

令和8年4月1日

茨城県スポーツ協会 加盟競技団体 各位

公益財団法人 茨城県スポーツ協会
スポーツ医・科学委員会

「国民スポーツ大会本戦参加におけるアンチ・ドーピング教育活動のご案内」

平素より、国民スポーツ大会(国スポ)およびアンチ・ドーピング活動にご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。

現在、世界アンチ・ドーピング機構が掲げるアンチ・ドーピング活動において、「教育」は重要な柱の一つとされています。

これを受け、公益財団法人日本スポーツ協会(JSPO)、公益財団法人日本アンチ・ドーピング機構(JADA)および各都道府県スポーツ協会では、国スポ本戦に参加する選手(エントリー変更により参加する可能性のある選手を含む)、監督、選手団本部役員、帯同スポーツドクター、アスレティックトレーナー、ならびに競技出場時に18歳未満である選手の保護者に対し、アンチ・ドーピング教育の受講を義務付けております。本教育は、大会実施要項に基づき、**各競技において設定された本戦参加申込締切日前1年以内から当該締切日までの間に、「国民スポーツ大会アンチ・ドーピング教育活動実施要項」に定める内容を受講して十分理解していただく必要があります。**つきましては、以下の内容をご参照のうえ、必ず受講していただきますようお願い申し上げます。なお、未受講の場合は参加資格違反となりますので、十分ご注意ください。

国スポ参加に関わる教育活動の実施および内容(実施要項抜粋)

「選手団へのアンチ・ドーピングに関する情報の周知及び指導」

都道府県スポーツ協会は、派遣する選手団に対し、研修会・講習会等を通じて、以下の事項について周知および指導に努めるものとする。

- ① 「国民スポーツ大会競技会検査(ICT)実施要項」「国民スポーツ大会競技会外検査(OOCT)実施要項」に基づいた、検査に関する規則及び注意点
- ② 選手団本部役員帯同スポーツドクター／アスレティックトレーナーに対するアンチ・ドーピングに関する最新情報
- ③ 薬の使用に関する注意点及びスポーツファーマシストへの薬の問合せ方法(国スポ会期中の対応含む)
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です。(別紙QRコード付資料、「スポーツファーマシスト」を参照)
※各競技団体が主催してアンチ・ドーピング講習会を開催する場合は、茨城県薬剤師会にお問い合わせいただくことで、講師となる公認スポーツファーマシストの紹介を受けることが可能です。(問い合わせ先 TEL:029-306-8934／茨城県薬剤師会事務局)
- ④ 国スポ会期中に実施する教育活動への積極的参加

「国スポ本戦への参加にあたり大会前に受講が必要な教育」

以下に定める①または②のいずれかの方法により、所定の内容を満たすものとする。

- ① **WEBによるデジタルラーニング**:JSPOが指定するアンチ・ドーピング教育動画を視聴し、「クリーンスポーツ行動チェック(リアルチャンピオンクイズ)」に回答すること。(別紙QRコード付資料、「アスリートサイト」を参照)
- ② **研修会・講習会の受講**:次の(a)～(g)の団体が主催する研修会・講習会、またはその他JSPOが認める研修のうち、アンチ・ドーピング活動に関する内容について、JADAが承認したEducator(JSPO-Educator)またはJADA認定Educator、もしくはスポーツドクター・スポーツファーマシスト等が講師を務める研修を修了すること。
(a) JSPO (b) JADA (c) 日本オリンピック委員会(JOC) (d) 中央競技団体 (e) 都道府県スポーツ協会 (f) JSPO加盟関係スポーツ団体 (g) その他JSPOが認めるもの*
*例)都道府県競技団体主催、全国高体連の専門部または都道府県高体連、都道府県中体連主催等
(例年、茨城県スポーツ協会が実施する「国スポ結団式」および「冬季国スポ参加前」のアンチ・ドーピング講習会には上記内容が含まれておりますが、実施時期の関係で前年の受講が、翌年の国スポ参加資格要件を満たすこととなります)

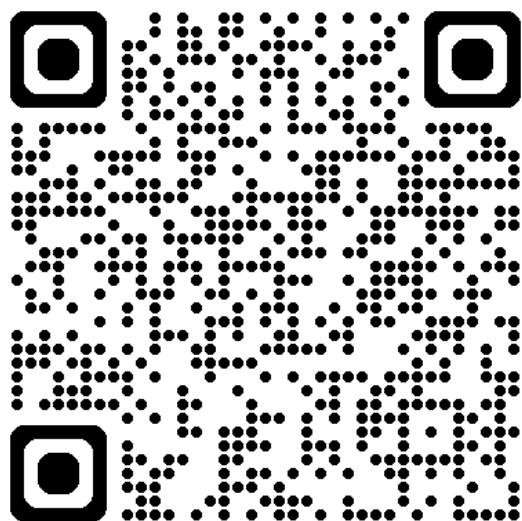
「アンチ・ドーピング教育」について

- ・WEBによるデジタルラーニング（日本スポーツ協会が指定するアンチ・ドーピング教育動画の視聴及び「クリーンスポーツ行動チェック（リアルチャンピオンクイズ）」については、下記から視聴及びクイズの回答が可能です。

【URL】

<https://www.japan-sports.or.jp/medicine/doping/tabid1395.html>

【QRコード】



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 選手カード

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.playtruejapan.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）

<記入例>

国民スポーツ大会 選手カード

【参加申込締切日直前のアンチ・ドーピング教育履歴】
参加申込締切日直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。
① WEBによるデジタルラーニング及び「クリーンスポーツ行動チェック」への回答
② JSPD 指定研修会等受講
① 番号を 2026 年 12 月 1 日に受講済み
（受講内容： デジタルラーニング）修了証 NO：LV _____（8桁）
② 番号を 2026 年 12 月 2 日に受講済み
（受講内容： クリーンスポーツ行動チェック）修了証 NO：LV 01234567（8桁）

※受講内容には①動画名称、②研修会の主催者・名称、のいずれかを記入
※①を選択した場合には、「クリーンスポーツ行動チェック」の修了証 NO を記載

【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】
① 番号を 2026 年 12 月 2 日に受講済み
（受講内容： クリーンスポーツ行動チェック）修了証 NO：LV 01234567（8桁）

- 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、教育の受講が求められています

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 _____

【参加申込締切日直前のアンチ・ドーピング教育履歴】

参加申込締切日直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。

- ① WEBによるデジタルラーニング及び「クリーンスポーツ行動チェック」への回答
- ② JSPD 指定研修会等受講

_____番を_____年_____月_____日に受講済み
（受講内容：_____）修了証 NO：LV _____（8桁）

※受講内容には①動画名称、②研修会の主催者・名称、のいずれかを記入

※①を選択した場合には、「クリーンスポーツ行動チェック」の修了証 NO を記載

【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：_____）修了証 NO：LV _____（8桁）

- 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、教育の受講が求められています

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

【参加申込締切日前のアンチ・ドーピング教育履歴】

参加申込締切日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。

①WEB によるデジタルラーニング及び「クリーンスポーツ行動チェック」への回答

②JSPO 指定研修会等受講

_____番を _____年 _____月 _____日に受講済み

(受講内容: _____)修了証 NO:LV _____ (8桁)

※受講内容には①動画名称、②研修会の主催者・名称、のいずれかを記入

※①を選択した場合には、「クリーンスポーツ行動チェック」の修了証 NO を記載

- 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。

<記入例>

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 _____

参加区分 _____

学 籍 号 _____

〒 _____

【参加申込締切日前のアンチ・ドーピング教育履歴】
参加申込締切日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。
①WEB によるデジタルラーニング及び「クリーンスポーツ行動チェック」への回答
②JSPO 指定研修会等受講
①番を 2026年 12月 1日に受講済み
(受講内容: クリーンスポーツ行動チェック)修了証 NO:LV2_01234567 (8桁)
※受講内容には①動画名称、②研修会の主催者・名称、のいずれかを記入
※①を選択した場合には、「クリーンスポーツ行動チェック」の修了証 NO を記載

- 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。

2026 アンチ・ドーピング情報

平素よりアンチ・ドーピング活動にご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。ご存じのとおり、スポーツにおけるアンチ・ドーピング活動は、公正で健全な競技環境を守るために非常に重要な取り組みです。競技現場には、これからアンチ・ドーピングについて学ぶ競技者・関係者の方から、すでに十分に理解されている方まで、さまざまな競技レベルの方々がいらっしゃいます。しかし、アンチ・ドーピングは誰かのためだけではなく、競技者自身を守るための取り組みでもあることをご理解いただければと思います。本資料では、アンチ・ドーピング活動の中でも、特に競技者および関係者の皆様にご理解いただきたい重要なポイントについてご案内いたします。

「ドーピング」とは

薬物の使用や不正な行為によって、他の競技者と異なる条件で競技を行うことを指します。たとえ「ドーピング」行為によって競技に勝利したとしても、ルールを無視し、周囲と異なる条件で競い合うことになれば、それはスポーツとは言えません。「ドーピング」は、スポーツ本来の価値や意義を失わせてしまう行為です。クリーンな競技者を守り、スポーツの真の価値を守るために、「ドーピング」は禁止されています。しかしながら、競技者自身に「ドーピング」を行おうとする悪意がなくても、適切な対応を取らなかったことにより、アンチ・ドーピング規則違反となってしまう場合があります。そのため、JADA クリーンスポーツ・アスリートサイトにアクセスし、自身のアスリート・カテゴリー（競技レベル）に応じた内容を確認してください（QRコード①）。

「医薬品を使用する場合の注意点（原則として使用前に確認）」

日常的に使用することのある医薬品の中には、風邪をひいた際に店頭で購入する総合感冒薬（かぜ薬）や、医療機関で医師から処方される医薬品であっても、禁止物質が含まれている場合があります。

- ・**店頭で購入する場合**：薬剤師（可能であれば公認スポーツファーマシスト（QRコード②））に、自身が競技者であることを伝え、アンチ・ドーピング規則違反に該当しない医薬品を選択してもらいましょう。
- ・**医療機関を受診する場合**：医師（可能であればスポーツドクター（QRコード③）茨城県、スポーツドクター、診療科目と選択し検索）に自身が競技者であることを伝え、アンチ・ドーピング規則違反に該当しない医薬品を処方してもらいましょう。その後、薬を受け取る薬局でも、薬剤師（可能であれば公認スポーツファーマシスト（QRコード②））に自身が競技者であることを伝え、アンチ・ドーピング規則違反に該当しない医薬品であることを確認してもらいましょう。そのうえで、店頭や医療機関・薬局で十分な確認ができなかった場合や、さらに確認が必要な場合には、以下の方法を利用してください。

① 公認スポーツファーマシストへの薬に関する問い合わせ（QRコード②）

「スポーツファーマシストを探す」から「茨城県」と入力して検索

（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、JADA 認定の薬剤師です。）

② 茨城県薬剤師会への問い合わせ 「くすりの相談室」電話：029-306-8945 受付時間：月曜日～金曜日 午前9:00～12:00／午後1:00～4:00（時間外は留守番電話での受け付けです。）

③ 茨城県スポーツ協会への問い合わせ FAX: 029-303-5113 Mail: ibarakiken@ibaraki-spokyo.jp

④ 自分で調べる方法 JADA が運営する「Global DRO」（QRコード④）を利用してください。

注）Global DRO に掲載されていない医薬品もあるので、このサイトで使用可能かどうか分からない場合には、スポーツドクター・スポーツデンティスト・スポーツファーマシストに相談してください。

「使用可能薬リスト」

アンチ・ドーピング規則違反に該当しない医薬品を確認できる、日本スポーツ協会発行の「使用可能薬リスト」も参考にしてください。（QRコード⑤）。

「TUE(治療使用特例)」について

診療科によっては身近にいない場合もあるかもしれませんが、可能であればスポーツドクター(QRコード③)への受診・相談をしてください。適切な医療を受ける際に、病気や怪我の治療を目的として禁止物質や禁止方法を使用する必要がある場合には、定められた期間(原則として30日前)までにTUE申請手続きを行い、承認されれば特例としてその使用が認められます。アスリート・カテゴリー(競技レベル)によって対応は異なります。国際大会に出場するようないわゆるトップアスリートや国民スポーツ大会出場者を除き、多くの競技者は遡及的TUE(後出しTUE)で対応可能とされています。しかしながら、TUEが必要となる医薬品を使用する場合には、常に十分な確認と適切な対応を行うようにしてください(QRコード⑥)。

「サプリメント(健康補助食品)」について

サプリメントには、表示された成分以外の禁止物質が含まれている場合があります。同じ名称のサプリメントであっても、製造時期や製造場所の違いにより、禁止物質が混入する可能性があります。「〇〇認定」など、成分保証を示す表示がされているサプリメントもありますが、**100%安全性が保証されたサプリメントは世界中に存在しません**。また近年では、禁止物質に該当する**無承認物質**が海外においてサプリメント等に含まれている事例も確認されています。なお、サプリメントは**TUE(遡及的TUEを含む)の対象外**です。必要な栄養は基本的に食事から摂取することが望ましいとされています。リスクを冒してまでサプリメントを使用する必要があるかどうか、十分に検討してください。

アンチ・ドーピング トピックス

・「競技会」とはいつから？

「競技会」とは、個々の競技者が参加予定の競技会の**前日 23 時 59 分から開始**し、当該競技会および競技会に関連する検体採取手続きが終了するまでの期間を指します。

・「糖質コルチコイド(ステロイド)」に関する注意点

糖質コルチコイドは、痛み止めとして患部への注射に使用されたり、口内炎の治療のための塗り薬や、痔の治療のための坐薬として使用されたりすることがあります。これらの糖質コルチコイドは、**2022 年から競技会(時)における注射使用、経口使用(口腔粘膜を含む)、経直腸使用がすべて禁止**されています。競技会外(時)での使用は禁止されていませんが、競技会直前に使用すると体内に残存した成分が競技会検査で検出される可能性があります。そのため、薬剤が体内から消失するまでの期間を「**ウォッシュアウト期間**」と呼び、使用経路や薬剤の種類によって異なる期間が定められています。

・「トラマドール」について

トラマドールは、**2024 年より競技会(時)に禁止物質**となった、いわゆる強い鎮痛薬です。例えば、整形外科での慢性的な疼痛や、歯科で抜歯後の疼痛に対して処方されることがあります。「**ウォッシュアウト期間**」は**24 時間**とされています。

・直近の国内ドーピング検査における陽性事例

- 喘息様症状があったため、知人から貼り薬をもらった。ドーピング禁止物質であったが、「貼り薬は大丈夫」と誤認し、きちんと確認せずに使用した。競技会検査で陽性となり、18 か月間の資格停止処分となった。
- 競技会外検査において、特定物質ではない禁止物質が検出された。競技者は、海外産牛肉の摂取による混入の可能性を主張した(可能性自体は否定できない)が、体内への侵入経路の立証が不十分であったため、禁止物質の存在に関する違反が認定され、2 年間の資格停止処分となった。

参考 QR コード



①アスリートサイト



②スポーツファーマシスト



③スポーツドクター



④Global DRO



⑤使用可能薬リスト



⑥TUE 申請