

2018年11月27日

株式会社サムライト

福岡市「福岡ヘルス・ラボ」平成30年度効果認証型実証事業に採択されました

## 株式会社サムライト・九州大学

### 『行動変容・レジリエンスをうながすチャット型コミュニケーション「脳若365」』

株式会社サムライト・九州大学は、福岡市の人生100年時代に向けた持続可能な社会の実現を目指す『福岡100』プロジェクトの1つである「福岡ヘルス・ラボ」の採択事業として、福岡市・福岡地域戦略推進協議会の協力のもと「行動変容・レジリエンスをうながすコミュニケーション実証実験」を実施します。

概ね50歳以上の方を対象に、スマートフォンを通じたコミュニケーションで、認知機能低下やフレイル（虚弱）をどのように予防できるかを検証。メッセージ機能でユーザーに毎日届ける「今日のお題」に取り組んでもらうことにより認知機能低下防止、外出や新しい行動・習慣の増加、自己効力感（幸福感）の向上をめざします。この行動観察・行動分析による実証実験のもと、健康維持・増進、健康寿命の延伸、並びに「コミュニケーションをとりたくなる行動変容アプリ：福岡モデル」の開発普及を目指します。

実証期間：2019年1月～2019年3月

対象者：福岡市を中心とする全国の50歳以上の方々を中心に100名程度

内容：毎朝7時に送られてくる「LINE」メッセージから「脳若365」ページに表示される「お題」にチャレンジ。質問内容はこれまで考えたことがなかったこと、忘れていたこと、問題提起、クイズなど多種多様。「LINE」での管理者とのメッセージのやりとりを通して、他者との豊かなコミュニケーションを促す。

その他：実施期間中は説明会と介護予防セミナーを随時実施いたします。



### 「脳若365」の目的

コミュニケーション・社会参加に関する行動変容を促す  
 行動変容：これまで培われてきた行動パターンをより望ましいものへと変えて行くこと

