

# JSC ハイパフォーマンスセンターTotal Conditioning Research Project 概要

## 1. 研究目的

国際競技力強化の最大限化を実現させる研究を実施し、研究で得られた知見からコンディショニングに関するガイドラインを策定する。更に、研究成果を「ソフトレガシー」として、国民の健康維持・増進に向けた啓発活動に応用する。

## 2. 研究コンセプト

- ・ トップアスリートのパフォーマンス維持・向上に役立つ研究
- ・ トップオブトップの競技レベルの維持に役立つ研究
- ・ トップアスリート・パスウェイに役立つ研究（発掘・育成・強化）
- ・ スポーツ科学の振興に貢献できる研究

## 3. ガイドライン項目イメージ

- ・ アスリートにおけるコンディショニング
- ・ 女性アスリートにおけるコンディショニング
- ・ ジュニアアスリートにおけるコンディショニング
- ・ パラリンピックアスリートにおけるコンディショニング

### ※コンディショニングの定義

目標達成に必要な全ての要因を望ましい状態に整えること。

## 4. 研究種目

### ① 指定課題研究

ハイパフォーマンスセンター（以下、「HPC」という）が指定する研究課題について、HPC、大塚製薬株式会社、外部研究機関で構成する研究推進委員会が行う研究。

### ② 領域指定研究（公募型）

HPC が指定する領域の研究を公募し、採択された研究機関と研究推進委員会の各カテゴリー担当者とは連携して行う研究。

### ③ パイロットスタディー等

現場での課題を柔軟に対応できるモデルとなる研究。

## 5. 研究期間

2017年1月～2021年3月

〈参考：研究課題一覧〉

カテゴリー	研究課題
体調管理	コンディション評価とリカバリー 睡眠および時差対策 筋コンディションの評価
女性	女性アスリートのコンディション評価と対策
栄養	ジュニア期の栄養摂取状況
コーチング	アスリートの行動変容
トレーニング	脳神経系制御機能のトレーニング
タレント発掘 パスウェイ	タレント追跡調査
パラリンピック	障がい者アスリートのコンディション評価と対策