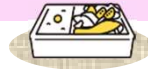


20～30代で 血圧 が やや高め の方限定

対象者拡大!!

食事介入研究 へご協力をお願いします!

弁当60食提供
ご協力謝礼QUOカード
(最大10,000円分)



国立循環器病研究センター(国循)が行う研究への参加のご案内です。

研究の目的:どのような食事が血圧を改善するかを調べます。

※参加されるかどうかは自由です。参加されないことで不利益を受けることはありません。



国立循環器病研究センター
National Cerebral and Cardiovascular Center

お申込みいただける条件

① お申し込み時のご年齢が 20～39歳 の方



② 「収縮期血圧(上の血圧)が 130～149 mmHg」の方
◆申込み日から3年以内の最新の健診結果で確認 または
◆申し込み前1か月以内の街中の血圧測定値で確認

※必須条件※

毎週クール便の弁当を
お受け取り可能な方

※出力用紙または
測定画面画像の
提出が必須!

2018/01/10 11:22
最高血圧 128 mmHg
最低血圧 76 mmHg
脈拍数 68 回/分



実際の研究の対象となる方は、国循での血圧の測定値が収縮期血圧(上の血圧)130～140mmHg未満の方です。血圧は測定条件により変動があるため、申込条件はより幅広く設定しております。

※以下の方は 対象外 です

- 精神疾患、脳卒中、心疾患、肝・脾疾患、高血圧、糖尿病、脂質異常症、慢性腎臓病、がん、甲状腺疾患で現在通院中・治療中の方
- 3年以内の最新の健診結果がある場合、HbA1c $\geq$ 6.5% LDLコレステロール $\geq$ 180mg/dL クレアチニン $\geq$ 男性1.2mg/dL、女性1.0mg/dLの方
- 妊娠中、授乳中、妊娠の計画のある方 ●6か月以内の開腹手術歴、骨折歴 ●食物アレルギーなど何らかの理由で食べ物に制限がある方
- 医師や管理栄養士のもとで食事管理中または直近の健診結果で特定保健指導対象者 ●過剰飲酒(1日平均日本酒換算2合以上)
- 冷凍保管スペース(18L分)のない方 ●研究責任者が研究参加不相当と判断した方 ●他の臨床研究に既に参加もしくは参加予定

研究の流れ



本登録後の採血に備えて、参加の皆様は
絶食(朝食欠食。カロリーのある飲料も不可)
でお越しください。



各調査・検査
終了ごとに
謝礼を
お渡します

仮登録

1

国循で参加資格確認(お持ちの方は健診結果持参)、アンケート、血圧測定:(約20分)

当日の血圧測定値で 収縮期血圧が
130～140 mmHg未満の場合

※当日の血圧測定値が
左記以外の場合

この時点で研究終了となります
謝礼のQUOカード1,000円分お渡し

QUOカード
1,000円分

検査継続

2

初回検査 ※上記検査と同日に実施します(約70分)

※混雑の状況により
待ち時間を要する
場合がございます

国循で身体計測、採血、採尿、ホルター心電図、四肢血圧、アンケート他

QUOカード
4,000円分

本登録

3

弁当摂取(3か月間)※初回検査の採血結果確認後に本登録確定! 弁当を開始します

1日1食×週5日×3か月間弁当摂取(摂取量記録)。
家庭血圧測定(指定日のみ) ※測定機器は貸出



弁当60食
提供

4

3か月後検査

国循で身体計測、採血、採尿、ホルター心電図、四肢血圧、アンケート他

QUOカード
5,000円分

研究でお召し上がりいただくお食事について

こちらがご用意する お食事（冷凍弁当）を

1日1食×週5日間×3か月間 お召し上がりいただきます

- ・ 1日1食を 弁当へ置き換えるだけ！
- ・ 朝昼夕 どのタイミングで食べてもOK！
- ・ 1週間のうち5日間食べれば、連続した日付でなくてもOK！
- ・ 勤務日の昼食にするなど、ライフスタイルに合わせてお召し上がりください



お申し込み方法

仮登録へのお申込みForms



150名募集（先着順）

QRコードからアクセスの上、必要事項をご入力下さい。
お身体の状態によってはご参加いただけない場合もございます。

お申し込み後の流れ

仮登録の日程は
個別にメールにて
ご連絡いたします。
今しばらくお待ちください。



? よくあるご質問

Q 費用はかかるの？

A 各検査、研究のお食事ともに、すべて **無料** でお受けいただけます。

Q 参加することでメリットはあるの？

A 高めの血圧が改善することがあります。また今回の研究で血圧が改善する食事が明らかになれば、同じ健康問題を持つ方の今後のより良い健康増進に繋がります。

Q 参加することで制限されることはあるの？

A 初回検査・3カ月後検査当日から7日間、ホルター心電計を装着していただきます。
胸元の機器が浸水する入浴（半身浴やシャワーは可）やプール、サウナを避けていただきます。

Q 個人情報はどうに取り扱われるの？

A 研究で使用する情報は、国循内で完全に匿名化したうえで、外部に一切漏れることがないよう厳重に管理し、研究目的のみに使用します。

Q お食事はどのように受け取るの？

A 毎週1週間分(5食分)を纏めて、クール便でご自宅に配送します。約18Lの保管スペースが必要です。