

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	日本語版コロンビアジェットラグスケールの信頼性
倫理審査委員会承認番号	2025-004
研究開始日	2025年5月8日
研究終了日	2027年3月31日
研究目的	ハイパフォーマンスアスリートには海外遠征の機会が多数あるが、時差症状を評価する質問紙の日本語版は開発されていない。申請者は、コロンビアジェットラグスケール原版の開発者達から許可を得て、コロンビアジェットラグスケールを和訳し、研究に使用してきた。これまでに研究で得たデータの統計解析を行い、日本語版コロンビアジェットラグスケールの信頼性を評価することを本研究の目的とする。
研究対象者	申請者が過去に行った研究データ・「海外での時差適応に要する日数の推定に関する研究（倫理審査承認番号：平成25年027号）」・「海外遠征時の適応日数短縮のためのストラテジーに関する研究-睡眠スケジュール調整、高照度光照射、メラトニン agonist 服用がもたらす効果について-（倫理審査承認番号平成26年:043号）」・「メガネ型光照射機器を用いた時差調整が海外渡航先での睡眠障害にもたらす効果の検証（倫理審査承認番号：令和元年003号）」
研究概要	上記研究に協力してくれたアスリート、コーチ、HPSC職員が海外遠征（出張）中に回答した日本語版コロンビアジェットラグスケールの回答をデータとして用いる。和訳した質問紙の信頼性は探索的因子分析とクロンバックの α 算出によって調べる。コロンビアジェットラグスケールで時差症状の評価に用いるスコアは項目①～⑨の合計スコアであり、この項目①～⑨の回答を対象に分析を行う。探索的因子分析では主因子法によるPromax 回転を用いて因子構造を確認、スクリープロットにより最適な因子数を採用し、各設問の因子負荷量と寄与率を評価する。その後、クロンバックの α 係数を算出し、内的一貫性を評価する。
研究に用いる情報の種類	コロンビアジェットラグスケールに記載されている時差症状に関連する心身の症状の程度
研究の資金源	国立スポーツ科学センタースポーツ医・科学研究事業
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	星川雅子/スポーツ科学研究部門
共同研究者	なし
問合せ先	星川雅子・スポーツ科学研究部門・03-5963-0238・ masako.hoshikawa@jpnssport.go.jp