

令和4年10月12日
福岡市福祉局
福岡100推進課

市政記者各位

福岡100 PARTNERS プレゼンツ

LIFE-UP PARK を開催します

福岡100 PARTNERS（パートナーズ）の**20事業者**が集まり、市民の皆さんが自分のからだを見つめ直し、運動など健康づくりに取り組むきっかけづくりのために、福岡100PARTNERS プレゼンツ『LIFE-UP PARK』を、10月30日（日）に開催いたします。

市民の皆さんが、様々なブースでの体験などを通じて、人生100年時代を自分らしく暮らすヒントに触れることができるイベントとなっていますので、広報のご協力よろしくお願いいたします。

『LIFE-UP PARK』の概要

～「いつまでも健やかに暮らす」ために「今できること」「今からすること」を知り、ココロとカラダを“ととのえる”～

人生100年時代に向けて、市民の皆さんが、自分のからだを見つめ直し、運動など健康づくりに取り組むきっかけづくりのため、福岡100 PARTNERSに登録している企業が、様々なコンテンツを提供します。

- 実施日時：令和4年10月30日（日）10：00～16：00
- 実施場所：海の中道海浜公園 子供の広場（東区西戸崎）
- 参加費：無料 ※10/30は、海の中道海浜公園入園料も無料。駐車場利用は有料。
- 実施内容

福岡100
PARTNERS

★学んでととのう

管理栄養士による相談ブース、心電図・骨密度などの測定、うつ病についてのVR体験

★ケアでととのう

スキンケアの提案、肌分析やハンドマッサージ体験、お口の健康状態チェック

★運動でととのう

ヨガ体験会、筋バランス・筋力・柔軟性チェック、体力測定会、10分ランチフィットネス

★野菜でととのう

ベジチェック、有機野菜の販売、野菜生活やピクルスが作れるボトル配布

など

※詳細は、チラシ又はホームページをご確認ください。

<取材について>

当日、取材を希望される場合は、事前に下記事務局までご連絡ください。

福岡100PARTNERS事務局
TEL：092-401-3456

福岡100PARTNERS
公式HP



お問い合わせ先

福祉局 福岡100推進課
担当 奥田・中園
TEL：092-711-4543（内線2056）

「運動すること」の重要性について

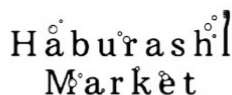
- 令和4年1月31日に発表した、「福岡市と九州大学が連携した健康づくり施策に関するデータ分析」によると、福岡市民が将来の要介護状態の発症を予防するには、“やせ”や“歩行速度の低下”を防ぐことなどが重要であることが示唆されています。

<データ分析概要> ※詳細は別紙を参照下さい。

- ・2012年～2020年の8年間、福岡市民13,480名を追跡。
- ・身体状況や生活習慣において、“やせ（BMI18.5以下）”の者は、要介護の発生リスクが優位に高かった。“同年代と比較して歩行速度が速い”と答えた者はその発症リスクが有意に低かった。
- ・“やせ”や“歩行速度”は筋肉量や筋力を反映しており、筋肉量および筋力低下も要介護状態の危険因子であると考えられる。

※福岡市では行政が保有する医療や介護、健診等に関するビッグデータを一元的に集約した「地域包括ケア情報プラットフォーム」を構築しており、令和2年7月、九州大学と覚書を締結し、連携してデータ分析を行っています。

『LIFE-UP PARK』参加 PARTNERS



<20 事業者>

「福岡 100 PARTNERS」とは



「健康づくり」や「社会参加」、「生涯学習」などの様々な分野で、人生100年時代にむけた市民一人ひとりのチャレンジを、福岡市と一緒に応援してくれる事業者（企業・大学など）が参加。本取組みのように福岡100PARTNERSが連携し、市民のみなさんが「人生100年時代」を豊かに暮らしていくための新しい出会いや発見につながる取組みを実施しています。

福岡100 PARTNERS プレゼンツ

LIFE-LIP PARK

～「いつまでも健やかに暮らす」ために
「今できること」「今からすること」を知り、
ココロとカラダを“ととのえる”～

日時 **10/30** 日 10:00 - 16:00

場所 **海の中道海浜公園・子供の広場**

※10/30は、公園入場料無料 ※駐車場利用は有料となります。

福岡市ロコモシンドローム啓発イベント『**ロコモっぽ**』も同時開催!

※悪天候時中止

4つのテーマエリアを巡って、自分のからだを見つめ直し、学んで、ケアして、
運動や野菜をキーワードに“ととのう”を体感しよう。

参加費
無料
(一部有料)

学んで ととのう

- 管理栄養士や薬剤師による相談ブースなど

株式会社 **新生堂薬局**

- 心電図、血圧などの測定

OMRON

- 身近に潜むうつ病とは? VR体験



- 罹患リスクと疾病ごとの平均費用をシミュレーション

- 無料レシピアプリの紹介



- 脱水症状の見分け方と水分補給の仕方
イオンウォーター配布



ケアで ととのう

- 家族みんなのできるスキンケアのご提案

ROHTO

- プロによる肌分析やハンドマッサージ体験

POLA

- お口の健康状態チェック

Haburashi Market

- 大人のためのプロテインの配布



運動で ととのう

- 青空ヨガ体験会



ほろろとしく

- ミライカラダ点検
筋バランス、筋力、柔軟性をチェック

SPORTS CLUB NAS

- 簡単健康・体力測定会

RENAISSANCE 24

- 10分ランチフィットネス

PARADISO

野菜で ととのう

- ベジチェック

明治安田生命

- 野菜生活の配布

KAGOME

- 有機野菜の販売



- ミツカン
「KI酢NA project」
ピクルスが作れる
ボトルの配布

mizkan
やがて、いのちが変わるもの。

- 手指消毒ブース ステージイベント
みんなであわあわ手あらいの歌練習

kaō
きれいをここに未来に

- ふくおか散歩
ポイントミッション

西日本新聞社

- 遺伝子検査キット
プレゼント

Genoplan

福岡100

お問い合わせ先

福岡100PARTNERS事務局
TEL:092-401-3456 (平日10時～17時)

福岡市政担当記者各位

令和4年1月31日

「早歩き」で、
要介護リスク半分！

福岡市民の要介護状態予防因子解析

～ 福岡市と九州大学の健康づくり施策に関するデータ分析連携 ～

福岡市では、人生100年時代の到来を見据え、誰もが心身ともに健康で自分らしく暮らせる持続可能なまちを目指すプロジェクト『福岡100』を進めております。

この取組みの一つとして、福岡市では行政が保有する医療や介護、健診等に関するビッグデータを一元的に集約した「地域包括ケア情報プラットフォーム」を構築しており、令和2年7月、九州大学と覚書を締結し、連携してデータ分析を行っています。（令和2年7月31日にお知らせ 別添参照）

データ分析から、福岡市民が将来の要介護状態の発症を予防するには、“咀嚼能力の向上”、“朝食を食べる”こと、“やせ”や“歩行速度の低下”を防ぐことが重要であることが示唆されており、この度、九州大学大学院医学研究院衛生・公衆衛生分野の二宮利治教授から発表されましたので、その概要をご案内します。

分析概要

【分析対象】

2012年4月時点で57-64歳かつ同年度に健診を受診した要支援・要介護と認定されていない福岡市民のうち、2020年度まで追跡できた13,480名。

【分析結果】

追跡期間8年間の間に、421人が要介護1以上に認定された（3.1%）。解析の結果、身体状況や生活習慣において、“やせ（BMI18.5以下）”、“喫煙習慣あり”、“朝食を食べない者”は、要介護の発生のリスクが有意に高く、“同年代と比較して歩行速度が速い”と答えた者はその発症リスクが有意に低かった。

また、“咀嚼能力の低下”も要介護発生のリスク上昇と関連している。（R2年度に別途分析した結果）

身体状況・生活習慣	要介護発生リスク
やせ	2.17倍
同年代と比較して歩行速度が速くない	1.86倍
*噛みにくいことがある／ほとんど噛めない	1.51倍
喫煙習慣あり	1.29倍
週3回以上朝食を食べない	1.27倍

* 65歳以上の横断研究の成績より

【考察】

“喫煙習慣”、“朝食を食べない”ことは、生活習慣病の危険因子であることから要介護状態の発生リスクを高めると考えられる。さらに、“やせ”や“歩行速度”は筋肉量や筋力を反映しており、**筋肉量および筋力低下も要介護状態の危険因子である**と考えられる。

【今後の取組みについて】

福岡市では、今回判明した危険因子の防止につながる施策を企画・検討していきます。実施が決まりましたら、お知らせいたします。

【問い合わせ先】

保健福祉局総務企画部政策推進課 担当：中村
TEL：092-733-5343 FAX：092-733-5587

令和2年7月31日

保健福祉局

国立大学法人九州大学

市政記者各位

福岡市と九州大学の 健康づくり施策に関する連携について

福岡市では、人生100年時代の到来を見据え、誰もが心身ともに健康で自分らしく暮らせる持続可能なまちを目指すプロジェクト『福岡100』を進めております。

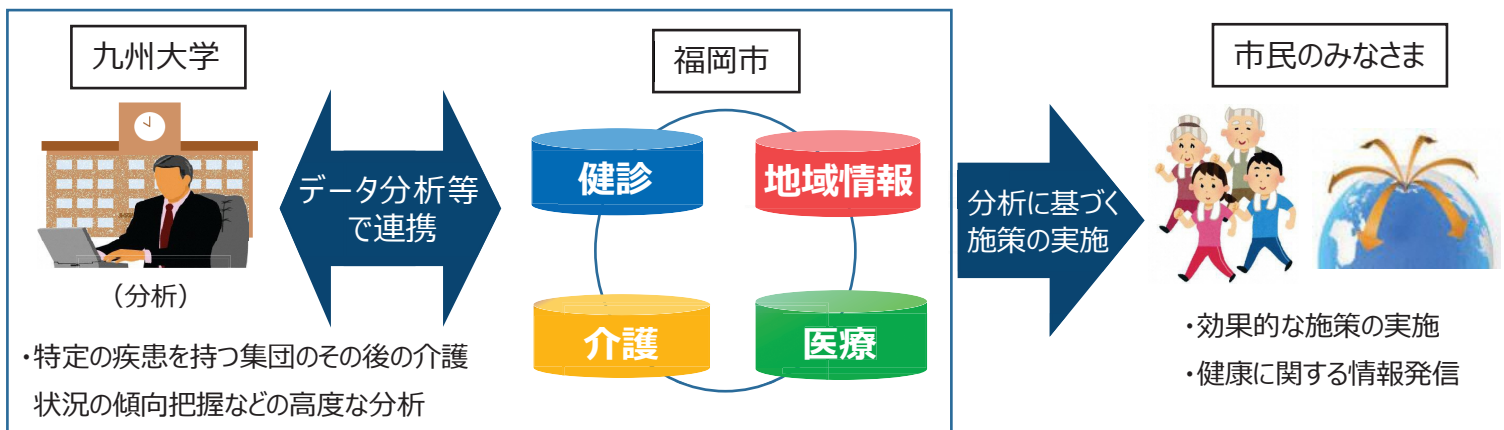
この取組みの一つとして、福岡市では行政が保有する医療や介護、健診等に関するビッグデータを一元的に集約した「地域包括ケア情報プラットフォーム」を構築しています。

この度、福岡市と九州大学（地域住民を対象に1961年から脳卒中などの疫学調査を実施）は、健康づくり施策に関するデータ分析などを連携して進めていくこととし、令和2年7月31日付で覚書を締結しました。

今後、本プラットフォームに蓄積された情報の分析を両者で行い、科学的根拠に基づいた効果的な健康づくり施策の企画立案や、市民のみなさまへの情報発信を行っていきます。

【具体的な取組みについて】

毎年度、福岡市が九州大学と委託契約を締結し、健康課題等に関するデータ分析を行います。今年度は【介護と生活習慣病の関係性】について分析を行い、分析結果に基づく施策提言や、分析手法等に関する職員研修の開催などを予定しています。



九州大学問合せ先

医系学部等事務部学術協力課：佐藤

TEL：092-642-6780

福岡市問合せ先

保健福祉局総務企画部政策推進課：村山

TEL：092-711-4811（内線：2010）