

国立スポーツ科学センター（JISS） オプトアウトにより実施する研究

研究課題名	フィットネスチェック
倫理審査委員会承認番号	2021-017-3
研究開始日	2025年9月10日
研究終了日	2029年3月31日
研究目的	中央競技団体と協力して、アスリートの身体能力、メンタル面、栄養面などの現状を把握することで、トレーニング効果の確認、競技パフォーマンスの予測を行うことを目的とします。また、アスリートの身体能力等の測定結果から、身体能力と競技力との関係性、アスリートの体力評価方法、トレーニングによる身体能力の変化などを検討し、日本の国際競技力向上及びスポーツ医・科学の発展のための資料とします。
研究対象者	・中央競技団体に所属する男女アスリート（年間のべ2,500人程度）を対象とする。・パラリンピックアスリートや未成年アスリートも対象に含める。・中央競技団体所属アスリートの測定値を評価するために参照値が必要となる場合や、測定誤差の検証には、一般アスリート（学生や社会人など、年間のべ100人程度）や海外アスリートも同様に対象とする。
研究概要	国立スポーツ科学センターがこれまでフィットネスチェックにおいて測定してきた情報を用いて、アスリートの身体能力、メンタル面、栄養面などの現状を把握します。測定を継続的に実施することで、トレーニング効果の確認を行います。測定値と競技パフォーマンスとの横断的検討などに基づいて、測定値から競技パフォーマンスの予測を行います。また、アスリートの体力を適切に評価するための方法について検討します。
研究に用いる情報の種類	2001年の国立スポーツ科学センター開設以降、フィットネスチェックにおいて得られた測定値（身長・体重、周径囲・肢長、筋横断面積、筋厚、体脂肪率・除脂肪体重、骨強度、握力、背筋力、等速性筋力、等尺性筋力、1RM、懸垂、脚伸展パワー、スクワットジャンプ、反動ジャンプ、リバウンドジャンプ、助走付き垂直跳び、負荷付きジャンプ、立ち幅跳び、立ち三段跳び、立ち五段跳び、助走付き五段跳び、助走付き五段ホップ、加速疾走能力、メディシンボール、乳酸カーブ、最大酸素摂取量、シャトルラン、最大無酸素パワー、ウイングテスト、インターミittentテスト、MART、Yo-Yoテスト、上体起こし、ロープ登り、全身反応時間、選択反応時間、ステップング、反復横跳び、片脚4方向ジャンプ、アロウヘッド、クランク、プロアジリティテスト、Tテスト、50m方向変換走、立位体前屈、伏臥上体そらし、長座体前屈、姿勢チェック、動作分析、メンタルチェック、栄養チェック）
情報の提供先	研究対象者（アスリート）、研究対象者が所属する中央競技団体、HPSCネットワーク事業での連携機関（対象アスリートの過去値提供）
研究の資金源	○本研究の資金源は、JISS内予算です。
研究に係る利益相反及び個人の収益	○本研究に係る利益相反や個人の収益はありません。
研究責任者	窪康之／スポーツ科学研究部門
共同研究者	星川雅子、横澤俊治、石毛勇介、山辺芳、清水和弘、尾崎宏樹、中村真理子、元永恵子、稲葉優希、袴田智子、松林武生、山下大地、大岩奈青、谷村祐子、安藤良介（以上、スポーツ科学研究部門） 蒲原一之、半谷美夏、友利杏奈、西田雄亮、福嶋一剛、田村尚之、亀井明子、立谷泰久（以上、スポーツ医学研究部門）
問合せ先	窪康之・スポーツ科学研究部門 電話：03-5963-0231 E-mail：yasuyuki.kubo@jpnssport.go.jp