

アプリを利用した食生活習慣と心身健康度の調査」
臨床研究に対するご協力をお願い

研究責任者 所属 眼科 職名 特任講師
氏名 川島素子
連絡先電話番号 03-5363-3972

このたび当教室では下記の医学系研究を、医学部倫理委員会の承認のもと、倫理指針および法令を遵守して実施しますので、広くボランティアを募集しております。ご協力をお願いいたします。

この研究を実施することによる、プライバシー保護については最善を尽くします。

1 対象となる方

この研究では、20 歳以上の方を広く対象としています。

2 研究課題名

承認番号 20xxxxxx

研究課題名 「アプリを利用した食生活習慣と心身健康度の調査」

3 研究実施機関

慶應義塾大学医学部眼科学教室 (主機関) 責任者: 川島素子

4 本研究の意義、目的、方法

現代社会において、食生活をはじめとした生活習慣・リズムの乱れが肥満・生活習慣病を惹起していると考えられており、疾病予防対策が急務とされています。肥満および生活習慣病をはじめとしたあらゆる加齢性疾患の予防において、食事管理は有用なアプローチのひとつです。カロリー制限 (Calorie Restriction; CR) は様々な動物種において糖尿病発症抑制・眼疾患発症抑制や寿命延長効果がある、エビデンスが確立されている唯一の介入方法です。当科でも CR でドライアイをはじめとする眼疾患の発症抑制が可能であることも報告してきました。しかしながら実際の診療では、CR は生活者に忍耐を強いるなどストレスが大きく、定量化や評価も困難であり、継続的な実施が難しいという欠点があります。そのような中で、ごく最近、食事内容よりも「食事のタイミング」に焦点をあてた介入方法 time restricted feeding (TRF) が、CR と同様の肥満抑制効果を得られたという動物実験結果および少数例のヒトデータが報告され、より実行可能性が高く、評価が容易に行えると期待されています。今まで詳細にたくさんの方からデータを集めることができなかったのですが、アプリの開発により、非常に多くの方から詳細なデータを集めることができるようになってきました。そこで、本研究では、食事のタイミングを中心とした日本人の一般的な食生活パターンを明らかにすることが目的です。慶應大学が業務委託により株式会社おいしい健康が開発したアプ

りを用いて 1 か月間の食生活習慣のデータを収集して解析を行います。

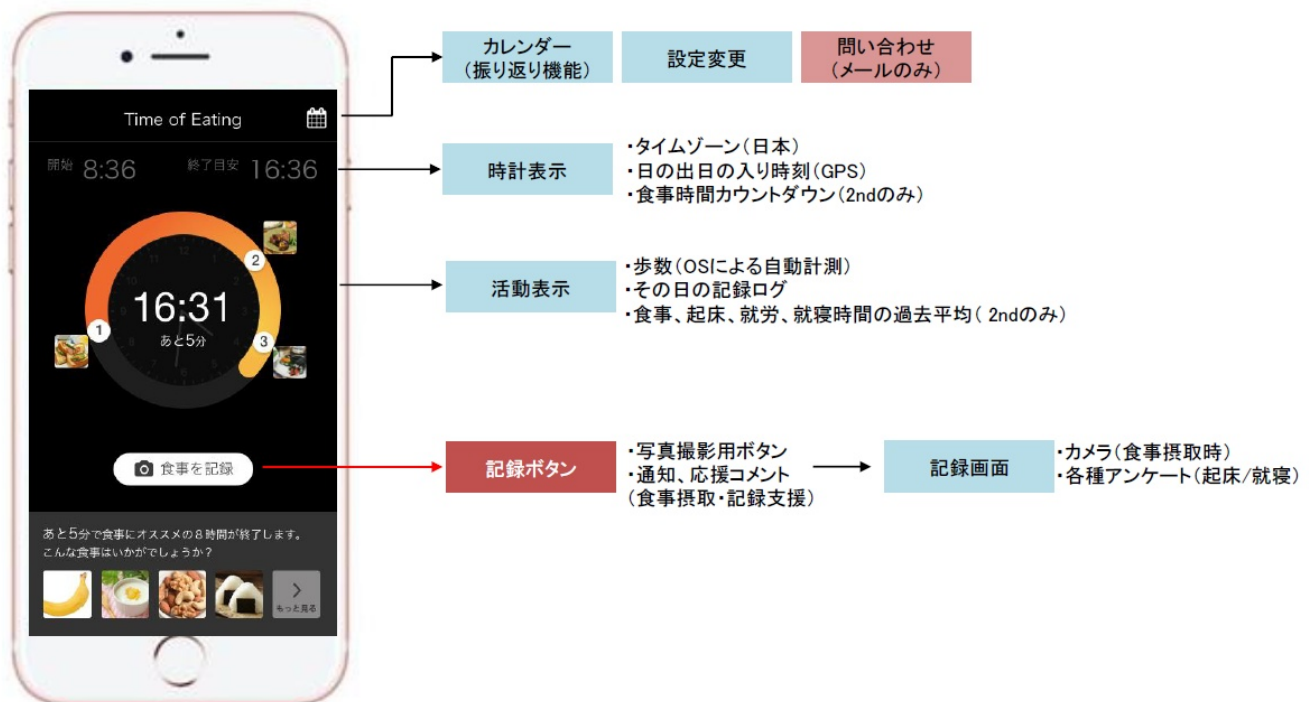
5 協力をお願いする内容

1 か月間、このアプリを用いて食生活を中心とした生活記録を毎日つけていただきます。また、日々の簡単なアンケートにもこたえていただきます。

アプリは無料で提供されますが、研究協力金の支給はありません。アプリの通信費は自己負担になります。アプリのイメージは下記の通りです。

■ 主要画面のイメージ「ホーム画面(初期設定後の起動画面)」

ホーム画面



※デザインは仮のものです

6 本研究の実施期間

研究実施許可日(通知書発行日)から西暦 2020 年 3 月 31 日まで(予定)

7 プライバシーの保護について

研究に用いる調査はすべて無記名で行われるため、個人を特定できません。このため、データ解析や学術発表を行う際に、個人が特定されることはありません。

8 お問い合わせ

本研究に関する質問や確認のご依頼は、下記へご連絡下さい。

160-8582 東京都新宿信濃町 35

慶應義塾大学眼科学教室

Tel : 03-5363-3972

実務責任者 川島素子

以上