

スポーツファーマシストをご存知ですか？

公認スポーツファーマシストは、薬剤師の資格を持ち、アンチ・ドーピングの知識を学んだ専門家で、JADA（日本アンチ・ドーピング機構）が認定する資格です。競技者だけでなく、保護者、指導者、学校、地域の皆さまからの薬に関する相談にも対応します。

主な活動は？

- ☆薬の確認・・・病院でもらった薬や市販薬に、競技で禁止されている成分が含まれていないかを確認します。
- ☆サプリメントの注意喚起・・・表示だけでは判断しにくい混入リスクや、使用前に考えるべき点を説明します。
- ☆教育と啓発・・・学校、競技団体、地域の研修会などで、薬の正しい使い方とアンチ・ドーピングを伝えます。

どんな人が相談できますか？

プロ選手やトップアスリートに限りません。部活動、地域の大会、マスターズ競技などに参加する方も相談できます。

- ☆競技者・・・・・・・・薬を使いたいけど大会への影響が心配な方
- ☆保護者・・・・・・・・子供の風邪薬、ぜんそく治療、皮膚の薬など確認したい方
- ☆指導者や学校関係者・・・チーム内の薬の管理や研修を相談したい方

大切なことは？

薬が必要な時に自己判断で治療を中断することは危険です。まずは医師や薬剤師に「競技会に参加している」と伝え、治療と競技の両立を一緒に考えましょう！



うっかりドーピングに注意！

「うっかりドーピング」とは？

禁止されている成分が含まれる薬やサプリメントを知らずに使用してしまい、ドーピング違反となってしまうことです。

意図していなくても、規則に違反すれば制裁の対象になり、記録の取り消しや出場資格停止などの処分を受けることがあります。

一度の違反で、大切なチャンスを失うことも・・・



どんなものに禁止物質が？

次のようなものに禁止物質が含まれていることがあります。

※具体的にはその製品を使用する前に必ず確認してください

⚠️ 風邪薬に注意！

風邪薬には咳止めが入っていることがあります。例えば、咳に効く成分の「メチルエフェドリン」は禁止物質になります。

多くの総合感冒薬には「咳止め」の成分が含まれているものがあり、十分な注意が必要です。

また、漢方薬の「葛根湯（かっこんとう）」には麻黄（まおう）が入っており、これには禁止物質の「エフェドリン」類等が含まれています。

⚠️ 漢方薬に注意！

漢方薬を構成する生薬には、それぞれ沢山の成分が含まれており、1つ1つの成分を禁止薬物に当たるかどうかを特定するのは困難です。

また、名前が同じでも製薬会社、原料の産地、収穫の時期などで成分が違うことがあります。

全ての漢方薬の服用には注意が必要です。

⚠️ 滋養強壮薬に注意！

滋養強壮薬で、一般的に「精力剤」といわれるものの中には、禁止物質である蛋白同化薬（テストステロン）及びホルモン関連物質を含む漢方薬、また、禁止物質であるストリキニーネ（ホミカ）が含まれているものがあります。

さらに、いわゆる健康食品として滋養強壮目的の錠剤やドリンク剤が多数販売されており、これらの中にテストステロン等の関連物質が含まれている可能性も否定できません。

⚠️ サプリメント・健康食品・栄養ドリンクに注意！

サプリメントや健康食品・栄養ドリンクは、医薬品とは異なり、法律上では「食品」に分類されます。「食品」には、商品の成分表に全ての原材料を記載する義務がありません。つまり、ラベルやパッケージに表示されていない物質も、その製品に含まれている可能性があります。

禁止物質を摂取するのがドーピング？

ドーピングとは？

スポーツ競技能力を高めるために禁止された物質や方法を用いること。
また、その使用を隠したり、ドーピング検査を拒否することも違反とされています。
さらにコーチや監督などの関係者がドーピングを支援した場合にも罰せられることがある。
禁止物質や禁止方法は禁止表により定められており、リストは毎年改定されます。

競技者の検体から禁止物質・代謝物・
マーカーが検出される

禁止方法（自己血輸血・化学的
または物理的操作・遺伝子ドー
ピングなど）を行う

競技会外検査の規定に反し、居場所を
報告しない等の違反をする
※国際的な大会などに出場する選手など



ドーピングを企てたり、手伝ったり、隠
したりする

検体の提出を拒んだり回避しようとする

こんな時も注意を！

- ☆海外遠征・旅行中に現地の薬を購入するとき
- ☆友人や知人から勧められたサプリメントを使うとき
- ☆インターネットで購入するとき
- ☆体調不良で市販薬を使うとき

確認に役立つ情報源！

- ☆日本アンチ・ドーピング機構（JADA）

<https://www.playtruejapan.org>

※全国のスポーツファーマシストも検索できます

- ☆宮城県薬剤師会ドーピング防止ホットライン

宮城県薬剤師会 薬事情報センター：Fax 022-391-6630

※問い合わせ用紙ダウンロード：<https://www.mypha.or.jp/images/file/playtrue7.docx>

（一社）宮城県薬剤師会 副会長 森川昭正（JADA 公認スポーツファーマシスト）

33 歳まで乗馬の選手・インストラクターとして乗馬クラブに勤務。その後人生 2 回目の大学として東北薬科大学薬学部を卒業し、薬剤師として東北大学病院薬剤部に勤務。現在は仙台市で薬局を経営しながら薬剤師業務の他に、スポーツファーマシストとしての活動、乗馬指導者としての活動もしている。

1982 年 麻布獣医科大学環境畜産学科卒業

1998 年 東北医科薬科大学薬学部卒業

1998 年 東北大学病院勤務

2012 年 仙台市薬剤師会副会長

2025 年 宮城県薬剤師会副会長

