

60代からの身体づくり

「究極」の

健康な食事／運動プログラム



機能的食品素材を考慮した 「健康な食事」のフレイル予防に 対する有用性に関する 研究参加者募集

超高齢社会を迎えた現代において、「フレイル（虚弱）」を予防するためには、健康指標の「見える化」を図ることで健康リテラシーを上げ、食事や運動等の健康に資する行動に取り組む必要があります。

今回、静岡県立大学食品栄養科学部臨床栄養管理学研究室の新井英一教授らは、本研究にご協力して頂けるボランティアの方を募集しています。

参加募集 対象者

- ・ 文書同意が得られた年齢60歳以上69歳以下の男性
- ・ 参加予定人数 男性 20名
- ・ 腎臓病もしくは心臓病により薬物治療を受けていない方
- ・ 神経疾患（脳梗塞、パーキンソン病など）・骨（膝関節、股関節など）疾患・筋疾患（筋ジストロフィー症など）・炎症性疾患を有していない方
- ・ 試験期間に使用する食品に対してアレルギーのない方
- ・ 上記以外にも参加基準があり、ご参加いただけない場合があります。予めご了承ください。

試験概要

- ・ 本研究では、2期クロスオーバー比較試験（変化を評価）を行います。
（①運動介入10日間および②食事＋運動介入10日間：計20日間）
- ・ 筋肉量、体脂肪量の測定や筋力の評価、採血および蓄尿を行い、健診では測定しない栄養状態を評価いたします。4回（希望者は5回）
- ・ 本研究にご参加頂いた方のプライバシーは遵守いたします。
- ・ 本研究のすべての日程にご協力頂いた場合、試験協力費（30,000円）をお支払いいたします。

試験実施日程

- ・ 令和4年1月17日～27日、2月7日～17日
（10日間＋最終日の1日は朝検査のみ）

説明会日程

- ・ 令和3年12月に実施（個別相談にて対応）

お問い合わせ先

静岡県立大学食品栄養科学部 臨床栄養管理学研究室
新井 英一

TEL 054-264-5511 mail cnm.test.cnm@gmail.com