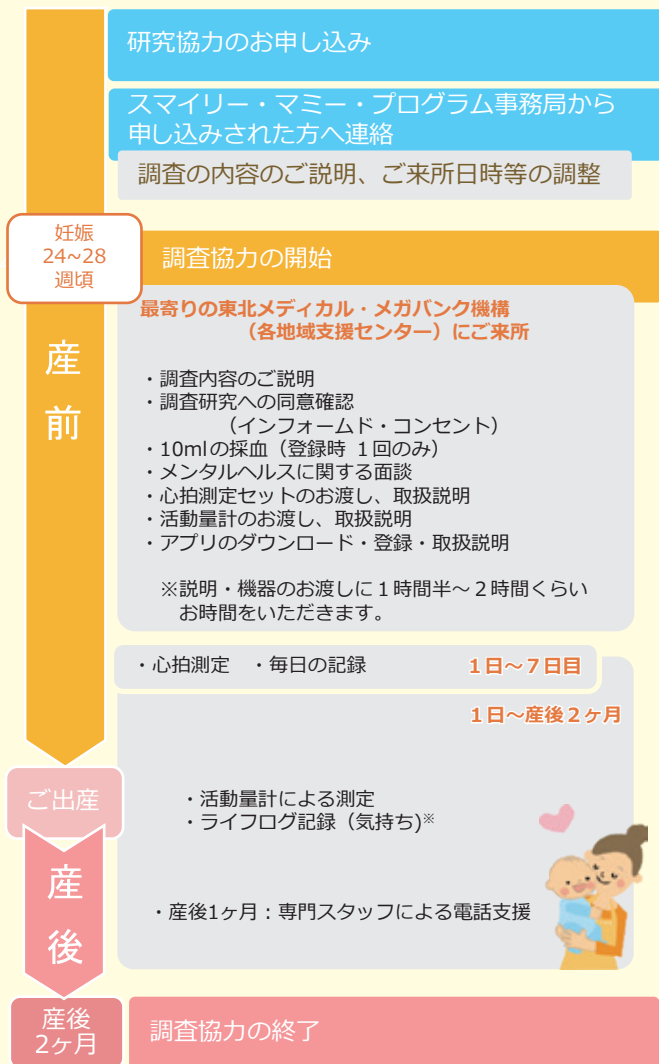


調査の流れ



ご協力終了後も必要に応じて
支援を継続します

参加にあたって…

- 担当者より説明を受け、ご同意の上ご参加いただけます。
- 参加は自由です。
- 参加された後でもいつでもやめることができます。参加しなくても、不利益になることはありません。
- 調査の参加による時間的拘束があります。
- 個人情報は守られます。
- 参加費はかかりません。
- ご参加いただいた方には、ご協力開始時に5,000円分、終了時に5,000円分の合計10,000円分の謝礼をお渡しいたします。交通費は自己負担になります。

今回の研究についての研究機関の承認について

この研究は東北大学大学院医学系研究科倫理委員会にて審査および承認を受けています。本研究を実施することについては研究機関の長による承認を得ています。

ご提供いただいた情報・試料について

このプログラムを通して得られる情報・試料は個人が特定できないように処理し、バイオバンクで保管します。情報は、東北メディカル・メガバンク計画のデータベース全体と統合されます。これらの情報・試料は、お母さんの個々の体質や環境に合わせた周産期のこころの不調への対処法の開発等に役立させていただきます。また情報・試料は厳正な審査の上で、東北大学または外部機関が将来新たに計画する研究に役立てられることがあります。

事業経費について

国立研究開発法人 日本医療研究開発機構 (AMED)

ご協力お申し込み
お問い合わせ

電話 022-273-6285

平日 9:00~17:00

メール: smp@irides-dpsy.med.tohoku.ac.jp (問い合わせ専用)

東北大学 東北メディカル・メガバンク機構

メンタルヘルスケア 推進室

スマイリー・マミー・プログラム (SMP) 事務局

〒980-8573

宮城県仙台市青葉区星陵町2-1 東北メディカル・メガバンク棟

ホームページはこちら

<http://www.mentalhealth.megabank.tohoku.ac.jp/>



スマイリー・マミー・プログラム
にご協力をお願いします



産後のお母さんの
イキイキ生活づくりに向けて



東北大学東北メディカル・メガバンク機構
メンタルヘルスケア推進室
スマイリー・マミー・プログラム (SMP) 事務局

※スマートフォンによる入力は、毎日3~5分程度です。
(日により内容が変わります)

ご出産に係る入院時にはご無理のない範囲でのご協力をお願いしております。

◆ スマイリー・マミー・プログラム (SMP)とは?

妊娠・出産により新たな生命(いのち)を授かることはとても尊いことです。一方、妊娠・出産とその後の子育ては、からだへの負担、環境や役割の変化という面でお母さんに大きな負担やストレスになることも多く、心に不調を引き起こす場合があります。すこやかなマタニティ生活を送るためには、妊娠中から生活リズムに気をつけたり、気持ちが沈みがちなときには上手に気分転換をはかったりすることが大切です。また、心の不調が大きいときや続くときには、早めに相談できる人がいると安心です。

東北メディカル・メガバンク機構では、三世代コホート調査に登録していただいたお母さんが次のお子さんを授かったときにも、妊娠・出産、そして育児中のストレスと上手につきあっていただけるよう、この新しいプログラムを立ち上げました。ご参加された方には、妊娠中から産後にかけて専門のスタッフがこころの状態をサポートするとともに、ご自身でも自分の気持ちや生活習慣を専用のアプリに入力し、腕時計型の活動量計で歩数・睡眠パターンを計測・記録し、セルフモニタリングしていただけます。これらを活用することで、気持ちの変化や生活上のストレスなどを振り返り認識しながら、気持ちのコントロールに繋げ、すこやかなマタニティライフの向上を目指します。また、血液中のストレスマーカーの探索のための採血、妊娠中の一定期間(1週間)に心拍計測による自律神経測定に基づいて客観的なストレス反応の計測を行います。

これらの情報を統合・分析することにより、産後うつを引き起こす要因の特定と産後うつの予防法・治療法の開発を行います。

スマイリー・マミー・プログラムはすこやかなマタニティライフを応援いたします。

対象は?

三世代コホート調査にお母さんとして参加している方で、次のお子さんを妊娠(妊娠24~28週未満)されている方を対象としております。関心を持っていただけましたら、まずはメールかお電話で気軽にご連絡ください。

登録や参加方法は?

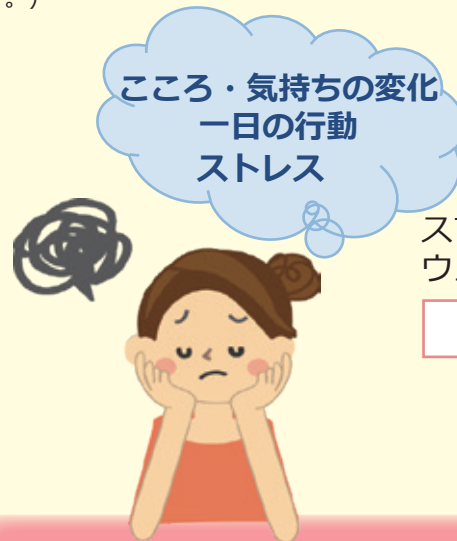
お電話でご予約の上、妊娠24~28週頃までに一度だけ最寄りの東北メディカル・メガバンク機構 各地域支援センターまでご来所いただき、健康チェックを行って、アプリやデバイスをお渡しします。(ご参加中に気持ちの不調が強まった場合には、状態を把握して必要に応じてサポートをさせていただくため、来所をお勧めすることがあります。)

最新のアプリやデバイスを活用してマタニティライフをお送りください。

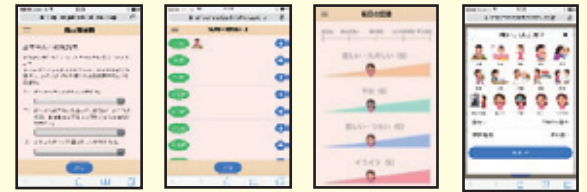
下記のアプリや腕時計型のデバイスを活用してご自分の気持ちや生活習慣、生活の中で生じるストレスなどをセルフモニタリングすることで、マタニティライフの向上に繋がると考えています。

お気軽にご相談ください。

ご参加中に何かあればお気軽にご相談ください。ストレスや気持ちに関することで気になることがあれば専門のスタッフが対応致します。



スマートフォンアプリ
ウェアラブルデバイスへ記録



セルフモニタリングによる
こころ・気持ち、行動の記録を振りかえり、健康維持に役立てる
マタニティライフ、育児生活の質の向上をはかる

