令和４年度　日本大学スポーツ科学部　個人研究費　研究実績報告書

所属： スポーツ科学部　競技スポーツ学科
資格： 准教授
氏名： 辰田　和佳子

研究課題名	競技者の栄養・食支援に関する文献研究およびプログラム作成
研究目的及び研究概要	本研究では，①競技者を対象とした栄養的支援についての国内および海外の研究成果をレビューし，効果的なモデルや理論，使用技法を整理すること．②競技者を対象とした行動科学理論に基づいた栄養・食教育プログラムの効果を検証し明らかにすること．を目的とした． ①競技者を対象とした国内外の栄養・食支援の報告および研究論文を系統的にレビューする．検索式「Athletes AND (Nutrition OR Diet OR Eating behavior) AND (intervention OR education)」としデータベースを用い検索する他，ハンドリサーチを実施する．目的に合わせ抽出された論文は，モデルや理論，使用技法の項目ごとに内容を整理する． ②競技者の栄養・食生活の調査から問題抽出を行う．問題改善に向けた栄養・食教育プログラムを作成し効果検証を行う．対象者はエリート競技者または大学生競技者とする．
研究実績の概要 研究の進捗状況・得られた成果・今後の課題・研究実績等	事前レビューの過程で，一部レビュー目的を変更し，アウトカム評価の実用性の高い健康・栄養状態やパフォーマンスの指標を明らかにすることを目的とした． 国内誌においては，データベース（医中誌，CiNii）を用いた検索を実施した．検索式は，運動選手，（食事,食物および栄養），アウトカムとなる（健康状態指標，健康状態）を組み合わせた．採用基準は，1）競技者を対象，2）栄養・食教育が実施されていること，3）健康・栄養状態，パフォーマンスに関わる評価についての前後比較があることとした．研究者2名で文献を同定，選抜し，研究者3名で適格性を評価した．国内誌についてレビューを実施した結果，医中誌より171件，CiNiiより844件の文献を抽出した．データベース間での重複226件，論文以外（会議録，報告書等）586件を除いた203件について1次スクリーングを行った．表題および抄録を確認し，採用基準を満たしていない122件を除外した．残りの81件について2次スクリーニングを行った．本文の精読したうえで研究者間で検討した結果，採用基準に合致する15件を対象論文として抽出した．　今後，目的に合わせ，研究の概要および研究の質についての評価を実施する． また，国際誌についても健康・栄養状態の維持・改善，パフォーマンスの向上を目指した栄養・食教育介入についてのシステマティックレビューを予定しており，検索式の設定および採用基準，分析項目を決定するための検討をすすめている．