

STEP 2 アダムス 居場所情報 提出方法

- ▶ 指定されたQuarterの居場所情報を期限までに提出してください
- ▶ 事前にSTEP0 (ADAMS初回ログイン) を済ませてください
※ADAMSを使用する場合は、STEP1(Athlete Centralログイン・設定方法)の操作は不要です
- ▶ すべての情報は提出後でも更新(変更)ができます。まずは本マニュアルに従い、提出を完了してみましょう。本マニュアルでは入力例を用いて提出方法をお伝えします

クォーター

Quarter: 1年を3か月ごとの4つに分けた期間

居場所情報は、Quarterごとに提出・更新します

Q1(1-3月)

Q2(4-6月)

Q3(7-9月)

Q4(10-12月)

✓ 提出する情報

💡 場所は住所だけではなく、建物・施設名や部屋番号、その敷地に入るための条件など、ドーピング検査員(DCO)がアスリートと直接会うことができる具体的な情報を入力してください



宿泊先

その日の夜に宿泊する場所
自宅や合宿先など、その日の夜に宿泊する場所を、提出するQuarterのすべての日に登録



60分時間枠

アスリートが5:00~23:00の間で1日1回指定する60分の時間と場所
指定した時間と場所で検査に対応できなかった場合、「検査未了」とみなされる
※競技会外検査は60分時間枠以外でも実施される



競技会/
競技大会スケジュール

出場する予定の競技会の日程、場所



定期的な活動

定期的なトレーニング・練習を行う時間と場所
※定期的なトレーニングがない場合は、その理由を入力し(例: オフシーズン、けが等具体的な事情)、学校・職場・リハビリなど、定期的にある活動を「その他」のカテゴリを使い登録



移動

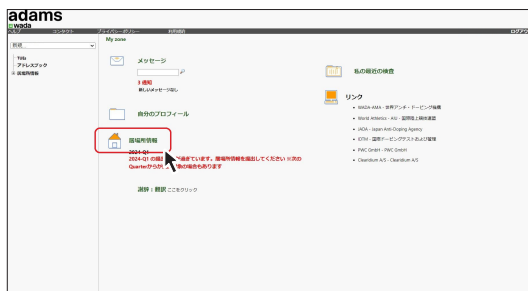
機内泊や長時間の移動により、宿泊先もしくは5:00-23:00内に60分時間枠が設定できない場合に登録

※[移動の登録]マニュアルを参照

✓ 送付物宛先を登録

※住所を新規登録する場合

01



[自分の居場所情報]をクリック

02

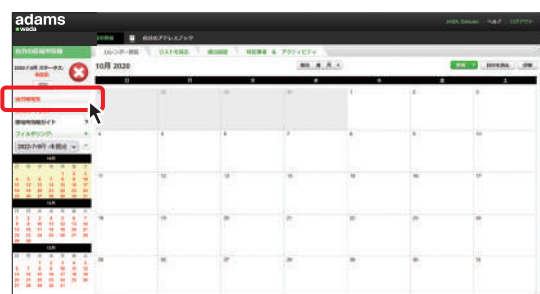


① 左欄にて自分が提出するQuarter を選択し、

② [カレンダーへ移動]をクリック

▶ 送付物宛先を登録

03



[送付物宛先]をクリック

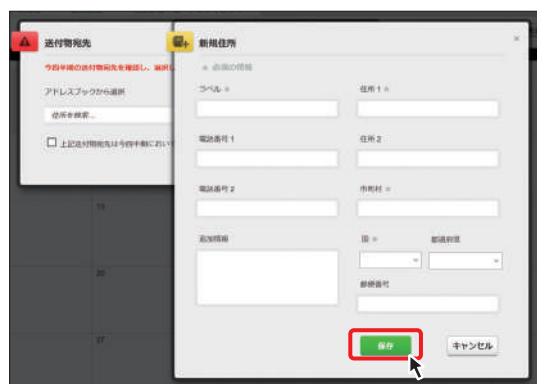
04



[新規]をクリック

💡 該当する住所が既にアドレスブックに登録されている場合は、プルダウンで選択

05



住所を登録するフォームで、必要な情報を入力し、
[保存]をクリック

💡 [ラベル]とは…ADAMS上でアドレスブックに「場所」を登録する単位のことです
 ・わかりやすい名称にすること(場所以外の名称でも設定可能)
 例) Japan tournament, Camp など
 ・同じラベル名は重複して登録できません

▶ 送付物宛先を登録

06

① 送付物宛先の住所が反映されたことを確認し

② 「このQuarterの送付物宛先は上記の郵便番号・住所であることを確認しました」に ☒ を入れ、[保存] をクリック

07

[送付物宛先] の登録完了

同じように「Emailアドレス」も登録し、カレンダー画面に戻ります

🏠 宿泊先の情報を登録

※毎日1回指定が必要です。後から更新ができるので、まずはこのQuarterで一番よく宿泊する場所で一括提出してみましょう

01

カレンダー画面の初日をクリックし、新規エントリの登録を開始

💡 [エントリ] とは・・・居場所情報として登録する情報の単位です
1カテゴリの登録=1エントリ

02

① [住所] を設定
すでに作成したラベルを使用する場合は、該当するラベル名を選択
該当する住所がない場合、送付物宛先を登録した時と同じように[新規]を選択し、新しくラベルを作成

② カテゴリは[宿泊先]を選択

③ 繰り返し入力は、[このQuarterの最終日まで] を選択

④ 入力内容をすべて再確認し [保存] をクリック

💡 ・宿泊先は、その日の夜に宿泊する場所のことです

03

[宿泊先] の登録完了

🕒 60分時間枠の情報を登録

▶ 60分時間枠だけを登録する場合

01



カレンダー画面の初日をクリックし、新規エントリの登録を開始

💡 [エントリ]とは・・・居場所情報として登録する情報の単位です
1カテゴリの登録=1エントリ

02

- ① [住所]を設定
すでに作成したラベルを使用する場合は、該当するラベル名を選択
該当する住所がない場合、送付物宛先を登録した時と同じように[新規]を選択し、新しくラベルを作成
- ② カテゴリは[その他]を選択
- ③ 繰り返し入力は、[このQuarterの最終日まで]を選択
- ④ 設定した住所にいる時間帯を入力
- ⑤ [60分時間枠]に☑し、自身で決めた開始時間を入力
- ⑥ 入力内容をすべて再確認し[保存]をクリック

💡 ・60分時間枠を宿泊先と同じ場所に設定しない場合は、別のエントリの中で60分時間枠を設定してください

▶ 他のエントリに60分時間枠を追加して登録する場合

入力例 宿泊先の21:30 に[60分時間枠]を設定する

01



カレンダー画面の初日をクリックし、新規エントリの登録を開始

💡 [エントリ]とは・・・居場所情報として登録する情報の単位です
1カテゴリの登録=1エントリ

02

- ① [住所]を設定
すでに作成したラベルを使用する場合は、該当するラベル名を選択
該当する住所がない場合、送付物宛先を登録した時と同じように[新規]を選択し、新しくラベルを作成
- ② カテゴリは[宿泊先]を選択
- ③ 繰り返し入力は、[このQuarterの最終日まで]を選択
- ④ [60分時間枠]に☑し、自身で決めた開始時間を入力
- ⑤ 入力内容をすべて再確認し[保存]をクリック

🏠🕒 朝に60分時間枠を指定している方



宿泊先と同じエントリーに指定している場合はご注意ください！

火	水	木
30	1	2
自宅 06:00 🕒	HOTEL A 06:00 🕒	自宅 06:00 🕒

このように登録している方
よく確認してください

・宿泊先は「その日の夜」の宿泊先のことです
[12月1日の宿泊先]=12月 1日夜から2日朝にかけての宿泊のこと

・例えば12月1日の夜に
HOTEL Aに一泊だけする場合、左のように
「12月1日 宿泊先 HOTEL A /
☒ 60分時間枠6:00」

にしてしまうと、
12月1日の夜にHOTEL Aに宿泊するのに、
12月1日の朝の6:00にもHOTEL Aに
60分時間枠になってしまいます！

解決策1 朝に60分時間枠を指定したい場合

火	水	木
30	1	2
自宅 06:00 🕒	自宅 06:00 🕒	HOTEL A 06:00 🕒
同じ場所にする		同じ場所にする
自宅	HOTEL A	自宅

60分時間枠と宿泊先は別のエントリーで登録し、
60分時間枠は前日の宿泊先と同じ場所にする

・Athlete Central で操作する場合、
60分時間枠は単体で登録できます
・ADAMS で操作する場合、
「その他」のカテゴリを使用すると
60分時間枠だけを登録することができます

解決策2 宿泊先と同じ場所に60分時間枠を指定したい場合

火	水	木
30	1	2
自宅 06:00 🕒	HOTEL A 21:00 🕒	自宅 21:00 🕒
	宿泊先にいる 時間に指定	宿泊先にいる 時間に指定

・夜など、その宿泊先にいる時間に指定する

※「60分時間枠は朝！」というルーティーンの方や、
日中の予定が長引いたときに更新できない可能性が
ある方にはおすすめしません

🏆 トレーニングの情報を登録

入力例

ここでは[10月1日-12月31日の毎週月-金13:00-18:00]で[トレーニング]する場合を例に説明します

に[ナショナルトレーニングセンター ウェスト 柔道場]

01

①カレンダー画面のトレーニング初日をクリックし、

②トレーニングの[住所]を選択または新規登録

③カテゴリは[練習場所]を選択

④曜日指定で入力したい場合、
繰り返し入力で[毎週]を選択
該当する曜日に☑し、反復入力の最終日を選択
(12月31日)

⑤トレーニングの開始時間と終了時間を入力

入力内容をすべて再確認し[保存]をクリック

02

[トレーニング]の登録完了

🏆 競技会(試合・大会)の情報を登録

入力例

ここでは[11月7日、8日]に[代々木第一体育館]で[競技会]に参加する場合を例に説明します

01

①カレンダー画面の競技会初日をクリックし、

②競技会の[住所]を選択または新規登録

③カテゴリは[練習場所]を選択

④競技会が連続する場合、
繰り返し入力で[連続]を選択し、
競技会最終日を選択(11月8日)

入力内容をすべて再確認し[保存]をクリック

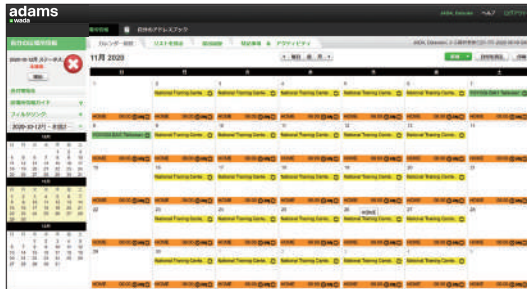


競技会がその日だけであれば、反復入力の設定は不要です

▶ 競技会(試合・大会)の情報を登録

入力例 ここでは[11月7日、8日]に[代々木第一体育館]で[競技会]に参加する場合を例に説明します

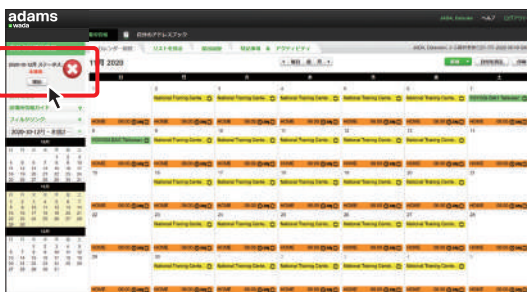
02



[競技会]の登録完了

✓ 提出

01



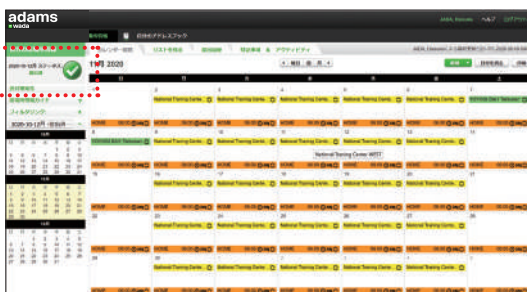
必要最低限の情報の登録が終わると、
[提出]ボタンが押せるようになります

[提出]をクリック



提出ボタンを押すまではまだ提出完了になっていません

02



ステータス表示が緑色の[提出済]になり、
提出完了

03



My Zoneに戻り、登録したQuarterが
[提出済]になっていることを再確認



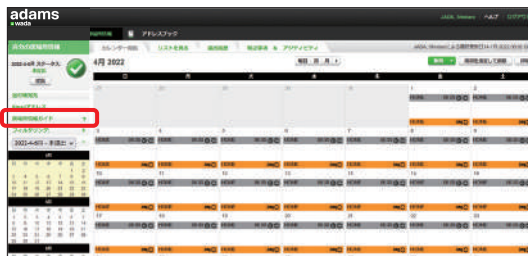
- ・提出期限までに[提出済]になっていない場合は
居場所情報 提出義務違反に問われる可能性があります
- ・画面が変わっていない場合はキーボードのF5を押して
画面を最新の状態にしてください



競技会・トレーニングがこのQuarterに ひとつもないときの提出方法

※競技会、または練習予定がひとつもない場合は、確認作業が必要です

01



競技会がない場合はカレンダー画面の左上にある
「居場所情報ガイド」をクリック

02



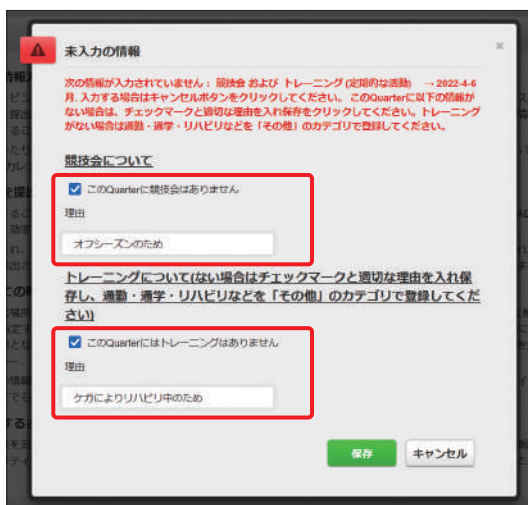
5 競技会
このQuarterの競技会を確認する

もしくは

6 トレーニング(定期的な活動)
このQuarterのトレーニング(定期的な活動)を確認する

をクリック

03



「このQuarterに競技会はありません」、
「このQuarterにトレーニングはありません」に
☑を入れて理由を入力し、
[保存]をクリック

04



その後、他の情報がしっかり入力されていることを確認し、
[提出]をクリック

▶ 競技会・トレーニングがこのQuarterにひとつもないときの提出方法

05



必ずステータスが「提出済」になっていることを確認してください