

## 「魚肉タンパク質の長期間摂取が高校サッカー選手の身体組成および筋力、 筋肉の質に及ぼす影響」の研究へのご協力のお願いと説明文書

この文書では、皆様にこの研究へのご協力をお願いし、研究内容についての説明をさせていただきます。

この文書をよく理解した上で、あなたが研究にご協力いただける場合には、同意書の氏名記入欄に署名することで同意の表明をお願いします。もちろん、ご協力いただけない場合でも、それを理由にあなたの不利益につながることはありません。

何卒、ご協力のほど、よろしくお願い致します。

### この研究についての説明

#### 1. 研究題目

魚肉タンパク質の長期間摂取が高校サッカー選手の身体組成および筋力、筋肉の質に及ぼす影響

#### 2. 研究目的

スポーツを行う上で競技パフォーマンスを高めるためには、疾病や障害の防止などコンディションを良好に保つための体調管理や、食事からの栄養補給が重要です。このような背景から、スポーツをする高校生が食に関心をもつことは適切な食習慣の確立に繋がると考えられます。

魚肉タンパク質(スケソウダラタンパク質:APP)は、筋肉増加効果があるとして近年注目されている機能性食品です。先行研究では、APP 摂取によって筋肉量が増加することは明らかになっていますが、それに伴う筋力の上昇および運動能力の上昇はみられませんでした。そこで本研究では、APP を補食として 12 週間取り入れ、高校生の間での身体組成の差や、筋肉量が増加すると同時に筋肉の質の向上に影響するかどうかを明らかにすることを目的とします。

#### 3. 研究の対象者

私立日本福祉大学附属高校サッカー部に所属する選手(約 100 名)と私立名古屋高等学校サッカー部に所属する選手(約 100 名)を対象に行います。

#### 4. 研究方法

今回お願いしたいものは以下の通りです。

##### ① 食事調査

選手の皆様ご自身に、食事調査に回答していただき、指定期日までにご提出をお願い致します。できるだけ全ての質問にお答えいただきたいと思います。答えたくない質問がありましたら飛ばしてご回答ください。回答しなかった場合でもいかなる不利益を生じません。

## ② 身体測定

身体測定として、体重、筋肉量、体脂肪量、体脂肪率、皮下脂肪、筋肉計測、筋力（膝伸展）の測定を実施させていただきます。これらの測定は非侵襲性で行います。

## ③ 身体活動調査

選手の皆様ご自身に、身体活動調査に回答していただき、指定期日までにご提出をお願い致します。できるだけ全ての質問にお答えいただきたいと思いますが、答えたくない質問がありましたら飛ばしてご回答ください。回答しなかった場合でもいかなる不利益を生じません。

また、練習中の身体活動量を測定するため、GPSをつけていただくことがあります。

## 5. 個人情報の保護について

個人情報を保護するため、個人のデータや測定値から氏名等の個人情報を削り、匿名化を行います。また、頂いたデータは厳重に保管致します。この研究で得られたデータが、本研究の目的以外に使用されることはありません。

## 6. 研究終了後の資料などの取り扱い

頂いた資料は、この研究のためのみに使用します。研究・栄養サポート終了後、資料は厳重に保管致します。

## 7. 疑問や問題がある場合

この研究について何か分からないことや心配なことがありましたら、記載されている研究室にお尋ねください。

以上の内容をよくお読みになってご理解頂き、この研究に参加することに同意して頂ける場合は、別紙の「同意書」に署名し、アンケートおよび食事調査とともに担当者にお渡しください。よろしくお願い致します。

椋山女学園大学 生活科学部 管理栄養学科  
栄養教育論研究室  
担当教員：三田有紀子  
本学住所：愛知県名古屋市千種区星が丘元町 17-3  
電話番号：052-781-4390（直通）  
メールアドレス：[yukiko@sugiyama-u.ac.jp](mailto:yukiko@sugiyama-u.ac.jp)