

令和4年2月25日
福岡市保健福祉局
健康先進都市推進担当

市政記者各位

朝勝ウィークSpring が始動します

福岡市民の健康寿命の延伸には、“朝食を食べる”ことが重要であると、1万人を超える市民を追跡したデータ分析で分かりました。そこで、福岡100 PARTNERS（パートナーズ）が連携し、市民の皆さんに「朝食」を啓発する取組みの第一弾として、簡単な朝食の提案や、朝食の時間を生み出す「時短メーク」、おいしく朝食をとるための「朝ヨガ」セミナーなどを紹介するイベントを、3月11日（金）～3月18日（金）までの期間、『朝勝ウィーク Spring』として試行的に実施いたします。

市民の皆さまへの広報のご協力よろしくお願いいたします。



『朝勝ウィーク Spring』の概要

市民の皆さんに「朝食」をとることを啓発するイベントを試行実施。福岡100 PARTNERS に登録している企業が、簡単に朝食がとれる食品や飲料などの商品や、おいしく朝食をとるための朝ヨガやメーク術などのサービスを、『朝勝アイテム』として提案。

○実施期間：令和4年3月11日（金）～令和4年3月18日（金）

○実施内容

①おいしく朝食をとるための『朝勝』の実践

～コワーキングスペース Q（アミュプラザ博多 B1F）でのセミナー～

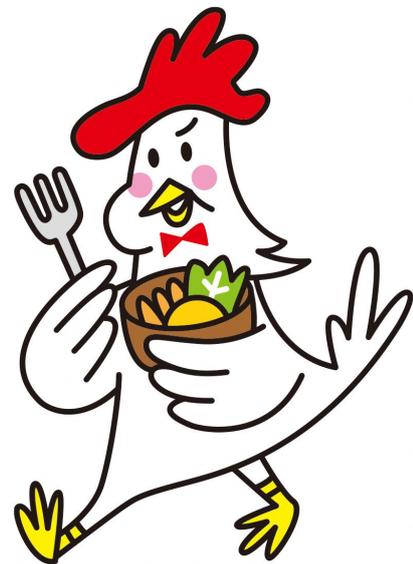
- ・はたらく人のための朝ヨガ（3月11日（金）7:00～）※取材可能
- ・時短メークセミナー（3月16日（水）18:00～）
- ・朝の血压チェック（期間中）

②簡単な朝食となるような食品や飲料などの『朝勝』アイテムの提供

- ・コワーキングスペース Q でのイベント参加者などに配布
- ・『朝勝』参加 PARTNERS のサービス利用者（フィットネスジム、広報誌の読者プレゼントなど）への配布

③朝食を提供している PARTNERS 店舗の紹介

※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>

「はたらく人のための朝ヨガ（3/11 7:00～）」は、取材可能です。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

保健福祉局健康先進都市推進担当
担当 笠井・中園
TEL：092-711-4543（内線 2056）



「朝食を食べること」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、「**朝食を食べる**」ことなどが**重要**であることが示唆されています。

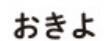
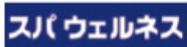
＜データ分析概要＞ ※詳細は別紙を参照下さい。

- ・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、「朝食を食べない者」は、要介護の発生リスクが優位に高かった。
- ・「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。

※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。



『朝勝ウィーク Spring』参加 PARTNERS



「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。

朝を制するものは100年を制する

朝勝ウィーク Spring

開催期間
2022 3/11(金)
→ 18(金)



朝食こそが、
勝負メシだ！

朝食を摂って健やかに！『朝勝アイテム』紹介中！！

朝勝アイテムとは、福岡100PARTNERS登録店が提案する
食品や飲料からメイク術まで、充実した朝にして朝食を摂るために役立つ商品やサービスです。



コワーキングスペースQ×『朝勝』

素敵な空間で、『朝勝』を実践しよう！

3/11(金) 7:00~ | 会場定員 5名 | 会場+Online

「はたらく人のための朝ヨガ」
講師：ひとしずく 代表 田中氏

お仕事のヨガで、朝食も摂りやすく、その日1日のお仕事を

すっきり効率的に。(12日以降Online開催実施)

3/16(水) 18:00~ | 会場定員 15名 | 会場+Online

POLA 「時短メイクで1日をHappyに」
プレゼント 講師：POLA博多駅筑紫口店 オーナー 佐々木氏
朝のメイクが素敵に短時間で整うと気分も上がり、朝食の時間
も生まれます。さらに夕方までくすまない、マスクでも映える
アイメイクのポイントをお届けするセミナー。

OMRON 自分を知ろう！
朝チェック(血圧測定)



Co-working & Co-learning Space | コワーキングスペースQ
博多駅中央街1-1 アミュプラザ博多B1F



期間中、朝勝アイテム
プレゼントも実施！

※ 提供はイベント参加、月額会員、
ドロップイン利用者が対象です。「朝
勝アイテム」の配布はなくなり次第
終了となります。

イベント無料/要予約

Onlineの定員/各30名まで

参加申し込みは
こちらから



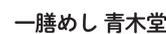
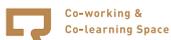
今回の
朝勝
アイテムは
こちら



朝活アイテムについての
詳細は公式WEBページ
でチェック！！



『朝勝』ウィーク参加PARTNERS



朝勝アイテムが気になったら
公式ホームページでチェック！！

福岡100PARTNERS



【問い合わせ先】福岡市保健福祉局 健康先進都市推進担当 (福岡100PARTNERS事務局 TEL:092-401-3456)

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。

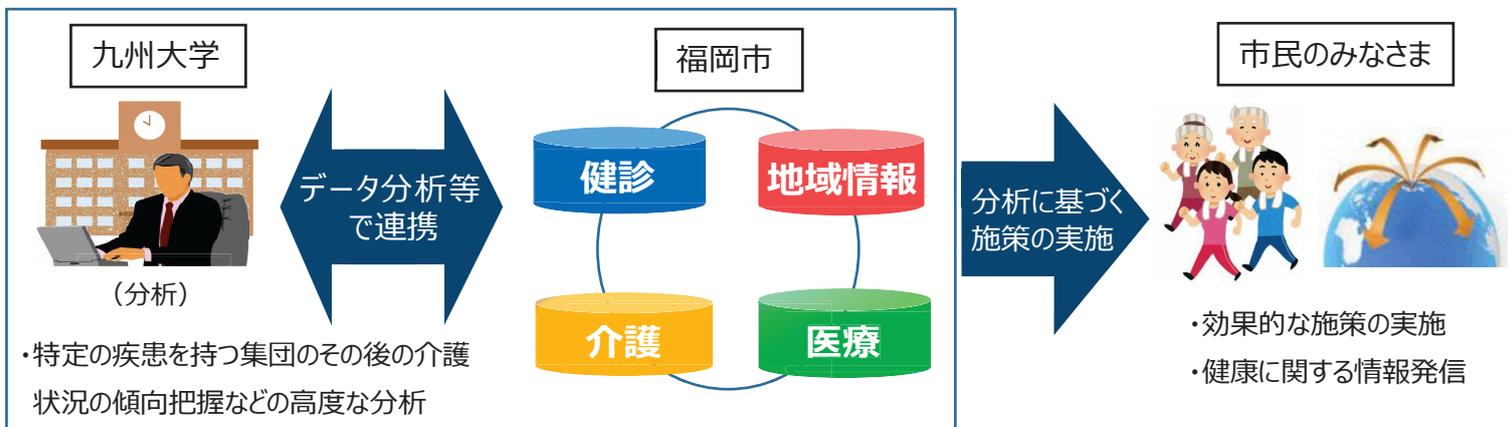
この取組みの一つとして、福岡市では行政が保有する医療や介護、健診等に関するビッグデータを一元的に集約した「地域包括ケア情報プラットフォーム」を構築しています。

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）