

# つくば学園ロータリークラブ

2020-21 浦里年度 レッツトライ! ワンチームで

会報 VOL.06

It is the 35th year since 1986

## 例会報告 INDEX

2020年8月20日・22日

招待卓話 自転車競技の魅力と医師も巻き込まれるドーピングの恐怖

つくば体力医科学研究所 所長 内田 彰子様

8月22日 浦里年度 納涼会 /ニコニコBOX 他

### 自転車競技の魅力と医師も巻き込まれる ドーピングの恐怖 つくば体力医科学研究所 所長 内田 彰子



私がスポーツドクターまでの経緯ですが、筑波大学を卒業、外科研修医期間中にトライアスロンにハマリ、その後、形成外科の講師で筑波大学に戻った時、トライアスロン同好会の顧問を任されたという事もあり、競技団体やトップアスリーの大会の選手を診るようになりました。また、自転車競技に日本人チームでトライアスロン出場したいという話があり、スポーツドクターに転身することになりました。

スポーツドクター転身後、アテネオリンピックの帯同や、日本女子体育大学のスポーツ医学の講師、現在は大学も辞めて2007年に筑波記念病院で外来診療をやっています。転身には小関先生の理解と援助がすごく大切でした。

一番好きな自転車競技、東京オリンピックの自転車競技は

- |              |                      |                   |   |
|--------------|----------------------|-------------------|---|
| ▷ <b>ロード</b> | ロードレース<br>個人タイムトライアル | ▷ <b>マウンテンバイク</b> | クロスカンントリー   |
| ▷ <b>BMX</b> | レース<br>パーク           | ▷ <b>トラック</b>     | チームスプリント<br>ケイリン<br>スプリント<br>チームパシュート<br>オムニアム<br>マディソン |

の4種目があります。

競技11種目、男女全て金メダルを取ると22個も金メダルが取れる非常に期待ある競技です。

## 最も過酷なレース ロードレース

ロードレースには、世界三大スポーツの「ツール・ド・フランス」があります。毎年変わるコースを21日間かけて、総合距離3,500km 獲得標高20,000メートルを通過して最後はパリの凱旋門でゴールするという非常に素晴らしく、過酷な大会です。雨でも雪でも山が高くても8人1チームのチーム制で、その中の一人のエースを勝たせるために延々走り続けゴールを目指します。オリンピックになると競技期間は1日のみ。東京の武蔵野森公園から富士山麓付近を回り獲得標高4865Mの約244kmを走行します。

レース中では自分が転んでユニフォームが破けたとしても、骨折したとしても走りながら手当てを受けたり、トイレも走行しながら仲間に支えられて済ませるなど全て共同作業となります。

## 期待の競技で、もっとも危険なBMX

BMXは新しい種目でレース、パークの2競技があります。

レースは映画ETのワンシーンで有名になりました。複雑な形ののコースを最初にゴールすれば勝ちというタイムレースの競技です。観ると楽しそうなのですが、オリンピック競技の中でトップ3の危険度で転倒するとメディカルスタッフが大騒ぎして駆けつけます。

パークは、東京オリンピックからの競技で、日本で金メダルが期待されている競技となります。

## 自転車競技で屋内競技のトラック

トラック競技はリオオリンピックの時にナショナルチームと帯同しました。この競技は屋内の250メートルの板張りのコースでグルグル回り、最大斜度45°の非常に危険な競技で、短距離と中距離があります。中距離はオムニウムが非常に面白く、1日4種目の総合で筑波大の梶尾悠美選手が世界大会で表彰台に登り続けています。東京オリンピックでも金メダルが期待されています。

## スポーツ現場の危機管理 アンチ・ドーピング

スポーツ現場の危機管理・アンチドーピング検査官もやっていて最前線で選手を守っています。ドーピング違反って何故こんなにやるのって思うかもしれませんが、

- |                |   |   |
|----------------|---|---|
| 競技能力を高めたい      | → | これが多いです。                                |
| 疲労を軽減して回復を早めたい | → | 薬を使った疲労回復など                             |
| ライバルを蹴落としたい    | → | ライバルに変なものを入れて飲ませたりします。                  |
| コーチの評価         | → | コーチが評価のために無断で飲ませたりします。                  |
| サプリメントの販売増加    | → | サプリメントの販売会社も内容物に明記記載せずにステロイドとか入れてしまいます。 |
| スポーツで代理戦争をしたい  | → | 戦争ができないのでスポーツで代理戦争をしたい国もあります。           |

## ドーピング違反となる10項目

禁止薬物は尿で検査するドーピング禁止違反の認識が強いかもしれませんが、2015年から強化・改訂し、いろんなドーピング禁止がでています。

- |                   |   |                           |
|-------------------|---|---------------------------|
| 競技者の検体から禁止物質の検出   | ／ | 禁止物質・禁止方法を使用する、企て         |
| 検体採取の拒否、回避        | ／ | 協議会外検査義務違反                |
| ／                 | ／ | ドーピングコントロールの不当改訂          |
| 禁止物質及び禁止方法の保有     | ／ | 禁止物質及び禁止方法の不正取引           |
| ／                 | ／ | 規則違反に関与                   |
| 競技者に禁止物質及び禁止方法の投与 | ／ | アンチドーピング機関の管轄に服する者との関わり禁止 |

ドーピングの検査技術も進んでいます。北京五輪では81名の違反選手が4年後のロンドン五輪では139名となりました。そのドーピング検査を免れようとする様々な方法を使ってきました。他人の尿を仕込んで自分の尿のようにする検体すり替え、検体に蛋白分解酵素を混ぜて検査不能にしてしまう、自転車競技ではモーターを仕込む、抜き打ち検査での直前の居場所位置情報変更、検査官無視行動など様々行われます。

## アンチドーピング検査官の危機管理

### 対策1 アスリートバイオリジカルパスポート

禁止薬物検出検査を行うのではなく、通常の検査で、ヒトの生理学的安定性からバイオマーカーの変化で変化で違反を検知する

### 対策2 インテリジェンス活用による抜き打ち検査

すごく難しいのですが、幻の優勝表彰台の根絶ということで、競技会の前に怪しい奴みんな捕まえちゃいましょうということです

### 対策3 非分析の違反の証明

こちらはかなりの情報戦になってきます。選手のSNS分析、ドーピング通報サイトからの通報、警察との情報の連携、アンチドーピング組織に元警察官の採用、国際ネットワークの活用などを行います

## 医療行為に起因するドーピング違反

普通に治療する薬の中にはたくさんの禁止物質が入ってます。排卵剤、利尿剤、ステロイド、気管支喘息の薬、それらを選手に渡してしまうと協議会の検査で競技結果は失効します。海外ではこのようなケースでドクターが捕まり、選手は社会的損失、競技力損失を受けたとして慰謝料を求められるケースもあります。日本は医師賠償保険で大丈夫かと思ってたんですが、ドーピング違反での慰謝料請求時は保証されません。選手を怪我させたなどの保証とは違うので、特に危機管理として注意しています。

## スポーツ現場の危機管理

競技に勝つために、熱中症やコロナウイルス感染対策、マスギャザリング対応、テロ対策などを一生懸命やります。今回は特にコロナウイルス対策です。テストイベントが中止、スタッフ研修が中止、検査も中止していましたが、ここに来てようやく大グラウンドを使用しての大会をやり始めています。



## 浦里年度 納涼祭



### 浦里会長 挨拶



皆さんこんばんは、コロナウイルスの騒ぎの中、細心の注意をいただき、準備してくれた広瀬親睦委員長をはじめ、親睦委員会の皆様、誠にありがとうございます。そして、参加いただきました会員の皆様もありがとうございます。ほんじつは久しぶりの夜の親睦例会です。

楽しいイベントも準備していただきましたので、存分に楽しんでいただきたい思います。宜しくお願い致します。

### 皆葉直前会長 挨拶



本日は親睦委員会の皆さん本当ありがとうございます。またつくばでは花火も打ち上がります。今夜も楽しいひとときを楽しく過ごしたいと思いますので乾杯をしたいと思います。皆様のご健闘と益々の発展を願ひまして、乾杯します。

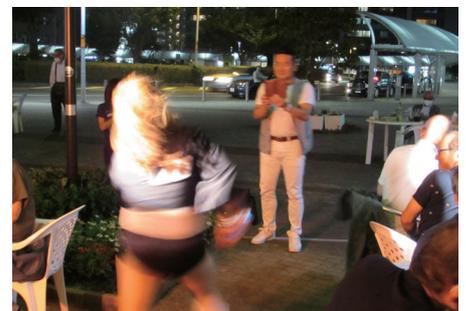
### 広瀬親睦委員長 挨拶



皆様、久しぶりの夜の親睦例会にご参加いただきありがとうございます。3蜜を避けるため、クラスター感染を避けるために細心の注意をしています。参加には必ず検温していただき、マスク着用としていますので、ご協力お願いします。

### 池田親睦委員 ルール説明

親睦委員の池田です。久しぶりに参加させていただきました改めてよろしくお願ひします。イベントのルールですが、射的となげわがあります。参加するには少しだけ酔っていただきます。豪華景品もありますので、是非参加してください。



親睦委員の皆様、本日はこのような楽しい例会の準備ありがとうございました。そして会員の皆様、暑い日が続くと思いますがこれを機会に暑さを乗り越えていただきたいと思い本日例会の最後の挨拶とします。

ありがとうございました。



## 株式会社ワーゼン 代表取締役 加藤 貴史様 ご挨拶

株式会社ワーゼン・代表取締役の加藤と申します。よろしくお願ひします。仕事は主に道路工事とかの誘導の交通誘導と防犯カメラ・セキュリティ関係の施工・販売を行っています。つくば学園ロータリークラブに入会させていただきます。わからない部分が多々ございます。皆様から

色々とお教わっていきたくお願ひします。どうぞよろしくお願ひします。

## 本日のお客様



株式会社ワーゼン  
代表取締役 加藤 貴史（あつし）様（写真左）



つくば体力医科学研究所  
所長・医学博士 内田 彰子様（写真左）

## ニコニコBOX

- 長瀬 行弘会員** 本日、屋外作業現場、今日までに終わるはずの作業が、この暑さでペースダウン。明日からの段取り総崩れ。ヤバイヤバイ
- 浦里 浩司会員** 内田先生 ご講義ありがとうございました。自転車競技は必ず拝見します。金メダリストの横で先生がお喜びになられている姿みたいですね！
- 荒 正仁会員** コロナがおさまらないですが、気を付けて頑張りましょう（身近に出始めました）
- 猪野 研一会員** マイナンバーカードは0歳だとしても本人が窓口で受け取る必要があるそうです入院中だと今のところ受け取ることができないようすいかがなものでしょうね
- 木村 英博会員** 本日は内田先生卓話ありがとうございました。また加藤あつしさん入会おめでとうございます♡浦里年度第1号入会ありがとうございます。感謝
- 山崎 幸登会員** ニコンのWEBセミナーで講演してまいりました。約110名の参加でまずまずの結果です。謝礼をいただきましたのでニコニコします。
- 鈴木富士雄会員** 本日の卓話、内田彰子さんに期待します。また本日林さんおしいなしありがとうございました。

## 無断欠勤ゼロ・出席率向上を目指して

会員数	出席数	欠席数	無断欠席数	出席免除数	メイクゲスト	出席率
86	60	26	1	3	2	74.69

## プログラム予告

08月27日 12:30～13:30	例会	クラブ総会・2019-20年度 決算及び監査報告・2020-21年度 予算(案)について
<b>09月03日 11:00～12:00</b>	<b>第3回理事会</b>	<b>20-21年度役員・理事、プログラム委員長、親睦活動委員長</b>
09月03日 12:30～13:30	例会	会長挨拶 新会員卓話 会員奥様誕生・結婚記念祝い、8月ニコニコ大賞
<b>09月10日 19:00～21:00</b>	<b>移動例会 親睦夜例会</b>	<b>会場「つくば山水亭」 「コロナバリアプロジェクト第1弾!!」</b>
09月17日 12:30～13:30	例会	招待卓話 演題「多様性を生かすリーダーシップについての考え方」 講師 流通経済大学 スポーツ健康学科 スポーツコミュニケーション学科教授 三木ひろみ様
09月24日 12:30～13:30	例会	会員卓話 演題「コロナ関連融資について」 講師 会員 小河原公男様

つくばオールロータリアン FaceBook 同好会は、つくばの3クラブのロータリアンとローターアクト、インターアクトの情報などを FaceBook 上で共有しています。皆様、ぜひご活用ください。

つくば学園・つくばシティ・つくばサンライズ・ローターアクト

公開 <https://www.facebook.com/tsukubagakuenrc/?fref=ts>

非公開 <https://www.facebook.com/groups/1482018048750125/?fref=ts>



公開 QR コード



非公開 QR コード



友好クラブ

第 2650 地区

京都山城ロータリークラブ



The Rotary Club of Kyoto Yamashiro  
京都山城ロータリークラブ



<http://www.kyoto-yamashiro-rc.com/>

2020-21 年度 R I テーマ ホルガー・クナーク R I 会長



ロータリーは  
機会の扉を開く



<https://www.rotary.org/ja>

Rotary  第 2820 地区

2020-21 年度池田 正純ガバナー 地区スローガン

ロータリアンのイノベーション・磨こう人間力!



<http://www.rid2820.jp/>

## 4つのテスト

1. 真実かどうか

3. 好意と友情を深めるか

2. みんなに公平か

4. みんなのためになるかどうか



つくば学園ロータリークラブ

ホームページもご覧ください

<http://www.46gama.com/>