

【基本編】

知っておきたい アンチ・ドーピング情報



(公財) 北海道スポーツ協会 スポーツ科学委員会



関係資料

下記URLより資料をダウンロード可能

https://hokkaido-sports.or.jp/kyogi_kokutai_ant/

- ① 研修会資料【基本編】
- ② 冊子「教えてください アンチ・ドーピングのこと」
- ③ アンチ・ドーピングカード
- ④ ドーピングに関する問い合わせ用紙
- ⑤ ドーピング検査手順
- ⑥ 国民スポーツ大会ドーピング検査同意書
- ⑦ 国民スポーツ大会における「治療使用特例（TUE）」（4種類）
- ⑧ アンチ・ドーピング使用可能薬リスト（最新版）
- ⑨ 国民スポーツ大会アンチ・ドーピング教育履歴確認カード
- ⑩ 世界アンチ・ドーピング規程2021改定ポイント





【基礎編】

知っておきたい アンチ・ドーピング情報

アンチ・ドーピングの基礎知識

- ドーピングの定義
- アスリートの役割と責務
- ドーピング検査
- ドーピング禁止物質と方法
- 治療使用特例（TUE）
- 情報を探す



薬は何のためにあるのでしょうか？

A 薬の働き

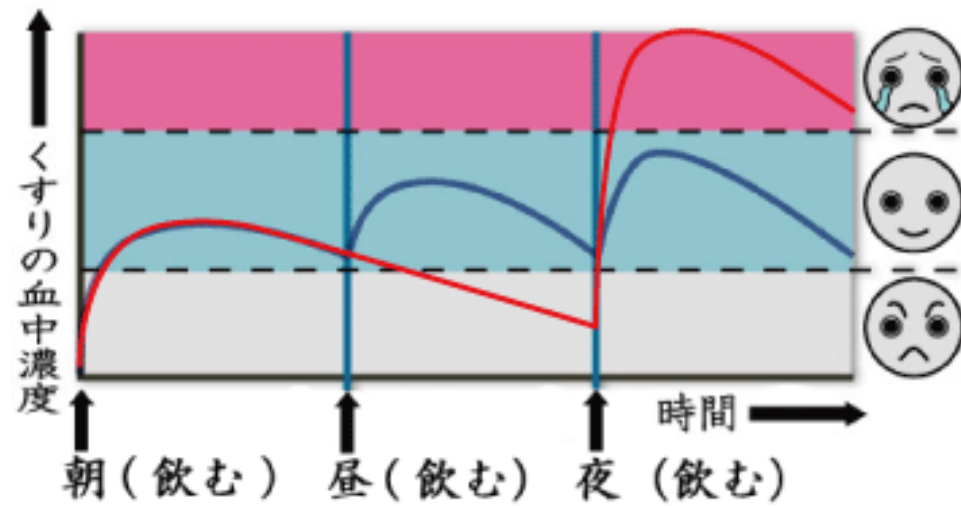
薬は、主に、自然治癒力を助ける働きをし、病気やケガを早くもとの健康な状態に戻します。

また、病原菌を殺したり（抗生物質）、病気にならないように予防する（ワクチン）薬もあります。



大切!

服用した薬が、決められた量や回数より多いと、血中濃度が高くなり副作用を起こす場合があります。また少ないと、血中濃度が低くて効果が発揮されないことがあります。



病気でもないのに、薬を使ってスポーツをすると・・・



- 副作用の可能性
- 脱水による薬の効きすぎ
- 肝臓や腎臓への負担
- 光線過敏症
- 消化器（胃や腸などへの負担）
- 精神的な不安



ドーピングの定義

競技力を高めるために、禁止されている物質や方法を使用したり、それらの使用を隠したりする行為

禁止されている理由：スポーツの価値を損なう

- 健康に悪影響を及ぼす
- フェアプレーの精神に反する
- 社会にとっても悪影響を及ぼす



アンチ・ドーピング規則違反

CODE 2021 より

制裁期間 ■ : 4年 ■ : 2年

- ① 採取した尿や血液に禁止物質が存在すること
- ② 禁止物質・禁止方法の使用または使用を企てること
- ③ ドーピング検査を拒否または避けること
- ④ 居場所情報関連の義務を果たさないこと

アスリート

- ⑤ ドーピング・コントロールを妨害または妨害しようとする
- ⑥ 正当な理由なく禁止物質・禁止方法を持っていること
- ⑦ 禁止物質・禁止方法を不正に取引し、入手しようとする
- ⑧ アスリートに対して禁止物質・禁止方法を使用または使用を企てること
- ⑨ アンチ・ドーピング規則違反を手伝い、促し、共謀し、関与する、または関与を企てること
- ⑩ アンチ・ドーピング規則違反に関与していた人とスポーツの場で関係を持つこと

アスリート
& スタッフ



- ⑪ ドーピングに関する通報者を阻止したり、通報に対して報復すること

アスリートの役割と責務

1. ルールを理解し守る
2. いつでも・どこでも検査に対応
3. 身体に摂り入れるものに責任を持つ
4. アスリートとしての自分の立場と責務を伝える
5. 過去の違反を正直に伝える
6. ドーピング調査に協力
7. サポートスタッフの身分を開示



ドーピング検査（ドーピング・コントロール）

ドーピング検査

- アンチ・ドーピング規則に則って行われる検査
- アスリートの尿や、血液を検体として採取して行われる

競技会（時）検査（ICT：In Competition）

参加する競技会で行われる検査

競技会外検査（OCT：Out of Competition）

自宅やトレーニング場所で行われる、競技会検査以外のドーピング検査

ドーピング検査について



尿検査



血液検査

ドーピング検査には、尿検査と血液検査があり、全世界・全スポーツ統一の手順で行われます。採取された検体は、世界アンチ・ドーピング機構公認の分析機関で分析されます。

採取した検体から禁止物質が検出された場合や、ドーピング検査を拒否した場合は、アンチ・ドーピング規則違反となります。

2種類のドーピング検査



競技会検査



競技会外検査

ドーピング検査には、競技会の際に行う「競技会検査」と、競技会以外の期間や場所で行う「競技会外検査」があります。どちらの検査も同様の手順で行われます。

<ドーピング検査員>

- DCO：Doping Control Officer
- BCO：Blood Collection Officer
- Chaperone（シャペロン）：通告、監視

参考資料 2021年検査及びドーピング調査に関する国際基準
JADAドーピング検査ガイド

FOR CLEAN, TRUE SPORT

ドーピング検査手順

1 ドーピング検査室へ移動

- 検査が終了するまで常にDCO[®]が同行します
- 検査終了までDCOの指示に従ってください
- 写真身分証明書(ID)をDCOに提示
- 検体採取までリラックスして待ちましょう

2 検体採取前

- 採取カップを自分で選びます
- 破損や汚れがないか確認

3 検体採取

- 採尿時、同性のDCOがあなたの身体から尿が出ていることを確認します
- DCOの指示に従い姿勢を調整してください

18歳未満の場合

- 成人の同伴者が必要です
- 同伴者はDCOを監視します

4 検体封印

- サンプルキットを本人で破損や汚れがないか確認
- ネットの顔と中身のバーコードシールの番号がすべて同じか確認

5 書類確認

- 7日以内に採った尿やサプリメントがあれば記入
- 検査を通して気になることがあればコメントを記入
- 海外の検査でも日本語で記入可能

血液検査

- 椅子に座り両足を地面につけ、10分間安静に

ドーピング検査手順

1. ドーピング検査室へ移動
➡ 通告の後
2. 検体採取前
➡ 情報の確認
3. 検体採取
➡ 採尿
4. 検体封印
➡ 尿検体 (採血)
5. 書類確認
➡ 終了




アンチ・ドーピング規則違反による制裁


1. ドーピング違反が発生した競技大会

- メダル・得点・賞の剥奪を含む個人成績の失効
- アスリートの競技会の成績が自動的に取り消される
- 競技会の参加者、トレーニング、コーチとして指導に関わるなどのスポーツの活動が一定期間中できなくなる
- チームで複数人違反者が出た場合は、チームに対して制裁が科される場合がある

2. 禁止物質及び禁止方法の違反（存在・使用・使用の企て・保有）

- 1回目：最長4年間の資格停止
- 2回目：規程記載条件における最長期間の資格停止 
- 3回目：永久資格停止

OTC医薬品（市販薬）の分類

OTC医薬品 分類	対応する 専門家	情報提供	相談対応	製品例
第1類医薬品	薬剤師	文書での 情報提供 (義務)	 義務	ミノキシジル ファモチジン ロキソプロフェン
第2類医薬品	薬剤師 または 登録販売者	努力義務		かぜ薬 鎮痛薬 鼻炎薬 漢方薬
第3類医薬品		法律上の規定 無し		ビタミンB、C薬 整腸薬 消化薬

※登録販売者：薬剤師ではない。限定された薬を販売することができる資格 13

注意が必要な薬の例

薬効分類 (効きめ)	剤形 (薬の種類)	禁止物質 (例)		備考
かぜ薬	飲み薬	エフェドリン類	競技会	※市販薬もある
アレルギー薬	飲み薬	エフェドリン類 糖質コルチコイド	競技会	※市販薬もある
鼻炎用薬	点鼻薬、飲み薬	エフェドリン類 糖質コルチコイド	競技会	※市販薬もある
低血圧治療薬	飲み薬	メトジン	競技会	
抗炎症薬	飲み薬、注射、 坐薬、口内炎 治療薬など	糖質コルチコイド	競技会	※歯科でも処方 ※使い方の条件
不整脈	飲み薬	ベータ遮断薬	競技会	※特定競技禁止
喘息治療薬	吸入、飲み薬、 貼り薬	ベータ2作用薬	常に禁止	
高血圧治療薬	飲み薬	利尿薬	常に禁止	
糖尿病治療薬	注射	インスリン	常に禁止	



TUE（治療使用特例）


TUE申請の目的

- 禁止物質を**治療目的**に使用する際に事前申請（12枚）
- **医薬品のみ**（サプリメント、漢方薬は不可）

TUE申請の理由

- 使用しないと健康に重要な影響が出る
- 健康を取り戻す以上に競技力を向上させない
- 他に代えられる治療方法がない
- ドーピングの副作用に対する治療ではない




Ver.202302

Japan Anti-Doping Agency (JADA)
Therapeutic Use Exemption (TUE) Application Form
【治療使用特例 (TUE) 申請書式】

Please complete all sections in capital letters or typing. Athlete to complete sections 1, 2, 3 and 7; Physician to complete sections 4, 5 and 6. Illegible or incomplete applications will be returned and will need to be re-submitted in legible and complete form.

全てのセクションに大文字又はタイズでご記入ください。セクション1、2、3及び7は競技者が、セクション4、5及び6は医師をご記入ください。申請が判読不能又は不備を有する場合には返却されますので、判読可能かつ不備のない書式により再提出してください。

1. Athlete Information 競技者情報 [※英語記入]

Last Name: _____ First Name(s): _____
氏 (漢字) _____ 名 (漢字) _____

Female: Male: Date of Birth (dd/mm/yyyy): _____
女性 _____ 男性 _____ 生年月日 (日/月/年) (dd) 日 / (mm) 月 / (yyyy) 年

Address: _____
住所 _____

City: _____ Country: _____
市 _____ 国 _____

Postcode: _____ Telephone: (with International code) _____
郵便番号 _____ 電話番号 (国コード含む) + _____

Sport: _____ Discipline: _____
競技 _____ 種目 _____

必要事項がすべて記載された書式を、次に示された方法により、日本アンチ・ドーピング機構に提出してください。また、自分の記録のために必ず写しを保持してください。

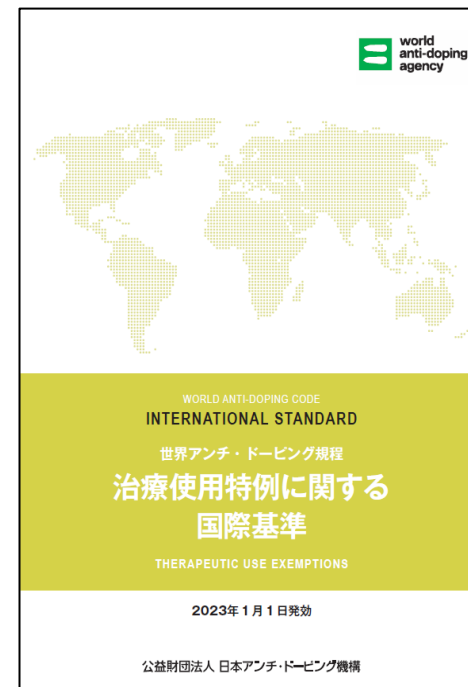
送付先：公益財団法人日本アンチ・ドーピング機構 TUE委員会
〒112-0002 東京都文京区小石川1-12-14 日本生命小石川ビル4階
FAX 03-5801-0944 (FAXで申請した場合は、必ず原本を郵送すること)

		期日	担当者
受付	FAX	月 日	(JADA記入欄) ↓ 申請第 _____ 号 (Application No.)
	郵送	月 日	
	追加資料	月 日、月 日	
結果	送付	月 日	
	ADAMS	月 日	

STRICTLY CONFIDENTIAL
機密資料

p1/12

TUE（治療使用特例）



＜申請に必要な書類＞

1. TUE申請書（12枚）**英語で記入**
2. TUE申請用確認フォーム（1枚）
3. 医療情報：臨床経過、診療所見（写真等）、検査結果（データ、報告書コピー）、画像所見（フィルム）等

TUE送付先

- 国内大会の場合はJADAに郵送
〒112-0002 東京都文京区小石川1-12-14 日本生命小石川ビル4階
（公財）日本アンチ・ドーピング機構 TUE委員会
- 大会の30日前までに提出
- 競技団体からの申請の場合はパフォーマンスレベルにより異なる

**大会まで30日を
切っていても申請！**

＜注意点＞

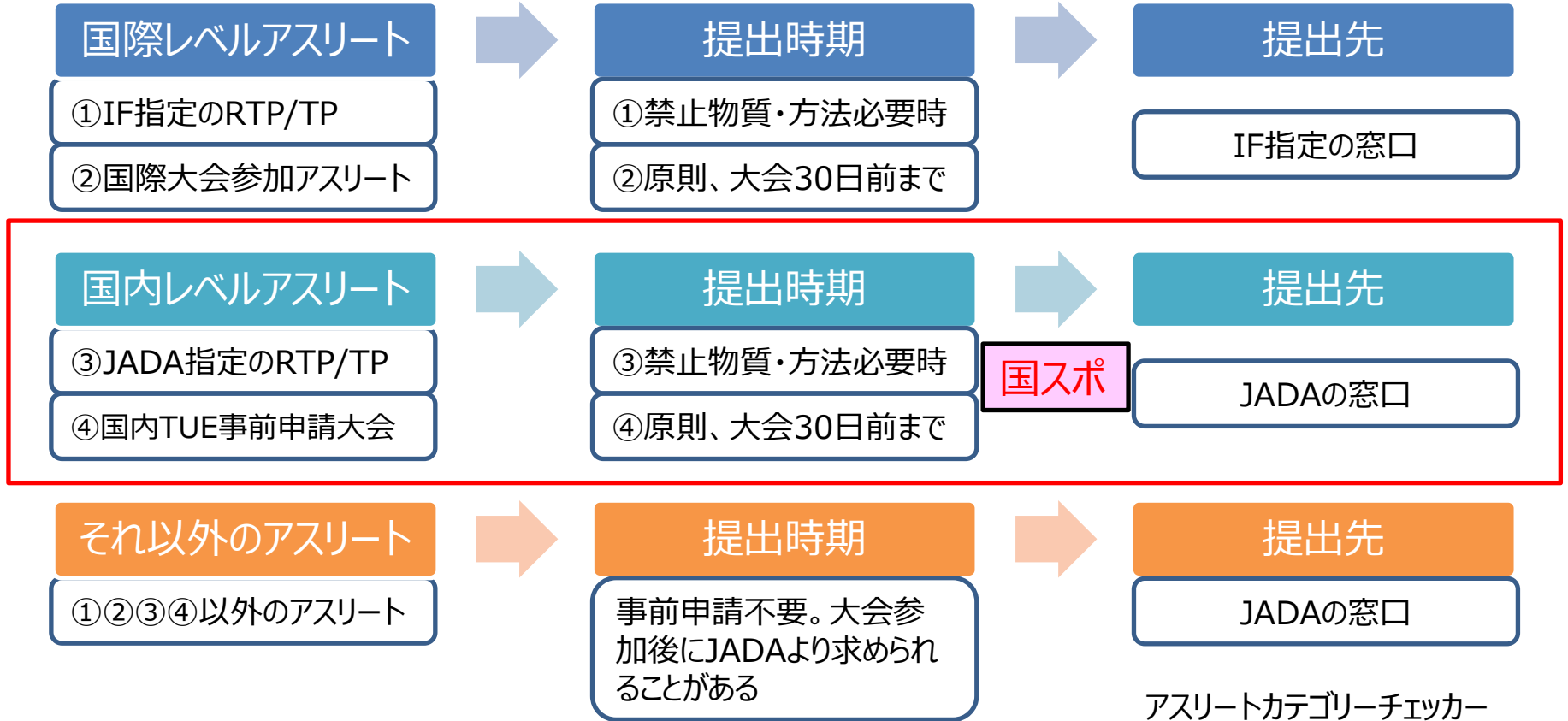
- 基本的には事前申請。不測の事態や緊急治療の場合には大会期間中でも受付
- 承認後、有効期間を確認

TUE（治療使用特例）申請方法

アスリートの権利

- 病気やケガの治療のために禁止物質・禁止方法を使用している人でもスポーツに平等に参加する権利を守るため

参考：アンチ・ドーピングと医療-2023年版-

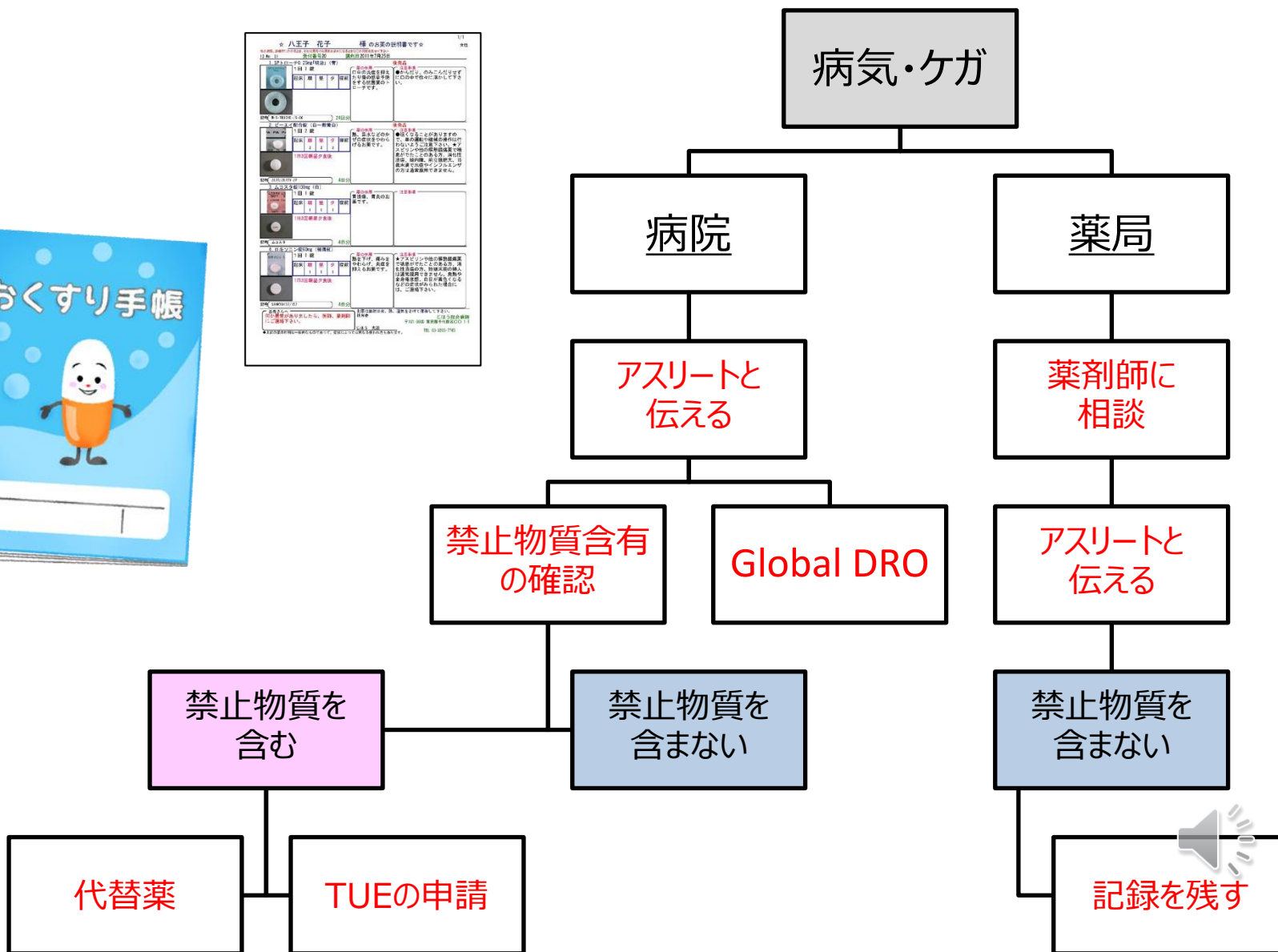


アスリートカテゴリーチェッカー



チェックポイント1

病気・ケガの時の薬の対応



医師・薬剤師の皆さまへ

競技スポーツ選手です。
ドーピング禁止物質を含まない製品・処方
をお願いします。



公益財団法人 北海道スポーツ協会



病院・クリニック
薬局・調剤薬局・
ドラッグストア

医師の皆さまへ

競技スポーツ選手です。
治療の上で、薬の変更ができない場合は
TUE（治療使用特例）
をお願いします。



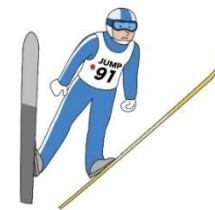
公益財団法人 北海道スポーツ協会



病院・クリニック



チェックポイント2



薬に関する情報確認と相談先

- Global DRO : 薬検索サイト
- 各都道府県薬剤師会情報センター
- 各都道府県スポーツ協会
- スポーツファーマシスト
- 競技団体窓口



Global-DRO 自分の薬を検索できるサイト



①ユーザータイプ

- 競技者
- コーチ

②競技

③購入国

- 日本

④検索：

調べたい薬の
名前や成分を入力



READ THEM
CAREFULLY!

育てるための活動を推進しています。

JADA Website / PLAY TRUE 2020

でも相談を！

スポーツファーマシスト検索





メチルエフェドリン (Methylephedrine)

他の成分名
dl-methylephedrine hydrochloride

WADA禁止表国際基準のステータス



条件付き/警告



尿中濃度10µg/mLを超える場合に、メチルエフェドリンは禁止されます。この閾値水準は、利尿薬もしくは隠蔽薬と併用する場合は有効ではありません。この場合、利尿薬/隠蔽薬とエフェドリン共に治療使用特例(TUE)を申請しなければなりません。



たとえ投与する物質が禁止物質でなくとも、12時間あたり計100mLを超える静脈内注入および/または静脈注射は禁止される。但し、入院、外科手術、または臨床検査のそれぞれの過程において正当に受ける場合は除く。詳細。

WADAの分類

興奮薬 (S6)

検索詳細

参照番号

購入国

042253123250

日本

競技

検索日と時間

自転車競技

Tue, 25 Jan 2022 13:23:13 UTC

自分で薬を調べてみる

メチルエフェドリン

- 咳、鼻水を止める
- 中枢興奮作用

エフェドリン類を
含まない製品
を購入

効能

かぜの諸症状(発熱、悪寒(発熱によるさむけ)、頭痛、のどの痛み、関節の痛み、鼻水、鼻づまり、筋肉の痛み、せき、たん、くしゃみ)の緩和

用法・用量

次の量を、食後なるべく30分以内に、水またはお湯で、かまずに服用すること。

年齢	1回量	1日服用回数
15歳以上	2錠	3回
15歳未満	服用しないこと	

<用法・用量に関連する注意>

- (1)用法・用量を厳守すること。
- (2)カプレット(錠剤)の取り出し方
図のように、カプレットの入っているPTPシートの凸部を指先で強く押して、裏面のアルミ箔を破り、取り出して服用すること(誤ってそのままのみこんだりすると食道粘膜に突き刺さる等思わぬ事故につながる)。



成分 6錠(1日服用量)中

はたらき	成分	含量
発熱やさむけを緩和し、痛みを和らげる	イブプロフェン	360mg
	アセトアミノフェン	180mg
鼻水・くしゃみを和らげる	メタロールフェニラミンマレイン酸塩	3.5mg
せき・たんを和らげる	dl-メチルエフェドリン塩酸塩	60mg
せきを和らげる	ジヒドロコデイン塩酸塩	24mg
のどの炎症をおさえて、痛みを和らげる	グリチルリチン酸	39mg
頭痛を和らげる	無水カフェイン	75mg
ビタミン	アスコルビン酸カルシウム	500mg
ビタミン類(ビタミンPの一種)	ヘスペリジン	90mg

添加物：還元麦芽糖水アメ、セルロース、トウモロコシデンプン、酒石酸、クロスカルメロースNa、ヒドロキシプロピルセルロース、ヒプロメロース、フマル酸ステアリルNa、コポリビドン、酸化チタン、タルク、マクロゴール、三酸化鉄

保管および取扱い上の注意

- (1)直射日光の当たらない湿気の少ない涼しい所に箱に入れて保管すること。
- (2)小児の手の届かない所に保管すること。
- (3)他の容器に入れ替えないこと(誤用の原因になったり品質が変わる)。
- (4)使用期限を過ぎた製品は服用しないこと。
- (5)箱の「開封年月日」記入欄に、内袋(アルミの袋)を開封した日付を記入すること。
- (6)一度内袋(アルミの袋)を開封した後は、品質保持の点から開封日より6ヵ月以内を目安になるべくすみやかに服用すること。



問い合わせ先：北海道薬剤師会

ドーピング禁止薬についてのお問い合わせ

薬剤師会では、選手の認識不足や知識不足によるドーピング違反を防止するための活動に取り組んでいます。ドーピング禁止薬について選手などスポーツ関係者から質問された時に役立つのが、日本薬剤師会が発行している「**薬剤師のためのドーピング防止ガイドブック**」です。このガイドブックをみても判断がつかない場合は、ドーピング禁止薬に関する問合せ用紙を使用の上、医薬情報センターにFAXまたはメールにてお問い合わせください。

業務時間	9時～16時、月～金（土日・祝日は休業）
お問い合わせ方法	FAXによるお問い合わせ用紙 
	専用フォームからのお問い合わせ
<p>あなたは医療関係者ですか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>	
<p>携帯の方はこちらから</p> 	
<p>※バーコードリーダー機能のない携帯電話をお持ちの方は下記のURLを入力して下さい。 http://www.doyaku.or.jp/sportspharmacist/form/</p>	

回答は業務時間内ですが、FAXならびにメールは常時受け取り可能です。

製品名はできるだけ正確に詳しくお書き頂くようお願い致します。また、回答まで時間がかかる場合（2日ほど）ありますので、あらかじめご了承ください。

問い合わせ先：北海道スポーツ協会



ダウンロード



ドーピングに関する薬の相談につきましては、本用紙にてお問い合わせください。

ドーピングに関するお問い合わせ紙

(公財)北海道スポーツ協会競技スポーツ課 宛
FAX : 011-833-0705
e-mail: kokutai@hokkaido-sports.or.jp

所属： _____ (選手・指導者の場合) 競技種目： _____

氏名： _____ (選手の場合) 男・女 年齢 歳

電話番号： _____ FAX： _____

メールアドレス(携帯メール不可) _____

お問い合わせの薬
・該当するものにシをつけてください。
 医療用医薬品(病院や院外処方でもらった薬)
 市販薬(町の薬局などで買ったもの)

製品名(販売会社名)	回答欄
1. _____ ()	
2. _____ ()	
3. _____ ()	
4. _____ ()	
5. _____ ()	
	回答者： _____

注意：薬品名はフルネームで正確にご記入ください。
効能書きの説明書などがありましたら、一緒にFAXしてください。
名称が不明な場合は、識別コード(薬品の包装や刻印など)をご記入してください。
回答に時間を要することがありますがご了承ください。
普段指導している監督やコーチ、チームドクターなどにもご相談ください。



Sports Pharmacist

スポーツファーマシスト

認定スポーツファーマシストが
在籍しています



登録総数 2013年3月31日現在

ドーピングに関する薬などのご相談は認定スポーツファーマシストへ

- 公認スポーツファーマシストは、最新のアンチ・ドーピング規則に関する知識を有する薬剤師
- 薬剤師の資格を有した方が、（公財）日本アンチ・ドーピング機構が定める所定の課程（アンチ・ドーピングに関する内容）終了後に認定される資格制度

2017/9/15

スポーツファーマシスト会員検索

Sports Pharmacist スポーツファーマシスト

[プライバシーポリシー](#) | [よくある質問](#) | [お問い合わせ](#)

お薬に関するお問い合わせは
全国のスポーツファーマシストがお答えします。

■ マップから絞り込み

fs

Alternative content



■ 住所から絞り込み

都道府県:

郵便番号:

(オプション)

住所入力:

入力例: 渋谷区 等

■ 勤務先名で絞り込み

入力例: ○○薬局 等

業種:

- 病院・診療所勤務
- 薬局勤務
- ドラッグストア勤務
- 製薬企業勤務
- 大学勤務
- その他

■ その他で絞り込み

- 土・日/祝日 対応可
- 夜間対応可(17時~)
- 学校薬剤師
- 英語対応可
- 手話通訳可

※認定スポーツファーマシストのうち、情報掲載にご賛同いただいた方のみ掲載しています。※本ページを営業や勧誘等の営利目的で利用することはご遠慮ください。※検索して得た情報の転用・転載を禁止します。※掲載内容に関する責任は掲載者にあり、いかなる場合もスポーツファーマシスト事務局では責任を負いかねますので、予めご了承ください。※本ページに関するお問い合わせは[こちら](#)から

検索

COPYRIGHT©2010 Sports Pharmacist. All Rights Reserved.

近隣のスポーツファーマシストを探
してみましよう！
全国のスポーツファーマシスト
12,701名（2023年4月1日
現在）



アンチ・ドーピング情報関連サイト

- 世界アンチ・ドーピング機構 (WADA)

<https://www.wada-ama.org/>

- 日本アンチ・ドーピング機構 (JADA)

<https://www.playtruejapan.org/>

- 日本スポーツ振興センター (JSC)

<https://www.jpnsport.go.jp/>

- 日本スポーツ協会 (JSPO)

<https://www.japan-sports.or.jp/>



国民スポーツ大会参加のための登録書類

国民スポーツ大会に参加する選手は必ずこの用紙に署名の上
大会期間中は常に携帯してください。

国民スポーツ大会ドーピング検査 同意書

公益財団法人日本スポーツ協会 御中

私は、国民スポーツ大会への参加にあたり、公益財団法人日本アンチ・ドーピング機構ウェブサイトにおいてドーピング検査手続き、規則、注意事項等を熟読、理解し、以下のことに同意します。

- ① 参加する大会の実施要項総則及び日本アンチ・ドーピング規程を遵守し、ドーピング検査を受けること
- ② アンチ・ドーピング規則に違反した場合、「国民スポーツ大会における違反に対する処分に関する規程」に従うこと、また処分や裁定の内容に不服の場合、公益財団法人日本スポーツ仲裁機構に仲裁を付託し、その判断に従うこと

_____年_____月_____日

選手氏名 (自署) _____

生年月日 (西暦) _____年_____月_____日 性別 男・女

選手が18歳未満の場合

公益財団法人日本アンチ・ドーピング機構 御中

私、【親権者氏名】_____は、

【18歳未満の競技者】_____ (以下「甲」)の親権者としてJADAウェブサイト(<http://www.plavtruejapan.org/>)にて最新の日本アンチ・ドーピング規程等を含むドーピング検査、検体の分析、結果の管理、その他の日本アンチ・ドーピング規程等において定められる一連の手続 (以下「ドーピング・コントロール手続」) 等について説明しているすべての内容を熟読し、理解し、甲へ当該内容を指導した上で、甲が国民スポーツ大会へ参加し、ドーピング検査の対象となり、採取検体の種類を問わずドーピング検査を受けることに同意し、ドーピング・コントロール手続に服することに対して異議を申し述べません。また、上記国民スポーツ大会ドーピング検査同意書にも同意します。

なお、ドーピング・コントロール手続においては、2021年版日本アンチ・ドーピング規程等で定義されている通り、18歳未満を未成年 (Minor) として扱うものとし、18歳、19歳については、原則として、成人と同様の手続にてドーピング検査をはじめとするドーピング・コントロール手続が実施される旨も理解いたしました。

_____年_____月_____日

親権者 (自署) _____
(法定代理人親権者)

国民スポーツ大会 選手カード

選手本人
顔写真
貼付

タテ 4cm×ヨコ 3cm

氏 名 _____

所属都道府県 _____

競技・種目名 _____

【国スポ本戦出場前のアンチ・ドーピング教育履歴】

国スポ本戦出場前に受講したアンチ・ドーピング教育について記入してください。
①JSPD 指定研修会等受講/②JADA 又は JSPD ホームページ動画視聴/③JADA 又は JSPD 作成資料・教材閲覧等

_____番を_____年_____月_____日に受講済み

(受講内容: _____)

※受講内容には①研修会の主催者・名称、②動画名称、③資料・教材名のいずれかを記入

【選手が18歳未満の場合、保護者のアンチ・ドーピング教育履歴】

_____番を_____年_____月_____日に受講済み

(受講内容: _____)

- この内容は、国スポ本戦出場前に必ず記入すること。
- 大会期間中または大会期間後に主催者等から提示または提出を求められることがあるため、大会期間中は常時携帯の上、大会終了後も大切に保管しておくこと。
※教育に関する国際基準及び日本アンチ・ドーピング規程に基づき、教育履歴の提出が求められています。

国民スポーツ大会におけるアンチ・ドーピング教育の義務化

国民スポーツ大会アンチ・ドーピング
教育履歴確認カード

氏 名 _____

参加都道府県 _____

競技・種目名 _____
※監督のみ記入

参加区分 監督・スポーツドクター・アスレティックトレーナー
※いずれかに○印を記入

【国スポ本戦出場前のアンチ・ドーピング教育履歴】

国スポ本戦出場前1年以内に受講したアンチ・ドーピング教育について記入してください。
①JSPD 指定研修会等受講／②JADA 又は JSPD ホームページ動画視聴／③JADA 又は JSPD 作成資料・教材閲覧等

_____番を_____年_____月_____日に受講済み

(受講内容: _____)

※受講内容には①研修会の主催者・名称、②動画名称、③資料・教材名のいずれかを記入

- この内容は、国スポ本戦出場前に必ず記入すること。
- 大会期間中または大会期間後に主催者等から提示または提出を求められることがあるため、大会期間中は常時携帯の上、大会終了後も大切に保管しておくこと。

選手・監督、本部役員帯同のスポーツドクター、アスレチックトレーナー、少年種別に参加する選手の保護者は、本大会又は冬季大会参加前の1年以内に日本スポーツ協会が指定するアンチ・ドーピング教育を受講する。

■ 令和5（2023）年4月1日～
国体（国スポ）本戦出場前の
アンチ・ドーピング教育受講を**完全義務化**とする



JSPOアンチ・ドーピング教育サイト

【教育推奨内容】

- ・ JADAウェビナー動画

ウェビナーを受講後は、**Real Champion Quiz**で理解度チェック★

※第78回国民スポーツ大会冬季大会参加者用登録コードはこちら↓

winter2024



少年の部出場選手



成年の部出場選手



サポートスタッフ

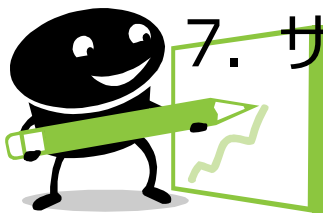


保護者



すべてのアスリートの皆さんへ

1. 受診ならびに薬局での薬の購入に際しては、アスリートであることを伝える
2. 処方ならびに薬を購入する際には禁止物質を含まない薬を依頼する
3. 治療で、禁止物質を使用する場合は、医師と相談し、TUE（治療使用特例）申請を行う
4. 薬に限らず、口に入るものには細心の注意をする
5. 薬を使用する前に成分を確認する➡記録を残す
6. 薬の流用（他の人の薬を使うこと）をしない
7. サプリメントに頼らない食事重視の栄養摂取に努める



アンチ・ドーピングに関する規則は
随時、改定されます。

特に禁止表国際基準や関連情
報は必ず最新の情報を確認して
ください。



アンケート送付のお願い

北海道スポーツ協会：

令和5年度 国民スポーツ大会出場選手を中心としたアンチ・ドーピング情報

以下のURLからアクセスして、アンケートの入力をお願いします。

アンケート締切：2024年3月31日

オンデマンド配信：2024年1月5日（金）から

<https://forms.gle/ukTNZmTQh5tSz6LU6>

