

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	主観的ストレスとリカバリー評価によるコンディションの腸内細菌叢の影響
倫理審査委員会承認番号	2023-005-4
研究開始日	2026年6月1日
研究終了日	2028年3月31日
研究目的	この研究は、合宿や大会前など、心身に強いストレスがかかりやすい時期のアスリートを対象としています。選手自身が感じるストレスや疲労の回復度合いが、お腹の「腸内細菌」の変化とどのように関係しているかを明らかにすることを目的としています。
研究対象者	・国際大会に参加予定で、HPSC（ハイパフォーマンススポーツセンター）にて5日以上合宿を予定している成人アスリート（男女） ・JISS（国立スポーツ科学センター）を利用しているアスリート、または体育系の部活動に属する大学生アスリート
研究概要	本研究は、国際大会を控えた成人アスリートや、シーズン中の大学アスリートを対象に、練習量や時期の異なるタイミングで計3回調査を行います。調査では、体重や体組成の測定、食事や生活習慣の質問票への回答に加え、専門の心理質問紙を使って主観的なストレスや疲労の回復度を評価します。さらに、指輪型のデバイスを就寝時に着用してもらい、睡眠の質や心拍数などの客観的なデータを取得します。これらと並行して、各自で採取した糞便サンプルから、腸内細菌のバランスや健康に関わる成分（短鎖脂肪酸）を詳しく解析します。得られたデータから、心身のストレスや睡眠の状態が腸内細菌の変化にどう影響しているかを分析し、将来的には選手の体調管理や疲労回復をサポートするコンディショニングプログラムの策定に役立てます。
研究に用いる情報の種類	氏名、性別、生年月、アレルギーの有無、競技歴、喫煙歴、ヘリコクターピロリ菌の検査経験の有無、既往歴、服薬状況、海外渡航歴、排便に関する情報、食習慣に関する情報、練習・トレーニングに関する情報、RESTQ-76 Sportにより得られる情報、身体組成、Oura Ringから得られる情報、糞便から得られる情報（腸内細菌叢の解析結果、短鎖脂肪酸）、身体組成
情報の提供先	生命情報・DDBJセンター（以下の目的および条件に基づき、データを登録・公開するため。・目的：学術論文への投稿要件への対応、および学術情報の公益性担保・対象データ：個人を識別できないよう完全に加工（匿名化）した、腸内細菌の遺伝子解析データおよび必要最小限のメタデータ ※このデータは、ご提出いただいた便の中にある「お腹の菌（腸内細菌）」のデータです。研究対象者ご本人の遺伝子（ヒトゲノム）を調べるものではありません。・拒否時の対応：参加拒否のお申出があればデータの利用を停止します。ただし、公開データベースに登録された後は、データの特定や削除が困難または不可能な場合があります。）
研究の資金源	スポーツ庁委託事業「先端技術を活用したHPSC基盤強化事業」
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	谷村祐子/スポーツ科学研究部門
共同研究者	清水和弘、元永恵子（以上、スポーツ科学研究部門）、品川明穂（スポーツ医学研究部門）、木下訓光（法政大学）、川端雅人（立教大学）、玉井伸典、下山寛之（筑波大学）
問合せ先	谷村祐子・スポーツ科学研究部門・03-5963-0231・yuko.tanimura@jpnssport.go.jp