

臨床研究 参加者 募集

昼食時のビタミンC介入による PMS重症度の効果検討

研究目的

昼食時のビタミンC介入
(生理3周期) によるPMS重症度の
効果を検討すること

介入の実施内容

ベースライン測定期間 (生理1周期)



介入測定期間 (生理2周期)

① 昼食時

ビタミンC介入群

OR

② 昼食時

プラセボサプリメント群



謝礼

＼ 試験をすべて完了した方には ＼



OMRON
婦人用体温計



アマゾンギフト券
5,000円

参加条件

- ① 18歳以上39歳以下の月経を有している女性
- ② 定期的な性周期 (25～38日) を有している者
- ③ PMSの疑いがある者
- ④ 朝食摂取習慣のある者
(午前中に「菓子、果物乳製品、嗜好飲料などの食品のみ」、
「錠剤などによる栄養素の補給、栄養ドリンクのみ」、「何も
食べない」といった生活を普段週5日以上行っている方を除く)
- ⑤ 指定する試験実施機関に参加可能な者、
指定日に研究室訪問できる者
- ⑥ 携帯アプリを自身の形態にダウンロードし、
使用できる者

除外基準

- ① 生活リズムが極度に不規則な者
(夜勤・シフトワーク従事者を含む)
- ② 婦人科疾患の既往歴を有する者
卵巣嚢腫・子宮筋腫等
- ③ 重度の精神疾患の既往歴を有する者
統合失調症・双極性障害・不安障害・うつ病等
- ④ 健常ではない者
代謝関連常備薬を有する者、重篤な循環器疾患、がん、妊婦、
消化器手術の既往歴等
- ⑤ 試験期間中にホルモン療法をが必要な者
- ⑥ 食事制限や食事療法を行っている者
- ⑦ 睡眠薬/サプリメントを常用している者
- ⑧ 試験サプリメントにアレルギーを有する者
- ⑨ 研究期間中に時差が2時間以上ある場所へ
移動する予定がある者

昼食時のビタミンC介入による PMS重症度の効果検討

＼ 測定・記録をお願いする項目 ／

質問紙



体重



基礎体温



血液（少量）



起床時尿



Fitbit



訪問回数
2回

説明会と試験実施期間

第1回目の募集

7月4日（土） 参加登録〆切

事前説明会

7月 6日（月） 17:00～ 霞キャンパス
7月 8日（水） 17:00～ 霞キャンパス
7月 9日（木） 17:00～ 東千田キャンパス
7月 10日（金） 16:00～ 霞キャンパス

試験期間

8月～10月予定

（月経周期に合わせた研究のため、変更あり）

事前説明会・訪問日等、別日も対応します。
参加登録の際に、その旨をご記入ください。

参加登録はこちら→



研究責任者

広島大学大学院人間社会科学研究科
緒形ひとみ

研究分担者

広島大学大学院医系学研究所公衆衛生学教室
田原優
西村柚

連絡先

Email: d252731@hiroshima-u.ac.jp
〒734-0037 広島市南区霞1-2-3基礎・社会医学棟723
電話: 082-257-5166
受付時間: 9:00～18:00 ※土日祝を除く

倫理委員会より承認を得た研究です。