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	国内トップレベルの高校野球選手における夏季練習時の脱水状態と水分補給に関する実態調査
倫理審査委員会承認番号	2025-014
研究開始日	2025年8月1日
研究終了日	2026年3月31日
研究目的	近年、アスリートを対象とした暑熱対策支援・研究が多く実施されていますが、育成年代の選手の暑熱環境下での脱水状態や水分補給の実態は十分に明らかにされていません。そこで、本研究では、育成年代である高校生トップレベルの野球選手を対象に、夏季練習時の脱水状態の評価および水分補給に関する実態調査を行います。
研究対象者	U-18野球日本代表選手 男性 最大20名
研究概要	暑熱環境下で実施される代表合宿期間中の練習時の脱水状態を評価します。脱水状態の評価には、起床時および練習開始前の尿比重、起床時および練習前後の体重、練習中の飲水量を用います。また、質問紙調査票を用いて、水分補給に関する情報源や普段の取組み内容を調査します。同時に、普段の高校部活動での練習時間および運動強度を併せて調査し、合宿期間中の練習時間および運動強度との差を検証します。本研究で得られる結果は、高校野球選手が暑熱環境下でも安全かつ最良のコンディションで練習および試合に臨むための適切な水分補給方法の提案に貢献します。また、他競技の育成年代の選手を対象とした脱水および熱中症予防のための対策を促す効果的な教育方法や情報発信方法の提案への応用が期待できます。
研究に用いる情報の種類	年齢、性別、体重、尿比重、飲水量、摂取した飲料の内容、暑熱環境下での水分補給に関する情報源や実践内容
情報の提供先	
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	廣松千愛/スポーツ医学研究部門
共同研究者	亀井明子、妙圓園香苗、濱野純（以上、スポーツ医学研究部門）、元永恵子（以上、スポーツ科学研究部門）小西可奈（東洋大学健康スポーツ科学部）、小島捷宗（東洋大学健康スポーツ科学研究科）
問合せ先	廣松千愛・スポーツ医学研究部門・03-5963-0215・chiyori.hiromatsu@jpnssport.go.jp