日本水泳連盟所属競技者＜アンチ・ドーピングガイド＞

（この内容は 2025 年 1 月 1 日から 2025 年 12 月 31 日まで有効） Ver.1

日本水泳連盟アンチ・ドーピング委員会

この資料は、日本水泳連盟に競技者登録し、競技者として活動している選手全員を対象としたアンチ・ドーピングガイドです。

クリーンスポーツでは「ドーピング」は禁止されています。「ドーピング」をしようとする悪意がなくても、競技者としてきちんとした対応をしなかったために、アンチ・ドーピング規則違反になってしまうことがあります。競技者には「厳格責任」と「証明責任」が求められています。

- ✓ 「厳格責任」…禁止物質が存在した場合は、競技者の過失の有無に関わらず、アンチ・ドーピング規則違反となること。つまり、口にするもの全てが自己責任であるということ。
- ✓ 「証明責任」…アンチ・ドーピング規則を守っていることを、競技者自身が証明すること。

アンチ・ドーピング規則違反には厳しい制裁が下され、スポーツ活動が一定期間（標準で 4 年間、最長で永久）できなくなります。

18 歳未満の競技者

JADA 指定の国内最高レベルの競技大会（日本選手権、国民スポーツ大会など）や全国大会（JO、全国中学、インターハイ、ジャパンオープンなど）へ参加する際、親権者の署名した検査に関する同意書を大会に持参してください。同意書は JADA ホームページに掲載されています。一度提出すれば、繰り返しの提出は必要ありません。

静脈注射と点滴

禁止物質を含まなくても、12 時間あたり 100ml を超える静脈注射や点滴は禁止されています。ただし、入院設備を有する医療機関での検査や治療の過程において正当に受ける場合は、それ以上の量の点滴が許可されています。無床診療所（入院設備のないクリニックなど）で 100ml を超える点滴を受ける場合は競技者のレベルにより遡及的（後出し）TUE の申請が必要になります。同様に、競技会での体調不良の場合など救護室で点滴を開始した場合も、遡及的 TUE の申請が必要になります。

気管支喘息の治療

よく使われる吸入ベータ 2 作用薬には使用できる薬品と禁止されている薬品があります。使用できる薬品でも、処方された用法用量に従って使用する必要があります。使用できる薬品をネブライザー（噴霧器）で吸入した場合、高い吸入効率のため定められた尿中閾値を超えてしまう可能性があります。競技者レベルによっては事前に TUE 申請が必要になりますので、ご注意下さい。

TUE に関しては、別紙＜TUE ガイド＞や JADA ホームページ内（薬の使用及び治療使用特例（TUE））も参照して下さい。

市販の総合感冒薬（かぜ薬）

興奮薬（競技会検査での禁止物質）などの禁止物質が含まれている製品があります。店頭で薬剤師に禁止物質が入っていないことを確認するか、別紙＜いつでも使える薬の例＞に記載されているものを使用するようにして下さい。また、可能であれば病院を受診して禁止物質の含まれていない薬を処方してもらって下さい（別紙＜担当医師へのお願い＞をご持参ください）。

サプリメント

サプリメントには表示された成分以外の禁止物質物が含まれていることがあります。「〇〇認定」などと成分保証を表示しているサプリメントもありますが、100%保証されたサプリメントは世界中に 1 つもありません。禁止物質に該当する「無承認物質（例：BPC-157）」が含まれているサプリメント等が流通していることも確認されています。必要な栄養補給は食事から摂取することが基本です。リスクを冒してまでサプリメントを使用する必要性があるか、十分に検討してください。

＜競技会検査について＞

① 競技会とは競技者が参加予定競技会の前日の 23 時 59 分に開始され、当該競技会及び競技会に関係する検体採取手続きの終了までの期間をいいます。

② **「国際競技会」** 国際競技会では、原則として World Aquatics Doping Control Rules （World Anti-Doping Code に準ずる）に基づき、競技会におけるドーピング検査が行われます。

③ **「国内競技会」** 国内の競技会では、日本アンチ・ドーピング規程（World Anti-Doping Code に準ずる）に基づき、競技会におけるドーピング検査が行われます。

④ ドーピング検査を拒否または回避した場合、検査員の指示に従わない場合、アンチ・ドーピング規則違反となります。帰路の都合（飛行機や電車等の時刻など）で検査を断ることは出来ません。

⑤ ドーピング検査の対象となった競技者は、競技後に検査員から通告を受けます。検査は尿や血液で行われますが、どの検査が行われるかは通告時に伝えられます。

⑥ 18 歳未満の競技者には成人の付添い（所属関係者、家族など）を１名同伴してください。

⑦ 競技者は不注意による禁止薬物使用から、競技支援要員の方々（コーチ、トレーナー、医師、家族など）は不注意による禁止薬物投与から、それぞれアンチ・ドーピング規則違反とならないように十分留意して下さい。

⑧ ドーピング検査の行われる可能性がある競技会（JADA 指定の「国内最高レベルの競技大会」など）に出場する競技者で、

a）何らかの病気や怪我で病院・診療所などから継続して薬を使用または治療をしている競技者や、

b）競技の直前（出場競技およそ 7 日前から当日）に病院・診療所などを受診する競技者は、

1） 別紙＜担当医師へのお願い＞と共に、この書類一式を担当医師にお渡し下さい。

2） 担当医師に診断名、使用薬品名、使用量、使用方法、医師の氏名と病院連絡先を確認し、控えを取っておいて下さい。

＜競技会外検査について＞

① 競技会外検査は予告なしに検査員が競技者の自宅や宿泊場所、練習場所などに出向いて実施されます。

② 競技会外検査は World Aquatics や JADA 検査対象者に登録され、ADAMS で居場所情報の提出を行っている指定競技者が受けることが多い検査ですが、指定競技者でなくても国際競技会に関連した代表合宿などで行われることがあります。

③ 「居場所情報提出」は競技会外検査を実施するために必要な競技者のスケジュールや情報を、競技者が ADAMS で提出するものです。競技者が「いつ」「どこに」いるのか、3 か月毎に情報を提供し、かつ 5 時～23 時までの間で競技者本人が確実に検査を受けることが出来る 60 分の時間枠と場所を提示する必要があります。「競技会」や「宿泊場所」、「定期的なトレーニング」についても正確な情報を登録する必要があります。

④ 居場所情報関連義務違反： 居場所情報不備の警告が 12 か月間で累積 3 回になるとアンチ・ドーピング規則違反になります

a）提出義務違反： 正確かつ完全な居場所情報提出を行う義務を怠った場合。

b）検査未了： 居場所情報提出において競技者本人が指定した 60 分の時間枠で、指定した場所に不在であった場合。

⑤ 居場所情報の変更は ADAMS の web site またはアプリ Athlete Central で行って下さい。急病や事故などの緊急事態では検査未了が取り消されることもありますが、公的な証明を要します。

⑥ 長距離の移動などで、60 分の時間枠を確保できない場合は「移動」で登録します。

例）ロサンゼルス 1 月 1 日午前 0 時発→羽田 1 月 2 日午前 5 時着。この場合、1 月 1 日の 5 時～23 時の間に時間枠は確保できない。乗り継ぎの場合は全行程で 1 つの移動となり、乗り継ぎの空港で時間枠を設定する必要はありません。

⑦ 最近の世界アンチ・ドーピング機構の方針として、競技会外検査（特に 60 分時間枠外）を増やす計画が提示されています。60 分時間枠以外でも検査に対応する必要があります。

⑧ 検査そのものは競技会検査と同様に行われます。