22ページから23ページ

あなたのアクションでスポーツの未来を守ろう！

スポーツの未来が崩れてしまうピンチ！2コマ目を変えて、君の手でスポーツの未来を守ろう！

フタのあいたドリンク、喜んで飲んだら…。

（1コマ目）

A：練習お疲れ！これでも飲んで！

B：えっありがとう！

（2コマ目）

B：仲間からもらったドリンクは元気が出るなあ！

（3コマ目）

B：え？ドーピング検査で陽性？自分の責任になるの？

→フタのあいたドリンク、中身がわからないものはダメ！

（2コマ目を変えてみよう！）

（1コマ目）

A：練習お疲れ！これでも飲んで！

B：えっありがとう！

（2コマ目）

B：ありがたいけど、フタのあいていないドリンクしか飲まないことにしているんだ。

禁止された物質が自分の尿や血液から見つかれば、自分の責任となります。食べる物や飲む物は、自分で管理し、責任を持てるようになりましょう。

家にあった目薬を使うのは禁止物質のリスクが！

（1コマ目）

C：なんだか目がかゆいなー。

（2コマ目）

C：家に目薬があったぞ！これでいっか！

（3コマ目）

そんなー！目薬にも禁止物質が含まれていることがあるなんて…。

→家にあった目薬を使うのは確認が必要！

（2コマ目を変えてみよう！）

（1コマ目）

C：なんだか目がかゆいなー。

（2コマ目）

C：目薬にも、禁止物質が含まれているんだった。検索して、記録を残しておこう！

口から飲む薬だけではなく、目薬や塗り薬、貼りぐすりなども「自分の体内に摂り入れる」物です。責任を持って、自分に処方された薬に禁止物質が入っていないかを確認しましょう。薬は用法用量を守って正しく使用しましょう。

流行りのサプリメント 検査で陰性になるって聞いていたのに…。

（1コマ目）

D：最近記録をぐんぐん伸ばしてすごいね！

E：実はこのサプリメント飲んでいるんだ。

（2コマ目）

E：ドーピング検査にも引っかかってないし、あの選手も使ってるんだぜ。

D：えっ、教えて！

（3コマ目）

D：ドーピング検査で2人とも陽性になっちゃった！

E：前回は大丈夫だったのに！

→流行りのサプリメント 周りに流されない判断を！

（2コマ目を変えてみよう！）

（1コマ目）

D：最近記録をぐんぐん伸ばしてすごいね！

E：実はこのサプリメント飲んでいるんだ。

（2コマ目）

D：サプリメントは成分が全て分からないから、やめておいた方がいいよ。

E：へぇ、そうなんだ！じゃあ飲むのをやめておこう！

サプリメントの成分表には全ての成分が書かれているわけではありません。また、同じ製品でも違う物質が入っている可能性があります。サプリメントのリスクとその必要性をきちんと比べて、正しく判断しましょう。

学んだことを活かし、一人一人が責任ある行動を通して、クリーンスポーツを実現し、スポーツの未来を守り、創っていきましょう。