall be disqualified.	19. 4×200mリレーと4×400mリレーも含めたどのリレー競走においても、レーンが使用されていない場合は、次走者は、他の走者の進行をじゃまするために妨害したり押しつけたりしないならば、走って来るチーム走者が近づくにつれてトラックの内側に移動できる。4×200mリレーと4×400mリレーの場合には、次走者は規則23.17で規定された順番を維持する。もし競技者/ガイドランナーが、この規則に従わないならば、そのチームは失格となる。	19. 4x200mリレーと4×400mリレーも含めた 立位のリレー競走において 、レーンが使用されていない場合は、次走者は、他の走者の進行をじゃまするために妨害したり押しつけたりしないならば、走って来るチーム走者が近づくにつれてトラックの内側に移動できる。4×200mリレーと4×400mリレーの場合には、次走者は規則23.17で規定された順番を維持する。もし競技者/ガイドランナーが、この規則に従わないならば、そのチームは失格となる。	車いすのリレーには新規に23条20が設けられたため。
規則第23条20	車椅子リレー	20. In any wheelchair relay race, when lanes are not being used, including when applicable, in 4x200m and 4x400m, waiting athletes will be allocated two adjacent lanes, in their order in accordance with Rule 23.17. The waiting athletes may use either of these two lanes but must remain in these two lanes until after the takeover has been completed. In wheelchair relay races waiting athletes cannot take up an inner position or any other position than in the two allocated lanes. If an athlete does not follow this Rule, his team shall be disqualified.	新規	4x200m, 4x400mを含む車椅子リレーで、レーンが使用されず次走者が規則23.17に従い順番に並ぶ際には、2レーン分が割り当てられる。次走者は2レーンのどちらを使ってもよいが、引き継ぎが完了するまでそのレーンに留まっていなければならない、割り当てられた2レーンより内側やそれ以外に位置取りをすることはできない。もし競技者が、この規則に従わないならば、そのチームは失格となる。	引き継ぎの際の車いすの接触や衝突を防ぐため。
規則第34条5(c)	座位投てき	c) Use of gloves except for athletes in Classes F31-33 and F51-53 that is not in contravention Rule 34.6(d)	5. 以下に掲げるものは助力と見なされ、認められない。 a) 変更なし b) 変更なし。 c) グローブを着用すること。ただし、競技クラスF51-53の競技者によるグローブの着用で規則34.6(d)の違反に該当しないものは除く。 d) 変更なし。	5. 以下に掲げるものは助力と見なされ、認められない。 a) 変更なし b) 変更なし。 c) グローブを着用すること。ただし、競技クラス F31-33 、F51-53の競技者によるグローブの着用で規則34.6(d)の違反に該当しないものは除く。 d) 変更なし。	対象を拡大

規則第34条6 (d)	座位投てき	d) The use of gloves that is not in contravention of Rule 34.5(c); Athletes in Sport Classes F31-F33 and F51-53 (i.e., quadriplegic athletes) use strapping or a glove on their non-throwing hand and anchor/attach that hand to the throwing frame or holding bar.	6. 以下に掲げるものは助力と見なされず、認められる。 a) 変更なし。 b) 変更なし。 c) 変更なし。 d) 規則34.5(c)の違反に該当しないグローブの着用。 競技クラスF51-53の競技者(四肢麻痺の競技者)が投てきをしない方の手をストラップまたはグローブで投てき台またはホールディングバーに固定・付着させること。	6. 以下に掲げるものは助力と見なされず、認められる。 a) 変更なし。 b) 変更なし。 c) 変更なし。 d) 規則34.5(c)の違反に該当しないグローブの着用。 競技クラス F31-33 、F51-53の競技者(四肢麻痺の競技者)が投てきをしない方の手をストラップまたはグローブで投てき台またはホールディングバーに固定・付着させること。	対象を拡大
規則第49条8	道路競技	Guide-runners may collect refreshments for their guided athlete from the official stations provided they are passed to the athlete within the designated area from which refreshments can be received or collected.	新規	飲食物をとることができるように指定されたエリア内で、競技者に手渡すことができるのであれば、競技者のためにガイドランナーが飲食物供給所で飲食物を取ってもよい。	ガイドランナーは、飲食物をエリア内で速やかに競技者に渡さなくてはならず、そのまま持ったまま走り続けてはならない。