

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	相対的エネルギー不足（REDs）に伴う無月経の女性アスリートに対する糖質付加がエネルギー代謝および血中ホルモン値に及ぼす影響
倫理審査委員会承認番号	2024-026-03
研究開始日	2026年3月11日
研究終了日	2027年3月31日
研究目的	本研究の目的は、相対的エネルギー不足（REDs）に伴う無月経の女性アスリートを対象に、通常練習期の3日間、通常の食事に炭水化物（糖質）を食事および補食として付加することによるエネルギー代謝および血中ホルモン値に及ぼす影響について明らかにすることです。
研究対象者	16～35歳の女性アスリートのうち、原発性（初経が来ていない）または続発性無月経（これまで来ていた月経が3ヶ月以上止まっている状態）で過去1か月以内にホルモン補充療法等の治療や服薬をしていないアスリート
研究概要	本研究では、利用可能エネルギー不足に伴う無月経の女性アスリートを対象に、通常練習をしている期間（通常練習期）の3日間、通常の食事に炭水化物（糖質）を食事および補食として付加することによるエネルギー代謝、血中の栄養関連指標などの健康指標に及ぼす影響を明らかにすることで、無月経の女性アスリートの利用可能エネルギー不足改善のための食事指針の提案を目指しています。
研究に用いる情報の種類	基礎情報（生年月日、競技種目名、競技歴、既往歴、月経状況、体重測定頻度、栄養サポートの経験）、身長、体重、体組成、骨密度、主観的コンディション、食事記録、生活活動記録、採尿、採血、睡眠関連指標、安静時代謝、筋グリコーゲン濃度、エネルギー消費量、血中乳酸濃度
研究の資金源	女性アスリート研究・支援プロジェクト
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	高井恵理/スポーツ医学研究部門
共同研究者	亀井明子、能瀬さやか、濱野純、石井美子、熊井康こ、菊池和絵、先崎陽子、柏木由美子、大西貴弘、笠原順、岡納竜之介、米川佳寿美（以上、JISSスポーツ医学研究部門）、中村真理子、中村有紀、小島千尋、星大輔、内沢彰子（以上、JISSスポーツ科学研究部門）、近藤衣美（大阪体育大学）、高橋英幸（筑波大学）、石橋彩（東洋大学）
問合せ先	高井恵理・スポーツ医学研究部門・03-5963-0215・eri.takai@jpnssport.go.jp