令和７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： 教授
氏名： 北田　典子

研究課題名	大学柔道選手の男女のコンディショニングの比較についての研究
研究目的及び研究概要	（１）研究の背景 　これまで大学柔道選手の研究は数多く見られるが、男女の柔道選手のコンディショニングの比較についての研究は少ない。そこで，本研究では運動強度の高い柔道競技において体力・心理的に性差、特性が存在する男女大学柔道選手を対象に、通常トレーニング期、減量期、試合期における男女の精神的・身体的コンディションの違いを明らかにし、各期、性別毎の適切なコンディショニング方法を抽出するための基礎研究を行う。 （２）研究の目的 　これまで先行研究では怪我の予防などを目的としており，コンディショニングの分野については着目されていなかった。本研究は男女柔道選手を対象にピリオダイゼーション毎のコンディションの性差、特性を明らかにするものであり，柔道の分野におけるコーチングの基礎資料及び応用に結びつく研究となり得る。
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	【研究の進捗状況】 昨年に引き続き、コンディショニングに関する研究を幅広く実施することができた。 その過程において下記の学会発表を行った。 【研究実績】 ＜学会発表＞ 中野桜子・米田勝朗・北田典子 他、本学女子駅伝選手のピリオダイゼーションにおける酸化・抗酸化ストレスマーカーを用いたコンディション評価の有効性について、第 33 回 体力・栄養・免疫学会大会、2025年9月、東京都世田谷区 岡本星琉・北田典子 他、大学生ボディビル選手におけるドーピングに対する知識および意識に関する研究、日本薬学会第146年会、2026年3月、大阪府吹田市 ＜シンポジウム＞ 女性アスリートの健康とコンディションを守る第一歩 「指導者が心掛けている女子選手の月経について」 日本大学SDG s研究プロジェクト、2026年2月、東京都世田谷区