

# 学位論文審査結果及び最終試験報告書

学位申請者氏名	永澤 貴昭		報告番号	甲 第 18 号		
申請学位 (専攻分野)	博 士 ( 学 術 )		専 攻	総合生活専攻		
論文題目	大学生アスリートの栄養アセスメント法に関する研究					
成 績	論 文 審 査 及 び 最 終 試 験			合 格		
論文審査 審査員		氏 名	職 名		氏 名	職 名
	主査	原 光彦	教授	審査員	難波 秀行	博士
	審査員	杉浦 令子	教授		湊 久美子	博士
		本 三保子	教授			

(注) 論文審査及び最終試験の成績は「合格」「不合格」の評語で記入すること。

## 論文審査の要旨 (1600字程度)

本論文は、「大学生アスリートの栄養アセスメント法に関する研究」と題し、8章から構成される。

**第I章：序論**では、アスリートのパフォーマンス向上には食事・栄養が欠かせないが、大学生アスリートには、複数の要因によって良好な食事を継続することが困難であるにも関わらず、食事調査には、時間や労力、費用がかかるため、専門職による栄養サポートがほとんど行われていないことを問題点として提示し、大学生アスリートがスポーツ現場で継続的なコンディション管理に活用できる、簡便かつ有効なセルフチェックシートを作成するという、研究目的を提示した。

**第II章：コンディション評価における不定愁訴と血中ビタミン濃度の有効性**では、大学女子バスケット選手(アスリート群)と一般女子大学生(一般学生群)の体格、身体活動量、エネルギー及び栄養摂取量、血液検査結果、不定愁訴等の出現頻度を評価・比較し、アスリート群は一般学生群と比較して「口内炎がしやすい」という訴えが有意に高頻度であることを見出し、アスリートの「口内炎がしやすい」という訴えが、コンディション評価の要因として有用である可能性が示された。

**第III章：10食品群別摂取頻度を用いた簡易食事バランス評価得点と栄養素摂取量の関連**では、大学男子アスリートを対象として、10種類の食品群摂取頻度及び、エネルギー、たんぱく質、炭水化物、カルシウム、鉄、ビタミンB<sub>1</sub>、B<sub>2</sub>、Cの摂取量をそれぞれ点数化し合計した、簡易食事バランス評価得点を用い、3日間の食事記録法による栄養素摂取量との関係を検討することによって、簡易食事バランス評価得点を大学生アスリートの複数の栄養素摂取状況のバランス指標として利用可能かが検討された。簡易食事バランス評価得点は、特にアスリートの身体づくりに重要なたんぱく質、カルシウム、鉄、ビタミンB<sub>1</sub>、B<sub>2</sub>との間に有意な関連性があることが示された。簡易食事バランス評価得点は大学生アスリートにおける栄養状態や栄養バランスのスクリーニング指標として利用できる可能性が示された。

**第IV章：セルフチェックによる簡易食事バランス評価得点と食習慣の検討**では、さまざまな競技レベルの大学男子ラグビー選手198名を対象として、III章で検討した簡易食事バランス評価得点をセルフチェックに応用し、点数と具体的な食行動との関係が検討された。セルフチェックによる評価点数が高い者(5点以上)は朝食摂取や捕食の状況は良好で摂取する食品数も多く、食習慣の自己評価が高いことが示され、アスリートのセルフチェックで得られた簡易食事バランス評価得点は、具体的な食行動を反映していることが明らかにされた。

**第V章：主観的コンディション指標と栄養素摂取量および食習慣の関連**では、大学男子ハンドボール選手64名を対象として、エネルギーや栄養素の摂取状況、食習慣、主観的コンディション指標であるHooper Scoreや不定愁訴を調査し、Hooper Scoreや不定愁訴数は、栄養調査で得られたエネルギー、たんぱく質、炭水化物、カルシウム、ビタミンD、食物繊維摂取量と負の相関があることから、Hooper Scoreや不定愁訴数は、アスリートの複合的な栄養不足を反映するスクリーニングツールとして利用できる可能性が示された。

**第 VI 章：セルフチェックによる簡易食事バランス評価点と主観的コンディションおよび栄養素摂取量の相互関連**では、第 V 章と同一の対象を用いて、簡易食事バランス評価得点と Hooper Score 点数との関係が検討され、簡易食事バランス評価得点が高いほど、Hooper Score が低いことを明らかにし、簡易食事バランス評価得点は、食行動、栄養摂取量、主観的コンディションを反省する指標として機能しうることが示された。

**第 VII 章：総合考察**では、第 II 章から第 VI 章の結果から、今回の対象者が男子アスリートに偏った横断的研究であり因果律の証明ができないという限界はあるものの、「大学生アスリートのコンディション管理のためのセルフチェックシート（案）」の具体案を示し、今後は、このセルフチェックシートを女性アスリートを含む年齢層のアスリートに適用する展望があることが示された。

**第 VIII 章：結論**では、申請者が作成した、「大学生アスリートのコンディション管理のためのセルフチェックシート（案）」は、専門職による栄養指導を受けることが難しい、大学生アスリート自身が、自らの栄養状態やコンディションを評価するための簡便で実践的なツールとして応用可能であることが示された。

以上、本論文は、大学生アスリートが自らの栄養状態やコンディションを簡便に評価できるツールを作成した点は大いに評価できる。本論文は、大学生アスリートの栄養リテラシーや競技力の向上、健康の維持増進に有益である可能性が高く、博士（学術）の学位請求論文として「合格」と判断した。