

■ 運動療法について (IPAQ)

回答にあたっては、以下の点にご注意下さい

- ◆ 強い身体活動とは、身体的にきつと感じるような、かなり呼吸が乱れるような活動を意味します。
- ◆ 中等度の身体活動とは、身体的にやや負荷がかかり、少し息がはずむような活動を意味します。

以下の質問では、1回につき少なくとも10分以上続けて行う身体活動についてのみ考えて、お答え下さい。

質問26a 平均的な1週間では、強い身体活動(重い荷物の運搬、自転車坂道を上ること、ジョギング、テニスのシングルスなど)を行う日は何日ありますか？

- ① 週 ___ 日 (→質問26bへ)
- ② ない (→質問26bを飛ばして質問27aへ)

質問26b 強い身体活動を行う日は、通常、1日合計してどのくらいの時間そのような活動を行いますか？
1日 ___ 時間 ___ 分

質問27a 平均的な1週間では、中等度の身体活動(軽い荷物の運搬、子供との鬼ごっこ、ゆっくり泳ぐこと、テニスのダブルス、カートを使わないゴルフ)を行う日は何日ありますか？歩行やウォーキングを含めないでお答え下さい。

- ① 週 ___ 日 (→質問27bへ)
- ② ない (→質問27bを飛ばして質問28aへ)

質問27b 中等度の身体活動を行う日は、通常、1日合計してどのくらいの時間そのような活動を行いますか？
1日 ___ 時間 ___ 分

質問28a 平均的な1週間では、10分以上続けて歩くことは何日ありますか？ここで、歩くとは仕事や日常生活で歩くこと、ある場所から場所へ移動すること、あるいは趣味や運動としてのウォーキング、散歩など、全てを含みます。

- ① 週 ___ 日 (→質問28bへ)
- ② ない (→質問28b、28cを飛ばして質問29aへ)

質問28b そのような日には、通常1日合計してどのくらい歩きますか？
1日 ___ 時間 ___ 分

質問28c 通常どのくらいの早さで歩きますか？

- ① かなり呼吸が乱れるような早さ
- ② すこし息がはずむような早さ
- ③ ゆったりした早さ

質問29a 毎日座ったり寝ころんだりして過ごしている時間(工作中、自宅で、勉強中、余暇時間など)についておたずねします。すなわち、机に向かったり、友人とおしゃべりをしたり、読書をしたり、座ったり、寝ころんでテレビを見たり、といった全ての時間を含みます。なお、睡眠時間は含めないでください。

平日には、通常、1日合計してどのくらいの時間座ったり寝ころんだりして過ごしますか？
1日 ___ 時間 ___ 分

質問29b 休日には、通常、1日合計してどのくらいの時間座ったり寝ころんだりして過ごしますか？
1日 ___ 時間 ___ 分

質問30 あなたは、運動についての指導をどの程度守っていますか？一番よくあてはまる番号に○をつけてください。(Prochascaら、改変)

1. 運動療法を行う必要はないと思うので、すすめられた運動を行っていない
2. 運動療法を行う必要性はわかったが、実際にはすすめられた運動を行っていない
3. 自分なりに努力はするが、すすめられた運動は守れないと思う
4. すすめられた運動を始めてまだ6ヶ月以内であるが、このまま守り続けていく
5. すすめられた運動を始めてもう6ヶ月以上たつが、このまま守り続けていく

■ 仕事について

質問31 現在、お仕事の状況について、最も当てはまるものに○をつけてください。常勤、パートタイム、自営業の場合には、平均的な1週間の労働時間も記載してください。

1. 常勤 _____
2. パートタイム _____
3. 専業主婦(主夫) _____
4. 定年退職 _____
5. 定職に就いたことがない _____
6. 障害のため無職 _____
7. 自営業 _____
8. 無職 _____

平均的な1週間の労働時間
__ 時間

«医療施設名»

«かかりつけ医氏名» 先生御机下

研究終了に向けての御案内

平成 19 年 8 月吉日
J-DOIT2 データセンター

拝啓

残暑の候、ますますご繁栄のこととお慶び申し上げます。

平素は御多用の中、J-DOIT2 の研究に御協力頂き、誠にありがとうございます。

すでに J-DOIT2 NEWS レター第 4 号でお知らせ致しましたが、お手元にあります被験者様用の終了時パックのご返却をお願い致します。研究開始当初は、研究終了時にかかりつけ医の先生から被験者様へ直接お渡しいただくこととしておりましたが、被験者様ごとに手渡すタイミングが異なり、かかりつけ医の先生にはお手を煩わせてしまうため、配布方法を変更致しました。かかりつけ医の先生から診療支援センターに一度終了時パックを引き上げ、被験者様へは診療支援センターから郵送でお送り致します。

◆ 終了時パックの配布

〈変更前〉

かかりつけ医の先生から配布

〈変更後〉

診療支援センターから配布

＝>

つきましては、同封の封筒、宅急便伝票（着払）でお手元の終了時パックを診療支援センターにご送付いただきます様お願い申し上げます。本年 9 月より研究が終了する被験者様がいらっしゃいますので、急なお願いで恐縮ではございますが、8 月 24 日（金）までにご送付いただけます様、お願い申し上げます。

また、御施設の研究終了日は、最後に登録されました被験者様の研究終了日となります。CRC の訪問は、御施設終了日の次の訪問が最後となりますので、予めご了承ください様、お願い申し上げます。

以上、ご不明な点がございましたら、J-DOIT 2 データセンターヘルプデスク（0120-755-023）までお電話ください。

お手数をおかけ致しまして大変恐縮ではございますが、何卒お願い申し上げます。

以上

患者パック研究終了時

D2T-28-028

【J-DOIT2 終了にあたって】

この度は「かかりつけ医による2型糖尿病診療を支援するシステムの有効性に関するパイロット研究 (J-DOIT2)」にご参加頂き、ありがとうございました。
お手元の封筒には、下記書類が入っております。

- 本状 1枚
- 研究リーダーからのお礼状 1枚
- 健康機器・送信器お取扱いのご案内 1枚
- 「健康状態についての調査」(被験者ID符番) 1組
- 返信用封筒 1枚

計5種類

◆書類についてのご説明

「健康状態についての調査」は、研究が終了した時点の、参加者の健康状態を尋ねたアンケートです。この研究は、本アンケートにご回答いただき、すべて終了となります。必要事項をご記載の上、返信用封筒に入れ、なるべく早く投函くださいますよう、お願いいたします。

*「健康状態についての調査」が返信先の診療支援センターに届かなかった場合には、本状を送りましてから7日以降に、診療支援センターより問合せのご連絡を入れさせていただきますので、あらかじめご了承ください。

J-DOIT2にご協力いただきました皆様

J-DOIT2 研究リーダー
国立大学法人富山大学副学長・病院長・理事
小林 正

～ かかりつけ医による2型糖尿病診療を支援するシステムの
有効性に関するパイロット研究（J-DOIT2）～
研究終了のご報告及びお礼

拝啓

時下ますますご清祥の段、お喜び申し上げます。

このたびは、糖尿病予防のための戦略研究「かかりつけ医による2型糖尿病診療を支援するシステムの有効性に関するパイロット研究(J-DOIT2)」にご協力いただきまして、誠にありがとうございました。心よりお礼申し上げます。登録から1年が過ぎましたので、研究の終了をお知らせいたします。皆様からご提供いただきました検査結果や体重計、歩数計のデータを分析し、これからの糖尿病治療に有効に役立てて参りたいと思います。

研究終了にあたり、皆様の健康状態をお伺いするアンケートを実施いたします。同封いたしましたアンケート用紙「健康状態についての調査」にご回答の上、同封の返信用封筒を用いて、診療支援センターへご返送いただきますよう、お願い申し上げます。なお返信は、本状を受け取りましてから1週間以内をお願いいたします。

また、J-DOIT2 参加医療施設をしばらく受診されていない期間のある方には、新たにアンケートが送られることもございます。あらかじめご了承ください。

本研究は1年間で終了いたしますが、皆様と糖尿病の関係はこれからも続きます。皆様がいままでご健康にお過ごしいただけますように、糖尿病の治療を中断なさることなく、継続くださいますよう、お願い申し上げます。

敬具

J-DOIT 研究にご参加いただいた皆様へ

健康機器・送信器お取扱いのご案内

謹啓 時下ますますご清祥の段、お慶び申し上げます。
この度は、J-DOIT 研究にご参加いただき、誠にありがとうございました。

さて、お手元にごございます「体重体組成計」・「歩数計」および「送信器」の今後のお取扱いについてご案内申し上げます。

「体重体組成計」と「歩数計」は、これからのご健康管理のために是非、ご活用頂ければ幸いです。

「送信器(AC アダプタ・通信カード)」およびご利用後の上記健康機器につきましては、大変恐縮ではございますが家庭の不燃ごみとして処分していただきますよう、お願い申し上げます。

ご面倒をおかけ致しますが何卒、よろしくお願い申し上げます。

※注意 1) 電話機などのように小型家庭電化製品廃棄の扱いになるかと存じます。地域の自治体により処分方法が異なりますので大変お手数ではございますが、お住まいの地域の自治体にご確認いただき、処分していただきますよう、お願い申し上げます。

※注意 2) 健康機器がご不要の場合は、本体と乾電池を取り分け、各々をお住まいの地域の自治体にご確認頂いた上、処分していただきますよう、お願い申し上げます。

※注意 3) 健康機器および送信器の処分に費用の発生が見込まれるなどの理由で、不要な機器の回収をご希望される場合は、お手数ではございますが文末の「J-DOIT 健康機器お問い合わせ窓口」へお申し付けください。(平成 20 年 2 月末まで承ります。)

皆様にご協力いただき、日々ご送信いただきましたデータは、今後の日本全国で糖尿病を減らすための重要なデータとして活用させていただきます。

1 年間ご協力いただき誠にありがとうございました。

重ねて御礼申し上げます。

謹白

J-DOIT 健康機器お問い合わせ窓口
フリーダイヤル:0120-584-225

■ かかりつけ医による2型糖尿病診療を支援するシステムの有効性に関するパイロット研究(J-DOIT2)

健康状態についての調査

- このアンケートは皆様の健康状態について調査するものです。
- アンケート以外にも、患者さんの健康状態を把握するためにカルテを参照させていただくことがあります。
- 本調査は厚生労働省が支援する「かかりつけ医による2型糖尿病を支援するシステムの有効性に関するパイロット研究」の一環として行われています。
- この研究の目的は、糖尿病診療機能を強化するための支援の有効性を検討することです。
- 質問の意味がよく分からない場合には、後で医師に質問してください。
- アンケートの記入が終わりましたら一緒にお渡しする封筒に入れ、封をして投函してください。
- アンケートにお答えいただいている途中、もしくは回答後に協力をお断りいただいても、今後の治療に一切不利益を受けることはありませんので、ご安心ください。
- 個人情報をご本人の許可なく院外に持ち出すことはありませんので、プライバシーは保護されます。
- アンケートの結果や参照させていただいたカルテの内容は、個人情報を除いた後、本研究のために設置されたデータセンターに送付・保管されて、統計的な解析が行われます。

■ ご記入の注意点

- ◆ 数字を記入していただく箇所もありますが、あらかじめ用意された回答の中からお選びいただく形式もあります。あらかじめ用意された回答の中から選ぶ場合には、一つだけ最も当てはまるものを選んで○をつけてください。質問文の指示をよくお読みになって指示通りにお答えください。
- ◆ また、お答えいただくときに、どちらか迷われた場合でも、必ずいずれかを選んでご記入ください。

質問1 現在のかかりつけ医を最初に受診した時期はどのくらいですか？

____年 ____ヶ月前

質問2 これまで、糖尿病についての教育を受けるために入院したことはありますか？
入院したことがある場合には、その回数と最近の入院時期を記載してください。

①ある → ____回 最も新しい入院時期は ____年 ____ヶ月前

②無い

質問3 眼科への受診もしくは眼底カメラでの検査を最後に受けたのは何ヶ月前ですか？

____ヶ月前

(眼科受診を受けたことが無い場合には、×印を記入してください)

質問4 現在の主治医から足の診察を最後に受けたのは何ヶ月前ですか？

____ヶ月前

(足の受診を受けたことが無い場合には、×印を記入してください)

質問5 栄養指導を最後に受けたのは何ヶ月前ですか？

____ヶ月前

(栄養指導には、医師や看護師、栄養士からの指導を全て含みます。
栄養指導を受けたことが無い場合には、×印を記入してください)

質問6 運動についての指導を最後に受けたのは何ヶ月前ですか？

____ヶ月前

(運動についての指導を受けたことが無い場合には、×印を記入してください)

■ 精神面について(CES-D)

過去1週間の中に、次のようなことを感じた日がどのくらいありましたか？
 (それぞれの質問について、一番よくあてはまる番号に○をつけてください)

	ほとんどない (1日未満)	たまに (1～2日)	ときどき (3～4日)	ほとんどいつも (5～7日)
質問7 憂うつだ	1	2	3	4
質問8 何をするのも面倒だ	1	2	3	4
質問9 なかなか眠れない	1	2	3	4
質問10 生活について不満なくすごせる	1	2	3	4
質問11 一人ぼっちで寂しい	1	2	3	4
質問12 皆がよそよそしいと思う	1	2	3	4
質問13 毎日が楽しい	1	2	3	4
質問14 悲しいと感じる	1	2	3	4
質問15 皆が自分を嫌っていると感じる	1	2	3	4
質問16 仕事があてにならない	1	2	3	4

■ 食事療法について (Prochascaら、改変)

質問17 あなたは、食事指導をどの程度守っていますか？一番よくあてはまる番号に○をつけてください。

1. 食事療法を守る必要はないと思うので、すすめられたカロリーを守っていない
2. 食事療法を行う必要性はわかったが、実際にはすすめられたカロリーを守っていない
3. 自分なりに努力はするが、すすめられたカロリーは守れないと思う
4. すすめられたカロリーを始めてまだ6ヶ月以内であるが、このまま守り続けていく
5. すすめられたカロリーを始めてもう6ヶ月以上たつが、このまま守り続けていく

■ 運動療法について (IPAQ)

回答にあたっては、以下の点にご注意下さい

- ◆ 強い身体活動とは、身体的にきつと感じるような、かなり呼吸が乱れるような活動を意味します。
- ◆ 中等度の身体活動とは、身体的にやや負荷がかかり、少し息がはずむような活動を意味します。

以下の質問では、1回につき少なくとも10分以上続けて行う身体活動についてのみ考えて、お答え下さい。

質問26a 平均的な1週間では、強い身体活動(重い荷物の運搬、自転車で坂道を上ること、ジョギング、テニスのシングルスなど)を行う日は何日ありますか？

- ① 週 ___ 日 (→質問26bへ)
- ② ない (→質問26bをとばして質問27aへ)

質問26b 強い身体活動を行う日は、通常、1日合計してどのくらいの時間そのような活動を行いますか？
1日 ___ 時間 ___ 分

質問27a 平均的な1週間では、中等度の身体活動(軽い荷物の運搬、子供との鬼ごっこ、ゆっくり泳ぐこと、テニスのダブルス、カートを使わないゴルフ)を行う日は何日ありますか？歩行やウォーキングを含めないでお答え下さい。

- ① 週 ___ 日 (→質問27bへ)
- ② ない (→質問27bをとばして質問28aへ)

質問27b 中等度の身体活動を行う日は、通常、1日合計してどのくらいの時間そのような活動を行いますか？

1日 ___ 時間 ___ 分

質問28a 平均的な1週間では、10分以上続けて歩くことは何日ありますか？ここで、歩くとは仕事や日常生活で歩くこと、ある場所から場所へ移動すること、あるいは趣味や運動としてのウォーキング、散歩など、全てを含みます。

- ① 週 ___ 日 (→質問28bへ)
- ② ない (→質問28b、28cをとばして質問29aへ)

質問28b そのような日には、通常1日合計してどのくらい歩きますか？

1日 ___ 時間 ___ 分

質問28c 通常どのくらいの早さで歩きますか？

- ① かなり呼吸が乱れるような早さ
- ② すこし息がはずむような早さ
- ③ ゆったりした早さ

質問29a 毎日座ったり寝ころんだりして過ごしている時間(工作中、自宅で、勉強中、余暇時間など)についておたずねします。すなわち、机に向かったり、友人とおしゃべりをしたり、読書をしたり、座ったり、寝ころんでテレビを見たり、といった全ての時間を含みます。なお、睡眠時間は含めないでください。

平日には、通常、1日合計してどのくらいの時間座ったり寝ころんだりして過ごしますか？
1日 ___ 時間 ___ 分

質問29b 休日には、通常、1日合計してどのくらいの時間座ったり寝ころんだりして過ごしますか？
1日 ___ 時間 ___ 分

質問30 あなたは、運動についての指導をどの程度守っていますか？一番よくあてはまる番号に○をつけてください。(Prochascaら、改変)

1. 運動療法を行う必要はないと思うので、すすめられた運動を行っていない
2. 運動療法を行う必要性はわかったが、実際にはすすめられた運動を行っていない
3. 自分なりに努力はするが、すすめられた運動は守れないと思う
4. すすめられた運動を始めてまだ6ヶ月以内であるが、このまま守り続けていく
5. すすめられた運動を始めてもう6ヶ月以上たつが、このまま守り続けていく

■。仕事について

質問31 現在、お仕事の状況について、最も当てはまるものに○をつけてください。常勤、パートタイム、自営業の場合には、平均的な1週間の労働時間も記載してください。

1. 常勤

2. パートタイム

3. 専業主婦(主夫)

4. 定年退職

5. 定職に就いたことがない

6. 障害のため無職

7. 自営業

8. 無職

平均的な1週間の労働時間

____時間

■ 体重計・歩数計について

体重計・歩数計を一度でも使用された方におたずねします。

質問32 体重計の測定のしやすさについて、どの程度満足されていますか？

大変満足 6 5 4 3 2 1 0 全く満足していない

質問33 歩数計の測定のしやすさについて、どの程度満足されていますか？

大変満足 6 5 4 3 2 1 0 全く満足していない

質問34 体重計や歩数計のデータ送信のしやすさについて、どの程度満足されていますか？

大変満足 6 5 4 3 2 1 0 全く満足していない

質問35 体重計や歩数計の全体的な使いやすさについて、どの程度満足されていますか？

大変満足 6 5 4 3 2 1 0 全く満足していない

質問36 今後も体重計を使い続けたいと思いますか？

そう思う 6 5 4 3 2 1 0 全くそう思わない

質問37 今後も歩数計を使い続けたいと思いますか？

そう思う 6 5 4 3 2 1 0 全くそう思わない

・研究開始時パック・研究終了時パック（診療支援群）

患者パック研究開始時

D2K-24-030

《 パック内の書類についてのご説明 》

パック内には先生にご記載頂く書類と、患者様へお渡し頂きご記載頂く書類がございますのでご注意ください。

パック内は、1症例分となります。

被験者IDが符番されておりますので、お間違いのないよう手順に従い、ご使用ください。

- 本登録票
- 研究参加の同意書
- 診療支援サービス申込書
- 健康状態についての調査
- 診療支援センターからの調査アンケート
- 返信用封筒

計5種類

本登録の手順に従い、登録作業を実施してください。

【 研究開始時パック 】

① 本登録票

- ・ 本登録票の作成後、データセンターへFAXをお願いします。

② 「研究参加の同意書」、「診療支援サービス申込書」

- ・ 患者様へ内容をご説明ください。
- ・ 「研究参加の同意説明文書」と「同意書」の控えは、患者様へお渡しください。
- ・ 「研究参加の同意書」の原本は、カルテへ貼付または、J-DOIT2 ファイル内に保管をお願いします。
- ・ 「診療支援サービス申込書」は、回収し、診療支援センターへFAXをお願いします。

③ 「健康状態についての調査」、「診療支援サービスからの調査アンケート」、「返信用封筒」

- ・ “患者様用へのご案内文”とともに上記3点をお渡しください。

【 研究終了時パック 】

① 「健康状態に関する調査」、「返信用封筒」

- ・ 患者様へお渡しください。
- ・ 「健康状態についての調査」は、ご記載後、返信用封筒に入れ、投函するようご説明ください。

【 注意点 】

患者様へ、「健康状態についての調査」が届かなかった場合には、7日以降に診療支援センターより問合せのご連絡が入る事をご説明ください。

糖尿病の研究 (J-DOIT2)にご協力下さい

糖尿病は、放置すると失明、腎不全、心筋梗塞、脳梗塞などの重い合併症を起こし、生活に大きな影響を与えます。

そこで、厚生労働省が主体となり、どうしたら糖尿病治療が成功するか研究を行うことになりました。

この研究では、あなたのかかりつけの先生方と患者さんご自身に、電話・手紙・電子メールなどで治療の応援を致します。

この応援が、治療の内容をよりよいものにしたり、患者さんが続けて受診を行うために役立つかを検討致します。

研究期間は2006年9月から1年間の予定です。

調査内容は、研究の始めと終わりのアンケート調査、日々の体重・歩数の調査(体重計・歩数計を配布します)、受診時の血糖値、HbA1c、血圧などです。

また、研究への参加は断ることもできます。断っても診療に不利益はありません。研究に参加後も、ご希望があればいつでも中止することができます。

この研究は、糖尿病の患者さんが、合併症を予防でき、治療を成功させるのに役立つこととなります。

ぜひご協力をお願い致します。



D2K-52