

# アンチ・ドーピング を通して考える

—スポーツのフェアとは何か—

公益財団法人 日本アンチ・ドーピング機構 監修

# アンチ・ドーピングを通して考える

## —スポーツのフェアとは何か—

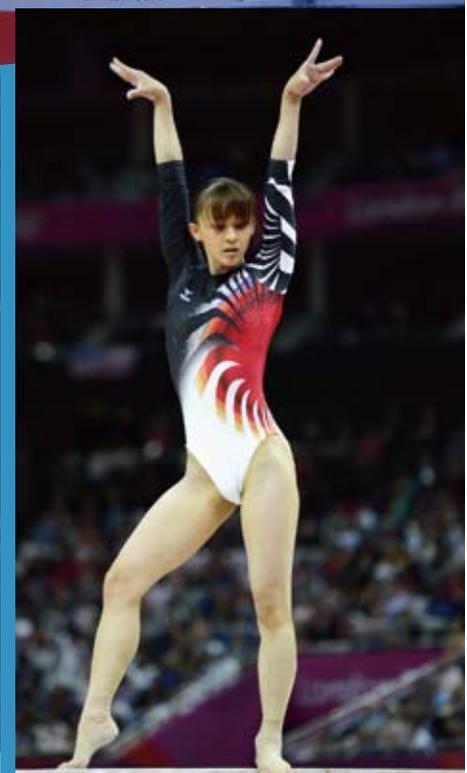
公益財団法人日本アンチ・ドーピング機構 監修

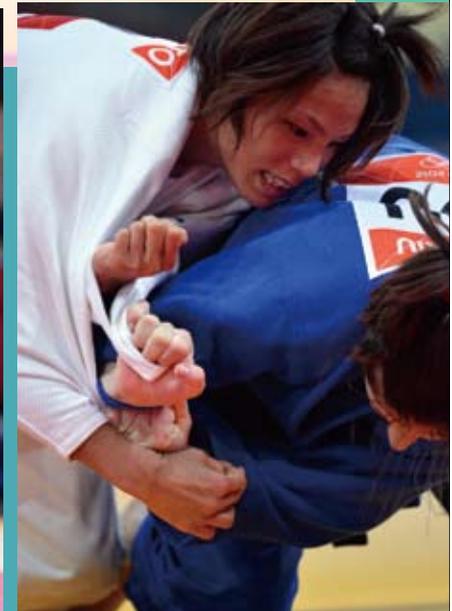




**輝く日本のアスリートたち**







## はじめに

この冊子を手に行しているみなさんは、保健体育の授業、部活動、地域のスポーツクラブなどで、日々、スポーツに携わっていることと思います。

そして、スポーツを通して、ルールを守ることの大切さ、チームワークの大切さなど多くのことを学んできたのではないのでしょうか。また、スポーツを通して、忍耐強さを身につけたり、一生つきあえる友達と出会ったりした人もいることでしょう。

では、なぜ、スポーツによって単なる技術の習得だけでなく、多くの恩恵がもたらされるのでしょうか？……それは、みなさんが決められたルールに従い、そのスポーツに全力で打ち込んできたからです。仮に、ルール違反をしてまで、勝利にこだわったとしましょう。結果的に勝負に勝ったとしても、何か罪悪感が残るのではないのでしょうか。

この根幹にあるのが、「フェア」という理念です。本書は、みなさんに、この「フェア」という観点からスポーツを捉えなおし、アンチ・ドーピングについて理解してもらうことを目的に作成しました。

本書は、第1章「スポーツの精神・価値」、第2章「スポーツ共通の全世界的なルール」、第3章「競技スポーツをする人が注意すべきこと—医薬品とサプリメント—」の3章から構成されています。

第1章では、オリンピック・ムーブメントにおいてスポーツの価値の基盤となる、「Excellence（自己を信じて、最善を尽くすこと）」、「Friendship（仲間を信じること）」、「Respect（他者を尊敬すること）」について、多くの事例から、理解を深めることができます。

第2章では、アンチ・ドーピング活動とはどのような活動であるのかについて、具体的な事例を学ぶことができます。さらに、アンチ・ドーピング活動を学ぶことを通じて、みなさんがどのような存在となるべきか、何を目指すべきかについて学ぶことができます。

第3章では、医薬品やサプリメントの適正な使用に関して、アスリートを目指す人々が注意すべきことについて、アンチ・ドーピングの視点から紹介しています。

最後に、アスリートを目指すみなさんが、指導者や保護者と共に本書を有効に活用し、アンチ・ドーピングを通してスポーツの価値の理解を一層深め、スポーツを通じた社会の発展に寄与されることを切に願っています。

## 目次

### 第1章 スポーツの精神・価値…… 7

- 1 自己を信じて、最善を尽くすこと (Excellence)…… 10
- 2 仲間を信じること (Friendship) …… 14
- 3 他者を尊敬すること (Respect) …… 18

### 第2章 スポーツ共通の全世界的なルール…… 23

#### —スポーツの固有の価値を守るアンチ・ドーピング活動の推進—

- 1 世界中のすべてのスポーツで同じアンチ・ドーピングのルールが適用されるのはなぜ? …… 24
- 2 世界的な規模で遵守されるアンチ・ドーピングのルール…… 29
- 3 ドーピングの「ルール違反」—何が違反とされるのか? …… 34
- 4 スポーツの価値を高めるために  
—すべての人が真のチャンピオンになることを目指して…… 36

### 第3章 競技スポーツをする人が注意すべきこと…… 39

#### —医薬品とサプリメント—

- 1 競技スポーツをする人が注意すべきことは? …… 40
- 2 スポーツファーマシスト…… 45



第1章

スポーツの精神・価値

## TOPICS

スポーツでは勝利を目指し、自身が優位に立とうとします。しかし、あえてそれをしなかった選手がいます。1984年ロサンゼルス・オリンピックの柔道の男子無差別級決勝戦で、山下泰裕選手と対戦したモハメド・ラシュワン選手（エジプト）です。

この大会、山下選手は、軸足となる右足のふくらはぎを肉離れしたまま決勝戦を戦いました。ラシュワン選手は、山下選手の右足を攻めず、あえて自分に不利な技をしかけました。結果は、抑え込みで山下選手が金メダルを獲得しました。試合後、ラシュワン選手は「私にはイスラムの誇りがある。そんなアンフェアな戦いはできない」と答えたといえます。ラシュワン選手は、ユネスコ・フェアプレイ賞に輝きました。



伝説のフェアプレイと語り継がれる山下選手とラシュワン選手の試合

「フェアプレイ」と聞いて何を想像しますか。また、スポーツの価値を身近に感じたことがありますか。人は、スポーツをしたり、見たり、支えたりすることで、実に多様な価値にふれていきます。「世界ドーピング防止規程」\*<sup>1</sup>は、そのようなスポーツの多様な価値を、表1の11項目にまとめています。

表1 スポーツの多様な価値

- ・倫理観、フェアプレイと誠意 (Ethics, fair play and honesty)
- ・健康 (Health)
- ・優れた競技能力 (Excellence in performance)
- ・人格と教育 (Character and education)
- ・楽しみと喜び (Fun and joy)
- ・チームワーク (Teamwork)
- ・献身と真摯な取り組み (Dedication and commitment)
- ・規則・法律を尊重する姿勢 (Respect for rules and laws)
- ・自分自身とその他の参加者を尊重する姿勢 (Respect for self and other participants)
- ・勇気 (Courage)
- ・共同体意識と連帯意識 (Community and solidarity)

これらの中でも、フェアプレイは、倫理観や誠意と並んで表記されるように、スポーツの精神・価値の中でも最も重要な価値といえます。

フェアプレイは、自分の行動が他の人々にとって重要な意味をもつことを知っていることを前提にしています。アスリートは、他のプレイヤーに対して親密かつついでいねいに振る舞うなど、プレイをする際にフェアに振る舞う責任があるのと同様に、他の人たちからもフェアに扱われる権利をもつことになります。

このようなフェアプレイを構成する要素が、自己を信じて、最善を尽くすこと (Excellence)、仲間を信じること (Friendship)、他者を尊敬すること (Respect) の三つです。

スポーツの世界では、今日、アスリートのみならず、

\*<sup>1</sup> 世界アンチ・ドーピング機構 (World Anti-Doping Agency=WADA) が定めた世界ドーピング防止規程 (World Anti-Doping Code) は、2003年1月1日に採択され、2004年1月1日より発効、現在、第2版が2009年1月1日より施行されている。

コーチやスタッフが、定められたルールに基づき、最高の結果を求めて常に最善を尽くしています。その結果としてアスリートは、<sup>たくえつ</sup>卓越したパフォーマンスを発揮することになります。私たちは、その過程にみられたアスリートやコーチ、スタッフそしてアスリートの家族らの努力を知れば知るほど、優れたパフォーマンスに感動することになります。

同時に、共通の目標達成に向けた取組みの過程を共有することで、アスリートやコーチ、スタッフの間には信頼関係が生み出され、互いの友情も育まれていきます。

この過程ではまた、対戦相手や審判に対する尊敬の念もつちかわれていきます。「ライバルがいたから私はここに到達することができた」「あの審判のフェアな判定があったからこそ、互いにフェアに戦うことができた。」アスリートやコーチ、スタッフであれば、誰もがこのような思いを抱くことがあったのではないのでしょうか。

人類は、このような構成要素を、スポーツの中で育む大切な価値として生み出し、継承してきました。それは、今日では、単にスポーツの中でのみ尊重される価値ではなく、スポーツ以外の日常生活のさまざまな場面においても尊重される価値となっています。

以下では、フェアプレイを構成している自己を信じて、最善を尽くすこと (Excellence)、仲間を信じること (Friendship)、他者を尊敬すること (Respect) という、三つの要素について、具体的に考えてみたいと思います。

## TOPICS

### バドミントンの失格問題とフェアプレイ

ある国際競技大会でのバドミントン女子ダブルスの試合での話です。あるチームが決勝トーナメントで自分たちのチームよりも弱い対戦相手と当たろうとして、1次リーグの順位を操作するために、意図的に大差で試合に負けるというプレイを行いました。意図的に負けたペアの1人は、「私たちはすでに決勝トーナメント進出を決めているのに、なぜエネルギーを無駄に使う必要がある？」と話しました。

同じようなことが、他の試合でも起こりました。すでに決勝トーナメントに進出を決めていた2組のペアが、1次リーグの順位を操作して、決勝トーナメントでより弱い対戦相手と当たろうとして、意図的に負けるプレイをしたとみられています。

ベストを尽くして本来の力を発揮しなかった8人の選手たちは、結局、国際バドミントン連盟により失格処分にされました。また同連盟は、これを機に試合内外でのフェアプレイを推進するキャンペーンを開始しました。



失格問題に発展した女子ダブルス

## 1 ウサイン・ボルト選手のロンドン・オリンピック

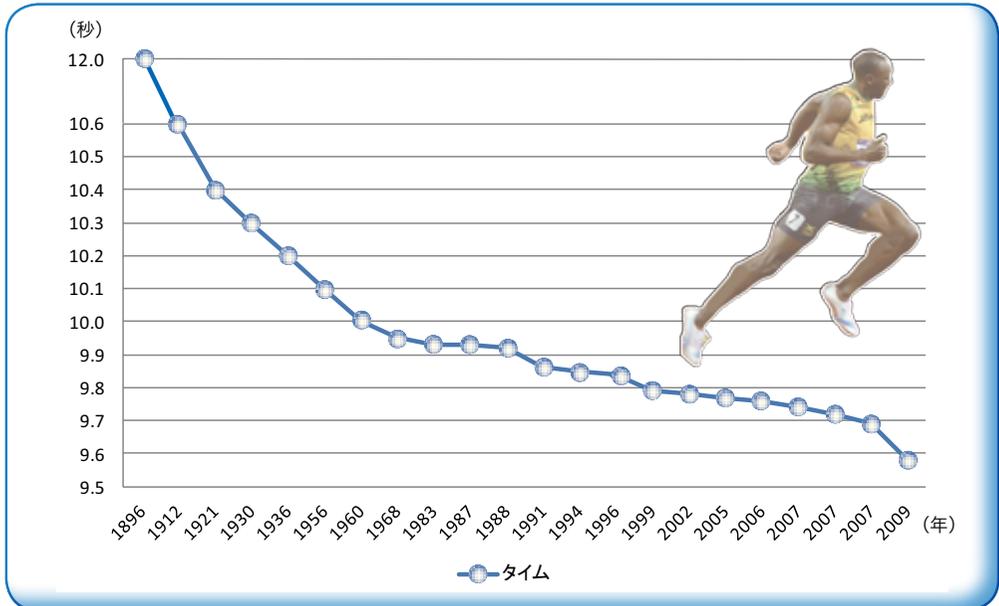


図1 男子100m走の記録の変化 (2012年9月現在)



1984年ロサンゼルス、1988年ソウル・オリンピック男子100m走で優勝し、一時代を築いたカール・ルイス選手

人類は、どれほど速く走ることができるのでしょうか。図1に示した男子100m走の世界記録は、この問いに答えようとしてきた人類の挑戦の過程を示しています。

1896年の第1回近代オリンピックでは、12秒0が優勝タイムでした。それから今日に至るまでの120年近い時間をかけて人類は、2秒強の時間を短縮してきました。そして、2012年現在の世界記録保持者が、ウサイン・ボルト選手です。

彼は、ロンドン・オリンピックでは100m走だけではなく、200m走でも優勝しています。しかし、彼は何の努力もせずに、勝利を手に入れたわけではありません。実際、

ロンドン・オリンピックの前に開催された6月のジャマイカ選手権 100m 走では、けがもあり、ヨハン・ブレイク選手に敗れています。そこから、調整をし、本大会では優勝しました。

また、ボルト選手は<sup>せきちゆうそくわんしょう</sup>脊柱側弯症を抱えています。その彼は、どうやれば速く走れるようになるのかという質問に、「一生懸命、練習するだけだよ」「トリックみたいなことは何もない」と答えています。しかし、彼は、ただ練習量が多ければよいといっているわけではありません。

彼は、目標を達成するために改善すべき点を常に見つけようとしていました。その結果が、優勝でした。優勝した後、彼は、次のように語っています。

「今シーズンやってきた厳しい練習が全部、頭の中によみがえってきた。小さな問題があったけれど、練習を押し通した。達成できてとても幸せだし、誇りに思う。一生懸命練習すれば、ちゃんと見返りはある。」

このように、優れた記録を残しているアスリートたちは、自らが設定した目標の実現に向けて、自分に正直に、自己のベストを尽くしています。



2012年ロンドン・オリンピック男子100m走決勝9秒63のオリンピック新記録で優勝したボルト選手



ロンドン・オリンピックの男子200m走決勝でも優勝したボルト選手

## 2 吉田沙保里選手のオリンピック3連覇

人は尊敬できる先人がいることで、より高い目標を持ち不可能を可能にすることができます。この最たる例が、2012年9月時点でオリンピックや世界選手権で13連覇を達成したレスリングの吉田沙保里選手です。

表2 吉田沙保里選手の金メダルの軌跡

2002	テヘラン（イラン）・世界選手権優勝
2003	ニューヨーク（アメリカ）・世界選手権優勝
2004	アテネ・オリンピック優勝
2005	ブダペスト（ハンガリー）・世界選手権優勝
2006	広州（中国）・世界選手権優勝
2007	バクー（アゼルバイジャン）・世界選手権優勝
2008	北京・オリンピック優勝
	東京・世界選手権優勝
2009	ヘルニング（デンマーク）・世界選手権優勝
2010	モスクワ（ロシア）・世界選手権優勝
2011	イスタンブール（トルコ）・世界選手権優勝
2012	ロンドン・オリンピック優勝
	ストラスコナカウンティ（カナダ）・世界選手権優勝



2012年ロンドン・オリンピック女子レスリング決勝戦でカナダのトーニャ・パービーク選手と対戦した吉田選手は勝利を確信してガッツポーズ



自己の可能性を信じて成長する（北京、ロンドン・パラリンピック車椅子テニスで2連覇した国枝慎吾選手）

2012年ロンドン・オリンピック・レスリング女子フリースタイル55kg級金メダリストの吉田選手は、ロンドン・オリンピックで3連覇した後に開催された世界選手権で優勝しました。その結果、男子グレコローマン130kg級のアレクサンドル・カレリン選手（ロシア）の12連覇の記録を塗り替え、レスリングの世界大会で男女を通じ、最多の13連覇を達成しました。吉田選手は、この世界選手権後にも、14連覇を誓っています。

吉田選手は、偉大な先人の記録を塗り替えただけでなく、「死ぬまで抜かれない記録を作りたい」と語っていました。いうまでもなく、先人が達成した偉大な記録を新しく塗り替えるには、自らを厳しく律しながら、想像を絶する努力を続けることが必要とされます。

不可能と思えることを可能にした吉田選手の努力は、人間の無限の可能性を私たちに示してくれています。いつの時代でも尊敬し得る先人は、私たちが目指すべきロールモデルとなります。同時に、尊敬し得る先人を越える努力を通して、後に続く人々から尊敬される人物へと成長していくことが可能になります。

「競技の世界では結果がすべてであり、そこまでの過程については問題ではない。」このように指摘する人もいます。しかし、ボルト選手や吉田選手の言葉は、自身の最善を尽くしていくことそのこと自体に価値があることを示しています。

この自己の最善を尽くす過程で人は、越えられない困難に何度も直面します。そして、それを克服していく過程で、自分の新たな可能性を見い出していくことになります。それは、まさに自分に嘘をつかず、自分の可能性を信じていくことの大切さをアスリートだけでなく、すべての人々に示してくれます。「不正をしてもばれなければ問題はない」という誤った考えが、自分の可能性を信じる力を奪うともいえます。



吉田選手の最大の武器は避けることが困難な高速タックルである

「トップアスリートであり続けることは、常に自分に克つこと。スポーツの本当の戦いは、自分との戦いです。毎日のトレーニング、食事のコントロール、メンタルの強化など、一つずつ実践していくのはあくまで選手自身、まさに自分との戦いです。こうした実践を積み重ねた上で対戦相手に勝負を挑み、手にした勝利だからこそ意味があると、僕は考えます。」



2012年ロンドン・オリンピックでの太田雄貴選手

## 1 北島康介選手のロンドン・オリンピック

2012年ロンドン・オリンピック直前、北島選手のライバルであったダーレ・オーエン選手が急逝きゅうせいしました。2011年世界選手権でダーレ・オーエン選手に敗れ4位に終わった北島選手にとっては、「打倒ダーレ・オーエン」こそが



2012年ロンドン・オリンピックの100m平泳ぎでメダルを獲得したのは立石選手(右)だった

ロンドンへのモチベーションだったといえます。実際、オリンピック、世界選手権を通じて、北島選手が100m平泳ぎのメダルを逃すのは10年ぶりでした。北島選手は、オリンピック前に「自分より速い記録がある以上、それを超えたい」と語っていました。それが、ダーレ・オーエン選手のもつ58秒71の記録でした。

その北島選手は、2012年の日本の代表選考会の100m平泳ぎで日本記録を更新して優勝す

るとともに、200mでも優勝し、4大会連続のオリンピック代表を決めました。しかし、ロンドン・オリンピックの100m平泳ぎでメダルを獲得したのは北島選手ではなく、「ポスト北島」といわれ続けた立石諒選手でした。

このことに関して北島選手は、次のように語っています。「最後に自分らしさを出せたので悔いくはない。諒がきちんとメダルをとってくれたので、いうことない。」

水泳は個人種目といった印象をもたれがちです。しかし、この北島選手の発言にみるように、チームジャパンとしての結束力は、個人種目であっても発揮されます。さらに、その思いが結実したのが、メドレーリレーでした。



2008年北京オリンピックでは100m、200m平泳ぎで優勝した北島選手

北島選手はメドレーリレーの時点で、100mで5位、200mで4位と2012年ロンドン・オリンピックにおいて、メダルを獲得できないという状況でした。その「北島選手にメダルを！」このような思いで北島選手、藤井拓郎選手、松田丈志選手、入江陵介選手が泳いだ結果、日本チームは男子メドレーリレー初の銀メダルを獲得しました。

メドレーリレーのメンバーは、「康介さんを手ぶらで帰すわけにはいかない」と誓い合ったといます。同時に、3人は北島選手に遠慮なくアドバイスしたといます。その結果、北島選手は、平泳ぎの選手のトップの記録で2位のまま松田選手に引き継ぎました。

試合後、北島選手は「みんなのおかげです。感動、悔しさ、チームとしての喜び、オリンピックで成長させてもらったと思う」と語っています。

仲間を信じることで成長していける。しかし、この過程はアスリートの間だけに生まれるものではありません。たとえば、本気で水泳を辞めようとした立石選手に泳ぐことを続けさせたのが堀川博美さん、石井宏さんでした。高校時代の水泳部顧問、堀川さんは、訪ねてきた彼に「オリンピックに行かずに辞めるのか」と論<sup>まじ</sup>したといます。また、石井さんは当時アメリカにいた立石選手に「一生悔いるから戻ってこい」とメールを送りクラブの高城直基コーチに引き合わせました。立石選手は「僕はいろんな人に支えられて本当に幸せ者です！」とツイートしたといます。



2012年ロンドン・オリンピックの男子400mメドレーリレーで銀メダルを手に声援に応える日本チーム



2012年ロンドン・オリンピックの女子400mメドレーリレーで銅メダルを見せる（左から）上田春佳、加藤ゆか、鈴木聡美、寺川綾選手

## 2 なでしこジャパンのロンドン・オリンピック

ロンドン・オリンピックの後、なでしこジャパンのキャプテン、宮間あや選手は、次のように語っています。

「この大切な仲間たちに、ありがとうの一言しかありません。このメンバーで戦えたことを幸せに思う。この先、代表の活動はなくなるけど、みんなのことはいつまでも心の中にいるよ。自分を信じることもそうだけれど、仲間のこ

とはもっと信じよう。」

その宮間選手は、ロンドン・オリンピックの前には次のように語っていました。

「佐々木監督になって5年間、積み上げてきたものがあります。結果がどうであれ、自分たちがあるべき姿でピッチを後にすることができれば一番いいかなと思います。ただ、がむしゃらに頑張ったからオッケーではなく、積み上げてきたものをしっかりと出し切る。その結果が金メダルになることを信じています。」

今のなでしこは、本当にユニークで素敵なメンバーばかりです。どんな結果になろうと『かけがいのないメンバーでサッカーがやれて幸せだった』と思えるような、そんな大会になればいいと思います。」

このように語った宮間選手は、合宿



2012年ロンドン・オリンピック女子サッカー決勝戦



2012年ロンドン・オリンピック女子サッカー決勝戦でアメリカ選手と競り合う宮間選手

に新しく入ってきた選手に積極的に声をかけている姿が印象的だったそうです。しかし、彼女自身は、<sup>きづか</sup>気遣いから意識的に話をすることはないといいます。むしろ、チームとして全員が同



ロンドン・オリンピック女子サッカーなでしこジャパンは銀メダルを獲得した

じ絵を描けるように話をするところがあるそうです。また、チームメイトに対して積極的にコミュニケーションをとっていくのは、自分にとって楽しいし、仲間が自分を受け入れてくれるからだと言っています。

しかし、2011年のワールドカップでは、少しでも暗い表情の選手の部屋に押しかけては話し相手になっていたともいいます。「せっかくメンバーに選ばれたのに、つらいだけで終わってほしくない。少しでも楽しんでほしかったから」という理由からだったそうです。

彼女はまた、<sup>さわほまれ</sup>澤穂希選手が離脱していた時期にも、一方では代わりに出場していた選手を称賛しつつ、他方では「澤さんは必ず帰ってくる」と発言していました。そして、銀メダル獲得後に次のように話しています。

「準決勝後の涙は、チームを引っ張ってくれた澤さんにメダルをかけてあげられると思ってうれしかったのと、仲間への感謝だった」と明かしました。

自己の可能性を信じて、最善の努力を積み重ねていく、その過程で、私たちは信頼できる仲間と出会ったり、自分が多くの人たちに支えられていることを改めて実感し、感謝することになります。スポーツは、まさに、このことを直接的、間接的にスポーツに携わるすべての人々に経験させてくれます。



2012年ロンドン・オリンピック女子サッカー決勝戦でアメリカの選手と激しく競り合う澤選手

## 1 女子マラソン有森裕子選手の例



1987年世界陸上選手権女子マラソンで優勝したモタ選手



バルセロナで銀、アトランタで銅とオリンピック2大会連続でメダルを獲得した有森選手

スポーツは、多くの人たちが直接的、間接的に知り合う機会を提供してくれます。そして、この過程で、尊敬できる他者と出会うことで、人はより一層成長していくことができます。アスリートもまた、オリンピックに参加することを通して、そのような人の出会いを経験していくことになります。有森選手の出会ったライバル選手たちをめぐる話は、そのような尊敬できる人との出会いの素晴らしさを伝えてくれます。

有森選手は、ポルトガルのロザ・モタ選手から最も大きな影響を受けたといいます。

たとえば、初マラソンを走る前にモタ選手とハーフマラソン 10km を一緒に走ったことがありました。この時に、「もしかすれば追いつけるかもしれない」という印象をもったそうです。このような出会いの中で、やがて有森選手は誰かを憧れの対象にしなくなったといいます。憧れるとその人を越えられなくなるような気がしたからだということです。

そのモタ選手は、有森選手が日本最高記録を出した際、電報を打ってきたといいます。また、東京で開催された世界陸上選手権では、24km 付近でモタ選手が脱落する時、「イケル」と有森選手に声をかけたといいます。さらに、アトランタ・オリンピックでは、ポルトガルの親善大使として現地に來ていたモタ選手が、スタート前にやって

きて「あなたは勝てるから、頑張る。応援しているから」とわざわざ励ましてくれたといいます。

有森選手は、同じような励ましを他の外国人選手からも受けています。1991年の大阪国際女子マラソンではカトリン・ドーレ選手が、優勝争いをしていた有森選手にスポンジを差し出してくれたといいます。そのドイツのドーレ選手は、試合前にいつもニコニコと笑顔で接してくれたとのこと。ロシアのワレンティナ・エゴロワ選手からは、勝負にかけるハングリーさを学んだといいます。

有森選手は1992年バルセロナ、1996年アトランタの2回のオリンピックに出場し、銀、銅の二つのメダルを獲得しました。しかし、彼女はバルセロナ・オリンピックの後、走れない時期を過ごしていました。その彼女が、ある人の言葉がなければ自分はアトランタのスタート・ラインには立っていなかったといいます。その人物が、山下佐知子選手でした。

山下選手はアトランタ・オリンピックが開催された年の正月、「たのむから、スタート・ラインにだけは立ってくれ」と記した年賀状を送ってきたといいます。山下選手は、バルセロナ・オリンピック前年の世界陸上選手権で有森選手と一緒に走り、みごと銀メダルに輝きました。しかし、残念ながらアトランタの選考レースでは、持病で出場を断念しました。

バルセロナ以降、長らく走れなかった理由を一番理解している山下選手の言葉がなければ、有森選手はアトランタにいなかったといいます。

目指すべき、尊敬できるアスリートがいるからこそ、自分も成長していくことができるといえます。



1980年代から1990年代にかけて活躍した旧東ドイツのドーレ選手



山下選手は1991年名古屋国際女子マラソンで優勝し、世界陸上選手権では2位となる

## 2 なでしこジャパンの例

「ピッチ上の 22 人全員が味方に見えた。」(川澄奈穂美選手)  
「最高の舞台で最高の仲間と、最高の相手と戦えてよかった。」(澤穂希選手)

これらは、ロンドン・オリンピック女子サッカーチーム、なでしこジャパンの川澄選手と澤選手の言葉です。これらの言葉からは、試合の対戦相手は倒すべき相手ではなく、互いを高め合う、尊敬すべき仲間であるといった考えを読み取ることができます。同じ印象は、オリンピックの決勝戦の対戦チーム、アメリカからも発せられています。

「日本がどうやってボールをつないでキープしているか、今夜、世界中の指導者がそれを見たはずです。」

これは、アメリカのスUNDERGE監督の称賛の言葉です。

このように、仲間や対戦相手に対する尊敬の念が、自分のパフォーマンス向上の大きな契機けいきとなっています。宮間選手の言葉は、それをさらに裏づけてくれます。彼女は、サブメンバー時代を振り返り、次のように語っています。

「サブメンバーの重要性はわかっているつもりですし、サブメンバーが試合を決めるといっても間違いではない。試合が終わる時にピッチに立っているのもサブメンバーだし、試合が始まる前に相手選手の役を演じるのもサブメンバー。本当にサブの力は重要なんです。私が試合に出るようになって、先輩からも、後輩からも、いろんなことを学んできたつもりです。……確かに苦しい時代を知っているのと知らないのとでは、差が出ることもあると思います。でも、そういう経験をした自分たちが、今後もその思いを背負っていけばいい。今の若い選手たちはこれからの大変



ロンドン・オリンピック決勝戦へいざ！



ロンドン・オリンピックで活躍した川澄選手

な時期を背負っていかなければなりませんから。つらい思いをしたから良い悪いなんてことは全然なくて、なでしこにとって一番大切なのは、自分の周りにいる人たちに対して、尊敬の念をもって接することができるかどうか、だと思います。だから、年齢が上であろうと下であろうと、人をバカにした態度をとる人は好きではないし、許せない。

でも、そんな選手はなでしこジャパンにはいません。もし、そういう選手がいたとしても、それは上には登っていけない選手でしょうから。」

自分を高めてくれるのは、仲間や対戦相手だけとは限りません。憧れの選手もまた、自分を高める大きな原動力になります。川澄選手と澤選手の関係は、その一例です。

2011年女子ワールドカップ・ドイツ準決勝で、川澄選手は大会初先発に<sup>ぼってき</sup>抜擢されました。そして、この試合、60分に勝ち越しゴールをあげた澤選手が、最初に、川澄選手に駆け寄ってきたといいます。そして、決勝戦では、高々とワールドカップを掲げる澤選手のすぐ隣に川澄選手がいました。この時、川澄選手は、憧れの人と一緒に世界一になるという夢を叶えることができました。この瞬間を彼女は、「一生に一度あるかないか。本当に楽しかったです」と振り返っています。

二人は、1998年1月に国立競技場で出会っていました。

この時、澤選手は19歳、川澄選手は12歳でした。「小学生の時から憧れの人で、目標とするプレイヤーでした」と川澄選手は語っています。

このような尊敬できる仲間や対戦相手との出会いは、スポーツの場面だけではなく社会の多くの場面で生じ、人々を成長させてくれるともいえます。



ゴール後に抱き合って喜ぶ澤選手と川澄選手



FIFA女子ワールドカップ・ドイツ2011の表彰式



© Damir Sagolj/Reuters

後世に語り継がれるスポーツの名勝負があります。しかし、それらの名勝負は、勝者だけではなく、常に対戦者によって勝者のより高いパフォーマンスが引き出されて可能になるといいます。それは、対戦者にしても同じです。互いに競い合った選手たちは、より高い<sup>いただき</sup>頂を目指し、互いに共同してそれを成し遂げたパートナーともいえます。しかし、パートナーに対する尊敬の念が表現されることは、それほどありません。

写真は、2012年ロンドン・オリンピックの女子サッカーの準決勝、日本とフランス戦の後、勝者となった日本のキャプテン、宮間あや選手がフランスのアビリー選手に語りかけている場面です。2人は、アメリカの同じチームでプレイしていました。

2人が何を語り合ったのかは、不明です。しかし、勝利におごらず、失意の敗者をなぐさめる宮間選手とそれを受け入れるアビリー選手の姿は、彼女らが単に優れたプレイヤーであるだけでなく、真のスポーツパーソンであることを示しているとたたえられました。

## 第2章

# スポーツ共通の全世界的なルール

—スポーツの固有の価値を守るアンチ・ドーピング活動の推進—



## 1

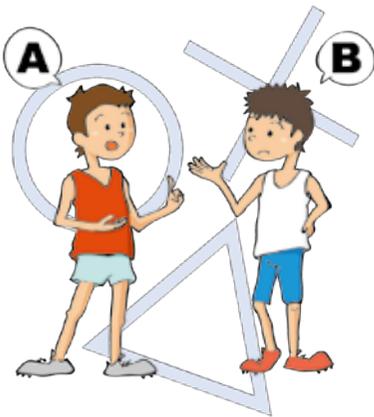
## 世界中のすべてのスポーツで同じアンチ・ドーピングのルールが適用されるのはなぜ？

国により競技のルールが異なる場合、国際競技大会を開催できるのでしょうか？ アンチ・ドーピングに関するルールが、国や地域、競技により異なると、どのような問題が起こるのでしょうか？

アンチ・ドーピングとは、スポーツ固有の価値を守り、試合の公平さやアスリートの健康を保護するためにスポーツの世界からドーピングを撲滅<sup>ぼくめつ</sup>することです。

アンチ・ドーピングに関しては、現在、世界のどこでも同じルールが等しく適用されます。それは、長い時間をかけ、多くの人々が各競技、国や地域の違いを乗り越え、スポーツ共通の全世界的な約束ごととして定めてきたドーピングを取り締まるルールです。

個々の競技のルールは、それぞれの競技内のみで合意され、適用されます。これに対し、アンチ・ドーピングのルールは、スポーツ全体で合意された、スポーツを行う上で守るべき条件を定めた統一ルールです。それは、フェアプレイの精神を基盤とし、スポーツに参加する世界中の人々が公平で公正なスポーツに参加することを保証してくれます。ドーピングという行為は、禁止物質や禁止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。そして、フェアプレイの精神に反する、不誠実で利己的な行為です。そのような行為がスポーツに蔓延<sup>まんえん</sup>することで、公平な競技が成立しなくなるだけでなく、スポーツで大切にされてきた価値が犯されていくこととなります。それは、ひいてはスポーツに対する



競技によってルールが違くと互いに不公平になる



正々堂々とスポーツ

社会的信用を失墜<sup>しつぱい</sup>させることにもつながります。さらにドーピングという行為は、健康上の被害を引き起こす可能性のある危険な行為です。

だからこそ個々の競技を越え、スポーツに関わるすべての人々が、ドーピングの排除に向けて協力して対応する必要があります。さらに、スポーツ関係者以外にも、アンチ・ドーピングの意義を知ってもらうことが必要です。

アンチ・ドーピングのルールが尊重<sup>じゅんしゆ</sup>、遵守されることで、スポーツは、人類共通の文化としての価値を一層高めることになります。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。

2012年にオリンピック・パラリンピック大会がロンドンで開催されました。この大会には、合わせて204か国・地域から約10,500人のアスリートが参加しました。そして、全34施設で26競技・39種目において、302のメダルがアスリートによって競われ、史上最大の85か国・地域によってメダルが獲得されました。まさに、オリンピック・パラリンピック大会は、今日では、世界のスポーツにおける最大の総合イベント大会となっています。それだけに、競技に参加する資格については公平性を確保することが重要です。それは、競技に参加するアスリートだけでなく、観衆やさまざまな側面からスポーツをサポートしている人々からも求められています。そのため、禁止薬物を使用するなどのルール違反は不誠実な行為とされ、それを絶対に許さない、という厳格な姿勢がとられています。



2012年ロンドン・オリンピック（上）パラリンピック（下）の開会式

もともと、ドーピングというルール違反をなくするためには、アスリートだけがアンチ・ドーピングのルールを守ればすむわけではありません。アスリートはもちろん、コーチやアスリートを支えるさまざまなスタッフの大会への参加資格として、アンチ・ドーピングのルールが等しく適用されます。各国・地域を代表して大会に出場する人々がアンチ・ドーピングのルールを尊重し、正々堂々と公平に競うことで、社会的責任を果たす必要があるからです。

アンチ・ドーピングのルールが世界中で等しく適用されることで、アスリートは自分の可能性を高め、ライバルに秀でるためのトレーニングに安心して取り組むことができます。

また、厳正にルールを守り、互いに同じ条件の中で最善を尽くして厳しいトレーニングに励んできた経験を共有できるからこそ、互いの努力の過程を共有でき、相手に対する信頼感や尊敬も生み出されます。

また、スポーツを見ている人々も、禁止薬物や禁止された方法でパフォーマンスを高めてメダルを獲得しているのではないことを理解しているからこそ、アスリートの示す競技力に驚き、感動するのです。

アンチ・ドーピングのルールを守っているアスリートだけが、オリンピックやパラリンピックに参加できる。この条件こそが、アスリートが偽りなく、自分自身の能力の限界に挑戦するために最大限の努力を尽くしているという確信をすべての人が共有することを可能にしてくれます。



盛り上がるサポーター



アスリートの示すパフォーマンスに感嘆する観衆

## スポーツの素晴らしさを伝えるための積極的な行動

目の前でくり広げられる競技は、公平かつ公正に営まれています。

スポーツに関わっている誰もがこの確信をもてるのが、スポーツのもつ文化的な価値を高めていく上では大切です。そのためには、アスリートやコーチのみならず、スポーツを見たり、支えたりしている人々にもできることがあります。誰もが連帯してドーピングに対して“NO！”ということは、その最も簡単な例です。同時にその時には、平等で公正なスポーツの素晴らしさやスポーツの価値を伝えていくことに対しては、“YES！”ということも大切です。そうすることが、スポーツの価値をより一層多くの人々に伝えていくことにもなります。

このような行動は些細<sup>ささい</sup>な行動です。しかし、多くの人々の地道な行動の積み重ねが、社会におけるスポーツの価値を一層高めていくことにつながります。これらの行動は、スポーツの文化的な価値を高めていくためにも、すべての人々が積極的にとるべき行動だといえます。

14～18歳を対象としたユース世代の「ユース・オリンピック・ゲームズ<sup>\*1</sup>」では、他国のアスリートと競技のみではなく、互いに交流し、理解し合い、友好を深める数々の文化・教育プログラム<sup>\*2</sup>が同時に行われました。その開会式で、国際オリンピック委員会<sup>\*3</sup>のジャック・ロゲ会長は、世界各国のユース世代を代表するアスリートに対して、次のように訴えました。



2012年YOG冬季大会の文化・教育プログラム（インスブルック）



2010年YOG夏季大会の競技風景（シンガポール）



\*1 Youth Olympic Games=YOGと呼ばれる。第1回大会がシンガポールにて2010年に開催された。冬季YOGは、2012年インスブルックで開催。2014年南京（中国）、2016年にリレハンメル（ノルウェー）冬季YOG開催が決定されている。

\*2 YOGでは、スポーツが文化や教育と一体であるという観点から、競技会の開催とあわせて、アスリートが身につけるべき能力や素養を学ぶことができるプログラムが実施されている。

\*3 International Olympic Committee=IOCと呼ばれる。



ジャック・ロゲ第8代IOC会長

「ユースオリンピックでは、勝つことと、チャンピオンになることの違いを君たちは学ぶことになるだろう。

勝って1位になるとは、単にゴールのテープを一番先に切るということだ。

チャンピオンになるためには、自分の人間性と身体的能力に対して尊敬されるような行動を自らとらなくてはならない。

ドーピングやその他の方法でアンフェアに有利に立つことなく、フェアプレイの精神で、相手とルールを尊重し、戦わなければならない。

君たちは競技ランキングに関係なく、自身の行動を極めて頂点に立ち、同世代のロールモデルになれる時、真のチャンピオンになれる。」(YOG開会式, 2010. 8. 14)



ロゲ会長は、フェアプレイの精神を尊重し、正々堂々と戦う姿を見せるだけでなく、他者に善意を尽くし、スポーツを通して社会におけるスポーツの価値を広めていくことが、アスリートが社会の模範となるために行うべき行為であると発言しています。さらに会長は、社会におけるスポーツの価値をより高めていくためには、ドーピングやアンフェアな行動をとることなく、フェアプレイの精神を守り、対戦相手を尊敬し、ルールを固く守る能力を身につけることが重要であると強調しています。アスリート自身が、スポーツの迫力、面白さ、感動、スポーツの価値を自らの行動を通して示そうとすることは、アスリートが社会の規範となるロールモデルになる第一歩だといえます。

「人々がスポーツを通して自己の最善の生き方を心がけ、それぞれが真のチャンピオンを目指すことが重要である。このメッセージを多くの人々に伝えたい。」

この思いが、アンチ・ドーピング活動の根幹にあるといえます。

## 2

## 世界的な規模で遵守されるアンチ・ドーピングのルール

アンチ・ドーピング活動とは、アスリートへの研修等の教育・啓発活動やドーピング検査等を実施することで、世界中で展開されています。しかも、スポーツ関係者だけがアンチ・ドーピング活動に取り組んでいるわけではありません。スポーツ関係者だけでなく、各国政府も互いに協力し合いながら、アンチ・ドーピングに関する世界共通のルールを定め、アンチ・ドーピング活動に取り組んでいます。それが全世界、全スポーツに適用されるために独立してモニタリング<sup>\*4</sup>を行っているのが、世界アンチ・ドーピング機構 (World Anti-Doping Agency=WADA)<sup>\*5</sup>といわれる組織です。

日本では、2001年に日本アンチ・ドーピング機構 (Japan Anti-Doping Agency=JADA) が設立され、日本国内の責任母体となっています。また、JADAは、国内のアンチ・ドーピング活動を推進するとともに、ドーピング検査員に対する研修を行うなど、アジア地域の活動もけん引しています。

各国政府がアンチ・ドーピング活動を推進することを義務とする「スポーツにおけるドーピングの防止に関する国際規約」が、2005年にユネスコで採択されました。わが国も、この国際規約を2006年12月にユネスコと締結<sup>ていけつ</sup>しています。

今や、自国内にドーピング防止機構を有することは、アスリートをオリンピックやパラリンピックのような国際競技大会へ派遣するための、必須条件の一つとなっています。



アンチ・ドーピング機構を有するのがオリンピックやパラリンピック参加資格として必須条件の一つ

\*4 モニタリングには、調整、勧告、監督、助言、の意味が含まれる。



\*5 WADAは、世界のスポーツ関係者と多くの国々の政府の総意として設立され、1999年設立当初はスイス・ローザンヌに、2002年からはカナダ・モントリオールに本部を構えている。

公益財団法人 日本アンチ・ドーピング機構





JADA 発行の「アンチ・ドーピングガイドブック」

\* 6 死者が出た自転車競技ではアンフェタミンと呼ばれる興奮薬を使用したとされる。



世界的に人気のある自転車競技会ツール・ド・フランス

WADA が定めたアンチ・ドーピング・プログラムの基となるものが、「世界ドーピング防止規程」です。2004 年から施行されているこの規程は、「ドーピングのないスポーツに参加するという競技者の基本的権利を保護し、もって世界中の競技者の健康、公平及び平等を促進する」ことを目的とする、アンチ・ドーピングのルールです。

WADA 設立以前は、禁止される薬の対象や、ドーピング防止規則違反の内容や解釈が個別の競技種目により異なっていました。そのため、この状況改善に向けた取組みが、世界的規模で進められてきました。

スポーツ内で禁止される薬や物質を初めて規定したのは、国際陸上競技連盟でした。同連盟は、1928 年に「興奮薬」と呼ばれる気分を高める薬を禁止しました。その後、1960 年のローマ・オリンピックの自転車競技中に、選手が興奮薬の使用により死亡したことで<sup>\*6</sup>、ドーピングによる深刻な問題を取り締まる動きが加速しました。その結果、1966 年にはサッカー、自転車競技の各々の世界選手権でドーピング検査が導入されました。1967 年には、プロ・サイクリングの頂点の大会と呼ばれる「ツール・ド・フランス」のレース中、イギリス人選手が禁止薬物の使用により死亡しました。

この死亡事件をきっかけに、IOC は、スポーツ内で禁止する薬のリストを定めることとなりました。そして、1968 年グルノーブル冬季オリンピック、メキシコ夏季オリンピックからドーピング検査が開始されました。

1970～1980年代には、オリンピック種目以外の各競技種目の国際競技大会では統一的に適用されるルールや、競技種目間で合意された禁止薬物の取決めはまだありませんでした。また、この時期に、さまざまな競技種目において競技力向上を意図した薬物の使用が広がっていったといわれています<sup>\*7</sup>。

残念ながら、当時、そのような事実が認識されていたにもかかわらず、薬物使用の問題に対して世界的な取組みはなされませんでした。この状態を変えるきっかけとなったのが、1988年ソウル・オリンピックでのカナダのベン・ジョンソン選手による金メダル剥奪<sup>はくだつ</sup>事件でした。ジョンソン選手は、オリンピックの花形競技である男子100m走に9秒79の世界記録で優勝しました。しかし、その直後に行われたドーピング検査で彼の体から禁止薬物が検出され<sup>\*8</sup>、金メダルが剥奪されました。

この事件は、世界中に衝撃<sup>しょうげき</sup>を与え、ドーピングを取り締まらなければならないという社会的な意識を高めることになりました。また、ジョンソン選手の出身国のカナダでは、政府によって、この件に関する調査が開始されました。それをきっかけとして、1991年9月には、カナダ・アンチ・ドーピング機構が、カナダ国内のすべての競技種目におけるアンチ・ドーピング活動を統括するための組織として、世界で初めて設立されました<sup>\*9</sup>。



ドーピング防止規則違反が大きな話題となった1988年のソウル・オリンピック男子100m走決勝

\*7 「たんばく同化ステロイド」という一般的には筋肉を増強し、競技能力を高める薬がたびたび使用されたとされる。

\*8 たんばく同化ステロイドのスタノゾロールが検出された。

\*9 1995年にはフェアプレイ・カナダ(Fair Play Canada)と合併し、現在のカナダ・スポーツ倫理センター(Canadian Centre for Ethics in Sport=CCES)に再編されている。

### 3 ドーピングへの異なる対処



1988年ソウル・オリンピック男子柔道71kg級の表彰式

\* 10 クリス・ブラウン選手は、膝の腫れを治療するため利尿薬のフロセミドを使用したとされた。ブラウン選手は1984年ロサンゼルス・オリンピックでは銅メダルを獲得している。



\* 11 クリスティー選手（左端・1988年ソウル大会）は、フソイドエフェドリンの陽性反応が出たが、ジョンソン選手の金メダル剥奪により、銀メダルに格上げされている。

\* 12 ナンドロロンと呼ばれる、筋肉を増強させるたんばく同化ステロイド系。

ドーピングに対する取締りは、世界中で強化されていきました。しかし、かつてはすべての競技種目に用いられる全世界共通のアンチ・ドーピングの規則が存在しなかったため、ドーピング防止規則違反への対応が競技種目や国、地域によって異なるという現象がみられました。

たとえば、1988年ソウル・オリンピックでは、男子柔道で銅メダルを獲得したイギリスの選手がドーピング検査の結果、陽性となりメダルを剥奪され、3か月の資格停止になりました<sup>\*10</sup>。ところが、同じ1988年大会において男子100m走に出場したイギリスのリンフォード・クリスティー選手は、レース後に出た陽性反応を問われることもなく、銀メダルを獲得しました<sup>\*11</sup>。さらにクリスティー選手は、1992年バルセロナ・オリンピックでも優勝しています。その後もクリスティー選手は、1999年にも禁止薬物が検出され<sup>\*12</sup>陽性となりましたが、イギリスのオリンピック委員会はこの選手の違反を問わないと決定しました。しかし、2000年8月に国際陸上競技連盟はこの決定<sup>くつがえ</sup>を覆し、2年間にわたる資格停止の制裁を課しました。

この時期にイギリスでも、国のスポーツを統括する団体であるイギリス・スポーツ・カウンシルがドーピングに関する調査を実施しました。その結果、約半数に近いアスリートが自分の競技種目が薬物に汚染されていると回答したという「ドゥビン調査」と呼ばれる調査資料が、1995年に出されています。

このように、取組みが早かった国際競技連盟や、スκανジナヴィア諸国、欧米諸国の数か国では、アンチ・ドーピン

グに対する効果的な対策はなされていましたが，それ以外の国際競技連盟や国々ではなされていませんでした。そのため，ドーピングのルール違反に対する制裁期間や検出する禁止薬物が定まっていなかったのです。

国や地域を越えた横断的な協働関係が築かれたのは，1999年にWADAが設立されて以降になります。

4

**統一ルールに則ったオリンピック・パラリンピック大会**

世界で統一したアンチ・ドーピングに関するルールに基づくドーピング検査がオリンピック大会で実施されたのは，2004年アテネ・オリンピック以降です。表1では，ドーピング検査の数と陽性となった数の推移を示しています。

この表を見れば，2004年以降に検査数が増えたことが確認できます。また，検査プログラムの充実や検査される禁止物質を検出するための分析技術の向上にも注目する必要があります。しかし，何十回もの検査の網の目を潜り抜けてきたアスリートがいることも事実です。



2000年シドニー・オリンピックで3個の金メダル，2個の銅メダルを獲得したマリオン・ジョーンズ選手は，「競技力を向上させるための薬を使用した」と告白した

表1 夏季オリンピック大会ドーピング検査実施 (IOC Fact Sheet, 2013 . 1) (一部, JADA 追記)

年	実施都市	検査数	陽性報告	陽性率
1968	メキシコシティ (メキシコ)	667	1	0.15%
1972	ミュンヘン (ドイツ)	2,079	7	0.34%
1976	モントリオール (カナダ)	2,054	11	0.54%
1980	モスクワ (ロシア)	645	0	0.00%
1984	ロサンゼルス (アメリカ)	1,507	12	0.80%
1988	ソウル (韓国)	1,598	10	0.63%
1992	バルセロナ (スペイン)	1,848	5	0.27%
1996	アトランタ (アメリカ)	1,923	2	0.10%
2000	シドニー (オーストラリア)	2,359	11	0.47%
2004	アテネ (ギリシア)	3,667	26 * + 5 **	0.85%
2008	北京 (中国)	4,770	14 + 馬7頭 + 5 ***	0.55%

\* ドーピング検査による陽性になったケース以外に，検査を拒否したことでドーピング防止規則違反になったケースも含む。

\*\*2012年12月5日に開催された国際オリンピック委員会理事会において，アテネ・オリンピックの4検体が，2013年2月12日の理事会では1検体が新たな追加分析により陽性と決定されたことを踏まえ，JADAで追記。

\*\*\* 大会後，新しい分析方法が適用されたことで追加で5人が陽性となった。

# 3

## ドーピングの「ルール違反」何が違反とされるのか？

### ドーピング防止規則違反とは？

- 1 **禁止物質の存在**—体内から禁止物質が検出されること
- 2 **使用**—アスリートが禁止物質や禁止方法を使用、使用を企てること
- 3 **拒否**—アスリートがドーピング検査を意図的に拒否すること
- 4 **居場所情報未提出**—アスリートが検査実施のために自身の居場所情報の提出を怠ること
- 5 **改変**—ドーピング・コントロールの最中に、何か意図的に手を加えること
- 6 **保有**—禁止物質や禁止方法を保有すること
- 7 **不正取引**—禁止物質を売買したりして不正に取引すること
- 8 **投与**—アスリートに対して禁止物質や禁止方法を投与したり、それを勧めたり、援助や共同したりすること

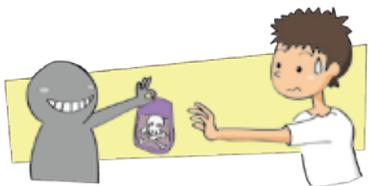


「世界ドーピング防止規程」では、競技種目全体に統一されたアンチ・ドーピングに関するルールが規定されています。それに従えば、左図にある「ドーピング防止規則違反」に該当する項目が一つ以上みられた際には、ドーピングとみなされます。

アスリートは「ドーピング検査」と呼ばれる、自分の尿、もしくは血液による検査を受けます。この検査の結果、禁止物質が検出され陽性になることや、ドーピングにあたるとして禁止されている方法を用いることが、最も一般的な「ドーピング防止規則違反」です。

「禁止物質」または「禁止方法」は、①競技力向上に効果がある、②健康上危険である、③スポーツの精神に反する、というこれら三つのうち二つの要件が当てはまる場合に指定されます。

また、ドーピング検査にアスリートがいつでも応えられるよう、特に世界のトップで活躍するアスリートは「居場所情報<sup>\*13</sup>」を、所属する国際競技連盟か国内ドーピング防止機関に提出する必要があります。居場所情報は、3か月に一度必ず提出し、情報の変更があるたびに最新の情報に更新することが求められます。また、1日のうち、午前6時～午後11時までの時間でドーピング検査員<sup>\*14</sup>に確実に会うことができる「60分の時間枠」を指定する必要があります。居場所情報の未提出や居場所情報の不備で検査ができないことが18か月のうち3回起こると、「ドーピング防止規則違反」とみなされてしまいます。



\* 13 国際競技連盟や国内ドーピング防止機関に登録されたアスリートがいつ、どこで何をしているかの情報のことをいう。

\* 14 ドーピング・コントロール・オフィサーと呼ばれる。

## フェアであることを証明するのは自分の責任

禁止薬物が自分の尿や血液から出てくことや、居場所情報の更新を怠ることなどは、アスリート自身の責任であるとされます。知らなかったではすまされず、責任ある行動が求められるようになっていきます。

たとえば、近年、摂取したサプリメントに禁止薬物が含まれていたために、ドーピング防止規則違反となるケースが増えています。何が成分として入っているかわからないサプリメントを使用することは、自分の体内から何が検出されるかわからないリスクを負うことになります。そのため、リスクについて事前に確認しておくことが必要になります。

競技レベルが上がれば上がるほど、国を代表するトップアスリートとして、自らの行動に責任をもちながら行動するという自覚が、今求められています。



### TOPICS

#### 「金メダルよりも重要なものがある」—室伏広治選手の金メダル

アテネ・オリンピックで、ハンマー投げ男子の競技終了後1位になったアドリアン・アヌシュ選手（ハンガリー）が、他人の尿を提出し再検査を拒否したとして、ドーピング防止規則違反となりました。

それを受け、室伏広治選手は、陸上競技で日本人初となる金メダルを獲得することになりました。その時に、次の言葉を残しています。

「メダルの色はいろいろありますが、本当に重要なのはそこに向けて努力していくことじゃないかと思います……金メダルよりも、重要なものが他にもたくさんあるんじゃないかと思います。」

それぞれの国の事情が違ったり、国の背景も違ったり、オリンピックに対しての価値も違う、メダルに対する価値も違う。いろいろな価値によって、そこをどうしたら、みんながクリーンな状況で競技ができるかが大きな問題です。

やはり大切なのは友好です。選手にできるのは友好を深め、もちろん競技をする時は戦いなんですけど、友好を深めていく中で（ドーピングを許さない）よい雰囲気ができるのではないかと思います。」



2004年アテネ・オリンピックで金メダルとなった室伏広治選手

## 4

## スポーツの価値を高めるために —すべての人が真のチャンピオンになることを目指して—

「真のチャンピオン」を一言でいうと？

相手に対して礼を尽くし、  
人間の幅を広げる人



© JADA

田辺陽子選手：1992、96年オリンピック  
銀メダリスト（左）（柔道）

あなたは「真のチャンピオン」と聞いて、どのようなことを想像しますか？

「真のチャンピオン」とは、結果として勝利を得た人を指すわけではありません。定められたルールに従い、自己の最善を求めて努力を重ね、その過程においてフェアプレイの精神を具体化していくことで、自己の存在意義を高め、社会や他者に尽くし、尊敬される存在になっていった人を指します。

社会の中では、アンフェアだと感じる場面も多々あります。それだけに、トップアスリートがフェアプレイの精神を尊重し、正々堂々と戦う姿を自ら示すことの責任と意義は、現代社会において一層高まっています。また今日では、トップアスリートやスポーツ関係者の模範的な行動やフェ

互いに同じ志をもった人間がつながり、その相手を尊敬し、感動を共有できる瞬間をもてる人



鈴木大地選手：1988年オリンピック金メダリスト  
（競泳・背泳ぎ）

誰からも憧れられる  
正真正銘すてきな人



© JADA

齋藤里香選手：2008年オリンピック  
（ウエイトリフティング）

アプレイの精神の実現に向けて取り組む姿は、単にスポーツの場面だけではなく、社会全体においてもロールモデルとして求められるようになっていきます。

スポーツに携わる人々全員が違反や不誠実な行為に対して「NO！」という姿勢を示すことは、スポーツの価値、ひいては社会において重視すべき価値を守ることにつながっていきます。スポーツの中で生み出され、尊重されてきた多様な価値は、スポーツに関わるすべての人々によって守られてきました。また、それらの価値は、今日、社会の中で尊重されるべき価値となっています。

アンチ・ドーピング活動は、まさに、スポーツに関わるすべての人々が、スポーツに直接関係していない人々に対しても、人類が大切にしたい重要な価値を伝えていく活動といえます。そして、アンチ・ドーピング活動を通じてその担い手となる真のチャンピオンを生み出していくことによって、より豊かな社会の実現に向けて<sup>こうけん</sup>貢献していくことにつながる活動であるともいえます。

JADA が推進するアンチ・ドーピング活動に携わって

いるアスリート委員<sup>\*15</sup>も、アスリートのロールモデルとして、「真のチャンピオン」を目指して活動を行っています。そのアスリート委員の中からは、写真の上を示したような発言がみられました。

### 心技体+礼



黒岩敏幸選手：1992年冬季オリンピック銀メダリスト（500mスピードスケート）

\*15 アスリート代表としてアンチ・ドーピング活動を推進し、JADAと協力しつつスポーツの価値を守るための活動に参加しているメンバー。

### 自分に克つ人



杉林孝法選手：2000、2004年オリンピック（陸上・三段跳び）

### 本物の強さを伝える一番の存在



池田めぐみ選手（左）（旧姓原田）：2004、2008年オリンピック（フェンシング・エペ）

TOPICS



勝つこととチャンピオンになることは違う……

BE THE REAL CHAMPION!



フェアプレイの精神で、相手とルールを尊重し、戦わなければならない



同世代のロールモデルになれる時、  
真のチャンピオンになれる





第3章

# 競技スポーツをする人が注意すべきこと

—医薬品とサプリメント—

## 1

## 競技スポーツをする人が注意すべきことは？

ドーピング防止規則違反になるもので、最も一般的な例は、体内からアンチ・ドーピングに関するルールで禁止された物質が検出されるケースです。この規則に従えば、ドーピングを意図して医薬品を使用したわけではなくても、禁止されている物質がアスリートの体内から検出された場合には、違反を問われることになります。

たとえば、用法用量を守って医薬品を使用したとしても、禁止物質が体内に入ってしまうと、ドーピング防止規則違反となり、大会の成績抹消や、資格停止などの罰則が課せられるおそれがあります。そのため、病気やけがの治療などで医薬品を使用する場合には、事前にその医薬品にどのような物質が入っているかを医師や薬剤師に確認することが重要です。

また、医薬品の正しい使用方法を間違えると、身体に健康被害を引き起こす可能性があります。それだけに、医薬品を使用する際には、自分がどのような物質を体内に入れているのか、それに伴う危険はないのかなどについて、正



競技能力を高めようと意図的に禁止物質を飲む



禁止物質を確認せずに、うっかり薬を飲んでしまった！

しい知識や専門家の助言を踏まえて判断することが必要になります。

医薬品の正しい使用法は、健康的な生活を送るためにアスリートだけではなく、誰もが知っておくべき知識といえます。

## 1 医薬品とサプリメントって違うの？

医薬品とサプリメントは、使用する目的も分類も根本的に異なります。

病気の治療や、予防を目的として処方されるものが医薬品です。医薬品には、病気の原因を除く、症状を緩和する、病気を予防するなどの役割があり、適切な使用方法に従って医薬品を服用することで期待される効果を発揮します。

これに対しサプリメントは、「健康食品」「栄養補助食品」ともいわれるように、「食品」に分類されます。食事だけでは不足してしまった場合の栄養素を補給するために摂取することが、サプリメントの本来の役割です。そのため、サプリメントは、医薬品のように特定の病気の治療や予防に対して効果を発揮するものではありません。あくまでも、食事の補助として使用するものです。また、サプリメントは食品に分類されるため、医薬品とは異なり、含まれている成分をすべて表記することが法的に求められているわけではありません。

このように、医薬品とサプリメントには明確な違いがあるのです。

医薬品の種類



## 2 医薬品が体に害を及ぼすこともあるの？

病院で医師から処方され、薬剤師が調剤する医薬品も、薬局で自身の判断で購入する医薬品も、体に悪影響をもたらすことがあります。そのため、医薬品は適切な使用方法に従って服用することが求められます。

### \*1 医療用医薬品

効き目が強く、時に重大な副作用を起こす危険性があるため、医師が患者の症状に応じて使用を指示する。



### \*2 一般用医薬品

医師の処方箋がなくても薬局・薬店で買えるもの。一般薬、大衆薬、市販薬などと呼ばれ、医療用に比べて効き目は穏やかで、副作用の心配も比較的少ない。

たとえば、「医療用医薬品<sup>\*1</sup>」は、医薬品本来の効果を十分に発揮し、副作用を最小限におさえるため、医師が処方を行い、服用に際しては医師や薬剤師の指示に従うことになります。また、「一般用医薬品<sup>\*2</sup>」は、適切な使用方法が説明書に記載されています。

医薬品を乱用し、健康被害が生じる例としては、スポーツにおけるドーピングがあります。医薬品を治療のためではなく、その効果のみに着目し、競技力を向上させることを目的として使用することがドーピングです。そのため、摂取する医薬品の分量や飲み方が適切ではないため、副作用によって、アスリートの人生を狂わせてしまうような、健康被害を引き起こす場合もあります（表1参照）。

表1 ドーピング禁止物質の副作用例

禁止物質	副作用の例
興奮薬	精神症状、血圧上昇、不整脈、心停止
たんぱく同化ステロイド	肝障害、男性の女性化、女性の男性化
利尿薬	脱水、痙攣、血圧低下
糖質コルチコイド	骨粗しょう症、白内障、糖尿病

### 3 アスリートは医薬品を使用できないの？

すべての医薬品にドーピングとして禁止されている物質が含まれているわけではありません。禁止物質を含まない医薬品も多数存在します。したがって、アスリートは、病気やけがの時には、ドーピングとなることを恐れて医薬品を使用しないのではなく、症状に応じて使用できる医薬品を医師や薬剤師などの専門家に相談することが大切です。

しかし、すべての医師や薬剤師がドーピングとして禁止されている禁止物質や方法について精通しているわけではありません。今日では、ドーピングに関わる禁止物質は膨大な数にのぼります。そのため、アスリートは、病院で治療を受ける際や薬局で医薬品を購入する際に、自分がアスリートであり、ドーピング検査の対象となる可能性があることを明確に伝えておくことが重要となります。

もし、自身の病気やけがの治療のために、禁止物質を含んだ医薬品を使用しなければならない時には、アスリート自身が所属するドーピング防止機関に申請をし、許可を得る制度<sup>\*3</sup>もあります。



\*3 治療目的使用に係る除外措置 (TUE) 治療のために禁止物質・方法を用いる必要がある場合に申請する。

## 4 サプリメントを摂ることのリスクって何？

\*4 これまでの国内の違反事例を見ても、インターネットを通じて海外製のサプリメントを購入し、そこに禁止物質が入っていたケースが多くあるため注意が必要です。



インターネットなどを通じて、海外からも多くのサプリメントを購入できるようになりました\*4。そのようなサプリメントの中には、禁止物質を含んだ製品もあります。

さらに、ドーピングとして禁止されている成分を含まないサプリメントであったとしても、栄養補給と称して過剰に摂取し続けると、体に大きな負担をかける場合もあります。

そのため、製品に記載されている効果だけに目を奪われて、サプリメントを安易に摂取することは、アスリートに限らず、すべての人にとっても大きな危険が伴うことになります。アスリートも一般の人もバランスのとれた食事から栄養を適切に摂取し、サプリメントに過剰に頼らない健康な生活を送ることが重要です。

サプリメントを使用する際には、そのサプリメントが本来の使用目的に沿って本当に自分にとって必要なのか、また、確実に禁止物質を含まない安全なものなのかを常に意識しておく必要があります。

サプリメントの摂取は、あくまで補助的な栄養補給にすぎません。決して食事を抜いて、サプリメントだけで栄養補給をすませたりしないようにしましょう。



# 2

## スポーツファーマシスト

JADA は、アンチ・ドーピングに関するルールについて、正確で最新の情報や知識をもち、JADA の講習を受けた薬剤師に「スポーツファーマシスト」という資格を付与しています。スポーツファーマシストの資格をもつ薬剤師は、身近にいるアスリートやコーチ、サポートスタッフなどに対して、アンチ・ドーピングに関するルールに基づいた医薬品の正しい使用方法の指導や、使用する医薬品に禁断物質が入っていないかどうかの確認などを主として行っています。

スポーツファーマシストという資格制度は、アスリートが「うっかり」と禁断物質を含んだ医薬品を摂取し、ドーピング防止規則違反となることを防止するために作られた制度です。スポーツファーマシストの資格をもつ人は、



JADA のスポーツファーマシスト認定マーク

日本全国のスポーツファーマシスト

お薬に関するお問い合わせは  
全国のスポーツファーマシストがお答えします。

■マップから絞り込み

北海道・東北  
北海道  
東北  
九州  
沖縄  
中部  
四国  
近畿  
北陸・信越  
関東  
関西

■住所から絞り込み  
郵便番号: 郵便局名: 住所入力: 入力例: 100-0001 東京都千代田区千代田

■勤務先名で絞り込み  
入力例: 〇〇薬局 〇〇  
業種:  
 病院・診療所勤務  薬局勤務  
 ドラッグストア勤務  製薬企業勤務  
 大学勤務  その他

■その他で絞り込み  
 土・日 / 祝日対応  夜間対応 (17時前~1)  
 学校薬剤師  薬剤師免許  
 言語聴覚士

スポーツファーマシストに関する検索ページ  
<http://www.playtruejapan.org/sportsp pharmacist/index.html>



2012年現在、全国に約4,000人います。各地域の薬局の薬剤師や、学校における学校薬剤師としても活動しています。

スポーツファーマシストに関するホームページでは、身近な薬局にスポーツファーマシストの資格をもつ薬剤師がいるかを検索す

ることができます。また、アスリートなどに対するサポートを行うために、各都道府県の薬剤師会では医薬品の使用に関するホットラインも設けられています。このホットラインに問い合わせることによって、禁止されている物質が、医薬品に入っていないかをスポーツファーマシストに確認してもらうことができます。

このように、現在、全国規模でアスリートをサポートする体制が整えられています。医薬品を使用する時や、使用する医薬品について不安を感じた際には、スポーツファーマシストに相談してみましよう。

[監修]

公益財団法人 日本アンチ・ドーピング機構 (JADA)

[編集]

友添 秀則 (早稲田大学スポーツ科学学術院教授)

岡出 美則 (筑波大学体育系教授)

[執筆]

岡出 美則 (筑波大学体育系教授)

山本真由美 (企画・IR室シニアマネージャー, JADA)

小林 大祐 (教育・情報グループシニアマネージャー, JADA)

(所属・役職名は平成 25 年 3 月現在)

## アンチ・ドーピングを通して考える

—スポーツのフェアとは何か—

Anti-Doping: Play True, Play Fair

発行日—平成 25 年 3 月 20 日 発行

Published Date: 2013. 3. 20

発行者—公益財団法人 日本アンチ・ドーピング機構

Publisher ————— Japan Anti-Doping Agency

〒 115-0056 東京都北区西が丘 3 - 15 - 1

3 - 15 - 1 Nishigaoka, Kita-ku

国立スポーツ科学センター内

Tokyo, 115 - 0056 JAPAN

TEL : 03 - 5963 - 8030 (代表)

TEL : + 81 (0) 3 5963 - 8030

FAX : 03 - 5963 - 8031

FAX : + 81 (0) 3 5963 - 8031

編集協力—明和出版 (和田義智)

Editorial Support— Meiwa Shuppan (Yoshitomo Wada)

装丁・デザイン／持丸和夫

Design, Kazuo Mochimaru

イラスト／齋藤芳枝

Illustrator, Yoshie Saito

写真提供／フォート・キシモト

Photo credit to PHOTO KISHIMOTO

印刷—壮光舎印刷株式会社

Print — Sokosha Insatsu Ltd.

文部科学省委託事業

Funded by Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology (MEXT)

© Japan Anti-Doping Agency  
Printed in Japan

