

- 1 ▶ 質問: 口から摂取するもの、皮膚に塗るもの、また注射等により身体の中に取り入れるものについての最終的な責任は、アスリート自身にある。
答え: ○
説明: アスリートは摂取する薬などで分からないことがあれば、積極的に確認を行う必要があります。そうすることによって自分自身のアスリートとしてのキャリアを守ることに繋がります。何か疑問があれば、どんなことでも確認を！成分が不明瞭であったり、禁止物質かどうか分からない場合には、口にしないようにしましょう。
-
- 2 ▶ 質問: ドーピング検査の対象はオリンピック、パラリンピック、世界選手権に出場するアスリートのみである。
答え: ×
説明: 多くの国、そして国際競技連盟 (IF) がアンチ・ドーピングプログラムを実施しています。ナショナルチームのアスリートであれば、競技会期間中または、競技会期間外の自宅やトレーニング場所などでも検査対象となる可能性があります。
-
- 3 ▶ 質問: WADAは何の略でしょうか? ①World Anti-Doping Administration ②World Anti-Doping Agency
答え: World Anti-Doping Agency
説明: WADA (世界アンチ・ドーピング機構) のミッションは、全てのスポーツにおけるドーピングの撲滅を国際レベルで推進し、調整、モニタリングをすることです。
-
- 4 ▶ 質問: 自分の国で使用が認められている薬品は、同じメーカーのものであれば海外で購入しても問題なく使用することができる。
答え: ×
説明: 薬によっては、別の国で購入した場合含まれる成分がわずかであれ異なる場合があり、禁止物質が含まれていることもあります。海外で購入した薬品を服用する際には、細心の注意を払い成分を確認し、必ず医師 (チームドクター等) に相談してください。
-
- 5 ▶ 質問: アスリートが1年間に受けるドーピング検査の回数の上限は決まっているか?
a. 2
b. 5
c. 20
d. 上限なし
答え: d. 上限なし
説明: 競技会検査、競技会外検査、いずれの検査であっても、アスリート一人が1年間に受ける検査の回数に制限はありません。
-
- 6 ▶ 質問: スポーツにおける禁止物質や禁止方法を検出するための尿検体の分析は、設備の整った分析機関であればどこでも行うことができる。
答え: ×
説明: スポーツにおける禁止物質や禁止方法を検出するための尿検体の分析は、WADA (世界アンチ・ドーピング機構) の厳格な世界標準を満たし、認定を受けた分析機関においてのみ行うことができます。
-
- 7 ▶ 質問: 薬局で購入したものであれば、どのようなサプリメントでもスポーツでの使用が認められている。
答え: ×
説明: どのようなサプリメントや薬であれ、それらを摂取することの責任は、全てアスリート自身にあります。多くの国ではサプリメントには規制がかけられていないため、製品に何が含まれているかを事前に確認することが困難です。また、過大な効果を宣伝している製品も中にはありますが、効果の高い製品に限って、禁止物質が含まれているケースがよくあります。よって、サプリメントを摂取する代わりに、自分自身の栄養管理をきっちりと考えることが一番です。
-
- 8 ▶ 質問: 病気にかかっている時は、早く治すためにどのような薬でも摂ることが許される。
答え: ×
説明: 風邪を引いたり、インフルエンザにかかったり、花粉症になった場合でも、禁止物質が含まれていないことが確認できない限り、どのような薬や物質も摂るべきではありません。これは市販の薬品であっても、医師が処方する薬でも同様です。陽性結果は陽性結果であり、どのような事情も考慮されません。

- 9 ▶ 質問: 陽性結果の出たアスリートに対し、禁止物質の摂取を援助したり、勧めたりしたコーチや医師は、アスリートと同様に制裁の対象となる。
答え: ○
説明: サポートスタッフ (コーチ、医師、トレーナーなど) がアスリートに禁止物質や禁止方法の使用を手助けしたり、勧めた場合、重大な違反行為とみなされ、世界アンチ・ドーピング規程に基づき制裁が課されます。
-
- 10 ▶ 質問: 検査員 (DCO) は、検査数時間前に検査を行うことをアスリートに通告しなければならない。
答え: ×
説明: ドーピング検査は、可能な限り事前の通告なしに行われます。これは、検査員 (DCO) がいつでも、どこでも検査を行うことができるということを意味しています。ただしDCOには、アスリートに不必要な迷惑をかけないよう、臨機応変に対応することが求められています。
-
- 11 ▶ 質問: ドーピング検査の際、一旦検体が密封され、書類が完成した後に、開封しようとしたり、何かを混入させることを試みたり、検体に手を加えようとすれば、その形跡は明確に判別できる。
答え: ○
説明: 検体に手を加えられることはないのでも安心してください。加えて、分析機関は疑わしい検体が届いた場合には、分析を行う前に報告することになっています。
-
- 12 ▶ 質問: アスリートは忙しいという理由からドーピング検査を拒否することができる。
答え: ×
説明: ドーピング検査を拒否することは陽性結果と同様の制裁が課されます。検査の通知を受け、仮にアスリートがそれを拒否した場合、アスリートは拒否の理由を公式記録書、もしくは補足報告書に記入し、直ちに所属競技団体に報告しなければなりません。
-
- 13 ▶ 質問: アスリートが望めば、コーチはドーピング検査室に同行することができる。
答え: ○
説明: 全てのアスリートには、同伴者と共にドーピング検査室に行く権利があります。
-
- 14 ▶ 質問: 検査の際、たとえサンプルキットが汚れていたり、手が加えられていたりする様に見えても、最初に手に取ったサンプルキットを使わなければならない、他のサンプルキットと取り替えてもらうことはできない。
答え: ×
説明: アスリートにはサンプルキットの選択権が与えられています。もし最初に選んだサンプルキットが気に入らなければ、別のものへの変更を要請することができます。
-
- 15 ▶ 質問: アスリートが病院にかかる際には、自分はドーピング検査の対象となるアスリートであり、禁止物質を使用できないということを自ら医師に伝えなければならない。
答え: ○
説明: アスリートは診断を行う医師に対し、禁止表に挙げられている物質を含まない薬の処方依頼する必要があります。もし、治療目的で禁止物質を含む薬の使用が必要である場合、薬を使用する前に国際競技連盟 (IF) か、国内のアンチ・ドーピング機関 (NADO) に対し、TUE (治療使用特例) の申請を行う必要があります。なおTUEの申請は、緊急の場合には使用後であっても申請が可能です。そのことについても必要であれば、医師に伝えておく必要があります。
-
- 16 ▶ 質問: もし必要な尿検体の量を提出することができなかった場合、追加として血液検査をすることが求められる。
答え: ×
説明: 尿検体が必要な量に満たない場合、この尿は部分検体として一時的に封印、記録されます。その後、尿意をもよおすまで待った後、必要量に達するまで尿検体を提出し続けることになります。

- 17 ▶ 質問: 何が含まれているか分からなくても、信頼している人からであれば、薬をもらって飲んでも良い。
答え: ×
説明: アスリートは自分自身の体内に入るものについて、常に何が含まれているか把握していなければなりません。何が含まれているかを知らずに薬を摂ることは、ドーピング検査で陽性となるリスクがあり、健康も損なわれる可能性があります。ということを理解しておく必要があります。
-
- 18 ▶ 質問: 検査員 (DCO) が競技会外検査の為にあなたの自宅にやって来た場合、あなたは一人で部屋を出たり、買い物に行くために外出したりすることができる。
答え: ×
説明: 検体における完全性、同一性が守られるためにも、アスリートは検査員 (DCO) の視界に常に入っていることが求められます。もし部屋を出なければならぬ場合は、DCOに事情を説明し、同行してもらうことになります。
-
- 19 ▶ 質問: 1週間前に競技会外検査を受けたら、次の検査までに数週間は空く。
答え: ×
説明: 次の検査までに数週間程空く場合もあれば、数日、数時間という場合もあります。短期間に2回以上検査が実施されることによって、不正行為が続けることが「不可能だ」と思わせ、ドーピング行為に対する抑止効果が期待できません。
-
- 20 ▶ 質問: もし検査員 (DCO) が身分証明証を持っていない場合は、検査を拒否できる。
答え: ○
説明: 検査員 (DCO) は、ドーピング検査を行うための権限を正式に有していること、そして認可された検査機関に所属していることを証明するために、認定証明書 (ID) を提示することが義務づけられています。もしこれらの提示が無い場合は、公式記録書の該当欄、もしくは補足報告書にその旨を記載、署名し、アスリート用の控えを保管した上で、直ちに所属競技団体に連絡しましょう。
-
- 21 ▶ 質問: 分析機関では検体が誰のものか知ることができる。
答え: ×
説明: 検体とともに分析機関に送られる書類には、アスリートの個人情報は一切含まれません。分析機関に伝えられる情報は、競技種目、大会名、性別、競技団体、検査日時、検体番号のみです。
-
- 22 ▶ 質問: アスリートが治療目的のために禁止物質を使用することが可能となるのが、TUE (治療使用特例) のプログラムである。TUEは、禁止物質が健康に支障をきたさないこと、他に治療薬もしくは治療方法がないこと、競技能力を向上させないことを条件に付与される。では、“TUE”とはなにを意味するか?
答え: a. Therapeutic Use Exemption
説明: 国際レベルのアスリートは、国際競技連盟 (IF) に、国内レベルのアスリートは国内のアンチ・ドーピング機関 (NADO) にTUE (治療使用特例) を申請してください。TUEは、使用される物質とそれに定められた用量、及び使用期間に対して付与されます。
-
- 23 ▶ 質問: 禁止表には、どの物質、どの方法が競技会検査と競技会外検査でそれぞれ禁止されているかが明記されている。
答え: ○
説明: 禁止表は、国際的な専門家からなる禁止表委員会で協議され、毎年1月1日に最新版が発効します。アスリートは最新の禁止表の情報を知っておく必要があります。最新の禁止表はWADAのWebサイトで手に入れることができます。
www.wada-ama.org
-
- 24 ▶ 質問: 検査対象者登録リストに登録されたアスリート (RTPA) は、たとえケガのために競技に参加していなくても、いずれのアンチ・ドーピング機関がいつでもどこでも競技会外検査を行うことができるよう、居場所情報を必ず提出しなければならない。
答え: ○
説明: 検査対象者登録リストに登録されたアスリート (RTPA) であれば、たとえケガや病気で競技に参加していなくても、アンチ・ドーピング機関がいつでも、どこでも居場所を確認できるように居場所情報を提出しなければなりません。

- 25 ▶ 質問: 試合に出場していなくても、競技会検査の対象になる。
答え: ○
説明: 実際に試合に出場したか否かに関わらず、大会に登録されていれば、ドーピング検査の対象になる可能性があります。
-
- 26 ▶ 質問: ドーピング検査でA検体が陽性となった場合、アスリートには以下の権利がある:
a. B検体の分析を求められる
b. B検体の開封および分析のためにアスリート本人もしくは代理人が同席できる
c. 分析関連書類一式を請求できる
d. 上記すべて
答え: d. 上記すべて
説明: 世界アンチ・ドーピング規程では、陽性の疑いのある分析結果が出た場合においても、アスリートの権利が尊重され護られます。
-
- 27 ▶ 質問: どのくらいの頻度で禁止表は改訂されるか?
a. 毎月
b. 毎年
c. オリンピック・パラリンピック大会の前
d. 改訂されない
答え: b. 毎年
説明: 禁止表は、国際的な専門家で構成される禁止表委員会によって協議され、毎年1月1日に最新版が発効されます。すべてのアスリートは最新の情報を知っておく必要があります。最新の禁止表はWADAのWebサイトで手に入れることができます。www.wada-ama.org
-
- 28 ▶ 質問: 検査通告を受けた場合、すぐにドーピング検査室に行かなければならない?
a. 正当な理由がない限りすぐに行かなければならない
b. 1時間以内に行けば良い
c. 自分の準備ができたときに行くことができる
d. 24時間以内に行けば良い
答え: a. 正当な理由がない限りすぐに行かなければならない
説明: 検査員 (DCO) またはシャペロンから検査通告を受けた場合、正当な理由がない限り、すぐにドーピング検査室に行かなければなりません。正当な理由がある場合でも、検体採取が終了するまではDCOまたはシャペロンから必ず見える場所にいなければなりません。
-
- 29 ▶ 質問: 自分の競技で制裁を受けた場合でも、他の競技であれば競技会に出場できる。
答え: ×
説明: アンチ・ドーピング規則違反で制裁措置を受けた場合、制裁期間中はどの競技レベルであったとしても競技会に出場したり競技活動に参加することはできません。
-
- 30 ▶ 質問: 自国でのドーピング検査で陽性となった場合でも、国外で競技活動を続けることができる。
答え: ×
説明: 自国でアンチ・ドーピング規則違反となった場合、その結果は他のすべての世界アンチ・ドーピング規程署名国でも認識されるため、制裁期間中は国外でも競技を続けることはできません。
-
- 31 ▶ 質問: 禁止物質が混入しているサプリメントを摂取してしまった場合でも、アンチ・ドーピング規則違反とみなされる。
答え: ○
説明: 厳格責任の原則により、アスリートには自身の体内から検出されたすべての禁止物質に責任があります。アンチ・ドーピング規則違反は、禁止物質の使用が意図的であるかそうでないかに関わらず、起きてしまう可能性があるのです。したがって、全ての物質、食べ物 (特に特定の国での肉類)、使用しているサプリメントに対して、常に気をつけなければなりません。

- 32 ▶ 質問: 治療を目的として禁止物質の使用を認められる、TUE (治療使用特例) は、誰により審査され、付与されたり、却下されたりするか?
- アスリート委員会
 - 国内または国際競技連盟 (IF) の専門家グループ
 - 医療関係の専門家による委員会
 - 国内または国際競技連盟 (IF) の会長
- 答え: c. 医療関係の専門家による委員会
説明: 管轄するアンチ・ドーピング機関 (国際競技連盟 (IF) または国内のアンチ・ドーピング機関 (NADO)、該当する場合には主要競技大会機関) にTUE (治療使用特例) を申請すると、その内容は独立した医師で構成されたTUE委員会によって適切に審査されます。IFやNADO、主要競技大会機関はそれぞれのTUE委員会の審査を通して、TUEを付与するか却下するか否かの責任を負うことになります。
-
- 33 ▶ 質問: 自分の競技を尊重し、真のアスリートとなるために自分がしなければならないのは:
- 勝つことが最も重要だと認識すること
 - 自身が有利となるためにできることをすること
 - 失敗は何か誤りをしたことだと知ること
 - 上記すべて×
- 答え: d. 上記すべて×
説明: 一生懸命さや献身性、挫折から学ぶことは、トップアスリートになるための重要な要素です。しかし、健康や仲間の競技者を尊重せず、ルールを無視し、どんな犠牲を払ってでも得る勝利は、スポーツ精神に反することになります。
-
- 34 ▶ 質問: ドーピングをしているアスリートは、クリーンな舞台で競技をするという全てのアスリートの権利を欺くことになる。
- 答え: ○
説明: 一人のアスリートが不正行為をすると、他の選手は試合を放棄し、スポーツ精神の下で競うことをやめてしまうことにもなりかねず、競技の公正性は失われてしまいます。また、全てのアスリートは公正公平な中で競技に参加することに同意しているため、アンチ・ドーピング規則違反をすることは、競技会ルール違反をも犯していることと同じになります。
-
- 35 ▶ 質問: 血液検体を採取することが認められているのは誰か?
- 認定されたブラッド・コレクション・オフィサー (BCO)
 - 認定された検査員 (DCO)
 - 認定されたシャペロン
 - 上記すべて
- 答え: a. 認定されたブラッド・コレクション・オフィサー (BCO)
説明: ブラッド・コレクション・オフィサー (BCO) は、アスリートから血液検体採取をする者として公式にアンチ・ドーピング機関 (ADO) に認定されています。
-
- 36 ▶ 質問: 提出した検体 (尿や血液) は、どのくらいの期間、保管・分析対象とされるか?
- 期間は公開されていない
 - 10年
 - 2年
 - 保管されない
- 答え: b. 10年
説明: すべての検体は最大10年まで保管され、この間いつでも再分析される可能性があります。以前検出できなかった禁止物質がのちに検出できた場合には、そのアスリートの当初の検査日以降の記録は失効、制裁が課される可能性があるということです。
-
- 37 ▶ 質問: アスリートがアンチ・ドーピング規則違反となるのは、ドーピング検査が陽性だった場合のみである。
- 答え: ×
説明: アスリートの検体に禁止物質が存在することは、11のアンチ・ドーピング規則違反のうちの1つでしかありません。違反項目は他にも、検査拒否や回避、禁止物質の所持、共謀、禁止される特定の対象者との関わり等があります。

- 38 ▶ 質問: アンチ・ドーピング規則違反による制裁期間中の、コーチや医師、スタッフと関係を持つことにより、私自身（アスリート）も制裁が課される。
答え: ○
説明: 禁止される特定の対象者として、アンチ・ドーピング機関やWADA（世界アンチ・ドーピング機構）から、サポートスタッフとしての立場が失効していると通知された人や団体と関わることは、アスリートに制裁が課される可能性のある違反行為となります。
-
- 39 ▶ 質問: サプリメントが品質管理審査を合格している場合、禁止表に記載された物質は入っていない。
答え: ×
説明: サプリメント業界は規制されていないため、サプリメントに100%禁止物質が含まれていないという保障はどこにもなく、どの組織も栄養サプリメント製品や含有物の安全性が保障できません。栄養バランスが取れた自然な食物（自然食品）を食べることが、アスリートの競技パフォーマンスを改善するための最善策です。
-