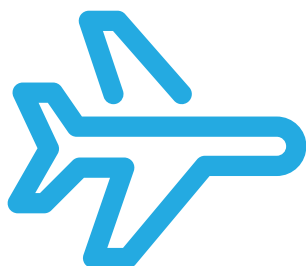


# 居場所情報提出ガイド

ADAMS 編

202202ver.



## ADAMS編 目次

### 1.RTP/TPアスリート 居場所情報ガイド

RTP/TPアスリート 居場所情報ガイド	03
----------------------	----

### 2.ADAMSマニュアル

 STEP0 ADAMS 初回ログイン方法	08
--	----

 STEP2 ADAMS 居場所情報 提出方法	12
--	----

 STEP3 ADAMS 居場所情報 更新方法	18
---	----

 ADAMS 移動の登録方法	25
---	----

※STEP1 (Athlete Centralのログイン・設定)の確認が必要な場合はAthlete Central編をご覧ください

本ガイドは2021年1月発効の世界アンチ・ドーピング規程に基づき解説しています。

今後、世界アンチ・ドーピング規程の改定に伴い、内容の一部に修正が必要になることがあります。ご注意ください。



### なぜ、居場所情報の提出が求められるのか？

アスリートの居場所情報は、アスリートへの事前通告無しに行われる**競技会外検査**を実施するために重要な情報で、**クリーンスポーツとクリーンアスリートを守るために**使用されます。

#### ▶ 居場所情報と競技会外検査

ドーピング検査には、検体を採取するタイミングによって、以下の2種類があります。

競技会外検査は、アスリートに事前通告無しで行われることから、ドーピングを抑止したり、ドーピングを発見するための、最も強力な手段の1つです。また、クリーンスポーツとクリーンアスリートへの信頼を高めることにもつながります。



対象者

禁止物質・方法

採取液体

#### 競技会検査

In Competition Testing

参加する競技会に  
関係して行われる検査

競技会に参加している  
全てのアスリート

(禁止表国際基準に記載されている)  
「全ての禁止物質と方法」

血液・尿

#### 競技会外検査

Out Of Competition Testing

競技会以外の期間、自宅や  
トレーニング場所などで行われる検査

全てのアスリートが対象になる可能性  
(RTP/TPが対象となる可能性が高い)

(禁止表国際基準に記載されている)  
「常に禁止される物質と方法」

血液・尿

事前通告なしの検査を効率的、かつ効果的に実施するには、アスリートが「いつ」「どこで」「どのような活動」をしているかという情報が必要です。正確な居場所情報は、クリーンスポーツとクリーンアスリートを守るためにとても重要です。

#### ▶ 居場所情報の提出に関するルール

居場所情報の提出に関するルールは、競技会外検査のプログラムにとって重要な要素として、

- ▶ 世界アンチ・ドーピング規程
  - ▶ 検査およびドーピング調査に関する国際基準
- の一部として記載されています。

また、これらのルールに準拠した、公平かつ公正な検査プログラムに対する権利を、アスリートは持っています。



### 誰が、居場所情報を提出するのか？

国際競技連盟 (IF) やアンチ・ドーピング機関 (日本ではJADA) からRTP/TPに登録された**日本や世界を代表するトップアスリート**です。

IFとJADAがそれぞれRTP/TPの登録を行います。

居場所情報の提出期日や、更新方法など、IFとJADAで異なる運用をしていることもあるので、自身がどの団体 (もしくは複数の団体) から登録を受けているか、アスリートは正確に理解する必要があります。

(JADAの場合: JADAからRTP/TPの登録通知文がメールもしくは文書で発信されます。除外の連絡がない限り、登録は継続されます)

RTP/TPは、自身の競技そして国を代表するロールモデルとして、自らがグリーンであることを世界に示す大切な存在です。

RTP/TPに選ばれたら、誇りと自覚を持って、より一層高い意識でアンチ・ドーピングに参加しましょう



## 提出が必要な情報は？

### 個人情報

#### A 顔写真

- 本人の顔がわかりやすいもの
- × プリクラ、集合写真

#### B 連絡先詳細

- ▶ 電話：本人へ連絡が取れる電話番号
- ▶ E-mailアドレス：パスワードの再発行、添付データが受信できるアドレス
- ▶ 送付物宛先：郵送物が受け取れる住所

※提出期限前のリマインド、居場所情報に関する最新情報をご連絡しています

#### ADAMS

#### Athlete Central

※ibasho@playtruejapan.org、adams@wada-ama.org、Clean-Athlete\_JAPAN@playtruejapan.org からメールが受信できるように設定してください

### 居場所情報

居場所情報とは、競技会外検査に対応するための、**自分の毎日の居場所を特定する情報**です。

居場所情報で入力する住所、詳細情報はドーピング検査員があなたの元へ訪れるために使用されます。正確で詳細な情報を提出し、予定が変わり次第必ず更新しましょう。

#### ▶「居場所情報」として提出・更新する内容

**入力必須項目**



宿泊先

毎日の宿泊先住所

建物名、部屋番号などDCOがアスリートと直接会うことができる具体的な情報



60分時間枠

アスリートが5:00~23:00の間で1日1回指定する60分の時間と場所

指定した時間と場所で検査に対応できなかった場合、「検査未了」とみなされる競技会外検査は、60分の時間枠外でも実施されます



競技会／  
競技大会スケジュール

出場する予定の競技会の大会名、日程、場所



定期的な活動

定期的なトレーニング・練習を行う時間と場所

※定期的なトレーニングがない場合は、その理由を入力し(例：オフシーズン、けが等具体的な事情)、学校・職場・リハビリなど、定期的にある活動を「その他」のカテゴリを使い登録



移動

機内泊や長時間の移動により、宿泊先もしくは5:00-23:00内に60分時間枠が設定できない場合に登録

※[移動の登録]マニュアルを参照

#### 詳細で正確な居場所情報を入力しましょう

例) ▶建物内の部屋番号等の詳細情報も記載

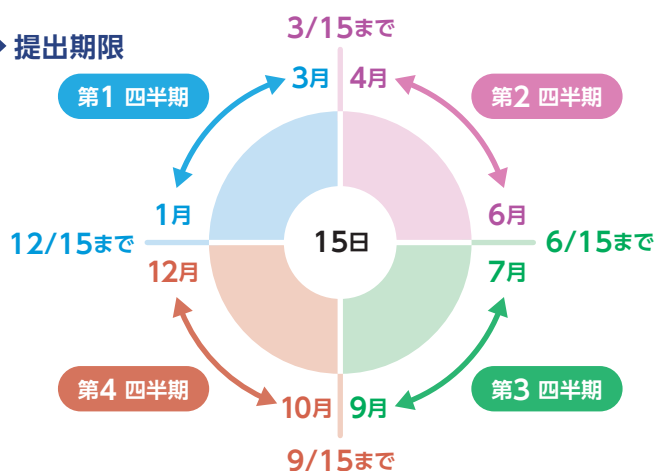
- ~県~市~町 ABCホテル201号室
- × ABCホテル のみ

▶敷地内に複数の建物・施設がある場合はどの部分にいるのか詳しく書く

- ナショナルトレーニングセンターイースト 共有コートA
- × ナショナルトレーニングセンター

## 🔍 居場所情報 - 期限・ルールを確認しよう

### ▶ 提出期限



居場所情報はQuarter (クォーター; 1年を3か月ごとの4つに分けた期間) ごとに提出し、予定が変更の際は情報の更新が必要です。

※IFのRTP/TPに登録されているアスリートはIFの提出期限に従ってください

※IFとJADA両方にRTP/TP登録されているアスリートはどちらのルール(期限)にも反しないようご確認ください

### ▶ 提出/更新ルール

自分が登録されているカテゴリを確認のうえ、居場所情報を提出/更新しましょう

登録カテゴリ	JADA RTP/TP	JADAかつIF RTP/TP	IF RTP/TP
提出言語	日本語	IFのルールに従う	IFのルールに従う
居場所情報提出/更新方法	ADAMS, Athlete Central メール、電話	ADAMS, Athlete Central IFが定める方法	ADAMS, Athlete Central IFが定める方法

## ❌ 居場所情報の提出・更新を怠った場合…

### ▶ 居場所情報関連義務違反

#### ① 提出義務違反



- ▶ 提出期限までに居場所情報を提出しない
- ▶ 誤った情報を提出
- ▶ 提出された情報が不十分
- ▶ 最新情報に更新されていない

#### ② 検査未了



アスリートが指定した[60分時間枠]の時間と場所で検査に応じなかった場合(検査員がアスリートと会うことができなかった場合)

RTPアスリート	いずれかが12ヶ月の間に3回累積すると <b>アンチ・ドーピング規則違反</b> (資格停止期間:原則2年) ※検査実施団体(JADA、IFなど)に関わらず、発生した場合は累積に含まれます
TPアスリート	居場所情報関連義務違反の繰り返しが確認された場合、 ▶ RTPアスリートへの変更 ▶ 関連機関への連絡(競技団体など)のような措置を取ることがあります

## 居場所情報 提出・更新方法

### ADAMS / Athlete Centralについて

「ADAMS」(Webサイト)もしくは「Athlete Central」(アプリ)から、自分の毎日の居場所情報を提出・更新し、いつでも・どこでも検査が受けられるようにします。

ADAMS=Anti-Doping Administration and Management System

ADAMSはアンチ・ドーピング活動に関わる世界中の情報を一元的に管理、集約させる目的で、世界アンチ・ドーピング機構(WADA)によって制作されたウェブベースのシステムです。下記のような情報を(登録・)管理しています。



### アクセス方法

**ADAMS**  
(アダムス)

**使用ツール** WEBサイト

**アクセス方法**

検索名: WADA ADAMS  
 URL: <https://adams.wada-ama.org/>

Internet Explorer

Firefox

Microsoft Edge

Safari

Google Chrome

使えます!

使えません

※居場所情報提出の初回ログインは、ADAMSにて実施する必要があります。

**Athlete Central**  
(アスリートセントラル)

**使用ツール** アプリ(スマートフォン、タブレット)

**アクセス方法**

検索名: Athlete Central

iOS版

Android版

サポートされているデバイスとOS

- ▶ Samsung, Huawei, HTC: Android7 and above
- ▶ iPhone: IOS11 and above

※ADAMS初回ログイン後、1時間以上経過してからAthlete Centralの設定が可能となります。

詳しい提出手順は居場所情報提出方法マニュアルを確認しましょう。

### 居場所情報の管理

アスリートから提出された居場所情報は、厳密に管理されます。

- ▶ ドーピング検査の計画や実行
- ▶ ドーピング調査の支援
- ▶ アンチ・ドーピング規則違反が行われたと主張する手続き等  
などの限られた目的の為にのみ使用されます。  
(世界アンチ・ドーピング規程 5.5「競技者の居場所情報」)

上記の目的のために、提出された居場所情報が使用される必要が無くなった場合は、「プライバシー及び個人情報の保護に関する国際基準」に従って、情報が破棄される権利をアスリートは持っています。

### 居場所情報に関するお問合せ先 [https://www.playtruejapan.org/form/adams\\_inquiry.html](https://www.playtruejapan.org/form/adams_inquiry.html)

※【競技名】【氏名(漢字・アルファベット)】【生年月日】【お問合せ内容】、

ADAMS/Athlete Centralの操作に関わるものは状況がわかるスクリーンショットもお送りください

Location Information  
Submission Guide

# ADAMS MANUAL

ADAMS マニュアル

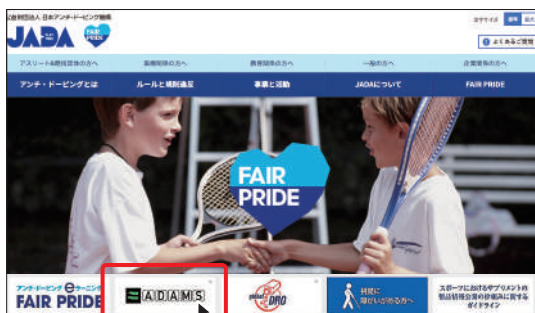
## 初回ログイン

- ADAMSに初めてログインする場合は設定が必要です。アカウント情報（ユーザーネーム及びパスワード）を用意し、PCなどで **Internet Explorer** / **Firefox** / **Microsoft Edge** のいずれかからアクセスしましょう。
- 初回ログインがお済みの方は、JADA公式サイト（<https://www.playtruejapan.org/athlete/rtptp.html>）から居場所情報提出に関する操作マニュアルをご確認のうえ、居場所情報を提出してください。

### 重要

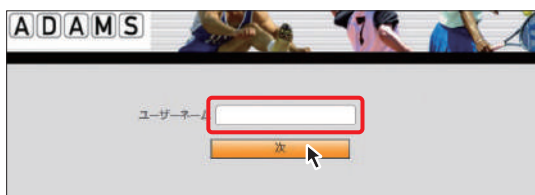


01



JADA公式サイト  
(<https://www.playtruejapan.org/>)  
へアクセスし、最下部にある  
[ADAMS] バナーをクリック

02



付与されたADAMSの【ユーザーネーム】を入れ、  
【次】をクリック

💡 【ユーザーネーム】と【仮パスワード】が分からない方、まだ発行されていない方は、ユーザーネームが送られてきた機関に連絡

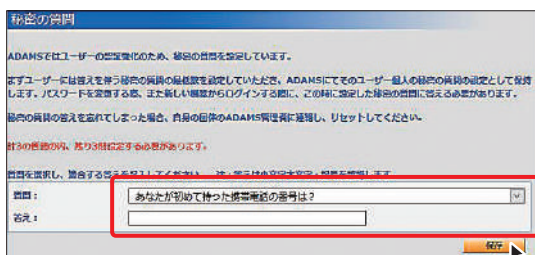
03



【仮パスワード】を入れ【ログイン】をクリック

💡 仮のパスワードのため、PCに記録させないこと

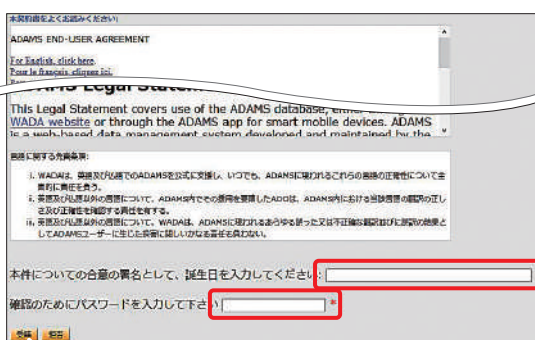
04



【秘密の質問】を選び、答えを設定

💡 答えは5文字以上の半角英数字で設定し、忘れないように管理すること

05



同意書の内容を確認し、【生年月日】と【仮パスワード】  
を入れ【受諾】をクリック

💡 生年月日は「19950101」など、数字のみで入力



## ▶ 初回ログイン

06

普段使用している **[Emailアドレス]** と  
**[携帯電話番号]** ※ を入れ **[提出]** をクリック



※携帯電話番号は、最初の0を削除し、  
日本の番号の場合、国番号の「81」をつけて入力  
(例) 090-1234-5678 の場合 → **[819012345678]** と入力

## Emailアドレス入力欄が表示されない場合

**[携帯電話番号]** ※ を入れ **[提出]** をクリック

## Emailアドレスが既に登録されている場合

使用しないアドレスが表示されている場合は、**[Edit]**  
をクリックし、**[6]** を入力



普段使用しているEmailアドレスが表示された場合は、**[7]** へ

07

送られてきたEmailとSMSに記載されている  
6ケタの **[認証コード]** をそれぞれの欄に入力し、  
**[確認]** をクリック



SMSが届かない場合は、[Edit] をクリックし、携帯電話番号を  
削除し、Emailアドレスのみを入力して [提出] をクリック

08

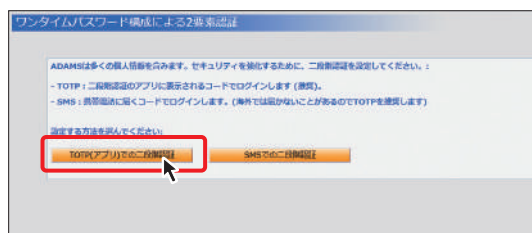
**[現在のパスワード]** に最初に入力した**仮パスワード**を  
入れ、**[新規パスワード]** と **[新しいパスワードを再入力]**  
に、**今後自身で使用するパスワード** を入れ、**[確認]** を  
クリック



・アルファベット大文字・小文字・数字を含めた10文字以上で設定  
・今後はこの **[新規パスワード]** でログインをするので、忘れない  
ように管理すること

## ▶ 初回ログイン

09



[TOTP(アプリ)での二段階認証] をクリック

10

## 二段階認証アプリ取得



Google Authenticator



iOS版



Android版

スマートフォンまたはタブレット端末で、  
二段階認証用のQRコードを読み取るアプリを  
インストールして起動



- ・本マニュアルではGoogle Authenticatorというアプリで案内
- ・今後のログインでも使用するため、自身の端末にインストールすること
- ・他にもお使いの二段階認証アプリがあれば、そちらも使用可能です

11

## Google Authenticator



Google Authenticator アプリを開き、  
[設定を開始] をタップ

➡ [QRコードをスキャン] をタップ

➡ カメラが起動するので、  
ADAMS画面のQRコードを読み込む



QRコードが読み込めない場合は次のページへ

12



① アプリに表示された6ケタのコードを、ADAMS画面  
の[Step3:アプリに表示された~]の欄に入力

② ADAMSのログインパスワードを入れ、[確認する]  
をクリックし、ログイン



認証コードは30秒ごとに自動変更されます。30秒が過ぎて  
しまった場合は、変更後のコードを入力してください

## ▶ 初回ログイン

## QRコードが読みこめない場合

ADAMS



Google Authenticator



ADAMS



Google Authenticator



① ADAMS画面の「手動コードを表示」をクリック

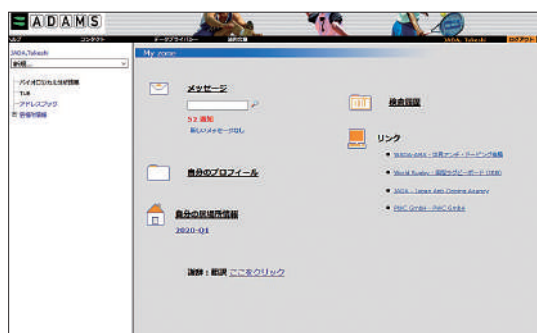
② アプリの「セットアップキーを入力」をタップ

③ [アカウント]に「自分で設定したアカウント名」を入力  
例)「ADAMS」など自身で管理しやすい名前で設定

④ [キー]に、ADAMS画面に表示された「マニュアルコードキー」をスペースなしで入力

⑤ アプリの「追加」マークをタップし、6ケタのコードが表示されたら、⑫へ

13



[ログイン]完了!

## ログインできない場合

⚠ 認証コードが新しくなっていませんか?

➡ 30秒経過すると認証コードが自動変更されます。  
二段階認証アプリに戻り、表示されている最新の認証コードを入力し直してください

⚠ 設定途中でログアウトしていませんか?

➡ 表示されたキー(アルファベットの羅列)はそのときのみ有効です  
新しくキーを取得し直してください

## STEP 2 アダムス 居場所情報 提出方法

- ▶ 指定されたQuarterの居場所情報を期限までに提出してください
- ▶ 事前にSTEP0 (ADAMS初回ログイン) を済ませてください  
※ADAMSを使用する場合は、STEP1 (Athlete Centralログイン・設定方法) の操作は不要です
- ▶ すべての情報は提出後でも更新 (変更) ができます。まずは本マニュアルに従い、提出を完了してみましょう。本マニュアルでは入力例を用いて提出方法をお伝えします

クォーター  
Quarter: 1年を3か月ごとの4つに分けた期間

居場所情報は、Quarterごとに提出・更新します

Q1 (1-3月)

Q2 (4-6月)

Q3 (7-9月)

Q4 (10-12月)

### 提出する情報

場所は住所だけではなく、建物・施設名や部屋番号、その敷地に入るための条件など、ドーピング検査員 (DCO) がアスリートと直接会うことができる具体的な情報を入力してください

#### 宿泊先

##### その日の夜に宿泊する場所

自宅や合宿先など、その日の夜に宿泊する場所を、提出するQuarterのすべての日に登録

#### 60分時間枠

##### アスリートが5:00~23:00の間で1日1回指定する60分の時間と場所

指定した時間と場所で検査に対応できなかった場合、「検査未了」とみなされる  
※競技会外検査は60分時間枠以外でも実施される

#### 競技会／競技大会スケジュール

出場する予定の競技会の日程、場所

#### 定期的な活動

##### 定期的なトレーニング・練習を行う時間と場所

※定期的なトレーニングがない場合は、その理由を入力し (例: オフシーズン、けが等具体的な事情)、学校・職場・リハビリなど、定期的にある活動を「その他」のカテゴリを使い登録

#### 移動

機内泊や長時間の移動により、宿泊先もしくは5:00-23:00内に60分時間枠が設定できない場合に登録

※ [移動の登録] マニュアルを参照

### 送付物宛先を登録

※住所を新規登録する場合

01



[自分の居場所情報] をクリック

02

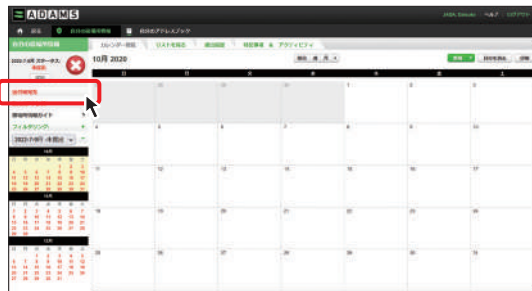


① 左欄にて自分が提出するQuarterを選択し、

② [カレンダーへ移動] をクリック

## ▶ 送付物宛先を登録

03



[送付物宛先] をクリック

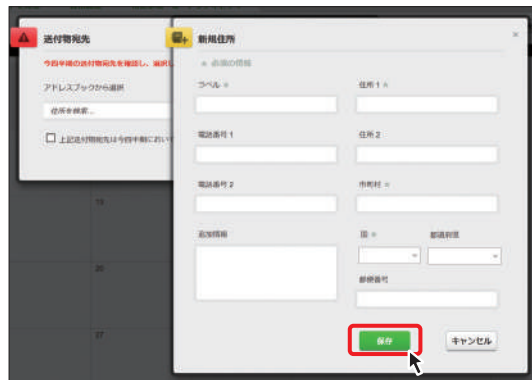
04



[新規] をクリック

💡 該当する住所が既にアドレスブックに登録されている場合は、プルダウンで選択

05



住所を登録するフォームで、必要な情報を入力し、  
[保存] をクリック

💡 [ラベル] とは…ADAMS上でアドレスブックに「場所」を登録する単位のことです  
・わかりやすい名称にすること(場所以外の名称でも設定可能)  
例) Japan tournament, Camp など  
・同じラベル名は重複して登録できません

## 住所の新規登録

- ・居場所情報で入力する住所は、ドーピング検査員が事前の予告なしにあなたの元へ訪れるために使用されます。そのためアスリートは詳細な情報を提出する必要があります

詳細な情報の入力例)

- ▶ 建物内の特定の部屋にいる場合 …「東京ドームホテル1001号室」
- ▶ 同じ住所に複数の建物がある場合 …「黒いドアの家」、「3棟ある真ん中」、「二世帯住宅の2階」
- ▶ 同じ敷地内に複数の施設がある場合 …「柔道場」、「共用コートD」、「サブアリーナ」
- ▶ 検査員がたどり着くまでに必要な条件がある場合 …「2Fのフロントで受付をしないと入れません」など

- ・送付物宛先以外でも、住所の登録方法は同じです
- ・一度登録すると、他のカテゴリ(宿泊先や60分時間枠など)でも使用できます
- ・国際競技連盟(IF)から英語入力の指示がある方

英語の住所入力例)

〒115-0056 東京都北区北西が丘3-9-14 アスリートヴィレッジ 201号室  
➔ Room201 Athlete Village 3-9-14 Nishigaoka Kita-ku Tokyo 115-0056

## ▶ 送付物宛先を登録

06

送付物宛先

このQuarterの送付物宛先を確認してください

アドレスブックから選択

HOME

Koshikawa 1-12-14 Nihonsei...  
Bunkyo-ku, 東京  
日本  
112-0002  
電話番号 1: 090-0000-0000

☒ このQuarterの送付物宛先は上記の郵便番号・住所であることを確認しました

保存 キャンセル

① 送付物宛先の住所が反映されたことを確認し

② 「このQuarterの送付物宛先は上記の郵便番号・住所であることを確認しました」に☒を入れ、[保存]をクリック

07

[送付物宛先]の登録完了

同じように「Emailアドレス」も登録し、カレンダー画面に戻ります

## 🏠 宿泊先の情報を登録

※毎日1回指定が必要です。後から更新ができるので、まずはこのQuarterで一番よく宿泊する場所で一括提出してみましょう

01

カレンダー画面の初日をクリックし、新規エントリの登録を開始

💡 [エントリ]とは・・・居場所情報として登録する情報の単位です  
1カテゴリの登録=1エントリ

02

住所 HOME

Koshikawa 1-12-14 Nihonsei...  
Bunkyo-ku, 東京  
日本  
112-0002  
電話番号 1: 090-0000-0000

カテゴリ 宿泊先

開始日 01-10月-2020

繰り返し入力 このQuarterの最終日まで

終了日 31-12月-2020

60分時間枠 ☐

保存 キャンセル

① [住所]を設定  
すでに作成したラベルを使用する場合は、該当するラベル名を選択

該当する住所がない場合、送付物宛先を登録した時と同じように[新規]を選択し、新しくラベルを作成

② カテゴリは[宿泊先]を選択

③ 繰り返し入力は、[このQuarterの最終日まで]を選択

④ 入力内容をすべて再確認し [保存]をクリック

💡 ・宿泊先は、その日の夜に宿泊する場所のことです

03

[宿泊先]の登録完了



## 🕒 60分時間枠の情報を登録

### ▶ 60分時間枠だけを登録する場合

01



カレンダー画面の初日をクリックし、  
新規エントリの登録を開始



【エントリ】とは・・・居場所情報として登録する情報の単位です  
1カテゴリの登録=1エントリ

02

- ① **【住所】を設定**  
すでに作成したラベルを使用する場合は、  
該当するラベル名を選択  
  
該当する住所がない場合、送付物宛先を登録した  
時と同じように【新規】を選択し、新しくラベルを作成
- ② **カテゴリは【その他】を選択**
- ③ **繰り返し入力は、【このQuarterの最終日まで】を選択**
- ④ **設定した住所にいる時間帯を入力**
- ⑤ **【60分時間枠】に☑し、自身で決めた開始時間を入力**
- ⑥ **入力内容をすべて再確認し【保存】をクリック**



・60分時間枠を宿泊先と同じ場所に設定しない場合は、  
別のエントリの中で60分時間枠を設定してください

### ▶ 他のエントリに60分時間枠を追加して登録する場合

入力例 宿泊先の21:30に【60分時間枠】を設定する

01



カレンダー画面の初日をクリックし、  
新規エントリの登録を開始



【エントリ】とは・・・居場所情報として登録する情報の単位です  
1カテゴリの登録=1エントリ

02

- ① **【住所】を設定**  
すでに作成したラベルを使用する場合は、  
該当するラベル名を選択  
  
該当する住所がない場合、送付物宛先を登録した  
時と同じように【新規】を選択し、新しくラベルを作成
- ② **カテゴリは【宿泊先】を選択**
- ③ **繰り返し入力は、【このQuarterの最終日まで】を選択**
- ④ **【60分時間枠】に☑し、自身で決めた開始時間を入力**
- ⑤ **入力内容をすべて再確認し【保存】をクリック**

## 🏠🕒 朝に60分時間枠を指定している方

💡 宿泊先と同じエントリーに指定している場合はご注意ください！

火	水	木
30	1	2
自宅 06:00	HOTEL A 06:00	自宅 06:00

このように登録している方  
よく確認してください

・宿泊先は「その日の夜」の宿泊先のことです  
[12月1日の宿泊先]=12月1日夜から2日朝にかけての宿泊のこと

・例えば12月1日の夜に  
HOTEL Aに一泊だけする場合、左のように  
「12月1日 宿泊先 HOTEL A /  
☑ 60分時間枠6:00」

にしてみると、  
12月1日の夜にHOTEL Aに宿泊するのに、  
12月1日の朝の6:00にもHOTEL Aに  
60分時間枠になってしまいます！

### 解決策1 朝に60分時間枠を指定したい場合

火	水	木
30	1	2
自宅 06:00	自宅 06:00	HOTEL A 06:00
同じ場所にする		同じ場所にする
自宅	HOTEL A	自宅

60分時間枠と宿泊先は別のエントリーで登録し、  
60分時間枠は前日の宿泊先と同じ場所にする

・Athlete Centralで操作する場合、  
60分時間枠は単体で登録できます  
・ADAMSで操作する場合、  
「その他」のカテゴリを使用すると  
60分時間枠だけを登録することができます

### 解決策2 宿泊先と同じ場所に60分時間枠を指定したい場合

火	水	木
30	1	2
自宅 06:00	HOTEL A 21:00	自宅 21:00
	宿泊先にいる 時間に指定	宿泊先にいる 時間に指定

・夜など、その宿泊先にいる時間に指定する

※「60分時間枠は朝！」というルーティーンの方や、  
日中の予定が長引いたときに更新できない可能性がある  
方にはおすすめしません



## トレーニングの情報を登録

入力例

ここでは[10月1日-12月31日の毎週月-金13:00-18:00]に[ナショナルトレーニングセンター ウェスト 柔道場]で[トレーニング]する場合を例に説明します

01

- 1 カレンダー画面の**トレーニング初日**をクリックし、
  - 2 トレーニングの**住所**を選択または新規登録
  - 3 カテゴリは**練習場所**を選択
  - 4 曜日指定で入力したい場合、**繰り返し入力**で**毎週**を選択  
該当する曜日に☑し、反復入力の最終日を選択(12月31日)
  - 5 トレーニングの**開始時間**と**終了時間**を入力
- 入力内容をすべて再確認し**保存**をクリック

02

[トレーニング]の登録完了

## 競技会(試合・大会)の情報を登録

入力例

ここでは[11月7日、8日]に[代々木第一体育館]で[競技会]に参加する場合を例に説明します

01

- 1 カレンダー画面の**競技会初日**をクリックし、
  - 2 競技会の**住所**を選択または新規登録
  - 3 カテゴリは**練習場所**を選択
  - 4 競技会が連続する場合、**繰り返し入力**で**連続**を選択し、**競技会最終日**を選択(11月8日)
- 入力内容をすべて再確認し**保存**をクリック

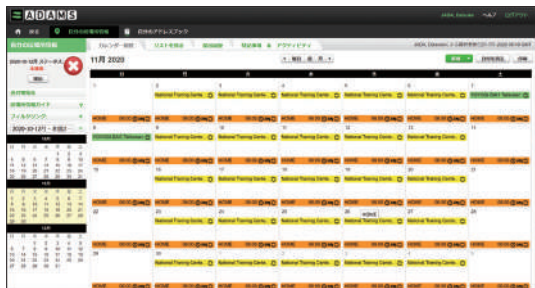


競技会がその日だけであれば、反復入力の設定は不要です

## ▶ 競技会(試合・大会)の情報を登録

**入力例** ここでは[11月7日、8日]に[代々木第一体育館]で[競技会]に参加する場合を例に説明します

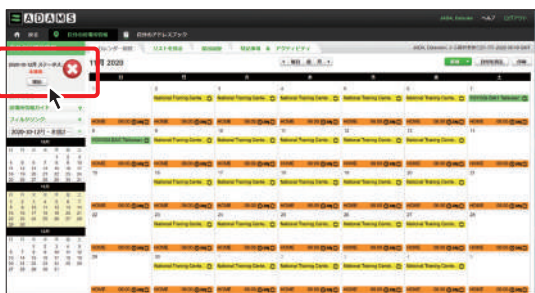
02



[競技会]の登録完了

## ✓ 提出

01

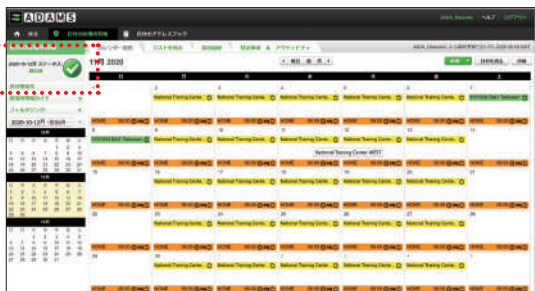


必要最低限の情報の登録が終わると、  
[提出] ボタンが押せるようになります

[提出] をクリック

💡 提出ボタンを押すまではまだ提出完了になっていません

02



ステータス表示が緑色の[提出済]になり、  
提出完了

03



My Zoneに戻り、登録したQuarterが  
[提出済]になっていることを再確認

💡

- ・提出期限までに[提出済]になっていない場合は  
居場所情報 提出義務違反に問われる可能性があります
- ・画面が変わっていない場合はキーボードのF5を押して  
画面を最新の状態にしてください

# 競技会・トレーニングがこのQuarterにひとつもないときの提出方法


※競技会、または練習予定がひとつもない場合は、確認作業が必要です

01



競技会がない場合はカレンダー画面の左上にある「居場所情報ガイド」をクリック

02



5 競技会  
このQuarterの競技会を確認する

もしくは

6 トレーニング(定期的な活動)  
このQuarterのトレーニング(定期的な活動)を確認する

をクリック

03



「このQuarterに競技会はありません」、  
「このQuarterにトレーニングはありません」に  
☑を入れて理由を入力し、  
[保存]をクリック


04



その後、他の情報がしっかり入力されていることを確認し、  
[提出]をクリック

▶ 競技会・トレーニングがこのQuarterにひとつもないときの提出方法

05



必ずステータスが「提出済」になっていることを確認してください

新型コロナウイルス感染症に関わる  
隔離期間中の居場所情報について





渡航後隔離 編集画面

濃厚接触者認定 編集画面

行政機関または医療機関に認定された感染・濃厚接触者や海外渡航後の隔離期間(外部との接触禁止)にあたる居場所は、追加情報の欄に新型コロナウイルス感染症により隔離中だとわかるように記載し、保存してください

効率的な競技会外検査計画のためご協力をお願いいたします

- ▶ 渡航後隔離中の記入例  
新型コロナウイルス感染症 渡航後隔離中
- ▶ 濃厚接触者に認定されたときの記入例  
〇〇保健所から新型コロナウイルス感染症濃厚接触者に認定されたため隔離中

## STEP 3 アダムス 居場所情報 更新方法

- ▶ STEP2(居場所情報 提出)で提出した情報・予定に変更が生じた場合、すぐに更新してください
- ▶ 過去の居場所情報は後から更新できません。必ず事前に更新してください
- ▶ 本マニュアルでは入力例を用いて更新方法をお伝えします

エントリを追加  
[宿泊先]・[60分時間枠]

重複エントリを削除  
[宿泊先]・[60分時間枠]

エントリを追加  
[トレーニング]

重複エントリを削除  
[トレーニング]

更新後に必要な確認

## 🏠🕒 エントリを追加 [宿泊先]・[60分時間枠]

入力例

ここでは[10月18-25日]に[ナショナルトレーニングセンター イースト]で合宿が入り、[宿泊先]・[60分時間枠]・[トレーニング]の予定を追加する場合を例に説明します。まず[宿泊先]・[60分時間枠]を新しく追加します

01



カレンダー画面の**合宿初日**をクリック

02

- 1 宿泊先の[住所]を選択または新規登録
  - 2 カテゴリは[宿泊先]を選択
  - 3 連続する日にちになるので  
繰り返し入力は、[連続]を選択
  - 4 合宿の最終宿泊日を[終了日]に設定
  - 5 [60分時間枠]を ☒ し、**自身で決めた開始時間**を入力
- 入力内容をすべて再確認し[保存]をクリック



・宿泊先は、その日の夜に宿泊する場所のことです。したがって、合宿期間は10月18-25日でも、25日のうちに自宅(HOME)に帰る場合は、宿泊先の変更は18-24日だけなので注意しましょう

合宿の宿泊先 <例>

	18日 到着日	19-24日 合宿期間	25日 帰宅日
トレーニング	なし	あり	あり
宿泊先	合宿施設	合宿施設	HOME

➡ この場合  
25日までトレーニングがあったとしても  
25日の宿泊先は変更しない!

・60分時間枠を宿泊先と同じ場所に設定しない場合は、別のエントリの中で60分時間枠を設定してください



エントリを追加  
[宿泊先]・[60分時間枠]

重複エントリを削除  
[宿泊先]・[60分時間枠]

エントリを追加  
[トレーニング]

重複エントリを削除  
[トレーニング]

更新後に必要な確認

### ▶ エントリを追加 [宿泊先]・[60分時間枠]

入力例

ここでは[10月18-25日]に[ナショナルトレーニングセンター イースト]で合宿が入り、[宿泊先]・[60分時間枠]・[トレーニング]の予定を追加する場合を例に説明します。まず[宿泊先]・[60分時間枠]を新しく追加します

03

[宿泊先]と[60分時間枠]の追加が完了しましたが、もともと宿泊先などが登録されていたので、情報が重複しているというエラーが発生します

- ・エラーが生じている日は画面左上のカレンダーに赤字で表示され、「エラーがあります」というステータスになります
- ・エラーが生じている情報を削除/更新し、エラーを解消する必要があります

## 🛏️🕒 重複エントリを削除 [宿泊先]・[60分時間枠]

※前に登録した[宿泊先]・[60分時間枠]を削除します

01

削除したいエントリをクリックし、**[削除]**をクリック

02

**[このエントリのみ削除]**を選択

- 💡 [全てのエントリを削除]にすると、前に反復入力を設定したエントリすべてが削除されます

エントリを追加  
[宿泊先]・[60分時間枠]

重複エントリを削除  
[宿泊先]・[60分時間枠]

エントリを追加  
[トレーニング]

重複エントリを削除  
[トレーニング]

更新後に必要な確認

### 03 重複エントリを削除 [宿泊先]・[60分時間枠]

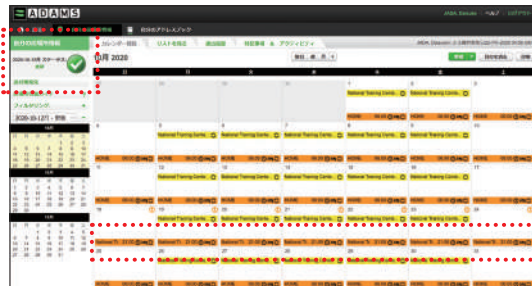


重複した情報がなくなり  
エラーが解消されていることを確認

同じように、重複した情報を削除

削除/更新が完了し、エラーが解消された日はカレンダーの  
日付も黒の表示に戻ります

### 04



すべての重複を削除し、エラー表示が消えて  
[更新]の状態になっていることを確認

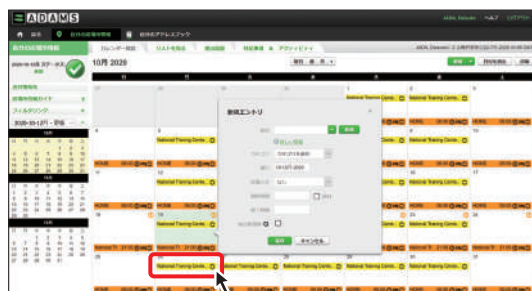
更新内容の保存について  
更新は各カテゴリを登録/変更完了もしくは削除すること  
に自動で保存されます

## 📌 エントリを追加[トレーニング]

入力例

ここでは[10月18-25日]に[ナショナルトレーニングセンター イースト]で合宿が入り、[宿泊先]・[60分時間枠]・[トレーニング]の予定を追加する場合を例に説明します。次は[トレーニング]を新しく追加します

### 01



カレンダー画面のトレーニング初日をクリック

エントリを追加  
[宿泊先]・[60分時間枠]

重複エントリを削除  
[宿泊先]・[60分時間枠]

エントリを追加  
[トレーニング]

重複エントリを削除  
[トレーニング]

更新後に必要な確認

## ▶ エントリを追加[トレーニング]

入力例

ここでは[10月18-25日]に[ナショナルトレーニングセンター イースト]で合宿が入り、[宿泊先]・[60分時間枠]・[トレーニング]の予定を追加する場合を例に説明します。次は[トレーニング]を新しく追加します

① トレーニングの[住所]を選択または新規登録

② カテゴリは[練習場所]を選択

③ 連続する日にちになるので、  
繰り返し入力は[連続]を選択

④ トレーニング最終宿泊日を[終了日]に設定

⑤ [開始時間]・[終了時間]を入力

入力内容をすべて再確認し[保存]をクリック

02

[トレーニング]の追加が完了しましたが、  
もともと登録されていた情報と重複しているという  
エラーが発生します

- ・エラーが生じている日は  
画面左上のカレンダーに赤字で表示され、  
「エラーがあります」というステータスになります
- ・エラーが生じている情報を削除/更新し、  
エラーを解消する必要があります

03



エントリを追加  
[宿泊先]・[60分時間枠]

重複エントリを削除  
[宿泊先]・[60分時間枠]

エントリを追加  
[トレーニング]

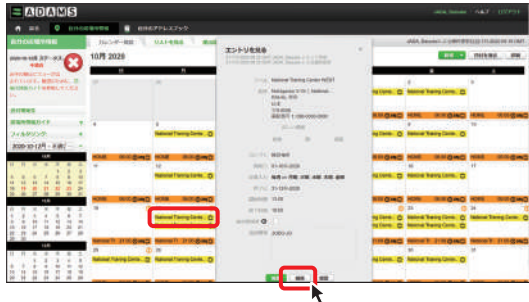
重複エントリを削除  
[トレーニング]

更新後に必要な確認

## 重複エントリを削除[トレーニング]

※前に登録した[トレーニング]を削除します

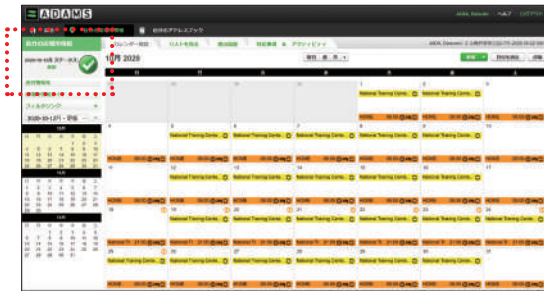
01



削除したいエントリをクリックし、  
[削除]をクリック

💡 [全てのエントリを削除]にすると、前に反復入力を設定したエントリすべてが削除されます

02



すべての重複を削除し、エラー表示が消え、  
[更新]の状態になっていることを確認

## 更新後に必要な確認

入力例

マニュアルでは[10月18-25日]に合宿が入った場合を例に、[宿泊先]・[60分時間枠]・[トレーニング]の予定を新しく追加しました

マニュアルの手順で更新していくと、このように入力されています

	18日 到着日	19-24日 合宿期間	25日 帰宅日
60分時間枠	21:00-22:00 合宿施設	21:00-22:00 合宿施設	6:00-7:00 HOME
トレーニング	なし	10:00-17:00 合宿施設	10:00-17:00 合宿施設
宿泊先	合宿施設	合宿施設	HOME

他のエントリと重複していないため  
エラーとして認識されていません

居場所情報としての不備は  
[25日の60分時間枠]です

最初の提出のときに60分時間枠をすべて  
6:00HOMEにしていたため、合宿最終日の60分  
時間枠もHOMEに設定されたままですが、6:00  
はまだ合宿施設にいるのでHOMEで検査対応が  
できません

矛盾を解消するには、60分時間枠の

- ・場所を合宿施設にする
- ・時間を自宅に合わせる
- ・新しいエントリで設定する

のいずれかの修正が必要です

次のページでは60分時間枠を合宿の[トレーニング]エントリ内の[10:00ナショナルトレーニングセンター イースト  
(合宿のトレーニング場所)]に設定する例で情報を更新します

エントリを追加  
[宿泊先]・[60分時間枠]

重複エントリを削除  
[宿泊先]・[60分時間枠]

エントリを追加  
[トレーニング]

重複エントリを削除  
[トレーニング]

更新後に必要な確認

## 更新後に必要な確認

入力例 60分時間枠を[10:00ナショナルトレーニングセンター イースト(合宿のトレーニング場所)]に設定

01



まず[60分時間枠]が設定されている宿泊先から  
[60分時間枠]部分だけを削除

① 該当する日の[宿泊]エントリをクリックし、

② [編集]をクリック

02



[この出来事を更新する]をクリック

💡 [全シリーズを更新]にすると、反復入力を設定したエントリ  
すべてが編集されます

03



[60分時間枠]の☑を外し、  
[保存]をクリック

04



この日の[宿泊先]に設定されていた[60分時間枠]が  
削除されたので、[60分時間枠]が設定されていないと  
いうエラーが発生します

同日の[トレーニング]のエントリに[60分時間枠]を設定します

エントリを追加  
[宿泊先]・[60分時間枠]

重複エントリを削除  
[宿泊先]・[60分時間枠]

エントリを追加  
[トレーニング]

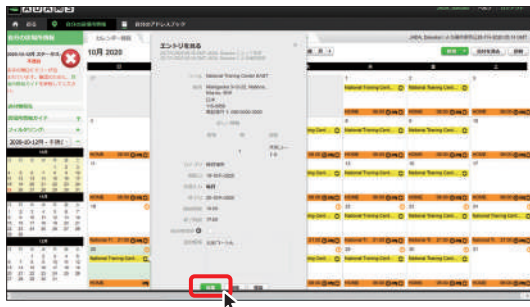
重複エントリを削除  
[トレーニング]

更新後に必要な確認

## ▶ 更新後に必要な確認

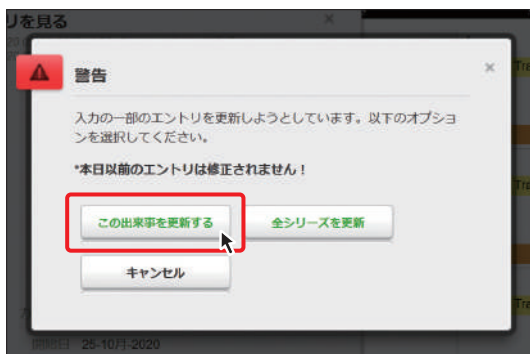
入力例 60分時間枠を[10:00ナショナルトレーニングセンター イースト(合宿のトレーニング場所)]に設定

05



[60分時間枠]を設定する[トレーニング]  
エントリをクリックし、[編集]をクリック

06



[この出来事を更新する]をクリック

💡 [全シリーズを更新]にすると、反復入力を設定したエントリ  
すべてが更新されます

07



[60分時間枠]を☑し、開始時間を入力

内容を再確認し、[保存]をクリック

08



[宿泊先] HOMEを残したまま、  
[60分時間枠]10:00トレーニングと同じ場所への変更  
が完了

💡 予定が変更になった場合は、ただちに居場所情報の更新を行い、  
必ず前後の予定も確認しましょう  
例) 合宿翌日がOFFならトレーニングを削除 など

▶ 「移動」の登録は、機内泊や長時間の移動により、**宿泊先もしくは5:00-23:00内に60分時間枠が設定できない場合のみ**使用できます

## ✈ 移動について

### 「移動」として登録が必要なスケジュール

#### 1. 機内泊・車中泊\*のため ✈ 宿泊先が登録できない場合

23:00-翌5:00がすべて移動時間

— 例えば —

19:00 東京出発 → 翌15:00 ドイツのホテル到着  
22:00 車で東京出発 → 翌6:00 大阪のホテル到着

#### 2. 長時間の移動で5:00-23:00に 🕒 60分時間枠が設定できない

— 例えば —

5:30東京出発 → 23:30 イギリスのホテル到着

1・2のどちらかもしくは両方あるなら  
**移動の登録へ**

### 「移動」として登録しないスケジュール

#### 1. 60分時間枠も宿泊先も登録できる 📅 同じ日内の移動

— 例えば —

例: 10:00 東京出発 → 16:00 大阪のホテル到着

#### 2. 長時間の移動でも 日付変更線をまたいで同じ日の数時間後に着く もしくは出発より前の時間に着く

— 例えば —

6/20 東京出発 → 6/19 アメリカのホテル到着

移動のカテゴリは使用せず、現地時間で  
**60分時間枠と宿泊先を登録**

陸路・空路・乗り継ぎに関わらず、  
**出発地から最終目的地まで、  
すべてまとめてひとつの移動  
として入力ください**  
(間に乗り継ぎがあっても  
ひとつにまとめてください)  
例) アリゾナのホテル → 東京の自宅



・すべて現地時間で登録してください

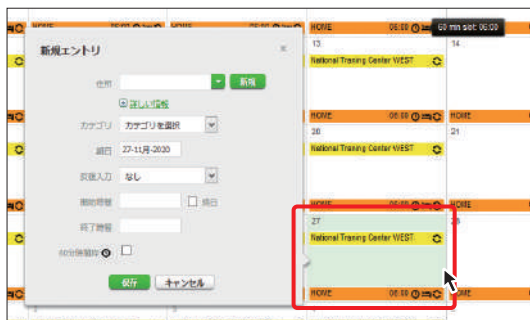
\*車での車中泊：移動する場合は「移動」で登録してください。一定の場所にとどまっているのであれば、その場所(駐車場など)を「宿泊先」で登録してください

## ✈ 移動の登録

### 入力例

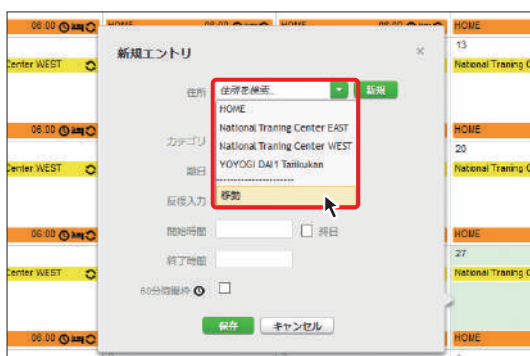
ここでは**[11月27日深夜3:00]**に**[アメリカ・アリゾナ]**のホテルを出発し、飛行機でフェニックス・スカイ・ハーバー空港からダラス・フォートワース空港で乗り継いで成田空港へ移動し、**[11月28日18:00]**に**[東京]**の自宅に到着する場合を例に説明します

01



カレンダー画面の**出発の日**をクリック

02



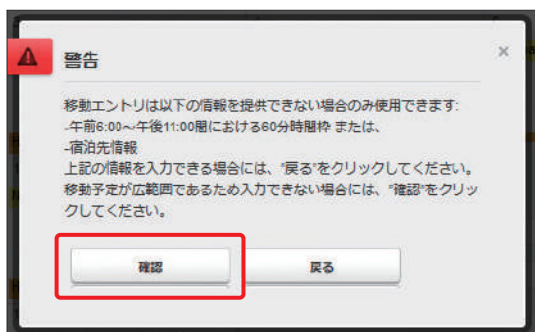
住所の選択肢にある  
**「移動」**を選択

## ▶ 移動の登録

入力例

ここでは[11月27日深夜3:00]に[アメリカ・アリゾナ]のホテルを出発し、飛行機でフェニックス・スカイ・ハーバー空港からダラス・フォートワース空港で乗り継いで成田空港へ移動し、[11月28日18:00]に[東京]の自宅に到着する場合を例に説明します

03



注意事項を読み、[確認]をクリック

**確認内容**  
 ・移動により5:00-23:00に60分間枠が登録できない  
 ・機内泊などで[宿泊先]が登録できない

04

①主に使う交通手段を設定

②出発・到着などの詳細情報を入力

※入力例

② [出発] 11/27 深夜3:00

アメリカ合衆国アリゾナ州のホテル

↓ バス

PHX フェニックス・スカイ・ハーバー空港

↓ ② AA698 6:15発 → 9:38着

DFW ダラス・フォートワース空港  
[乗り継ぎ(空港で待機)]↓ ② AA61 10:45発 機内泊  
→ 翌11/28 16:45着

NRT 成田空港

↓ 電車

② [到着] 11/28 18:00

東京の自宅

入力内容をすべて再確認し[保存]をクリック

**注意**  
 ・移動が発生する場所の現地時間で入力してください  
 (例: アリゾナでの出発時間はアメリカ時間、  
 東京の到着時間は日本時間)  
 ・飛行機以外で移動の場合はフライト情報は不要です  
 出発・到着地などの詳細情報を記入してください

05

移動の登録完了

前に登録していたエントリが重複する場合、エラーが表示されるため、重複した情報がある場合は削除、または正しい情報に修正します

## ▶ 移動の登録

入力例

ここでは[11月27日深夜3:00]に[アメリカ・アリゾナ]のホテルを出発し、飛行機でフェニックス・スカイ・ハーバー空港からダラス・フォートワース空港で乗り継いで成田空港へ移動し、[11月28日18:00]に[東京]の自宅に到着する場合を例に説明します

06

## [移動]と[宿泊先]の重複

移動中と前に登録していた[宿泊先]が重複している場合、前に登録していた[宿泊先]を削除

削除する[宿泊]エントリをクリックし、  
[削除] → [このエントリのみ削除]をクリック

前に登録していた[宿泊先]の削除完了

07

## [60分時間枠]の更新

移動中と前に登録していた[60分時間枠]が重複している場合、前に登録していた[60分時間枠]を対応できる時間に更新

更新する[60分時間枠]エントリをクリックし、  
[編集] → [この出来事を更新する]をクリック

対応できる時間に[60分時間枠]の開始時間を入力しなおし、[保存]をクリック

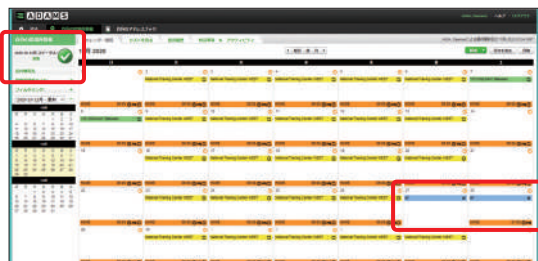


## ▶ 移動の登録

入力例

ここでは[11月27日深夜3:00]に[アメリカ・アリゾナ]のホテルを出発し、飛行機でフェニックス・スカイ・ハーバー空港からダラス・フォートワース空港で乗り継いで成田空港へ移動し、[11月28日18:00]に[東京]の自宅に到着する場合を例に説明します

08



**【移動】**の登録ならびに正しい情報への更新完了

※更新した日付に🚨がついています

ステータスが**【更新】**になっていることも

確認しましょう



エラー表示になっていなくても必ず前後の予定も確認しましょう

例)移動翌日がOFFなら反復入力のトレーニングのエントリを削除 など

## 移動の登録がエラーになる場合

## 60分時間枠に関するエラー

確認すること	出発時間が23:00より後になっていませんか？	移動が乗り継ぎなどで2つに分かれていて、その間が1時間以上あいていませんか？	到着時間が22:00より前になっていませんか？
エラーの理由	5:00-23:00の間に、 <u>1時間以上移動以外の時間があれば</u> 、60分時間枠を登録しないとエラーになります		
解決策1	出発時間までのどこかに60分時間枠を登録する	移動をひとつにまとめる	到着時間より後のどこかに60分時間枠を登録する
解決策2	出発時間が明確でなければ、出発時間を当日の6:00より前に登録する	移動と移動の間に60分時間枠を登録する	到着時間が明確でなければ、到着時間を22:00より後に登録する

## 宿泊先に関するエラー

エラーの場所	出発日の朝の宿泊先	移動中(乗り継ぎ中)の宿泊先	到着日の夜の宿泊先
確認すること	出発時間が23:00より後になっていませんか？	移動が乗り継ぎなどで2つに分かれていて、その間が1分以上あいていませんか？	到着時間が翌5:00より前になっていませんか？
エラーの理由	23:00-翌5:00の間に、 <u>移動以外の時間が1分でもあれば</u> 、宿泊先を登録しないとエラーになります		
解決策1	出発時間までのどこかに宿泊先を登録する	移動をひとつにまとめる	到着時間より後のどこかに宿泊先を登録する
解決策2	出発時間が明確でなければ、出発時間を23:00より前に登録する	移動と移動の間に宿泊先を登録する	到着時間が明確でなければ、到着時間を5:00より後に登録する



それでもエラーになるときは、[ibasho@playtruejapan.org](mailto:ibasho@playtruejapan.org)にエラー状況、入力内容が確認できるスクリーンショットをお送りください



### FAQ – ドーピング/アンチ・ドーピングについて

よくある疑問、質問をFAQとして掲載していますのでご参照ください。

#### Q ドーピングとは何ですか？



ドーピングは、スポーツにおいて禁止されている物質や方法によって競技能力を高め、意図的に自分だけが優位に立ち、勝利を得ようとするものです。また、そのような行為を隠す行為を指します。ドーピングは、フェアネスの精神に反し、自分自身の努力や、チームメイトとの信頼、競い合う相手へのリスペクト、スポーツを応援する人々の期待などを裏切る、不誠実で利己的な行為です。

#### Q ドーピングはなぜいけないのですか？



ドーピングが蔓延すると、フェアなスポーツは成立しなくなります。そして、スポーツの土台を支える「フェア」が無くなってしまうと、その上に築かれている、スポーツが持つ多様な価値は壊れてしまいます。それは、スポーツの社会的な信用を失墜させることにもつながります。さらに、ドーピングは健康上の被害を引き起こす可能性がある危険な行為でもあるのです。

#### Q アンチ・ドーピングはなぜ必要なのですか？



アンチ・ドーピングは、スポーツにおけるフェア、スポーツの価値を守る活動です。アンチ・ドーピング活動を推進することで、フェアなスポーツが約束され、スポーツの価値はもっと多様に広がっていきます。そして、すべての人たちが安心してスポーツを心から楽しめるようになります。

🔗 アンチ・ドーピングとは? <https://www.playtruejapan.org/about/>

#### Q アスリートではありませんが、アンチ・ドーピング活動に参加できますか？



アンチ・ドーピング活動は、アスリートだけでなく、スポーツをする、みる、ささえるなど、スポーツに関係するすべての人が関わっていく活動です。**ドーピング検査員や、教育・啓発活動に関する協力者**などJADAと直接連携する活動もあります。また、アンチ・ドーピングについて知ることや、自身の身の回りの人とアンチ・ドーピングについて話したり、SNS等で発信することもアンチ・ドーピングの推進にとってとても重要な活動です。ぜひ、一緒にフェアでクリーンなスポーツをつくっていきましょう!

🔗 アンチ・ドーピング活動に携わる人材の育成 <https://www.playtruejapan.org/activity/resource.html>

#### Q アンチ・ドーピングのルールにはどのようなものがありますか？



アンチ・ドーピングのルールは、全世界、全スポーツで統一されたルールとして「世界アンチ・ドーピング規程」に記載されています。

🔗 世界アンチ・ドーピング規程について <https://www.playtruejapan.org/code/rule/>