

研究課題：健診 I 度高血圧受診者における「生活習慣病重症化予防プログラム」の効果の検証

1. 研究の対象

本研究は「生活習慣病重症化予防プログラム」(参考資料 1 を参照)参加群と、対照群としてプログラム不参加群からなります。

- ・ 中日新聞社健康保険組合加入者で健診時に I 度高血圧を認めた方のうち、このプログラムへ参加された方 (①プログラム参加群)
- ・ 中日新聞社本社職員で健診時に I 度高血圧を認めた方のうち、プログラムに参加しなかった方(②プログラム不参加群)

2. 研究目的・方法・研究期間

研究の目的：健診 I 度高血圧受診者に対して、当院で立案した「生活習慣病重症化予防プログラム」の効果の検証を行うこと。

方法：前向き介入研究。

- ① **プログラム参加群：**生活習慣病重症化予防プログラムを行います。参加前健診時、プログラム開始時、プログラム終了時、プログラム開始 1 年後の検査データを解析します。
- ② **プログラム不参加群：**通常の生活をおくってもらいます。I 度高血圧を認めた健診時、翌年健診時の検査データを解析します。

研究期間：本研究の倫理審査委員会実施承認日～2026 年 6 月 30 日まで。観察期間は 1 年間。目標予定症例数(プログラム参加群 42 例、プログラム不参加群 42 例)に達したら、参加登録期間は終了します。

3. 研究に用いる試料・情報の種類

情報：年齢、性別、収縮期血圧、拡張期血圧、体重、腹囲、採血データ、問診項目

4. 外部への試料・情報の提供

外部委託はありません。ご提供いただくデータには、氏名、住所、生年月日といった個人を特定できる情報は含まれません。

5. 研究組織

中日病院、中日病院 健診センター、中日新聞本社、名古屋大学大学院医学系研究科 循環器内科学

6. お問い合わせ先

本研究に関するご質問等がありましたら下記の連絡先までお問い合わせ下さい。

ご希望があれば、他の研究対象者の個人情報及び知的財産の保護に支障がない範囲内で、研究計画書及び関連資料を閲覧することが出来ますのでお申出下さい。

また、試料・情報が当該研究に用いられることについてご本人さんにご了承いただけない場合には研究対象としないので、下記の連絡先までお申出ください。その場合でもご本人さんに不利益が生じることはありません。

照会先および研究への利用を拒否する場合の連絡先：

中日病院 循環器内科 田口宜子

住所：〒460-0002 愛知県名古屋市中区丸の内3丁目12番3号

電話番号：052-961-2491

FaX 番号：052-961-2932

研究分担者：名古屋大学大学院医学系研究科 先進循環器治療学 特任講師 柳澤 哲

中日病院 健診センター長 白木 茂博

名古屋大学大学院医学系研究科 循環器内科学 教授 室原豊明

(参考資料 1)

<生活習慣病重症化予防プログラム>

1カ月に1回の受診で、計4回の指導を行います。

第1回 自分の健康と生活習慣を改善するメリットを考えよう

喫煙者は、タバコをやめるか吸い続けるかを再選択しよう

- ・ 高血圧、生活習慣病によって引き起こされる健康障害について知る
- ・ 生活状況調査票の問診、健康行動の実施状況の確認
- ・ ESS を利用した睡眠時無呼吸症候群のスクリーニング
- ・ 問診票を利用した歯周病スクリーニング
- ・ 厚生労働省 禁煙支援マニュアル(第2版)に基づいた禁煙支援

第2回 減塩食を実際に食べた上で、栄養指導を聞いてみよう

お酒との付き合い方を考えよう

- ・ 塩分制限食(1食当たり2g程度)の食事を実食。栄養指導
- ・ 健康行動実施状況の確認
- ・ AUDIT(アルコール使用障害特定テスト)を用いてスクリーニングを行い、簡易介入を行う
- ・ リブレリンクの装着(14日間)

第3回 体力筋力チェックをして、効果的な運動の仕方を知ろう

リブレの結果をもとに、今の食生活を振り返ろう。

減塩食は美味しく感じるようになりましたか？

- ・ 塩分制限食(1食当たり2g程度)の食事を実食
- ・ リブレリンクの迅速解析結果を用いて栄養指導
- ・ ロコモ度チェック。ロコトレ、その他の効果的な運動の紹介
- ・ 健康行動実施状況の確認

第4回 3か月間を振り返り、今後の目標を考えよう

どんな生活習慣を選択しますか

- ・ 健康行動実施状況の確認
- ・ プログラム期間を振り返り、今後の目標について考える