

## 健康長寿に係るイチオシ事業(概要版)

## フレイル予防の取組

## 事業概要

更なる急速な高齢化に対応するため、令和 2 年度より重点施策として、健康づくりと介護・フレイル予防を一体的に実施する取組を開始し、既存の健康づくり事業や介護予防事業に加えて新たにフレイル予防事業を地域で実施している。

また、フレイル予防事業を効果的なものとするため、フレイル予防事業参加者のデータを、フレイルに関する質問票や医療費にて実施前後及び対照群と比較し、効果を検証する予定。

## 事業内容(参加者数・予算等)

- 参加者数・予算  
687 人、6,836 千円
- 事業内容
  - フレイル個別指導(口腔機能低下者、健康状態不明者)
  - 健康状態未把握者への訪問指導
  - フレイル予防講座
  - フレイルサポーター養成講座
  - オーラルフレイル予防講座
  - フレイル予防講演会
  - シニア向け食育連携講座
- 【新型コロナウイルス感染拡大防止への対応】
  - ・自宅のできるシニア向け運動冊子、食事レシピの作成
  - ・市のホームページにて自宅のできる健康体操動画等を公開
  - ・フレイル予防講座等を予約制とし、検温と消毒の徹底

## 事業効果

- 今年度は、初年度であるため効果検証は今後実施予定。フレイルに関する質問票や医療費により検証していく。

## その他

今後の取組の課題として

- コロナ禍での効果的なフレイル予防事業の実施
- フレイル予防事業と健診・医療費・介護予防給付費分析