

# スポーツの価値を守るための「アンチ・ドーピング」

スポーツの不正のひとつに「ドーピング」というのがあるよ。たとえば、薬などを使って他の人よりも強くなること。でも、薬などを使って勝とうとするのってずるいよね。スポーツはみんなが同じルールで公平に競うものだから。

「ドーピング」をすると、勝負がフェアじゃなくなるんだ。ルールを守らないと、スポーツの楽しさや価値がなくなっちゃう。みんながフェアに遊ぶからこそ、スポーツは素晴らしいんだよ。

「アンチ・ドーピング」とは、ドーピングをしないで、みんなが正直でクリーンにスポーツを楽しむこと。みんなでルールを守ってスポーツをもっと楽しく、素晴らしいものにしよう！

スポーツ庁長官  
室伏 広治さん



スポーツはなぜ心をひきつけるのでしょうか？自分の能力や可能性を信じて、自らそれを引き出すことにスポーツのおもしろさがあると私は考えています。また、みんなが同じルールを守り、一生懸命に競い合うことが、スポーツを見る人に感動を与えるのではないのでしょうか。

スポーツのルールの中で、薬や不正な行いによって勝負すること（ドーピング）は、フェアプレーに反することから禁じられています。また、本来は病気やけがを治すための薬が違う目的で使われるため、健康に悪影響をもたらす危険もあります。スポーツ庁では、ドーピングのないクリーンなスポーツを目指して、アスリートやアスリートを支えるコーチ・医師への教育など、さまざまな活動を行っています。

スポーツは、「自分はできるんだ！」という自己肯定感を高めてくれます。スポーツで不正を行うことは自己否定の表れだと私は考えています。皆さんには、ルールを守りながらスポーツを楽しむことで、自分の能力や可能性を広げてほしいと思います。

陸上・日本選手権男子ハンマー投げで1995年から2014年まで20連覇。  
2004年、アテネ五輪男子ハンマー投げで金メダル、2012年ロンドン五輪では銅メダルを獲得。  
2003年に投げた84m86は今なお日本記録。

順天堂大学  
スポーツ健康科学部 准教授  
室伏 由佳さん



スポーツって楽しいですね。仲間と一緒にスポーツをするのは、とってもワクワクします。でも、スポーツにはみんなが公平で安全に楽しむための大切なルールがあります。

例えば、みんなで競争しているとき、隣の人がこっそりスタートラインを越えてスタートしたらどう思いますか？「ずるいな」と思いますよね。これと同じで、スポーツには「ドーピング」というルール違反があります。

薬などをこっそり使って、自分だけ良い成績を残そうとすることですが、みんなが正々堂々とプレーするためにドーピングは絶対にしてはいけないことです。もちろん、病気ではないのに薬を使うから、自分の健康を崩してしまうこともあります。

スポーツは、ルールを守ってこそ、みんなで楽しめるものです。みんなもルールを守って、安全に楽しくスポーツをしましょう！

陸上・日本選手権において女子円盤投げで12回、女子ハンマー投げで5回優勝。  
2004年、アテネ五輪女子ハンマー投げ日本代表。世界選手権2005年大会（女子円盤投げ）、2007年大会（女子ハンマー投げ）に出場。

## フェア（公平）でないと感じるものはどれ？

家で毎日  
スタート  
ダッシュの  
練習したんだ

たくさん  
朝ごはん  
食べてきたぞ

足の速い人の  
走り方を真似して  
走るんだ

抜かれそうに  
なったら少し  
邪魔してやろう

よーし、  
こっそり  
ちょっとだけ  
前に出ちゃおう

途中で  
ばてないように  
スポーツドリンクを  
飲んできたぞ

