

健康先進プログラム

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～

福岡大学研究ブランディング事業 福奏プロジェクト 研究統括責任者

福岡大学大学院 スポーツ健康科学研究科長

基盤研究機関 身体活動研究所 所長

檜垣 靖樹

「積極進取」の気概を持って活力と魅力あふれる大学

長期ビジョン

(2014-2023)

- ・時代の要請や社会のニーズに対応した教育・研究・医療の提供
- ・福岡を中心とする地域の活性化と発展の促進



建学の精神

- 「思想堅実」
- 「穏健中正」
- 「質実剛健」
- 「積極進取」

スローガン

「人をつくり、時代を拓く。」

ワンキャンパスにすべての学部が集結

人文

法

経済

商
商二

理

工

医

薬

スポーツ
科

エネルギーである
親しみが持てる
自由闊達である

精神的にタフである
面白味がある

個性的である
存在感がある

キャンパスに活気がある
スポーツ活動に熱心に取り組む
広報活動に力を入れている

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 ～

福奏とは、地域の助け合いを基盤に、人々の福(ハッピー)を奏でることにより、健康持続社会の実現を目指す

総合周産期母子医療センター (福岡県で初の指定)

- ・ハイリスク妊産婦
- ・新生児の医療
- ・健康問題

学校適応支援教室 ゆとりあ (全国初の大学構内常設施設)

- ・通級型支援活動
- ・Social Skill Trainingsの開発
- ・児童のスポーツ学習支援

身体活動研究所

運動所要量のエビデンス
WHO高血圧治療ガイドに採用

- ・生活習慣病の運動療法
- ・スロージョギング
- ・メンタルサポート研究会



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る



健康持続社会の実現

健康な時間の創造

健康寿命の延伸

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 ～

チーム
リーダー



医学部教授
てんかん分子病態研究所長
廣瀬 伸一



元人文学部教授
林 幹男
(～H29.3.31)



人文学部教授
皿田 洋子
(H29.4.1～)



元スポーツ科学部教授
元身体活動研究所長
田中 宏暁
(～H30.3.31)



スポーツ科学部教授
上原 吉就
(H30.4.1～)

1 子どもといる生活の研究チーム

支援必要者の把握
ニーズに応じた講座の配置

自治体と連携したSNS配信

「小児科かかりつけ医師」との
連携モデル作成

- 福岡市「こども未来局」こども発達支援課
- 地域の小児科医・保育士・幼稚園教諭・養護教諭



2 学校適応・活力ある人間形成の研究チーム

ソーシャルスキルトレーニング介入

新体力テスト分析による
個別・適正評価方法の作成

体力向上スポーツプログラム
専門的なスポーツ指導者

- 教育委員会、小中学校
- 教職員、保護者



3 社会活動支援・活力ある高齢者の研究チーム

ヘルスツーリズム
(運動×食×観光)の開発

健康食品や漢方薬を用いて
認知症・認知機能への効果検証

高齢者活動
広域的サポート事業の開発

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

- 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



福岡大学生
→アクティブ、タフ

出生前・妊娠・出産・子育て期

幼少期

学童期・思春期

青年期・成人期

中高年期



出生前・妊娠、出産及び子育て期の こどもという生活支援

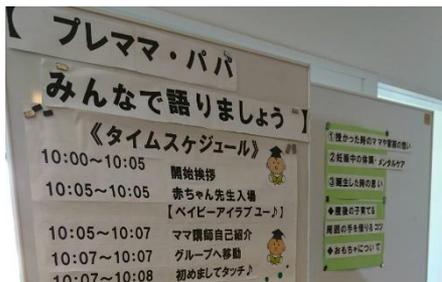
医学部看護学科教授
塚原 ひとみ・宮城 由美子

課題：地域・家庭の子育て力を強化し、妊産婦・育児期の
母親の孤立化を防ぎ、就学前の「こどもという生活」を支える

ステージに合わせた講座を準備
参加者同士の交流も

子育ての不安軽減
児童虐待の防止

- ✓ 医学的なハイリスク、社会的ハイリスク妊婦の孤立化防止
- ✓ 家族(夫や祖父母)を含めた子育て支援力の強化
- ✓ 妊娠期の日常生活の改善、育児不安・産後うつなどへの対応、お産後早期の支援要望の確認



産 ✓(株)フラウと連携
【講座の紹介、子育て関連イベントへの参加】

GCU退院後の
親子交流

小児科選び・小児科マップ

福岡市こども未来局

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

「生きる力」が育つ学校文化を創る

人文学部教授 皿田 洋子

小学4年生

中学1年生

3年間に渡るSocial Skills Training (SST)の実施と検証

☆結果を社会に公表
・報告書
・公開シンポジウム

個体的条件・特性

学校生活における適応力 (Social Skills)

↑

- ・自尊(肯定)感 ・自己効力感 ・ストレス
- ・コーピング ・達成動機 ・主体性 ・自他尊重
- ・信頼 ・集団(社会)適応 ・貢献

逞しく生きる力(Life Skills)



(例: 友だちとの接し方を学ぶ)

- ⇒不登校・引きこもり・いじめ等の予防(減少)
- ⇒ambitiousな児童生徒・学校文化、学級(学校)の活力・協働性の向上
- ⇒活力ある人生・社会構成員

社会的経験 (Social Skills の獲得)

体力評価と体育支援

2011年～

2017年～2018年～

2018～2019年～

スポーツ科学部教授 乾 真寛

体力テストデータの解析



- ✓体格 ✓生まれ月
- ✓出生体重 ✓生活習慣
- ✓(学力)

これらの要因と体力レベルとの関係进行分析

体力テスト結果へ影響を及ぼす様々な要因

- ✓体格(→個人差の大きい時期)
- ✓生まれ月(→学童期にとっての『1年間』のもつ“重み”)
- ✓出生体重(→現在の体格や体力との関係性が示唆)

◎各要因を考慮した上でテスト結果の標準化

- ◆児童が、今以上に前向きな姿勢で体育・運動・スポーツ活動へ取り組める環境の整備を目指します。
- ◆未来へ向け適切な課題設定に繋がります。

産 ✓ミズノ(株)と連携・協力協定



- 時代に即した体育のあり方を提案
- 子供の健全な成長をサポート
- これまでの指導実績を更にブラッシュアップ



スポーツ科学部教授
上原 吉就

運動



ニコニコペース®
ステップ運動、スロージョギング®
ヘルスツーリズム

運動

スロージョギング®

食

観光

観光

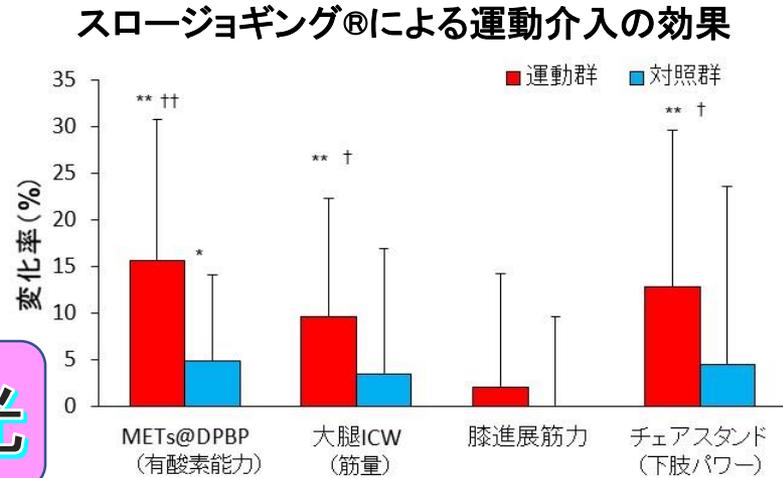


朝150kcal 昼350kcal



夕658kcal

- ・豊富な食材 ・栄養バランス
- ・低カロリーで満足感
- ・器と盛りつけ(視覚的楽しみ)



* $P < 0.05$, ** $P < 0.01$, PRE vs. POST
 † $P < 0.05$, †† $P < 0.01$, 交互作用, ANOVA (群 × 時間)
 (Ikenaga M et al., Eur J Appl Physiol. 2016)

健康食品や漢方薬の認知症・認知機能に対する効果検証

雇用・産業の創出へ



仮称) ヘルスツーリズム
エグゼクティブインストラクター

産

- ✓福岡安全センター(株) / (一社)日本スロージョギング協会と連携【プログラムの遂行】
- ✓JTBメディカル&ヘルスケア / (株)JTBベネフィットと連携【販売斡旋】
- ✓ロイヤルガーデンカフェ大濠公園と連携【食】
- ✓食品会社とダイエット料理の共同開発を模索
- ✓スポーツ / 運動専門職との協力体制構築

- ・非日常的な生活スタイルを取り入れた宿泊型プログラムで短期間減量を目指す
- ・運動面、食事面から日常生活を見直す

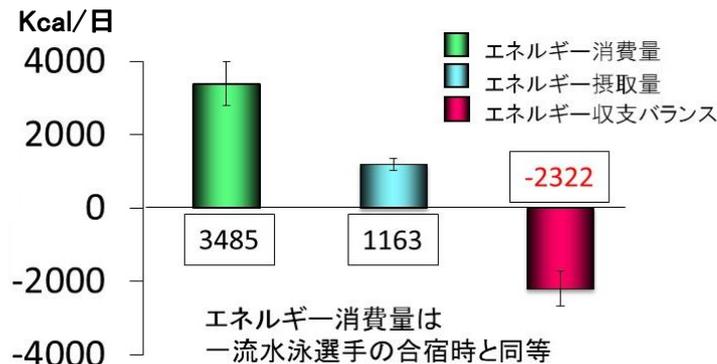
スロージョギングの実施風景



スケジュール

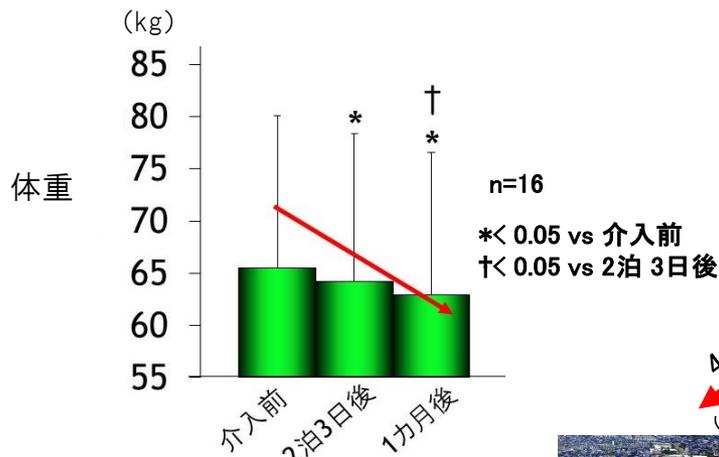
- ✓ 2泊3日合宿
- ✓ 1ヶ月間の自己管理+支援期間
- ✓ 1ヶ月後に評価・結果報告会・懇親会(日帰り)

●1日のスケジュール



1日トータル約1,200kcalの食事
朝昼抑えて、夕食はボリューム満点!

●自己コントロール期間後の体重の変化



水と緑のオアシス 大濠公園(福岡市)

(大濠公園HPより)



本学



宿泊施設

4~5km (地下鉄で5駅)

4~5km (地下鉄で5駅)

1km



朝

昼

夕



薬学部教授 岩崎 克典

活力ある高齢者社会

- ✓(株)ツムラと連携
- ✓健康食品・薬膳料理等の共同研究開発を検討

これまでに明らかにしてきたこと

1. 漢方薬の抑肝散がアルツハイマー型認知症の周辺症状に有効

- ✓動物実験で有効性を確認
- ✓抑肝散の脳内での作用機序を解明
- ✓治療だけでなく予防に有効

2. 漢方薬の八味地黄丸が糖尿病・認知症に有効

- ✓動物実験で血糖降下作用を確認
- ✓糖尿病の認知症患者の記憶障害に有効
- ✓八味地黄丸は直接脳内に入って作用するだけでなく、腸管ホルモン(インクレチン)を賦活して症状を緩解することを発見(腸管と漢方を提言)



高齢者の腎虚(尿が近い、疲れやすい、転びやすい)＝フレイルに漢方薬が有効であることを実証。さらに、運動と漢方を組み合わせると、よりよい効果が期待できる。

企業が熱望: 我が国で福岡大学だけが実証経験がある。信頼できる。

患者が熱望: 西洋薬では無理、本当に効くのならすぐに飲みたい。

社会的問題
独居
閉じこもり

フレイル
予防

認知症
サルコペニア
ロコモ



天然物・漢方



スロージョギング®
ヘルスツーリズム

- ✓漢方薬を上手に使うって認知症を防ぐ
- ✓漢方薬の効果を科学で明らかにする
- ✓高齢者のフレイル(身体・精神の弱り)を漢方と運動で抑制する

本当に効くの? いつから、どのように服用?
医師・薬剤師・患者に安心・信頼をもたらす
適度の運動と漢方薬を併用する利点 etc

医学部看護学科准教授
馬場 みちえ

看護学科
高齢者社会参加サポートチーム

地域企業及び自治体との連携

高齢者孤立防止
高齢者社会参加促進

平成32年度
質の高い高齢者サポートモデル

新高齢者サポート
有効性
福大方式確立

独居高齢者訪問
ふれあいサロン
参加・新設

平成30年度-31年度
企業社員による高齢者サポートの実施
↓ 育成・展開プログラム
他企業・一般地域住民(壮年期)研修

プログラム洗練
有効性評価研究

企業・自治体・大学
連携

平成28年度-29年度
西部ガスCS・看護学科・福岡市産学官連携事業
看護学科:健康とコミュニケーションスキル
↓ 育成プログラム
企業社員への高齢者サポート研修

新しい人材育成介入
プログラム開発
介入・評価研究

看護学科
健康
ケアというまなざし
コミュニケーションスキル



地域(行政)・看護学科・企業が発信する高齢者サポートモデル

見守りネットワーク



- ✓西部ガス・カスタマーサービス(株)と連携【検針員に研修を実施】
- ✓インフラ系企業等、戸別訪問を行う企業との連携を模索



高齢者の模擬体験演習



ガス会社検針員の実習風景

実現

ブランディング戦略

事業計画

事業報告

策定

提言

諮問

諮問

学長
(リーダーシップ)

提言

諮問

成長戦略会議

成長戦略

提言・報告

諮問

研究ブランディング事業

基本計画委員会

経営
戦略

教育改革
戦略

国際化
戦略

地域貢献
戦略

研究高度化
戦略

学部・研究科

経営
部門

教学
部門

国際化
部門

地域貢献
部門

研究推進
部門

研究ブランディング推進会議

研究ブランディング
戦略

福奏プロジェクト

妊娠・出産及び子育て期
の子どもといる生活支援

学童期の学校適応支援・
活力ある人間形成支援

中高年期の社会活動支
援・活力ある高齢者支援

広報戦略

広報課

情報発信、情報の到達の把握、プロモーション、関心・共感の獲得、協力・評価の獲得

自己点検・評価

自己点検・評価推進会議

自己点検・評価委員会

研究推進本部会議

外部評価

本学の研究を戦略的に推進する組織

研究推進部

研究推進課（研究部門を所管）

産学知財課（産学知財部門を所管）

研究部門

基盤研究機関

9研究所

福岡・東アジア・地域共生研究所
心臓・血管研究所
次世代がん治療研究所 etc

推奨研究プロジェクト

研究チーム

総合科学・領域別研究部

研究チーム

産学知財部門

産学官連携研究機関

11研究所

資源循環・環境制御システム研究所
半導体実装研究所
ライフ・イノベーション医学研究所
水循環・生態系再生研究所
機能・構造マテリアル研究所 etc

産学官連携センター

センター長、コーディネートスタッフ
（産学官連携コーディネーター等）

知的財産センター

センター長、弁理士、発明審査委員

資金の好循環

- ・本研究は平成29年度 文部科学省 私立大学研究ブランディング事業に選定
- ・受託 / 共同研究、研究助成寄附金等の多様な外部資金の獲得体制を整備

知の好循環

- ・本学出身の企業経営者で構成する福岡大学産学連携協議会(会員79社)を設立し、定期的なセミナーの開催等を通じて、最新の情報(研究シーズ等)を発信すると共に連携を確保
- ・着実に特許出願数を増やしてきており、現在計99の特許を取得
- ・TLO(技術移転機関)への業務委託を行い、本学保有特許等を有効活用
- ・スロージョギング®は国内のみならず、韓国・ポーランド・米国等でも採用されており、さらに海外展開(ドイツ・スイス等)を進める計画

人材の好循環

- ・本学の教職員が民間企業等から研究員を受け入れて、共同研究の実施

「組織」対「組織」の大型共同研究

- ・本学と包括連携協定を結んでいる福岡市および福岡大学産学連携協議会の協力を得て、地域や産業界等との連携強化を図る

大学発ベンチャー

- ・大学発ベンチャーの認定に向けて学内規程等を整備する計画

お問い合わせ先

福岡大学 産学官連携センター

◆TEL:092-871-6631

◆FAX:092-866-2308

◆E-mail: sanchi@adm.fukuoka-u.ac.jp

✓食品会社とダイエット料理の
共同開発

✓スポーツ / 運動専門職との
協力体制構築

✓健康食品・薬膳料理等の共
同研究開発

✓製薬会社から研究人材を受
け入れ漢方等に係る共同研
究の実施

✓インフラ系企業等、戸別訪
問を行う企業との連携

✓自治体や他大学との連携