18～29歳の方
研究参加者募集

ウェアラブルデバイスを用いた
「日常生活の活動と心身の回復」に関する研究

日々の活動と、気分と身体データとの関係を調査しています

※ 国立研究開発法人 科学技術振興機構（JST）の助成により実施する研究となります



研究対象者

- □ 18～29歳の方
- □ 研究期間中に夜勤の予定がない方
- □ スマホまたはPCを利用でき、LINEで研究者と連絡が取れる方

※ 循環器・自律神経系・精神疾患の治療／服薬中、妊娠中・妊娠の可能性、はご参加いただけません

※ また、重度の金属アレルギーのある方はご参加いただけない場合があります

研究期間・内容

- □ 研究の事前アンケート
- □ 6週間のデバイス装着、1日3回の測定・気分アンケート、活動記録
  - ➢ 3週目に心理士とのオンライン面談（約1時間）を行い，その後2週間の活動を検討・実施
- □ 事後アンケート、および、オンラインインタビュー（約1時間）

謝礼

QUOカード２万円分

参加方法

キャンパスプラザ京都（京都駅から徒歩５分）にて
事前説明を行います（約1.5時間・交通費支給）

<ご応募・日程調整、ご質問はQRコード ないし URLから>

https://forms.gle/AbGQQ6ET9ggEWjvD8

研究責任者：小西 奈美 （明治国際医療大学 看護学部 教授）