【47ページ：クリーンスポーツ・チェックリスト】

1. **スポーツの価値・クリーンスポーツ環境のため。**

**クリーンスポーツの原則及び価値。**

* クリーンスポーツの価値・重要性について周りに説明できる。
* クリーンスポーツの実現のために、アンチ・ドーピングのルールを理解し、行動がとれる。
* 自身の行動が競技内外へどのような影響を与えるか理解し、行動がとれる。

1. **クリーンスポーツ行動・習慣化。**

**Codeにおけるアスリート及びサポートスタッフの権利と責務。**

* Codeと関連付け、アスリートの権利と責務は何か、その重要性と併せて説明できる。
* 周りの人と協力して、アスリートの権利を守る行動と、責務を果たす行動がとれる。

**厳格責任の原則。**

* 厳格責任のルールを守り、自身の行動を改善できる。
* 意図的でない違反を回避するために、自身の責任で行動を決定できる。
* 自身がどの「アスリート・カテゴリー」に当てはまるかを確認し、適切に行動がとれる。

1. **ルール違反の項目。**

**アンチ・ドーピング規則違反。**

* 11のアンチ・ドーピング規則違反の内容と、アスリートとサポートスタッフに適用される項目があることを説明できる。
* 違反を回避するために自ら必要な行動がとれる。
* 他者と協力してクリーンスポーツ行動がとれる。

1. **ルールに違反したら。**

**ドーピングの結果。**

* ドーピングが自身や周囲に及ぼす短期的、長期的な影響について、自分の言葉で説明できる。
* 違反の有無や制裁措置が決定するまでの手続きが説明できる。

1. **健康を守るため。**

**禁止されている物質と方法。**

* 「禁止表」が改定されるタイミングを説明できる。
* 「禁止表」には禁止物質・方法が記載されていることを説明できる。
* 禁止物質・方法の分類や、特定物質・方法について説明できる。

**薬の使用及び治療使用特例（1）薬の使用に関して。**

* 治療を受ける前に、アンチ・ドーピングのルールを医療関係者に正しく説明できる。
* 厳格責任の観点から自身の責任で薬の確認をしたり、専門家に相談ができる。
* 相談内容と検索結果をなぜ保管するのか、自分の言葉で説明できる。

**薬の使用及び治療使用特例（2）TUEに関して。**

* 自身の「アスリート・カテゴリー」を理解し、いつまでに・どこへTUE申請をすれば良いのか適切に判断できる。
* 正しいタイミングで、不備なくTUE 申請の手続きができる。

**サプリメント使用のリスク。**

* サプリメントのリスクを正しく説明できる。
* サプリメントの潜在的な効果と、サプリメント摂取によるリスクを、正しく比較し検討できる。

1. **自身がクリーンであることを証明。**

**尿、血液及びアスリート・バイオロジカル・パスポートを含む検査手続き。**

* 自身がクリーンであることを証明するために、なぜ「いつでも・どこでも検査に応じること」が必要なのかを説明できる。
* 手順に従って、正しく検査を受けることができる。
* 検査における自身の権利を理解し、正しく行使できる。

**居場所情報及びアダムスの使用を含む登録検査対象者リストの要件。**

* 自身の登録カテゴリー（RTP/TP）にもとづき、提出・更新しなければならない情報を具体的に説明できる。
* ADAMS/Athlete Centralを使用して、正確で詳細な居場所情報を提出・更新できる。

1. **スポーツを守る・創る。**

**ドーピングに関する懸念を共有するために、声を上げること（Speak UP）。**

* スピークアップすることの重要性を、自身の言葉で説明でき、周りに共有できる。
* 必要な時にスピークアップできる。
* クリーンスポーツ環境を守り、創るための働きかけができる。

【49ページから50ページ】

スポーツの未来は、あなた自身の手の中に。

あなたの心には、どんなスポーツの未来が描かれていますか？

アンチ・ドーピング規則違反により決して壊されてはならない、未来につなげたいスポーツの価値があるからこそ、全世界・全スポーツ統一のルールがあります。

一人一人が大切にするスポーツへの想いが守られ、スポーツがこうへいこうせいで、健全に育まれていくために、クリーンスポーツ環境は不可欠なもの。

あなた自身が適切な判断、適切な行動をすることは、あなた自身をドーピングから守るだけでなく、あなたの仲間やライバルの努力、大切な人の想いを守ることになります。一つ一つのアクションが、スポーツのインテグリティを育み、クリーンスポーツ環境を創ることにつながります。

ルールを守るだけではなく、自身のアクションでスポーツを育み、創っていく。

あなたが思い描くスポーツの未来は、あなた自身の手の中に。

あなたが思い描くスポーツを通した未来も、あなた自身の手の中に。