

**11月8日は“いい歯の日”！CLIMB Factory CUPにて咀嚼チェックを実施
～スポーツ選手は歯もトレーニング？！よく噛めている選手は1割ほど～**

毎年11月8日は「いい歯の日^{※1}」です。歯の健康や噛み合わせは、スポーツ選手にとっても重要な要素であることから、スポーツに取り組むすべての人をサポートするアプリ『Atleta(アトレタ)』を運営する(株)エムティーアイ CLIMB Factory スポーツ ITカンパニー(以下、CLIMB Factory)では、高校のサッカー部員を対象にした、咀嚼チェックイベントを実施しました。

イベントでは、「噛む」ことの大切さと運動とのつながりを学び、(株)ロッテの協力のもと、色の変化で簡単に咀嚼状況を確認できる「キシリトール咀嚼チェックガム」を使用し、部員たちの咀嚼チェックを行いました。

◆スポーツ選手のパフォーマンスには噛み合わせが影響！高校生の咀嚼力をチェック

スポーツ選手は身体を動かす際に、「噛みしめる」ことで全身の動きを向上させ、大きな力を出すことに繋がっていますが、噛み合わせが悪いとバランスにも影響があり、首痛や肩こり、腰痛などを引き起こす要因となります^{※2}。

このように歯の噛み合わせは選手のコンディショニングやパフォーマンスにも大きく関わっていることから、CLIMB Factory では、部活動に励む選手にも噛み合わせの大切さを学び、コンディション管理に活かしてもらうため、本年10月6～8日にかけて開催されたサッカー大会「第2回 CLIMB Factory CUP in 鳥取^{※3}」にて、咀嚼チェックイベントを実施しました。



◆よく噛めている人は全体の1割ほど…約8割の選手が今後、歯の健康について取り組むことを決意！

咀嚼チェックイベントでは、CLIMB Factory CUPに出場した高校4校のサッカー部員95名が、色の変化で簡単に咀嚼状況を確認できる「キシリトール咀嚼チェックガム」を噛み、自身の噛む力を確認しました。咀嚼状況は「よく噛めている」とガムが濃い赤色に、「よく噛めていない」と緑色という、ガムの色の濃度5段階で確認します。

最も多くチェックが入ったのは、5段階のうち2番目に赤色の濃い個所で65人、次いで3番目に赤色の濃い個所が17人でした。1番濃い赤色になる「よく噛めている」にチェックを入れたのは13人と、全体の1割強という結果となりました。部員たちは事前に実施されたセミナーでサッカー選手は噛む力が強いとシュート力も上がることを学んでいたため、自身やチームメイトの結果に興味津々の様子でした。

また、イベント後に行ったアンケートでは、「歯の健康について今後何か取り組む」と答えた選手が約8割にものぼりました。日ごろから歯とスポーツの関連性について知っている選手も多いようでしたが、実際に咀嚼をチェックしたり、管理栄養士からの説明を聞くことで、歯と噛み合わせの大切さについて改めて学び、行動に移そうと思った選手が多く見られました。



今後も『Atleta』では、選手のコンディション管理をはじめ、日々のトレーニングや体調に関する正しい知識の啓発活動を行うことで、スポーツに取り組むすべての人の成長をサポートしていきます。

※1:1993年に日本医師会が設定し、毎年この日に合わせて国民への様々な歯科保健啓発活動を実施

※2:ロッテ「噛むこと研究室」より <https://kamukoto.jp/>

※3:CLIMB Factory CUP とは、『Atleta』を使用し体調や睡眠時間・食事・練習の内容などコンディションの記録・管理の大切さを学び、選手の成長やパフォーマンス向上につながることを目的としたサッカー大会を実施。第2回となる本年は、鳥取にて京都橘高等学校(京都府)、就実高等学校(岡山県)、帝京長岡高等学校(新潟県)、徳島市立高等学校(徳島県)、米子北高等学校(鳥取県)が出場

<選手のコンディション管理アプリ『Atleta』>

『Atleta』は、選手が日々の体調や生活習慣、練習の内容などを記録・管理し指導者と共有することで、選手の効率的な成長をサポートするアプリです。

メッセージ送信機能や選手の出欠状況、試合の予定なども簡単に管理できるため、チームの運営活動に必要な連絡業務や事務作業にかかる手間を軽減することも可能です。

日々の体調や練習量など選手の状況を可視化することで、指導者とのコミュニケーションを容易にし、怪我の予防や個人ごとに最適な指導や練習メニューの実施を促します。

URL:<http://www.climbfactory.com/service/sportsict/atleta/>



報道関係の方からのお問い合わせ先

株式会社エムティーアイ 広報室

TEL:03-5333-6323 FAX:03-3320-0189

E-mail:mtipr@mti.co.jp URL:<http://www.mti.co.jp>

一般のお客様からのお問い合わせ先

株式会社エムティーアイ

CLIMB Factory スポーツ IT カンパニー

E-mail:info@mti.co.jp