

## 被験者募集のご案内

[内容に関するお問い合わせ先・書類宛先]

〒181-8612 東京都三鷹市下連雀 5-4-1

TEL 0422-47-8000(内線 2511)

研究責任者 杏林大学保健学部リハビリテーション学科 柴田 茂貴

現在、柴田研究室では、 $\beta$ -アラニン摂取がスクワット運動に与える疲労への即時的な影響というテーマについて検討するため、以下の実験について被験者を募集しています。

研究課題名	$\beta$ -アラニン摂取がスクワット運動に与える疲労への 即時的な 影響
対象者の概要	対象は健常者 20 人です。除外基準は 18 歳未満あるいは 60 歳以上のもの、起立性低血圧の既往、喫煙者、肥満者( BMI30 以上)、心循環機能に影響を及ぼす薬剤を常用しているもの、何らかの急性期疾患で治療中のもの、整形疾患で運動ができないもの、運動で増悪する可能性のある何らかの全身性疾患を有するもの、バイタルサインで異常のあるものになります。
実験の概要	$\beta$ -アラニン摂取が運動に与える パフォーマンスや疲労への影響について、 $\beta$ -アラニンの長期的な摂取が、60 秒以上の高強度運動のパフォーマンス向上 と疲労の遅延に寄与することは先行研究で明らかになっています。しかし、運動前 の $\beta$ -アラニン 摂取 による 即 時的な パフォーマンス向上、 疲労の遅延に関しての効果は不明です。本研究では $\beta$ -アラニン摂取がスクワット運動に与える疲労への 即時的な 影響 を検討します。本研究の目的は $\beta$ -アラニン の摂取が 即時的 に与える疲労への影響 を明らかにすることです。
実験時間	概ね 90 分×3 日 程度
実施期間	2024 年 2 月 21 日 ~ 2025 年 3 月 31 日
謝礼	あり ・ なし
申し込み方法	<p>■メールまたは QR コードによる応募をお願いいたします。</p> <p>① メールアドレス:<a href="mailto:shigekishibata@ks.kyorin-kyorin-u.ac.jp">shigekishibata@ks.kyorin-kyorin-u.ac.jp</a></p> <p>② メール本文へ以下をご記載ください:</p> <p>-----</p> <p>氏名:</p> <p>連絡先(メールアドレス):</p> <p>希望する曜日・時間帯など:</p> <p>-----</p> <p>※メールでのご連絡または QR コードによる登録をいただきましたら、折り返しこちらからご連絡をいたします。</p>

