

# Campus Mail

For all the students

**FIT** Fukuoka Institute of Technology  
福岡工業大学

この件のお問い合わせは広報課へ  
TEL : 092-606-0607  
MAIL : kouhou@fit.ac.jp

掲示期間 2023-107  
9月12日～10月2日

地域貢献

ウェルネス研究センター

(研究代表者：教養力育成センター 榎崎兼司教授)

古賀市との連携事業「古賀式 私の朝プロジェクト in サンリブ古賀」を開催

住民の健康寿命アップへ 体組成分析装置「InBody」による測定会を実施



福岡県醤油工業協同組合



福工大ウェルネス研究センター（研究代表者：教養力育成センター 榎崎兼司教授）は古賀市や食品大手「明治」と連携して、市民の健康寿命を延伸するために、朝食の習慣化や早起きして趣味などを楽しむ「朝活」の普及を目指す「古賀式 私の朝プロジェクト」を推進しています。榎崎研究室の知見や様々なステイクホルダーとのネットワークを基にして、市と大学・民間企業の産官学が手を組み、古賀市民の皆さんに向けて朝食の習慣化を柱としたセミナーや出前授業、レシピ開発などさまざまな取り組みを進める予定です。このプロジェクトの一環として、9月2日（土）に古賀市のサンリブ古賀で、高精度体成分分析装置「InBody（インボディ）」の体験会が開催されました。InBodyは、体を構成する基本成分である体水分、タンパク質、ミネラル、体脂肪を数値化し、栄養状態や体のバランスを測定できます。参加した古賀市の皆さんは、自身の体の水分や筋肉量、内臓脂肪レベルなどを測定することで、健康管理についての気づきを得ながら健康への意識を高めました。プロジェクトでは今後もウェルネス研究センターと連携しながら古賀市民の健康寿命を延伸するための取り組みをさらに進展することが期待されています。



■ 古賀市の田辺市長と長崎真友子さん  
(古賀市出身の地方創生アナウンサー)  
によるトークイベントの様子



■ InBodyによる健康状態の測定会や朝食レシピの配布、  
ガラポン抽選会などが行われました

## ■ 古賀式 私の朝プロジェクト

古賀市は、高血圧や糖尿病などの生活習慣病の若年化が健康課題となっていて、生活習慣の改善を図るため「健康チャレンジ10か条」を掲げ、市民の健康づくりに取り組んでいます。そのような中で「朝食の習慣化」を柱に、同市、福岡工業大学、株式会社明治、福岡県醤油工業協同組合、西日本新聞社が手を組み、産学官が連携し市民の健康づくりをサポートする「古賀式私の朝プロジェクト」が発足しました。ウェルネス研究センター・榎崎教授がこのプロジェクトを「学」の立場からリードし、今後「朝活」の普及など様々な取り組みを進めていきます。