

## 研究についての説明

### はじめに

この文書は、研究課題名「コロナ禍における犬の飼育と自己効力感がオフィス労働者の身体活動量に及ぼす影響」への研究の参加をお願いするための説明文書です。この説明文書をよくお読みになって、この研究にご参加いただけるかどうかをご検討ください。

研究に参加されるかどうかはあなたの自由意思で決めてください。研究に参加されなくてもあなたが不利益を被ることはありません。説明を受けたその場で決める必要はありません。この説明文書を持ち帰っていただき、検討してから決めていただくこともできます。また、研究への参加に同意した後であっても、Web アンケートの回答を送信するまでの間、同意を撤回できます。撤回したことによってあなたが不利益な取扱いを受けることはありません。

調査の内容や言葉について、わからないことや、心配なこと、疑問に思ったことなどがありましたら、どんなことでも遠慮なく説明者または研究責任者にお尋ねください。

説明者	所属	筑波大学大学院体育学学位プログラム 博士前期課程2年
	氏名	于 欣陽
	連絡先	s2221538@u.tsukuba.ac.jp

研究責任者	所属	筑波大学 体育系 准教授
	氏名	中田 由夫
	連絡先	nakata.yoshio.gn@u.tsukuba.ac.jp

### 記

#### 1 研究課題名

この研究の研究課題名は、「犬の飼育と自己効力感がコロナ禍におけるオフィス労働者の身体活動量に及ぼす影響」です。

この研究は、筑波大学体育系研究倫理委員会の審査を経て、筑波大学体育系長の許可を受けて実施しています。

#### 2 研究の背景

身体活動不足は、非感染性疾患死亡の主要な危険因子の1つです (Lee et al., 2022)。身体活動量不足と長い座位時間は、オフィス労働者の健康を脅かすことが懸念されており

(Nooijen et al., 2019)、特にコロナ禍においては、感染拡大防止策などにより身体活動が妨げられ、この問題を悪化させた可能性が指摘されています (Hall et al., 2021)。身体活動の実施は、人の行動決定において重要な役割を担っている自己効力感の影響を受けることが示唆されています (Bandura et al., 2011)。コロナ禍などの制限された環境においても、自己効力感による影響が強く (Zhou et al., 2022)、自己効力感を高めることが、身体活動の増加につながる可能性が考えられます。自己効力感を高める行動の一つとして、動物との触れ合いが有効であることが報告されています (Wisdom et al., 2009) が、コロナ禍において、犬の散歩習慣が自己効力感と身体活動量の増加に有用であるかは明らかにされていません。

### 3 研究の目的及び意義

本研究の目的は、身体活動不足や長時間の座位行動による健康への影響が懸念されているオフィス労働者を対象に、犬の散歩習慣や自己効力感が、コロナ前、コロナ禍、現在の身体活動量の変化に与える影響を検討することです。本研究課題に取り組むことで、制限された環境下における犬の散歩習慣、自己効力感、身体活動量の関係を明らかにすることができ、環境要因の変化に影響を受けにくい身体活動促進方法につながる知見を提供できると考えられます。

### 4 予想される研究上の貢献・期待される利益

本研究の結果により、コロナ禍における犬の散歩習慣、自己効力感、身体活動量の関係を明らかにすることができ、制限された環境においても、オフィス労働者の身体活動を促進できる方法の開発につながる知見を提供できると考えられます。

### 5 研究実施期間及び試料・情報等の保存期間

この研究は、2028年3月31日まで実施する予定です。

研究期間終了後、2038年3月31日まで、取得した情報を保存します。

### 6 研究実施場所及び研究実施体制

#### (1) 共同研究の有無

本研究は、筑波大学体育系単独施設での研究です。

#### (2) 研究実施場所

調査実施場所：研究対象者の自宅や所属先などのインターネットにアクセスできる場所

データ・情報等分析場所：総合研究棟 D606（教員研究室）

試料・情報等保管場所：総合研究棟 D606（教員研究室）

#### (3) 組織

研究組織は、別紙の通りです。

### 7 研究対象者

研究対象者は健全なオフィス労働者 200 名とします。選択基準は、(1) 年齢が 18 歳以上 65 歳未満であること、(2) 通常歩行に影響を与えるような疾患を有していないこと、とします。機縁法で募集し、Web アンケートの回答には 5～10 分程度の時間を要します。謝金・謝礼はありません。

### 8 実施内容

#### 1) 実施スケジュール

体育系研究倫理委員会承認後、研究対象者を機縁法で募集し、選択基準を満たす男女に対し、Web アンケートを実施します。具体的には、研究責任者自身または関係のある個人を介して、研究内容を説明するページにアクセスするための URL を送信し、協力が得られる場合は、Web アンケートにアクセスできるようにします。Web アンケートへの回答期間は、体育系研究倫理委員会承認後から 2023 年 11 月 15 日までとします。

#### 2) 実施場所

研究対象者の利便性を考慮し、Web アンケートにより調査を実施します。Web アンケートにアクセスするための URL を送信し、研究対象者の自宅や所属先などインターネットにアクセスできる場所にて自由意思で回答してもらいます。

### 3) 調査方法

Web アンケートは、Google form で作成し、回答は無記名とします。Web アンケートの回答送信をもって研究参加の同意が得られたものとします。回答には5～10分程度の時間を要します。研究対象者には、いつでも中断できること、中断したとしても研究対象者が不利益を被ることはないことを、研究についての説明で明記します。

### 4) 調査項目

- ① 個人特性：性別、年齢、身長、体重、配偶者の有無、学歴、世帯収入、住居の種類、同居家族の有無、職種、勤務日数、勤務時間、ペット飼育の有無（飼育している場合は種類）
- ② 身体活動量（International Physical Activity Questionnaire 日本語版）
- ③ 身体活動や犬の散歩に対する自己効力感
- ④ 犬の散歩の実施状況（犬の散歩習慣がある場合）

### 5) 分析方法

- ① コロナ前・コロナ禍・現在の3時点での身体活動量を、犬の散歩習慣があるオフィス労働者と犬の散歩習慣がないオフィス労働者とで比較します（二元配置分散分析）。
- ② 犬の散歩時間と身体活動時間の関連を分析します（単回帰および重回帰分析）。
- ③ 自己効力感が犬の飼育と身体活動時間との関係を媒介しているかを分析します（媒介分析）。

## 9 研究における倫理的配慮

### （1）研究の対象となる個人の権利擁護（①個人情報の管理、②個人情報の保管、③個人情報の破棄、④個人情報の開示等、⑤プライバシーの保護）

#### ①個人情報の管理

- ・ アンケートの際に、氏名・住所等は無記名とする方法で行い、個人の名前・住所等の個人情報を取得しません。
- ・ 研究対象者への説明書や解析するデータには、個人の名前・住所等の個人情報は含みません。

#### ②個人情報の保管

- ・ 収集したデータは侵入対策及びウイルス防御対策を施した USB メモリーに保存し、パスワードを設定して研究責任者および連携研究者以外はアクセスできないようにします。
- ・ 収集したデータを保存した USB メモリーは、総合研究棟 D606（教員研究室）に設置した鍵のかかるロッカーに施錠して保管します。

#### ③個人情報の破棄

- ・ 電子データは、保存期間満了時に完全に消去します。

#### ④個人情報の開示等

- ・ 研究結果を論文発表、学会発表、インターネット掲載で公開します。

- ・ 研究結果を公開する際には、研究対象者個人を特定できる個人情報等を開示しません。
- ・ アンケートの際に、個人情報を取得しないため、アンケートの提出後は、同意の撤回がなされても該当する者のデータを取り除いたり修正したりすることができません。
- ・ 研究対象者等及びその関係者からの相談に対して問い合わせ先を通知して対応します。

#### ⑤プライバシーの保護

- ・ アンケートは無記名での Web アンケートであり、個人が特定できないようにします。

#### (2) 研究の対象となる個人に理解を求め同意を得る方法（インフォームド・コンセント等）

- ・ 研究への参加は研究対象者自身の自由意思によって決定され、研究への参加に同意した後であっても、Web アンケートの回答を送信するまでの間、撤回できます。また、そのことによって研究対象者が不利益な取扱いを受けることはありません。
- ・ Web アンケートの回答送信をもって同意が得られたものとし、その旨を研究についての説明に記載します。

#### (3) 研究によって生ずる個人への不利益及び危険性に対する配慮

ありません。

#### 10 緊急時対応、医療機関への搬送及び健康被害の補償

補償措置は講じていません。

#### 11 研究資金

本研究は、教育研究経費によって実施しています。

#### 12 利益相反（共同研究先の企業・団体等との関係を含む）

この研究組織には、利益相反事項に該当する者はありません。

#### 13 研究結果の公開

この研究の結果は、論文発表、学会発表、インターネット掲載で公開します。  
研究結果を公開する際には、研究対象者を特定できる個人情報等は、開示しません。

#### 14 その他

ありません。

#### 15 問い合わせ先

この研究は筑波大学体育系研究倫理委員会の承認を得て、研究対象者の皆様に不利益がないよう万全の注意を払って行われています。研究への協力に際してご意見ご質問などございましたら、気軽に説明者又は研究責任者にお尋ねください。あるいは、体育系研究倫理委員会までご相談ください。

**【問い合わせ先】**

所属：筑波大学体育系 職名：准教授 氏名：中田 由夫  
電話番号：029-853-3957 E-mail：nakata.yoshio.gn@u.tsukuba.ac.jp

**【筑波大学 体育芸術エリア支援室研究支援】**

電話番号：029-853-2571 E-mail：tg-kenkyurinri@un.tsukuba.ac.jp

## 別紙

<b>D 組織</b> (組織構成に基づいて行など調整してそれぞれの項目について記載する。) (共同研究の場合、筑波大学が行う研究部分に携わる研究者のみを記載する。)					
	所 属	職名または 課程・学年	氏 名	研究倫理研修 会受講番号	研究における 役割
1) 研究責任者	体育系	准教授	中田 由夫	K230006 H230006 S230006	統括、論文 作成
2) 研究分担者					
3-1) 連携研究者 (学内)	体育系	博士特別研 究員	三ツ橋 利彩	K230407	データ解 析・論文執 筆
	体育学学位 プログラム	博士前期課 程2年	于 欣陽	K230470	計画立案・ データ収 集・データ 解析・論文 執筆
3-2) 連携研究者 (学外)					
4) 研究協力者					