

# 若手研究者コラムリレー

## 土橋 康平 (どばし こうへい)



### プロフィール

北海道教育大学 (旭川校) 教育学部 准教授 (33歳)  
日本体育・スポーツ・健康学会の専門領域：運動生理学

北海道 旭川市出身  
筑波大学体育専門学群 (2011~2016)、筑波大学大学院 人間総合科学研究科 博士前期課程 (2016~2018)・後期課程 (2018~2021) に在籍し、西保 岳 先生の研究室で博士号 (体育科学) を取得

2021年4月から筑波大学 体育系 ヒューマン・ハイ・パフォーマンス先端研究センターにて常勤研究員として勤務した後、同年10月から北海道教育大学 旭川校に着任

E-mail: dobashi.kohei@a.hokkyodai.ac.jp



### わたしの研究

#### 運動後の呼吸・循環調節 サプリメントと運動パフォーマンス

みなさんは高強度の運動を行った後に頭痛や頭がククラして動けなかったり、気持ち悪くなったりした経験はあるでしょうか。例えば、駅伝などを見ていると、走った直後に倒れている選手が多く見られますよね。時には失神している人もいます。このような失神等は脳の血流量が低下し、酸素供給が一時的に制限されることが原因の一つであるとされています。では、なぜそのようなことが起こるのでしょうか。

一つに、動脈血圧の低下があります。実は、高強度運動後や長時間の持続的運動後には運動前の安静時よりも動脈血圧が低下してしまうことがあり、これを**運動後低血圧**といいます。私は現在、この運動後低血圧がなぜ生じるかというメカニズムを呼吸との関連から研究しています。体育・スポーツ現場において、安全な運動実施に貢献できる知見を得られるよう、今後も研究成果を出していきたいです。

また、現職の大学に着任してからは研究設備が限られていることもあり、サプリメント (カフェイン・重炭酸ナトリウムなど) が運動パフォーマンスに及ぼす影響についても研究を始めました。卒論生はこういうトピックが大好きですね。今後もこの二つのトピックを軸に研究を進めていきたいです。

### わたしの渾身の論文

Dobashi K et al. (2024) Caffeine improves simulated 800-m run performance without affecting severe exercise-induced arterial hypoxemia. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 56(2): 350-361

### なんでも帳

#### ～陸上競技に携わって得られたもの～

私は高校生の時から陸上競技の短距離走を専門として始め、大学まで競技部に所属しておりました。大学院生時代は陸上競技に関わることはほとんどなく、家と研究室を往復する日々でしたが、現在の大学に着任した時に陸上競技部の監督を務めることになりました。本務ではないのですが、大好きな陸上競技に関わることができ、貴重な経験をさせていただいております。現場での指導が楽しくなりすぎて研究に支障が出てはいけないので、そこは注意をしているつもりです…。ですが、現場に出てみると、「ああ、こういう研究もアリなのか」「こういうことを調べてみたいな」など新たなアイデアが浮かんでくることもあります。これまでとは異なる視点で研究ができるかもしれないと思えるようにもなりました。

また、現場に出ることである種の息抜きになったりメリハリがついたことで、本務も頑張ることができている気がします。健康の保持増進の重要性を年々痛感させられている気がします。これからも、自分のペースで研究に邁進していきたいと思えます。



全日本インカレでの集合写真

### 日本体育・スポーツ・健康学会 若手の会からのお知らせ

2018年8月に日本体育・スポーツ・健康学会若手の会が発足しました！ → メーリングリスト登録フォーム:

<https://goo.gl/forms/zGMPdPq5fY3kcB5q2>

学会大会、研究会等の開催や報告者募集に関する案内、公募や助成金情報等に関する情報提供を配信予定です。皆様からも、メーリングリストで周知したい情報がありましたら、下記までご連絡ください。

[taikugakkaiwakate@gmail.com](mailto:taikugakkaiwakate@gmail.com)

