

私たちが福奏プロジェクトを応援しています！

校庭にあふれる 子どもたちの元気

元福岡市立横手小学校長
古田 秀人 氏



福岡大学と小学校との交流は、2018年に9年目に入ります。サッカーだけでなく、水泳など他のスポーツでも交流するようになりました。子どもたちを指導した福岡大学の学生の中には、小学校の教員を目指す人も出るなど、学生にとっても小学校での経験が生きています。今後はより多くの分野で、小学校との交流の輪が広がっていくことを期待しています。

スロージョギング®で 健康経営

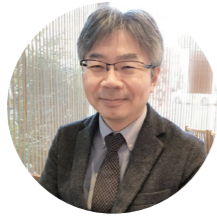
正興ITソリューション(株)
代表取締役社長
有江 勝利 氏



企業がその活力を保ち続けるためには、社員が健康でなければなりません。正興電機グループには、田中宏暁先生が提唱しておられるスロージョギング®を取り入れ、メタボリック症候群から脱した社員もいます。スロージョギング®継続のおかげでリバウンドもありません。福岡大学の研究成果をITと組み合わせて、より多くの人の健康づくりに貢献するのが、私たちの願いです。

産官学連携で 社会をもっと豊かに

(株)日立製作所 ヘルスケアビジネスユニット
経営戦略室 渉外部 部長代理
光城 元博 氏



少子高齢化・人口減社会に挑むには、多世代交流を通じてお互いに支え合いながら予防や健康づくりに取り組む、地域ケアシステム・健康管理プログラムの創出と社会実装が必要です。そのためには産業振興を担う企業、研究や人材育成を担う大学、まちづくりを担う行政による協創が不可欠です。福奏プロジェクトから世界を救う社会実装モデルが生まれることを願っています。

高齢者の活力を まちづくりに生かす

那珂川町長
武末 茂喜 氏



那珂川町は、福岡大学と連携して「認知症予防に関する研究事業」を実施しました。研究では、ニコニコベースのステップ運動などが、筋力アップや認知機能の向上に効果があることが実証されました。現在は、住民の方が主体となって、地域でステップ運動教室の開催やサークル活動が行われています。今後も研究事業の成果を活かし、健康で生き生きと暮らせるまちづくりを進めます。

ヘルスツーリズムを 福岡から世界に発信

ジャパン・メディカル&ヘルスツーリズムセンター所長
一般財団法人日本健康開発財団 メディカル&ヘルスケア事業部長
(株)JTB 事業開発室調査役
松嶋 孝典 氏



健康・医療の分野は、日本再興戦略に基づく国策として、国内に限らず国外も見据えた新たなサービス産業の創出機会として期待されています。国内においては、ヘルスツーリズム認証制度の運用が開始されます。また、海外に向けては、ヘルスツーリズムのプロモーション促進事業も計画されています。福岡大学様が掲げる『福奏プロジェクト』が、地域密着による社会の活力を生み出すことに留まらず、日本としては世界と共鳴する発信源となることを願っております。

笑顔で子育てできる 環境をつくろう

(株)フラウ
代表取締役社長
濱砂 圭子 氏



創業以来25年以上、福岡の子育て環境改善を提唱し、ベビーベッドの設置、授乳室の増設、子づれママの優先権など、具体的に町や意識を変えてきましたし、現在も生み育てやすい国づくりを目指して活動を続けています。『福奏プロジェクト』は大学や地域、行政、企業の真ん中に子育てママを置いた取り組みであり、大変期待しています。子育ての笑顔が輝く福岡市を産学官連携で創っていきましょう！



人をつくり、時代を拓く。



FUKUSOU PROJECT 福奏プロジェクト

出生前から老年期まで
各年代で遭遇する健康上の課題を
福岡大学の「知」で解決し、
人々の福(ハッピー)を奏でます。

福岡大学 研究ブランディング事業 福奏プロジェクト

〒814-0180 福岡市城南区七隈八丁目19番1号 TEL:092-871-6631(代表)[内線 6713・6767]

特設サイトはこちら ▶ <http://www.suisin.fukuoka-u.ac.jp/home1/branding/>

福奏プロジェクト

検索

スマホからはこちら



福岡大学の「知」で健康持続社会をつくる

このたび、福岡大学は福奏プロジェクト（福岡大学研究ブランディング事業）として、これまでの研究成果をさらに発展させ、地域の方々の出生前から老年期に至るライフステージの健康課題の解決に取り組めます。

3つの研究チームの連携により、子育て対策や学童期・思春期の学校適応と体力向上、中高年期の健康づくりや社会活動支援を通して、健康持続社会の実現を目指します。

本学が掲げる「Active福岡大学」のもと、積極的に地域や産業界との連携を深め、地域貢献を推進するとともに大学ブランド力の向上に努めてまいります。



福岡大学 学長
山口 政俊



福岡大学は1934年に福岡高等商業学校として創立。建学の精神として「思想堅実」「穏健中正」「質実剛健」「積極進取」を掲げています。



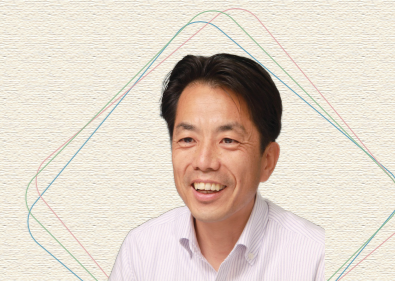
福岡県副知事
大曲 昭恵 氏

福岡県副知事より応援メッセージ

誰もが元気で健康に暮らせる社会に

生涯を通して誰もが元気で健康に暮らせること、それが福岡県が目指す社会です。出生前から高齢期に至るまで、それぞれのライフステージで健康でいることが、人生を豊かに過ごせる第一歩ではないかと思えます。この産学官連携プロジェクトが非常に大きな成果となりますことを、お祈り致します。研究の成果を楽しみにしております。

学部横断的な3つの研究チーム



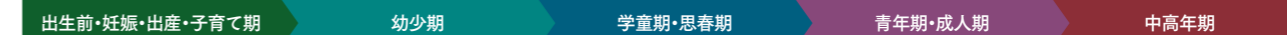
研究統括責任者
檜垣 靖樹
(スポーツ健康科学研究科長、スポーツ科学部教授)

福岡大学は全国で唯一、ひとつのキャンパス内に人文科学(人文学部)、社会科学(法・経・商・商二各学部)、自然科学(理・工・医・薬・スポーツ科各学部)からなる9学部31学科を擁する西日本屈指の私立総合大学です。これまで、進藤宗洋名誉教授、田中宏暁教授を中心とした研究グループは、ニコニコベース®やスロージョギング®を主体とした生活習慣病の予防と改善に関するエビデンスを発信してきました。1991年には、世界保健機構(WHO)が高血圧の運動療法のガイドラインにニコニコベース®の運動強度を採用し、その後、肥満症治療、糖尿病治療、動脈硬化症治療など、生活習慣病の治療ガイドラインにも採用されました。また、大学構内の常設施設としては全国初の学校適応支援施設「ゆとりあ」を基盤とした通級型支援活動・研究などの支援・成果を発信してきました。福岡県で初の指定を受けた総合周産期母子医療センターはハイリスク妊産婦・新生児の医療・健康問題の研究を行ってきました。福奏プロジェクトでは、こうした福岡大学の特徴を生かし、学部横断的に3つの研究チームを立ち上げました。各チームの研究者は、産業界や行政などと連携・協働しながら、「出生前・妊娠・出産・子育て期」「学童期・思春期～青年期」「中高年期」における健康上の課題の解決に取り組んでいきます。田中宏暁教授(身体活動研究所長)が開発し、世界的に高く評価されているスロージョギング®を核に、観光や食事と組み合わせた「ヘルスツーリズム」を開発するなど、ユニークな研究課題が進行中です。

ライフタイムにおける活力形成による健康な時間の創造 ～福奏プロジェクト～

3つの研究を連携させ、健康時間の創造を可能とする先進プログラムを開発し、これを広く社会に普及させます。

Team 1	子どもといる生活の研究チーム	Team 2	学校適応支援・活力ある人間形成の研究チーム	Team 3	社会活動支援・活力ある高齢者の研究チーム
	地域で支える子育て支援プログラムに関する研究		大学資源を活用した健全・健康な発達支援プログラムに関する研究		高齢者サポートモデル及びスロージョギング®による効果的な予防プログラムに関する研究
	支援必要者の把握ニーズに応じた講座の配置		ソーシャルスキルズトレーニング介入		ヘルスツーリズム(運動×食×観光)の開発
	自治体と連携した事業展開		新体力テスト分析による個別・適正評価方法の作成		サイバニクス先進技術を用いた人にやさしいプログラムの開発
	『小児科かかりつけ医師』との連携モデル作成		体力向上スポーツプログラム専門的なスポーツ指導者		高齢者活動広域的サポート事業の開発
	●福岡市「こども未来局」こども発達支援課 ●地域の小児科・保育士・幼稚園教諭・養護教諭		●教育委員会、小中学校 ●教職員、保護者		●日本スロージョギング協会 ●旅行会社 ●西部ガス・カスタマーサービス(株) ●社会福祉協議会 ●市消防署
	学 ← 官		学 ← 官		学 ← 産 ← 官



医学・看護の専門家が子育て・孫育てを強力バックアップ



チームリーダー
廣瀬 伸一
(医学部教授、てんかん分子病態研究所長)

Task 健康上の課題 子どもを持つ親世代の妊娠・出産・育児に対する不安が、産後うつ病や子どもへの虐待を招いています。

Project 福奏プロジェクト 親世代、さらには祖父母世代に対して、妊娠前、妊娠中、出産・育児期それぞれに応じた講座を定期的で開催し、切れ目のない支援を提供します。小児科医、保健師、助産師、看護師、養護教諭の協力の下、子どもの「かかりつけ小児科医」を決め、必要に応じて自治体のケースワーカーとも連携する体制をつくります。

Achievement 期待される成果 他職種連携、地域ぐるみで子育てを支援することにより、親世代の不安が軽減し、子どもが健康に育つ環境を実現します。



ママになる方とご家族(ママ・パパ・祖父母)地域で子育てに関われる方に向けた子育て講座

子どもの親や祖父母を対象に、子育ての新常識を伝える講座を開催

ステージに合わせた講座を準備 参加者同士の交流も



リーダー
宮城 由美子
(医学部教授)

子どもの幸せ



子育ての不安軽減
児童虐待の防止

GCU退院後の親子交流

小児科選び・小児科マップ
福岡市子ども未来局

育児期

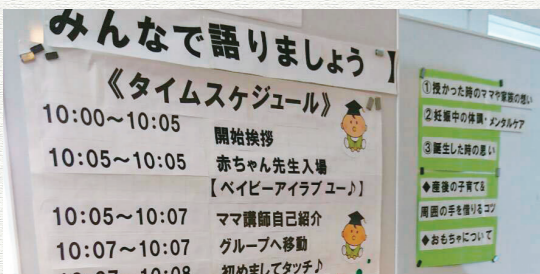
- 外来看護師さんのほっとステーション
- 保育士さんの勉強会
- パパもママも子育て勉強中

妊娠期

- ステキなおじいちゃん・おばあちゃん
- プレママ・パパスクール

妊娠前

- 未来のママ・パパスクール



子どもたちが社会に適應する力をつける



チームリーダー(～平成29年3月31日)
林 幹男
(人文学部教授)



チームリーダー
皿田 洋子
(人文学部教授)

Task 健康上の課題 子どもが学校生活になじめず、いじめや不登校が起きています。

Project 福奏プロジェクト 臨床心理センターの附属施設「ゆとりあ」で培った経験を生かし、小・中学校の児童・生徒にSST(ソーシャル・スキルズ・トレーニング)を実施します。SSTは、認知行動療法と社会学習理論を基盤にした支援方法で、ロールプレイやよかったところのフィードバックを通じて対人コミュニケーション能力を高めます。

Achievement 期待される成果 いじめや不登校を未然に防ぎ、子どもがたくましく生きる力を伸ばします。



友だちとの接し方を学ぶ



ポテトチップス作り(「ゆとりあ」にて)

自己評価と抑うつ得点の変化(「ゆとりあ」における取り組み)

	N=7	pre	post	t値(両側)
学業能力		11.1 (2.67)	12.4 (2.76)	1.65 n.s.
対人関係		12.6 (2.37)	15.3 (3.04)	4.21 ***
運動能力		11.4 (2.64)	13.4 (2.76)	2.65 **
容姿		13.7 (2.29)	13.1 (2.34)	0.73 n.s.
規範行動		13.7 (2.29)	14.5 (1.72)	1.55 n.s.
全体的自己価値		13.7 (3.35)	16.3 (3.73)	2.41 *
抑うつ		13.1 (6.44)	11.4 (6.45)	1.69 n.s.

() :SD, ***:p<0.01, **:p<0.05, *:p<0.10 (松永邦裕: カウンセリング研究, 2012)

学生アスリートが小学校の体育授業を応援

Task 健康上の課題 低出生体重児や早生まれの子どもは児童期の体力が低く、発育・体力レベルに応じた運動指導が求められています。

Project 福奏プロジェクト 福岡市教育委員会等と2011年度より行ってきた児童・生徒の体力評価の結果を反映させる形で、運動神経を効果的に高めるコーディネーショントレーニングや、体力に応じた運動指導を行います。福岡大の運動部に所属する学生アスリートが、小学生を直接指導します。福岡市の全小中学校へ、コーディネーショントレーニングのマニュアル(書籍およびDVD)を配布する計画です。

Achievement 期待される成果 子どもの体力はもとより協調性や頑張る力を伸ばし、健全な成長を促します。

楽しくできる
コーディネーション
トレーニングを提案



リーダー
乾 眞寛
(スポーツ学部教授)



小学校サッカー授業支援

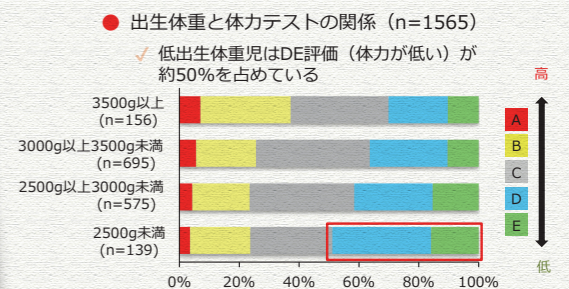


小学校教諭向けスノーケリング講習会



小学校水泳授業支援

小学校児童(福岡市)の体力データを解析



(安方博ら: Research(福岡大学研究推進部), 2016より改変)

スロージョギング®で年を重ねても元気に



チームリーダー(平成30年3月31日)
田中 宏暁
(スポーツ科学部教授、身体活動研究所長)



チームリーダー
上原 吉就
(スポーツ科学部教授、身体活動研究所)

Task 健康上の課題

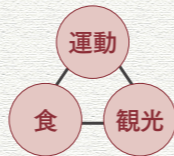
人口の高齢化により、生活習慣病、転倒・骨折、認知症が急増しています。これらにより医療費の高騰が問題になっています。

Project 福奏プロジェクト

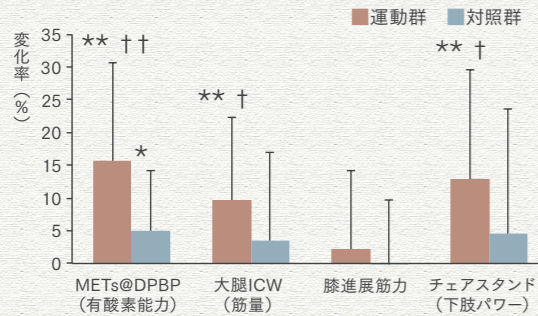
疲れな程度の遅い速度で長く走るスロージョギング®は、減量、筋力アップはもとより生活習慣病予防や認知機能の維持・向上に有効であることを実証しました。スロージョギング®に食事や観光を組み合わせたヘルスツーリズムを開発し、世界中の人々に広めます。

Achievement 期待される成果

生活習慣病、転倒・骨折、認知症を予防する健康先進プログラムを開発します。健康寿命をさらに伸ばし、医療費を削減します。



スロージョギング®による運動介入



* P<0.05, ** P<0.01, PRE vs. POST
† P<0.05, †† P<0.01, 交互作用, ANOVA (群×時間)
● 高齢者75名(70.8±4.0歳)
● 運動群(n=37)、対照群(n=38)に無作為割り付け
● 12週間
● 1分走行1分歩行を1セットとし80セット/週を目標
● 有酸素能力、筋力、筋量(多周波生体電気インピーダンス法)を評価

(Ikenaga, M et al. Eur J Appl Physiol. 2016.)

ヘルスツーリズムを活用した健康づくり支援



■ 食事の改善

満足度 90%

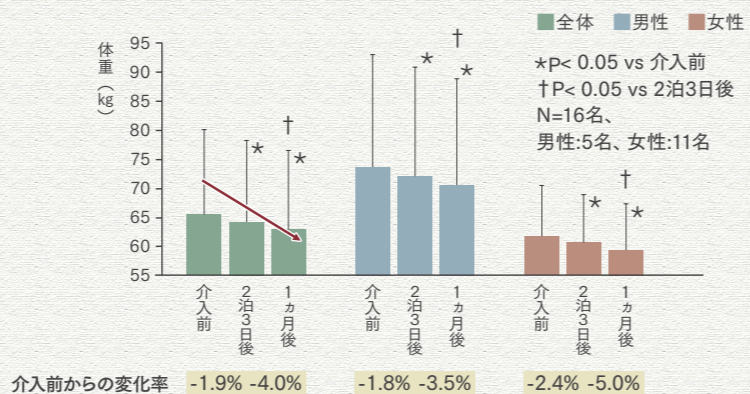
■ 身体活動の増加

満足度 80%

エネルギー制限食(糖尿病の食事療法と同等) スロージョギング®

満足度が高く、1週間のヘルスツーリズムにおいて体脂肪量が3.7%減少した

自己コントロール期間後の体重の変化 (2泊3日型ヘルスツーリズム)



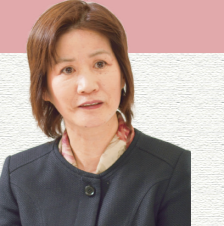
自己コントロール期間中においても体重が有意に減少した

福岡大学から世界に発信!



米国空軍トレーニング法 スロージョギング®を採用

企業と協働で一人暮らし高齢者を支援



リーダー
馬場 みちえ
(医学部准教授)

Task 健康上の課題

一人暮らしの高齢者が増え、家庭内での事故や孤独死が懸念されます。

Project 福奏プロジェクト

福岡県を基盤とするガス会社と協働。定期的に顧客宅を訪問する検針員向けに看護の専門家がコミュニケーションスキルの研修を実施、高齢者への挨拶、声かけを行います。

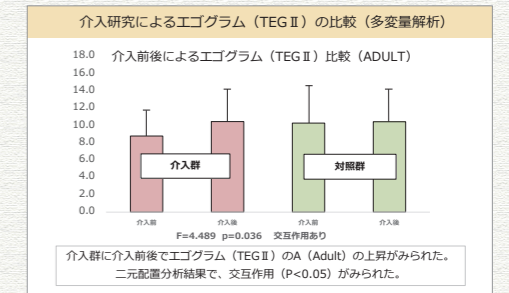
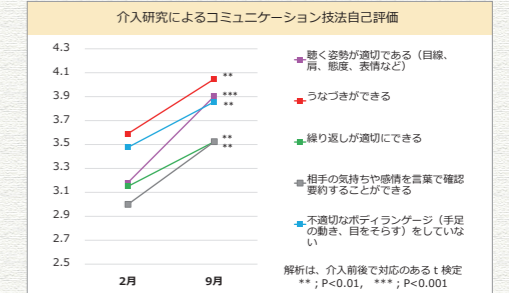
Achievement 期待される成果

産官学連携で、地域ぐるみの「見守りネットワーク」を構築します。



高齢者の模擬体験演習 検針員の実習風景

2018年3月に、あなたにもできる見守りネットワーク「もしものためのハンドブック(12ページカラー刷)」を作成した。今後、介入研究のテキストとして活用する。



(馬場みちえら、第37回日本看護科学学会学術集会、2017より改編)

漢方の力で認知症を予防

Task 健康上の課題

認知症に対する有効な治療・予防薬はまだまだ開発されていません。

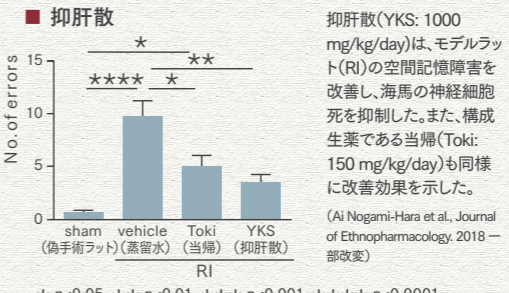
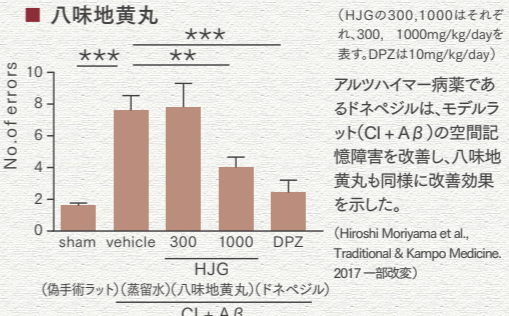
Project 福奏プロジェクト

漢方薬の抑肝散や八味地黄丸には記憶障害や睡眠障害を改善する効果があることが、動物実験で認められました。これらの漢方薬の作用メカニズムを解明し、認知症の予防対策に生かします。さらに、スロージョギング®と組み合わせることにより、高齢者の虚弱(フレイル)を防ぎます。

Achievement 期待される成果

認知症やフレイルを未然に防ぎ、健康寿命の延伸につなげます。

8方向放射状迷路課題での誤選択数



* p<0.05, ** p<0.01, *** p<0.001, **** p<0.0001 Tukey's multiple comparisons test



リーダー
岩崎 克典
(薬学部教授、加齢脳科学研究所長)



漢方薬の効果を実証して医療に貢献

