

認知機能改善効果に期待の成分 eスポーツサプリメントとしての有用性も Journal of Digital Life に日油株式会社・上岡勇輝氏らが論文発表

認知機能の改善効果が期待されている成分「グリセロホスホコリン (α -GPC)」がeスポーツのパフォーマンスに与える影響についての研究論文を、日油株式会社・上岡勇輝氏らが発表しました。本論文 (<https://journal-digitallife.com/publications/article/a-study-on-the-effectiveness-of-glycerophosphocholine-%ce%b1-gpc-as-an-e-sports-supplement/>) は、日本発の国際学術論文ジャーナル「Journal of Digital Life」 (<https://journal-digitallife.com/>) (運営：株式会社産経デジタル、代表取締役社長：土井達士) に掲載されています。



eスポーツの関係人口が拡大傾向にあるなか、プレイヤーのパフォーマンス向上はもちろん、競技特有の精神的ストレスに対するメンタルケアの需要も高まっている。呼応して、食品の摂取によるプレイヤーへの影響が多数報告されているが、これまでは主にカフェインとグルコースの効果について報告されていた。そこで研究チームは、認知機能を改善する効果が期待されているグリセロホスホコリン (α -GPC) に着目。eスポーツという独特のストレス環境下において、「eスポーツ用サプリメント」として有用かどうかを検証すべく、大学のeスポーツ部などに所属する参加者を対象に2週間、 α -GPCを摂取してもらい、彼らのパフォーマンスと心理的状态にどのような影響を与えるかを測定した。

その結果、唾液アミラーゼの分泌量増加を抑制し、eスポーツ後の心拍数の急激な上昇も抑えることが確認されたという。 α -GPCを摂取したグループは、ストレス軽減やそれに伴う自律神経の乱れの抑制にも寄与する可能性が示されたといい、ワーキングメモリ（記憶力）が関与する認知課題の正解率も向上する傾向があった。研究チームは、 α -GPCの効果が一時的なものなのか、または長期間にわたる効果をもたらす可能性があるかどうか、さらに探求する必要があるとしている。

※日本語による解説記事はこちら「認知機能改善効果に期待の成分がeスポーツ選手のサプリメントに？ 日油・上岡氏らが検証結果を発表」 (<https://www.iza.ne.jp/article/20250702-QTAJRX34WBFQZPV5SHI5ZGAFAE/>)

※本論文に関するお問い合わせは「Journal of Digital Life事務局 (info-digitallife@sankei.co.jp)」までお願いいたします。

■Journal of Digital Life

デジタル分野に関する論文を世界に向けて発信する日本発のオンラインジャーナル。研究者と学際的研究によって証明されたエビデンスを根拠としたサービスや産業の発展促進を目指し、2021年9月1日に創刊。<https://journal-digitallife.com/>

運営会社



株式会社産経デジタル (<https://www.sankei-digital.co.jp/>)

2005年11月設立。ニュースサイト/ライフスタイルメディアや産経ネットショップを運営。お客様の広告出稿やeスポーツ事業推進、イベント運営などもサポートしています。

PRESS CONTACT

株式会社産経デジタル Journal of Digital Life事務局 info-digitallife@sankei.co.jp / 東京都千代田区大手町1-7-2