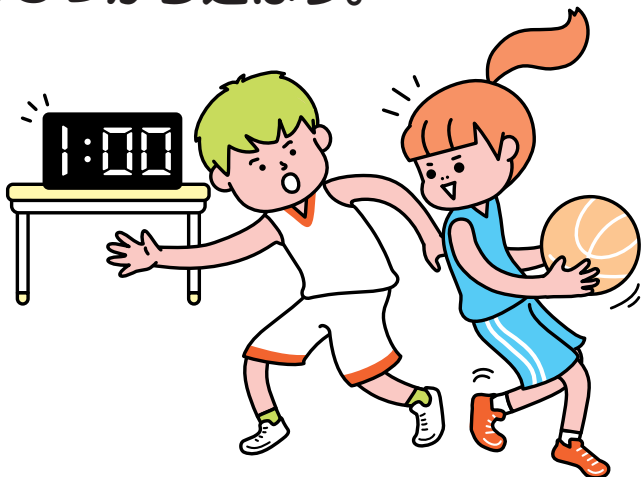


# もんだい 1

試合の時間は残りわずか。自分のチームが1点リード。あなたはどうする？ 次の3つから選ぼう。



1 勝つためににげ切る。時間をかせぐ。

2 コーチの指示にしたがう。

3 最後まで全力でプレイする。

もんだいの  
おんせい  
音声コード



みんなが答えたら、うら面で点数をチェック！

# こたえ 1

1を選んだ人は、0点。

1 チームは勝った。でも、戦った相手、応えん  
にきた人、自分も試合を楽しめたか考えよう。

2を選んだ人は、1点。

2 コーチに相談するのもひとつ。でも、自分の  
意思で決められなかったのか考えよう。

3を選んだ人は、2点。

3 最後まで全力でプレイした結果、試合がもり  
上がり、自分も達成感があった。

こたえの  
おんせい  
音声コード

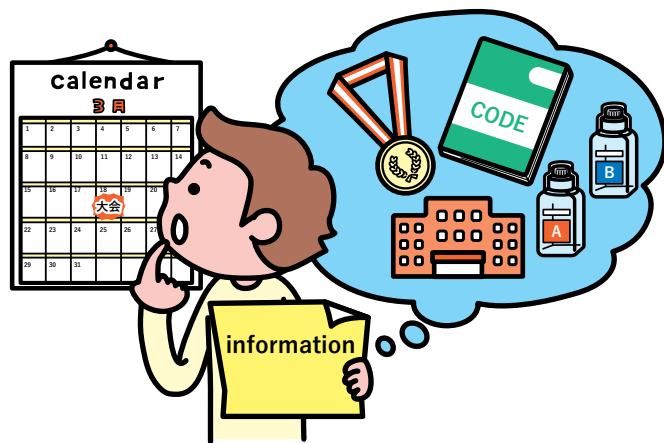


## ここがポイント！

クリーンスポーツは、アンチ・ドーピングのルールを守るだけではない。試合やそれ以外での行動が、スポーツの公平性を守ることにつながる。

## もんだい 2

3 か月後、はじめての全日本選手権。  
アンチ・ドーピングのルールを聞いたことがないあなたは、どうする？ 次の3つから選ぼう。



1 自分でウェブを検さくして調べる。

2 競技団体に、何をしたらよいか聞く。

3 大会の主催者がアンチ・ドーピング機関から、連絡がくるまで待つ。

もんだいの  
おんせい  
音声コード



みんなが答えたら、うら面で点数をチェック！

## こたえ 2

1 1を選んだ人は、3点。  
JADA クリーンスポーツ・アスリートサイトで、アンチ・ドーピングの正しい知識を学んだ。



2 2を選んだ人は、2点。  
教育を受けるのはアスリートの権利。競技団体に相談し、教材やウェブを教えてもらった。



3 3を選んだ人は、0点。  
ルールを正しく理解することは、アスリートが自分でやるべきことだった！

こたえの  
おんせい  
音声コード

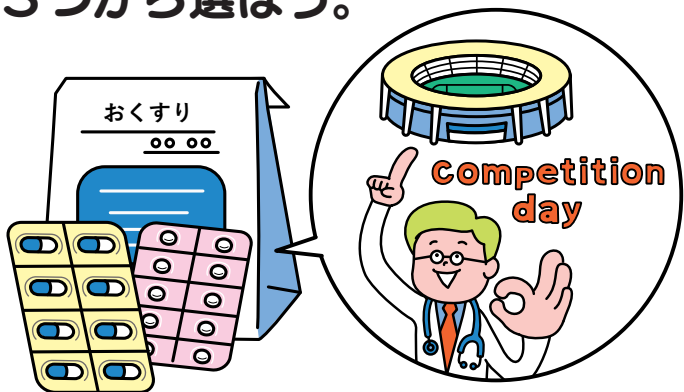


### ここがポイント！

アスリートには、最新で正しいルールを理解してスポーツに参加する責任がある。  
競技団体には、所属するアスリートやサポートスタッフに教育をする責任がある。

# もんだい 3

きょうぎかい しゅうかん  
**競技会まであと 2 週間でケガをした。**  
 くすり きんしぶっつ しゅうかん  
**薬には禁止物質がふくまれる。1 週間で**  
 からだ はいしゅつ いし い  
**体から排出されると医師に言われたら？**  
 つぎ えら  
**次の3つから選ぼう。**



1 ち せんもんか いし い  
**治りょうの専門家である医師が言っ**  
**ているから OK。安心して飲む。**

2 そきゅうてきていーゆーいー てつづ ひつよう ばあい  
**遡及的 TUE の手続きが必要な場合**  
**あるから、あらかじめ医師に相談。**

3 いはん くすりの  
**違反になるのがこわいから、薬は飲ま**  
**ず、自然になおす。**


もんだいの  
 おんせい  
 音声コード




みんなが答えたら、うら面で点数をチェック！

# こたえ 3

1 えら ひと てん  
**1 を選んだ人は、0 点。**  
 たいちょう たいしつ たいしや しゅうかんご  
**体調や体質によって代謝がちがい、2 週間後**  
 からだ きんしぶっつ で ばあい  
**でも体から禁止物質が出る場合がある。**

2 えら ひと てん  
**2 を選んだ人は、3 点。**   
 ていーゆーいー いし つた きんしぶっつ つか  
**TUE について医師に伝え、禁止物質を使わな**  
 ち いっしょ かんが あんしん  
**い治りょうを一緒に考えてくれたので安心。**

3 えら ひと てん   
**3 を選んだ人は、1 点。**  
 いはん たいかいまえ ちょうせい  
**違反にはならなかったが、大会前の調整がで**  
 ほか ほうほう かんが  
**きなかった。他に方法がなかったか考えよう。**

こたえの  
 おんせい  
 音声コード



## ここがポイント！

アスリートには健康にスポーツに参加する権利と、薬や治りょうで確認すべきことがある。禁止物質をふくまない治りょうを相談し、TUE 申請の準備をしよう。

## もんだい 4

たいかい げつ えん さき ひ  
大会まで1か月。遠せい先でかぜを引い  
てしまった！近くびょういんに病院もないときどう  
する？次つぎの3つから選えらぼう。



1 くすり せいぶんめい しら きんしぶっしつ  
薬の成分名を調べるサイトで禁止物質  
はいが入っていない薬を探し、くすり さが やっきょく か薬局で買う。

2 きけん かんぽうやく  
ドーピングの危険がなさそうな漢方薬  
つかを使う。


3 そうだん ひと きんしぶっしつ  
相談できる人をさがして、禁止物質が  
はい入っていない薬を教えてください。

みんなが答こたえたら、うら面めんで点てん数をすうチェック！

もんだいの  
おんせい  
音声コード



## こたえ 4

1 えら ひと てん  
1を選んだ人は、3点。  
ぐろーばる でいーあーるおー しら しょう くすり  
「Global DRO」で調べて、使用する薬に  
きんしぶっしつ かくにん  
禁止物質がふくまれていないか確認できた。

2 えら ひと てん  
2を選んだ人は、0点。  
かんぽうやく なに きんし  
漢方薬は何がふくまれるかわからない。禁止  
ぶっしつ かのうせい ちゅうい  
物質がふくまれる可能性もあるので注意！

3 えら ひと てん  
3を選んだ人は、3点。  
くすり せんもんか  
薬の専門家「スポーツファーマシスト」に  
そうだん きんしぶっしつ くすり しょう  
相談し、禁止物質をふくまない薬を使用した。

こたえの  
おんせい  
音声コード

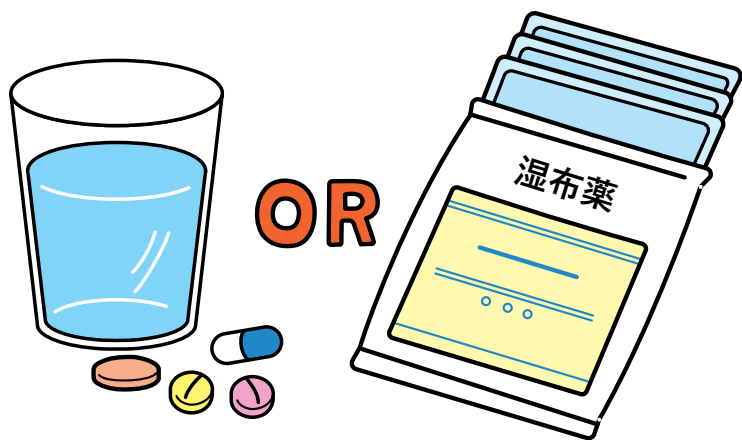


### ここがポイント！

ぐろーばる でいーあーるおー きろく  
「Global DRO」の記録や、スポーツ  
ファーマシストとのやり取りは大切。い  
と たいせつ  
つでも自分じぶんで説明せつめいできるよう保管ほかんしてお  
こう！

# もんだい5

筋肉にいたみがある。同じ成分の飲み薬  
 とはり薬、どちらがよいか病院で聞かれ  
 たらどうする？次の3つから選ぼう。



1 はり薬は禁止物質でも体内に入ること  
 はないので、こちらを使う。

2 どちらでもいい。  
 どちらが効くか相談して決める。

3 薬の形に関わらず禁止物質がふくまれ  
 る場合がある。まずは成分を確認する。

みんなが答えたら、うら面で点数をチェック！

もんだいの  
 おんせい  
 音声コード



# こたえ5

1 1を選んだ人は、0点。  
 はり薬でも禁止物質が体内に入る可能性があ  
 るので注意！

2 2を選んだ人は、0点。  
 自分から効き目だけでなく、禁止物質がふく  
 まれていないか医師に確認しよう。

3 3を選んだ人は、3点。  
 薬の形に関わらず、禁止物質がふくまれてい  
 ないことを医師に調べてもらった。

## ここがポイント！

アスリートは、体に入れるものすべてに  
 責任を持つことが大切。自分がアスリー  
 トであること、禁止物質をふくまない薬  
 を使いたいことをしっかりと伝えよう。

こたえの  
 おんせい  
 音声コード



## もんだい 6

せん さくねんたいかい で じぜん  
先ぱいが昨年大会に出たとき、事前に  
ていゆーいーしんせい い じぶん  
TUE 申請をしたと言っていた。自分も  
おな たいかい で じぜん しんせい つぎ  
同じ大会に出るから事前に申請する？次  
の3つからえらぼう。



1 たいかいちよくぜん れんしゅう しゅうちゅう  
大会直前で練習に集中したい。ドーピ  
けんさ う しんせい  
ング検査を受けたら申請すればよい。

2 おな たいかい ていゆーいーしんせい  
同じ大会でも、TUE 申請するタイミ  
じぶん かくにん  
ングを自分で確認する。

3 しんぱい はや せん  
心配だし、早めにはやっておけば損はない。  
ていゆーいーしんせい おこな  
TUE 申請をすぐ行う。

みんながこたえたら、めん てんすう  
みんなが答えたら、うら面で点数をチェック！

もんだいの  
おんせい  
音声コード



## こたえ 6

えら ひと てん  
1 を選んだ人は、0点。

1 アスリートのカテゴリーによって、ていゆーいーしんせい  
TUE 申請の提出期限はちがう。必ず事前に確認しよう。  
ていしゆつきげん かなら じぜん かくにん

えら ひと てん  
2 を選んだ人は、3点。

2 そきゆうてきていゆーいー しんせい  
週及的 TUE を申請できるアスリートカテゴ  
りーだった。いし かくにん ち  
医師と確認して治りようできた。

えら ひと てん  
3 を選んだ人は、1点。

3 ていゆーいーしんせい  
TUE 申請をするタイミングはアスリートに  
よってちがう。じぜん かくにん  
事前に確認しよう。

こたえの  
おんせい  
音声コード



### ここがポイント！

ていゆーいーしんせい  
TUE 申請のタイミングは、アスリートに  
よってちがうので事前の確認が大切。後  
じぜん かくにん たいせつ あと  
から申請できる条件についても、正しく  
しんせい じょうけん ただ  
理解しよう。  
りかい

# もんだい7

はじめてドーピング検査を受けることになった。検査の手順でわからないことがあったらどうする？次の3つから選ぼう。



1 検査員とは話せないはず。自分でなんとかがんばる。

2 わからないことは、検査員に質問する。

3 検査中に気になったことは報告書に記入する。

もんだいの  
おんせい  
音声コード



みんなが答えたら、うら面で点数をチェック！

# こたえ7

1 を選んだ人は、0点。  
検査でわからないことを質問する権利があると知らなかった。質問すれば安心だったのに。

2 を選んだ人は、3点。  
検査中に質問することはアスリートの権利。質問をして、安心して検査を進めよう。

3 を選んだ人は、3点。  
質問はしなかったが、検査で気になったことを報告書に記入することができた。

こたえの  
おんせい  
音声コード



## ここがポイント！

ドーピング検査は、自分がクリーンである証明になる。アスリートの権利や責任を正しく理解して、検査に自信をもって対応しよう。

## もんだい 8

ドーピング検査のタイミングが、表彰式とかぶってしまった。あなたはど  
うする？ 次の3つから選ぼう。



1 検査員に許可を取って、検査の前に表彰式に出る。

2 公式行事だから表彰式がゆう先。そのまま表彰式に行く。

3 検査は何よりゆう先。表彰式があるけど、先に検査へ行く。

もんだいの  
おんせい  
音声コード



みんなが答えたら、うら面で点数をチェック！

## こたえ 8

1 を選んだ人は、3点。  
表彰式の出席はアスリートの権利。検査員に許可をとれば、表彰式後に検査を受けられる。

2 を選んだ人は、0点。  
事前に検査員の許可を取らないと、違反のうたがいになるので注意！

3 を選んだ人は、1点。  
ドーピング検査の対象となっても、表彰式に出る方法はなかったのか考えよう。

こたえの  
おんせい  
音声コード



### ここがポイント！

表彰式出席、ケガの治りょう、身分証明書を取りに行く、クールダウンなどは正当な理由。検査員の許可を取って検査をおくらせることもできる。