

## 情報公開文書

### 「摂食速度が血糖変動に及ぼす影響」へご協力いただいた皆様へ

医薬基盤・健康・栄養研究所は、「摂食速度が血糖変動に及ぼす影響」に関する研究を研究参加の同意を得て、実施しました。この研究期間は、2026年3月31日までとなっておりますが、今後も解析作業を進めていく必要があるため、2028年3月31日までに延長します。皆様方におかれましては研究の趣旨をご理解いただき、本研究へのご協力を賜りますようお願い申し上げます。データの使用を希望されない場合、また、本研究に関するご質問は問い合わせ先へメールまたは電話等にてご連絡ください。なお、データ提供を許可しないことにより不利益が生じることは一切ありません。

### 研究責任者

国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所 臨床栄養研究センター 吉村 英一

### 目的

早食いは食後の血糖値やインスリン分泌に影響を与えることが示唆されており、糖尿病発症の危険因子となっている可能性があります。また、肥満は糖尿病の主要な危険因子であるが、よく噛んで食べることは、体重増加を防ぐ効果があることが示されています。従って、よく噛んで食べることは生活習慣病の予防に繋がると考えられます。一方、糖尿病診療ガイドラインでは、食事のパターンや1日3食摂取することに関する提言はあるが、食事の速度に関する提言はない状態です。早食いおよび遅食いといった食べ方は食後血糖値および日内の血糖コントロールに影響を及ぼすことを想起するのは容易であるが、その科学的論拠は明らかに不足しています。このため本研究では、食べ方（早食い、遅食い）が食後の血糖値に与える影響を検討しました。

### 研究期間

研究実施許可日～2028年3月31日まで

（2026年3月31日までにご連絡がない場合は、そのままデータを使用させていただきます）

### 試料・情報の扱い

個人情報とID化された個人の研究データを突合できる対応表は、当初の研究計画書通り、2026年3月31日をもって完全に削除いたします。そのため、2026年4月1日以降は、個人を特定できないデータのみを使用させていただきますので、データの削除や解析対象か

らの除外が物理的に困難となることをあらかじめご了承ください。

匿名化されている血液検体およびアンケート等の資料は、説明文書に記載の期間、保管し、その後破棄します。血液検体を委託分析する際は、医薬基盤・健康・栄養研究所で手続きをおこないます。

#### **試料（血液）・情報を利用する機関の範囲**

医薬基盤・健康・栄養研究所

(当初の計画では、広島大学、早稲田大学との共同研究として試料・情報の提供を予定しておりましたが、諸般の事情により、国立健康・栄養研究所のみで研究を完遂する体制に変更いたしました。これに伴い、研究に参加された方々の試料や情報が、弊所から広島大学、早稲田大学へ提供されることはございません。)

#### **研究の資金源**

当初、早稲田大学との共同研究として、当該機関より提供される研究費を用いて実施する予定でしたが、研究実施体制の変更に伴い、本研究は、医薬基盤・健康・栄養研究所の運営費交付金を資金源として研究を実施することとなりました。また、引き続き、本研究の計画・実施・報告において、結果の解釈に影響を及ぼすような利益相反状態（特定の企業や団体との金銭的な利害関係）は存在しません。

#### **情報の管理について責任を有する者の氏名**

吉村英一（医薬基盤・健康・栄養研究所）

#### **研究成果の公表について**

本研究の成果は学会発表、学術雑誌およびデータベースなどで公表します。個人が特定される情報は一切公開しません。

#### **お問い合わせ先（研究責任者）**

国立研究開発法人医薬基盤・健康・栄養研究所 臨床栄養研究センター

吉村 英一

〒566-0002 大阪府摂津市千里丘新町3番17号

電話：06-6384-1120(内線 2518)

メールアドレス：[eyoshi@nibn.go.jp](mailto:eyoshi@nibn.go.jp)