

受付番号 001

共同研究実施計画書

平成 23 年 12 月 14 日

公益財団法人 S B S 静岡健康増進センター理事長  
松井 純 様

共同研究担当者  
所 属 静岡県立大学短期大学部・看護学科  
職・氏名 教授・古賀 震 印

静岡県立大学共同研究取扱規程第 4 条第 2 号の規定により、次のとおり  
共同研究実施計画書を提出します。

記

1 研究 題 目

「生活習慣改善による血圧コントロールに関する研究」

2 研究 の 目 的

心臓疾患、脳梗塞は死亡原因の上位を占めている。また死に至らなくとも重篤な後遺症を残し、その後の QOL に大きな影響を及ぼすケースも多い。これらは生活習慣病が原因となっていると考えられる。心筋梗塞、脳卒中の発症予防の取り組みとして、生活習慣改善による疾患発症の減少効果の検証を行う。

3 研 究 対 象

日本高血圧学会による「高血圧治療ガイドライン2009」における血圧分類において正常高値および I 度高血圧（最高血圧130～159または最低血圧85～99）に該当するドック受診者のうち、リスク層（血圧以外のリスク要因）で第一層（付加リスクなし、低リスク）と第二層（中等リスク）に該当するもの。（\*添付書類 1 参照）

## 4 研 究 方 法

研究対象者に対し、研究方法と内容について説明し、参加の同意を得る。  
同意を得た対象者を封筒法で無作為に以下の群に分ける。

A群：	比較対照（非積極的指導）群	200名
B群：	積極的指導群	200名

B群に対し、以下の項目を実施する。

## 1・高血圧治療ガイドラインに基づく生活指導（\*添付書類2参照）

- ① 減塩 6g/日未満  
野菜、果物の積極的摂取
- ② 食塩以外 コレステロールや飽和脂肪酸の摂取を控える  
魚（魚油）の積極的摂取
- ③ 減量 BMI {体重kg ÷ (身長m × 身長m)} が25未満
- ④ 運動 1日30分・週2日以上のウォーキング
- ⑤ 節酒 日本酒換算1合/日以下
- ⑥ 禁煙

## 2・健康アドバイス

- ① 週に1度、メールや手紙による支援
- ② 月に1度電話による支援

## 3・血圧測定

毎日起床後1時間以内の血圧を測定、記録する。

A、B両群に対しメタボリック症候群判定の参考として以下の項目を実施する。

## 1・3ヶ月、6ヶ月、12ヶ月後に以下の血液検査を行う。

- ① 空腹時血糖
- ② ヘモグロビンA1c
- ③ 中性脂肪
- ④ HDLコレステロール
- ⑤ LDLコレステロール

2・3ヶ月、6ヶ月、12ヶ月後に以下の測定を行う。

- ⑥ 身長
- ⑦ 体重
- ⑧ 腹囲
- ⑨ 血圧

※研究途中において、治療の必要が生じた対象者はその時点で中止し、高血圧治療ガイドラインを遵守した方法をとる。

## 5 評価方法

血圧測定値、血液検査値を用いて両群を比較評価する。

## 6 研究期間

平成24年1月1日～平成26年12月31日（3年間）

個々の研究対象者についての調査期間は原則として1年間とする。

## 7 研究の実施場所

静岡県立大学短期大学部及びSBS静岡健康増進センター

## 8 研究の実施体制

研究団体	所属・職	氏名	研究の分担	派遣の有無
代表研究申請者				
静岡県立大学 短期大学部	看護学科教授 医学博士	古賀 震	研究全般の統括、 データの解析など	無
共同研究申請者				
SBS静岡健康 増進センター	副所長 医学博士	佐橋 徹	データの解析など	無
SBS静岡健康 増進センター	事務局次長 企画広報部長	杉山 和寿	研究資料作成など	無
SBS静岡健康 増進センター	企画広報部専任部長 放射線技師	長谷川 純	統計処理など	無
SBS静岡健康 増進センター	企画広報部 放射線技師	北瓜 宏幸	統計処理など	無
SBS静岡健康 増進センター	検査部副部長 臨床検査技師、薬剤師	福山 和恵	血液検査、 統計処理など	無
SBS静岡健康 増進センター	検診部 保健師	廣田 こずえ	健康、栄養指導、 血圧測定など	無
SBS静岡健康 増進センター	企画広報部 副部長	栗田 有紀子	研究資料、研究同意書作成など	無
SBS静岡健康 増進センター	企画広報部	向笠 栄乃	研究資料作成、会計処理など	無

## 9 研究に要する経費

(1) 総 額 金 1,500,000 円

(2) 内 訳

費 目	経費の内訳(円)		摘 要
	静岡県立大学 短期大学部	共同研究機関	
物品購入費	500,000	0	
報償費	500,000	0	
旅費	300,000	0	
その他	110,000	0	
共通事務費	90,000	0	
合計	1,500,000	0	