

令和3年度TASSプロジェクト研究報告

重点強化選手の トータルコンディションサポートを目指した 体制づくりコンディション・内科的メディカル

研究責任者（本学教員）
スポーツ・武道実践科学系：教授 濱田幸二（競技力向上委員会委員長）

研究分担者学内分担者：
スポーツ人文・応用科学系：教授 山田理恵（なぎなた）
スポーツ・武道実践科学系：准教授 中村夏実（ボート、カヌー）
スポーツ・武道実践科学系：准教授 萬久博敏（水泳）
スポーツ・武道実践科学系：准教授 松村 勲（陸上）
スポーツ・武道実践科学系：講師 村田憲亮（体操）
スポーツ・武道実践科学系：講師 下川美佳（剣道）
スポーツ・武道実践科学系：講師 坂中美郷（バレーボール）
スポーツ生命科学系：保健管理センター長 教授 安田 修
スポーツ生命科学系：准教授 藤田英二
スポーツ生命科学系：講師 長島未央子

令和4年3月31日現在

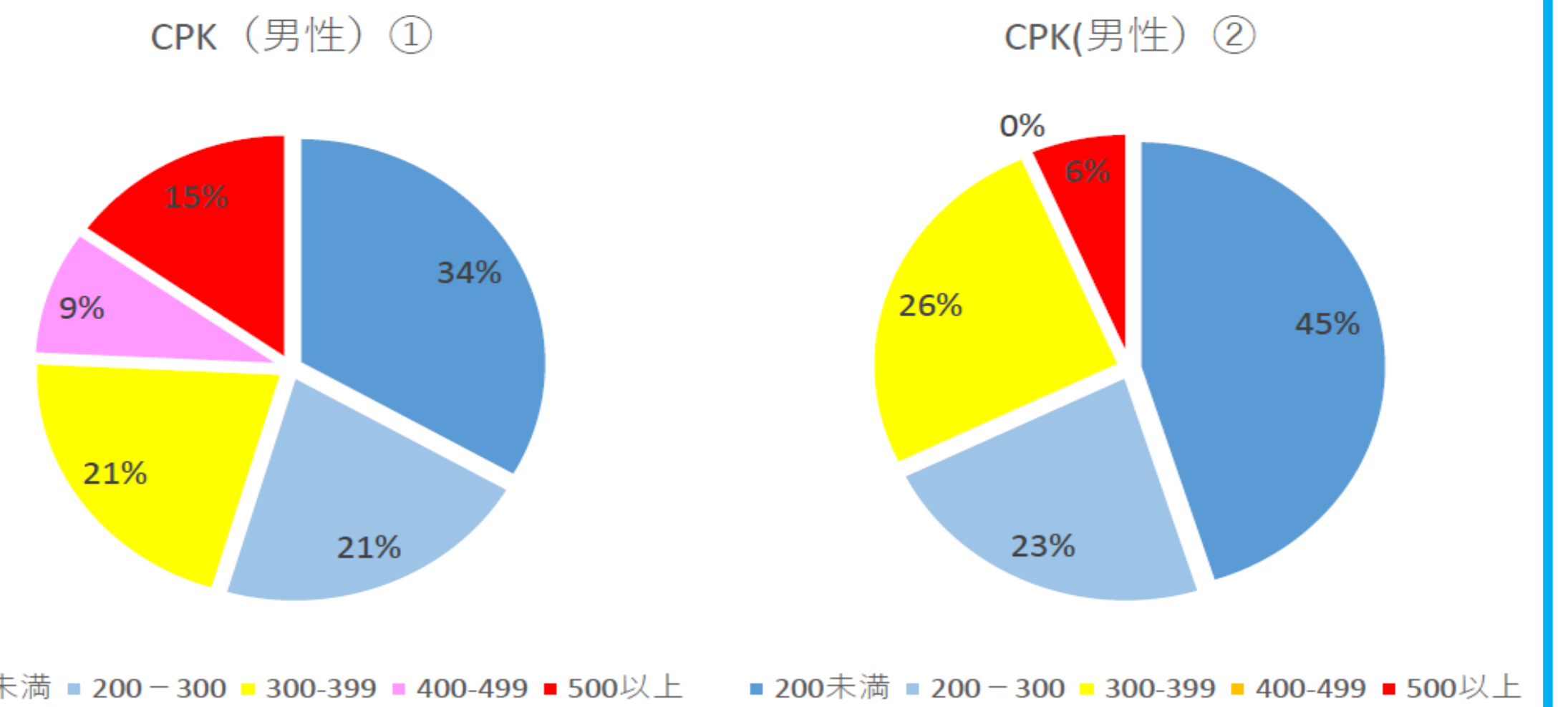
<調査実施時期>
①2021年6-7月
②2021年10-11月

<実施内容>
血液検査(白血球、赤血球、ヘモグロビン、MCV、MCH、MCHC、血小板、AST、ALT、 γ -GTP、CK、LDH、尿素窒素、クレアチニン、血清鉄、総蛋白、フェリチン)

問診(生活習慣、トレーニング、食事、月経について)	男性	女性
カヌー	18	1
なぎなた	0	1
バレー	0	22
剣道部	0	1
自転車	8	2
水泳	4	0
体操	4	0
陸上	0	1
合計	34	28

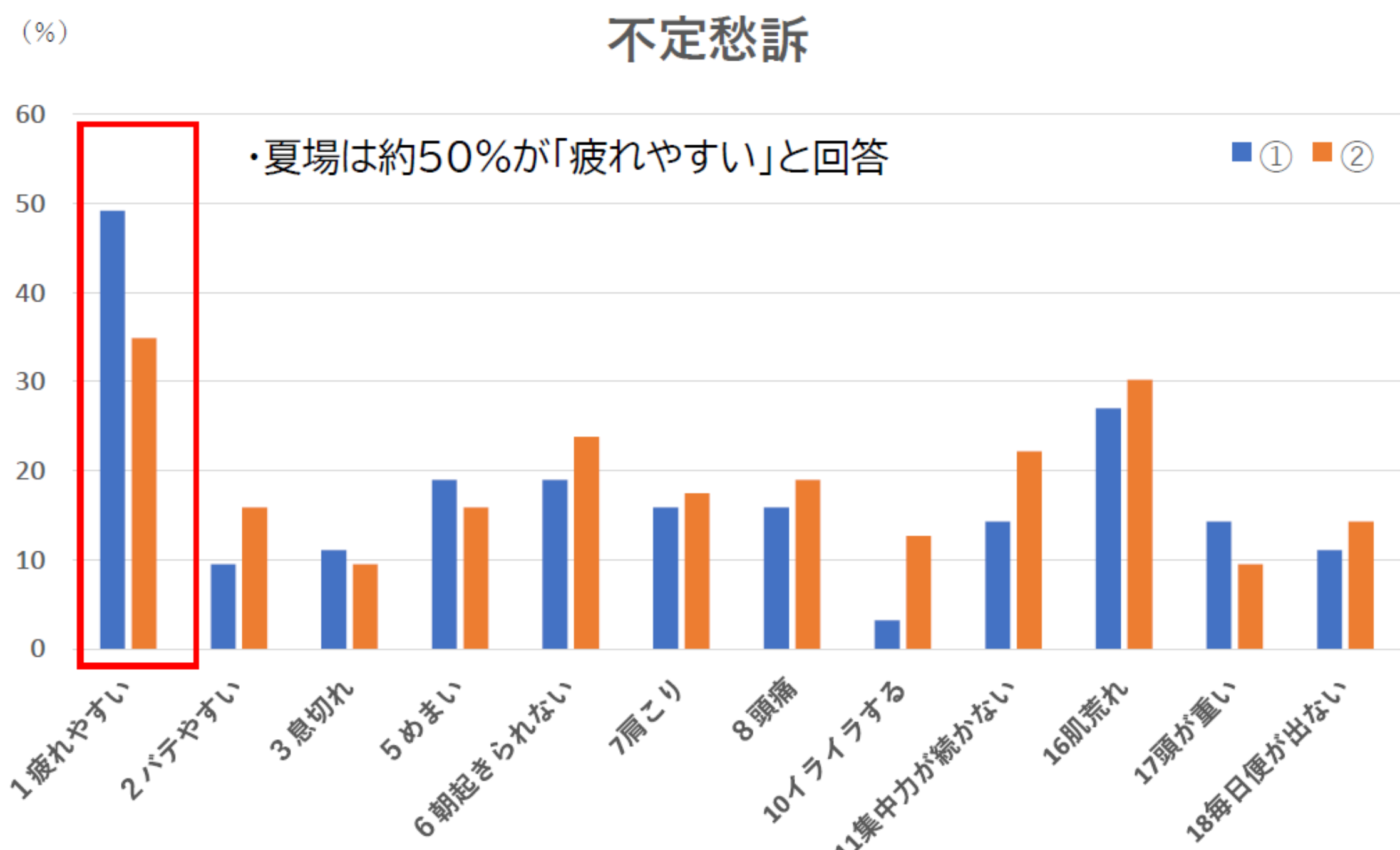
<対象者>
本学重点強化選手62名(男性34名、女性28名)

CPK=筋破壊度

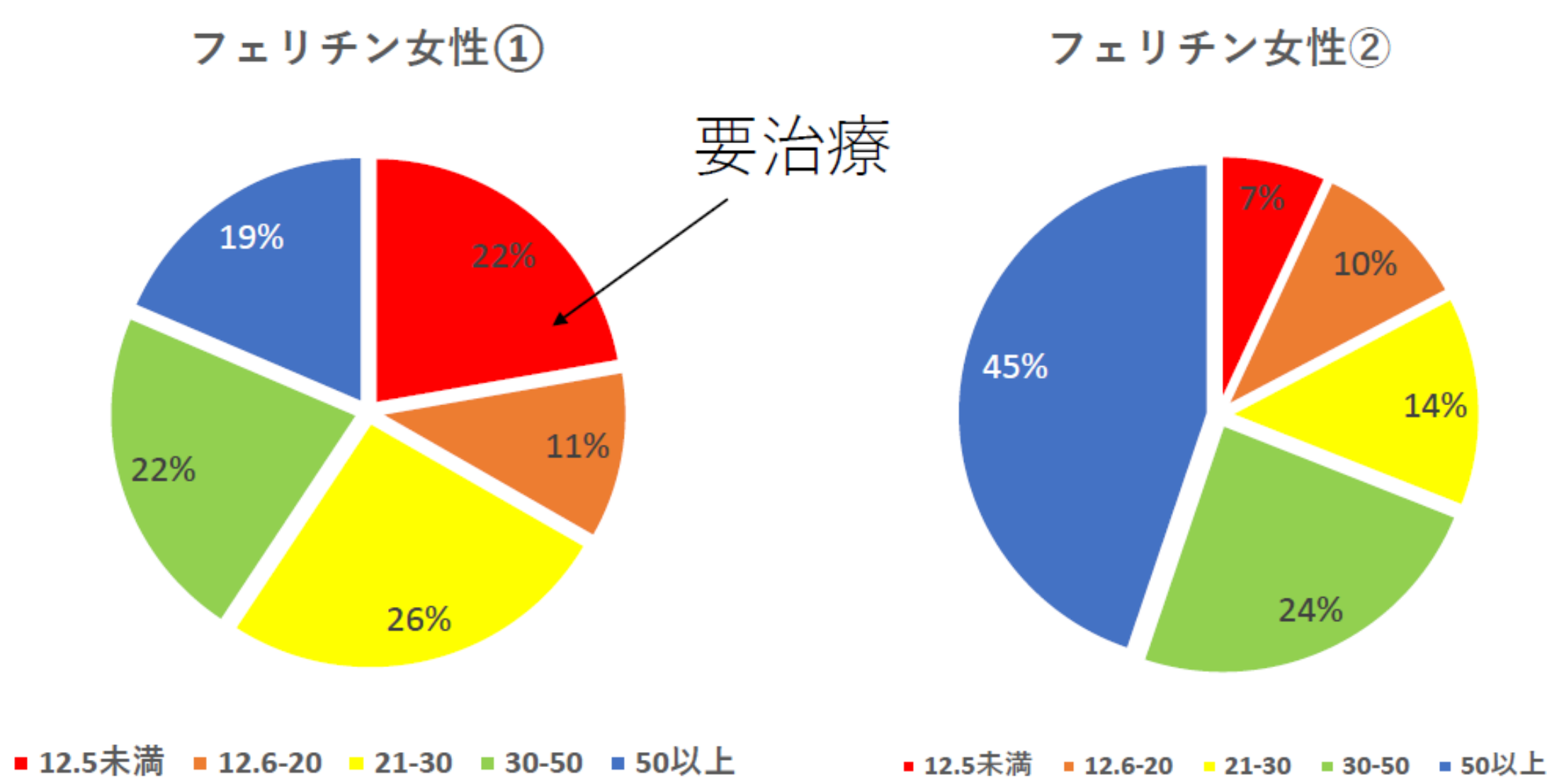


前日がオフの状態で300 U/Lは高値
=1日でリカバリーができていない

不定愁訴

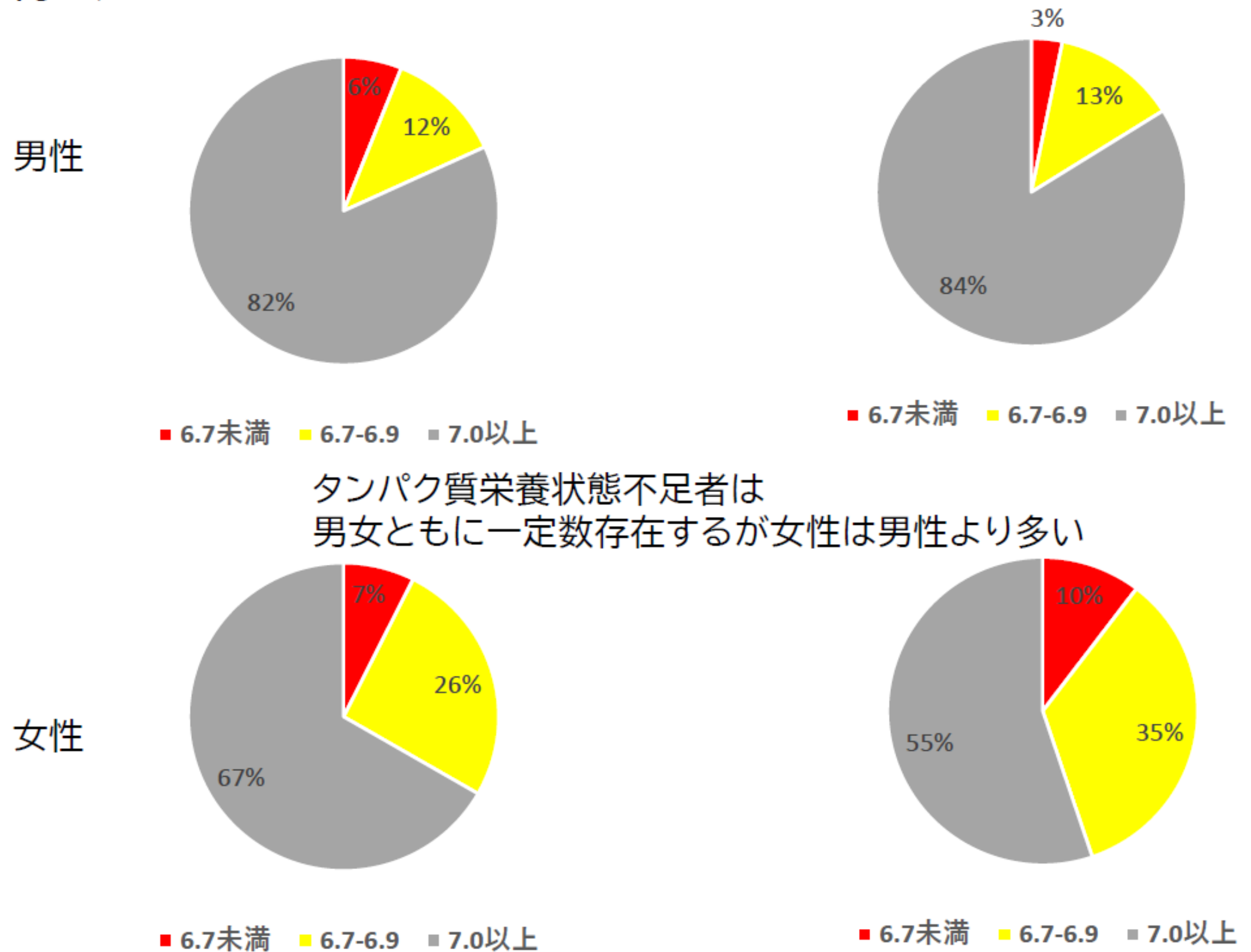


フェリチン：一番最初に減る鉄（貯蔵鉄）



・特に夏季は半数以上がアスリート基準値より低値
・「疲れやすい」とフェリチンは有意な負の相関あり

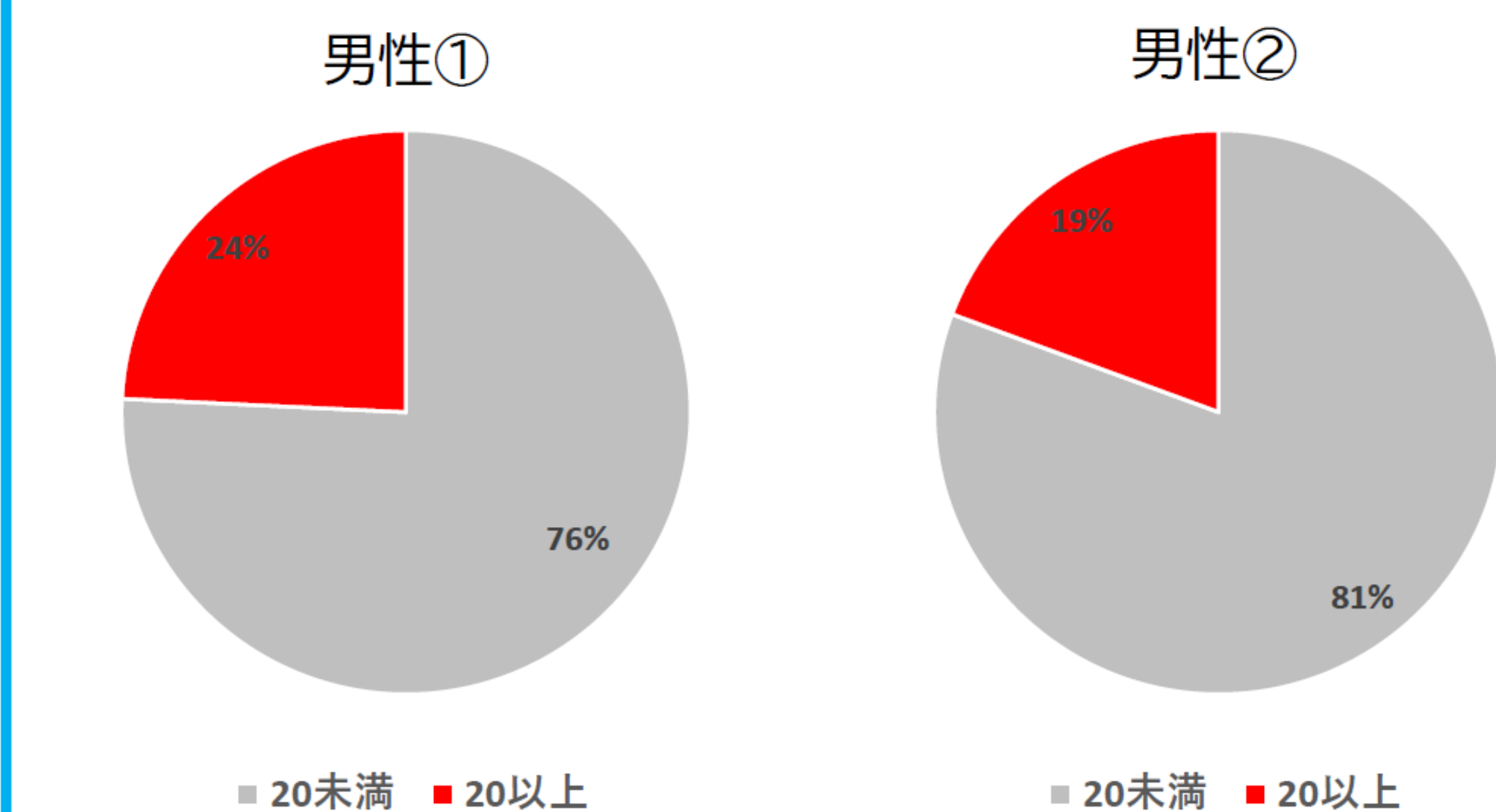
総蛋白



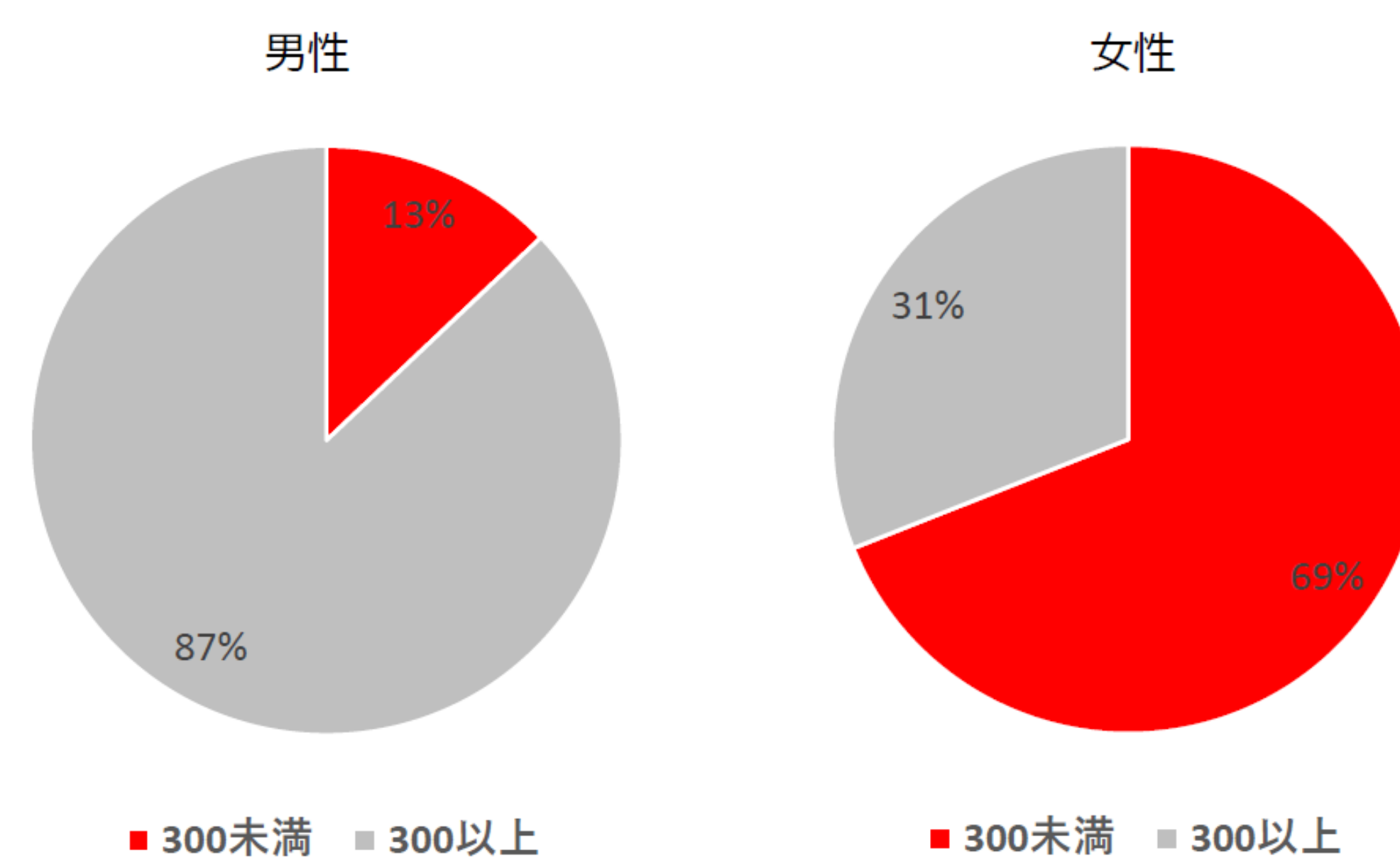
タンパク質栄養状態不足者は
男女ともに一定数存在するが女性は男性より多い

尿素窒素:20以上高値

*高値の理由: ①タンパク質過剰摂取
②糖質不足
③脱水

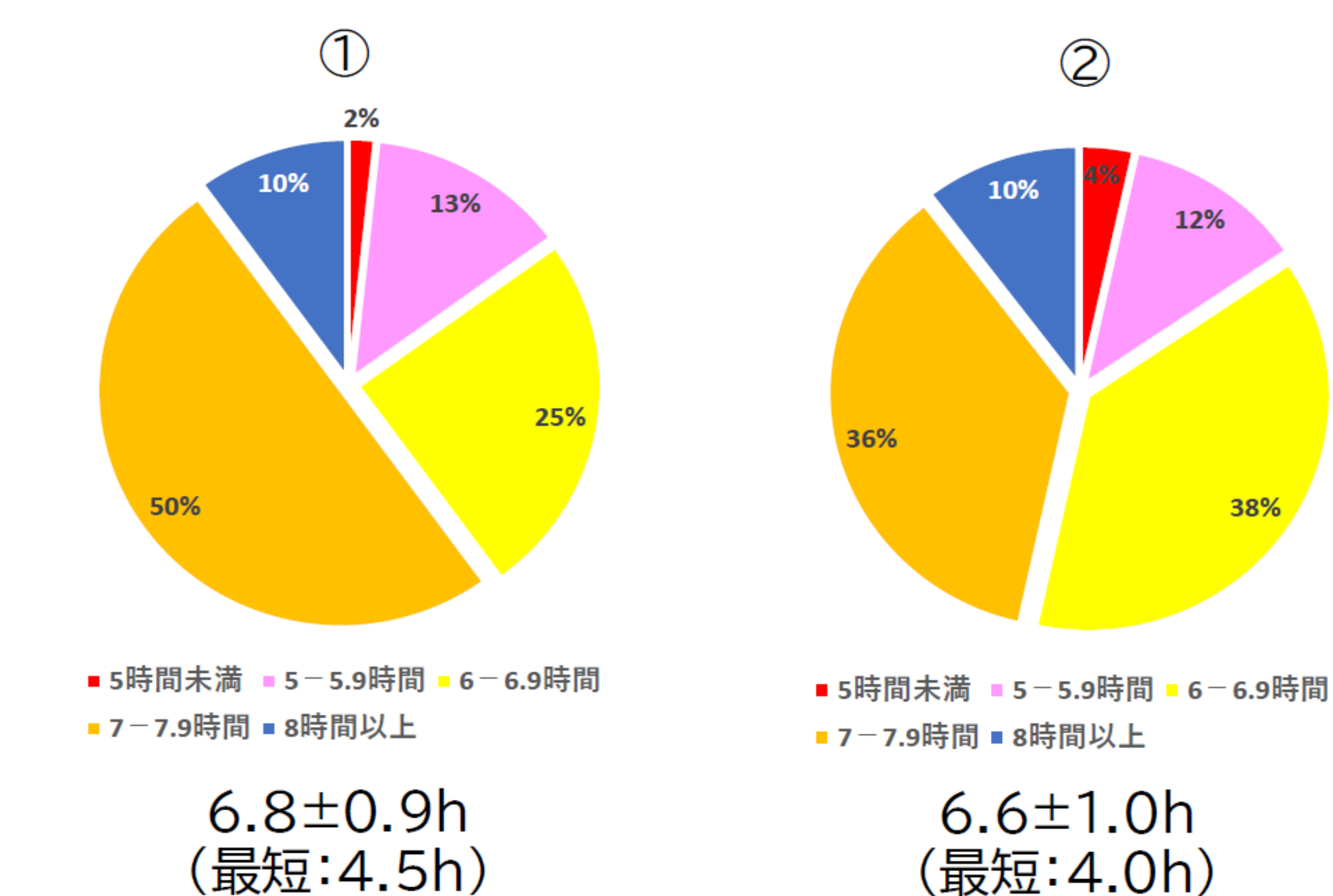


コリンエステラーゼ:肝臓でのタンパク質合成の指標 =300未満はエネルギー全体が不足している



女性は、約70%がエネルギー不足の可能性

睡眠時間(全体)



- ①フェリチン要治療者対応
→保健管理センター・医療機関との連携
 - ②オフ翌日のCPK高値
→トレーナーとの連携
→睡眠時間の確保
 - ③自己管理できる力の習得
→食事含めたコンディショニングに関するより実践的な学びの機会の設置
- 以上により、より良い状態でのトレーニングが可能となり競技力向上につながる。

投稿論文:
長島未央子^{1,2}、濱田幸二¹、坂中美郷¹、松村勲¹、塩川勝行¹、豊田晴香³、雄長誠³、
松岡小百合³、由井慶³
大学生アスリートにおける尿フェリチン値による鉄欠乏の非侵襲的スクリーニングの
可能性
体力科学 第71巻 第5号 455-461(2022)
¹鹿屋体育大学 ²株式会社KAGO食スポーツ ³株式会社ファンケル総合研究所