

アスリートの身体計測値およびソマトタイプを用いた体型評価



【中野キャンパス】人文社会学部 経営学科

トレーナー・スポーツ経営コース 助教

岩澤 茉莉子 Iwasawa Mariko

URL: [帝京平成大学 教員業績紹介ページ](#)

キーワード: 身体計測・アスリートの身体組成・ソマトタイプ・ボディ・イメージ



研究の概要

体組成の分析はスポーツ現場においてよく用いられており、身体計測は選手の選択やパフォーマンス基準において重要な役割を果たしている。特に、選手の身体計測データをより詳細に示すことは、スポーツ競技に求められる理想の体格の把握や選手のコンディション評価に活用ができることから、これまでに複数の種目のアスリートを対象に皮下脂肪厚や周径囲等の身体計測を実施し、種目やポジション、学年の違いによる体格や体型の評価を報告した。また、体格・体型・体組成を数値化し、体格を大まかに説明することができるソマトタイプを用いて、種目やポジション別の体格や体型を比較するとともに、ソマトチャートにより視覚的に体格や体型の違いを示した。

現在は、身体計測値やソマトタイプを活用し、種目やポジション、学年といった体型評価だけでなく、経時的に測定したデータを用いて発育・発達との関連について検討をおこない、発育速度が体格や体型の推移に及ぼす影響について明らかにすることや体型認識、ボディ・イメージとの関連について検討をおこない、無理なウエイトコントロールが引き起こす健康障害への影響等について研究をおこなっている。

SDGs 目標 3: すべての人に健康と福祉を

ソマトタイプ(体格・体型分類法)とは

体格・体型・体組成の数値化し、体格を大まかに説明すること可能。

Endomorphy (内胚葉指数: ふくよかさ具合)

Mesomorphy (中胚葉指数: 骨と筋肉の発達具合)

Ectomorphy (外胚葉指数: 線の細さ具合)

を示す3つの数値で表すことができる。

〈表示例〉

ふくよかさ

3.5

Endomorphy
(内胚葉指数)

筋肉や骨の発達

5.0

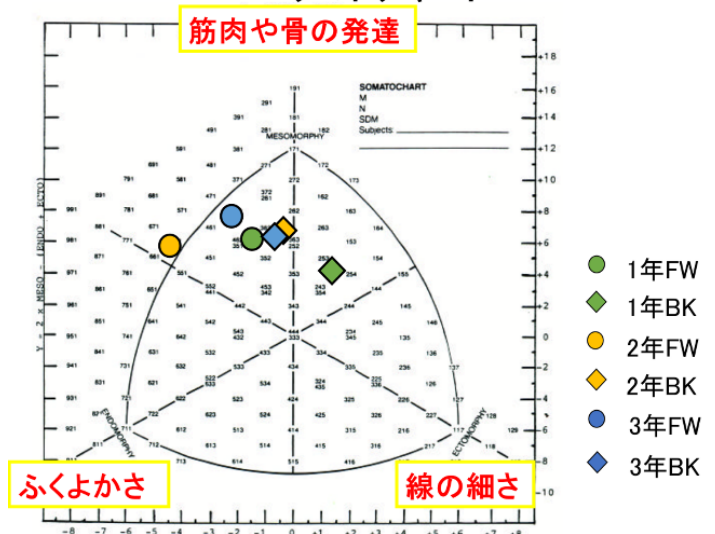
Mesomorphy
(中胚葉指数)

線の細さ

2.0

Ectomorphy
(外胚葉指数)

ソマトチャート



実学へのつながり・産業界や自治体へのアピールポイント・協力可能事項・協力希望事項

身体計測データを通し、種目に特化した詳細な身体的特徴や発育の過程を経時的に明らかにすることで、各種目における選手の体型や体格、成長の評価、ポジション分け、アスリートのタレント発掘等に活用することができる。また、「国際キアンソロポメトリー推進学会 (ISAK)」が定める基準を用いて計測をおこなうことで、国際的な水準で身体状況の評価でき、同基準に基づいておこなわれた国内外の報告との比較や評価をおこなうことが可能である。

知的財産・論文・学術発表など (詳細は右上 QR コードの教員紹介からご確認ください)

- 「高校ラグビー選手の体格・体型に関する研究—学年、ポジション、全国大会メンバー登録の有無による身体的特徴の比較—」
- 「高校ラグビー選手のソマトタイプの変化について」
- 「高校野球選手の身体状況と身体満足度との関連」