8月23日（木）9：30／1A－202教室
03心－23－ロー10

学生アスリートの慢性的ストレスによる起床時コルチゾール反応
練習後と休養後およびオフシーズンの比較検討
○菅生 貴之（大阪体育大学）、門岡 晋（大阪体育大学大学院）、平田 勝士（大阪体育大学大学院）、松竹 貴大（大阪体育大学大学院）、井澤 修平（独立行政法人労働安全衛生総合研究所）

学生アスリートは慢性的にストレスを経験することがある。特に、演算と試合の前後はストレスが高まることが予想される。試合直後に血圧と心拍数が増えることは、ストレス反応を示す指標である。

慢性的なストレス反応は、起床時におこるコルチゾール反応（Cortisol Awakening Response; CAR）にとどまらず、ストレスに対する対応としてのHPA系統反応の特性がみられる。Pruessner et al.（1997）の研究では、アスリートの起床時コルチゾールアWOの測定が行われ、慢性的ストレス反応の影響を示す研究を行った。

本研究では、学生アスリートの起床時コルチゾール反応（CAR）を測定し、運動前の試合前の休養後とオフシーズンの影響を検討した。結果、起床時にCARが著しく上昇する傾向があることが示され、慢性的ストレスの影響を示している。実際には、アスリートは試合前、休養後、オフシーズンにおいてCARの変動を観察することが重要である。

8月23日（木）9：45／1A－202教室
03心－23－ロー11

試合に向かう大学生陸上競技アスリートのストレス変化
起床時コルチゾール反応を用いて
○平田 勝士（大阪体育大学大学院）、門岡 晋（大阪体育大学大学院）、松竹 貴大（大阪体育大学大学院）、小林 亜未（げんき開発研究所）、菅生 貴之（大阪体育大学）

コルチゾールは、起床時におこる測定が可能な物質であり、視床下部－下垂体－副腎皮質系の指標になることが知られている。慢性的なコルチゾール上昇は、起床時にみられるために、慢性的ストレス反応である。

本研究の目的は、アスリートにおける慢性的ストレス反応である起床時コルチゾール反応（CAR）を測定し、慢性的ストレス反応の特性を明らかにする。試合直前にみられるCARの変動を測定し、慢性的ストレス反応の特性を示した。

8月23日（木）10：00／1A－202教室
03心－23－ロー12

大学生競技者が訴えるパーンアウト状態のリスク推定
○山田 泰行（名古屋市立大学大学院）、上村 明（順天堂大学大学院）、芳地 泰幸（順天堂大学大学院）、水野 基樹（順天堂大学・同大学院）、正孝 正孝（順天堂大学・同大学院）

パーンアウト状態指標の一つ側面を「症状」が捉えながら、その症状が出現するリスクを見積もることは重要である。そこで、本研究はメラニンコリ－親和型性格（DRP）とストレス（DCSS）、コーピング（MCOPE-10）の3側面からパーンアウト状態（ABQ）のリスクを推定した。対象者は大学生競技者1046名であり、全ての変数は第3四分位を基準として二区分数変数（低・高得点群）に換算された。学年、性別、競技水準はABQ変数と関連が認められない調整要因から除外した（X2検定）。オッシャイと95％CIから、重篤なパーンアウト状態のリスクは「練習内容への不満」、「行動の解放（あきらめ）」の高得点群で3～4倍、「人間関係の悪さ」、「自己の評価」、「社会的変化」、「自制しない活動の停止」、「感情発散」の高得点群で2～3倍高いことが確かめられた。「ソーシャルサポート希求」、「努力」、「計画立案・積極的対処」の高得点群ではパーンアウトのリスクが2分の1倍であった。