

健康長寿に係るイチオシ事業(概要版)

転倒しない・骨折しないための取り組み

事業概要

県内でも高齢化率・医療費が高い当市は、健康寿命の延伸の具体的方策として、骨折・転倒予防を重要施策の一つに掲げ、骨粗しょう症検診の対象者を拡大している。

さらに令和元年度から転倒・骨折予防のためのロコモ対策として、日本保健医療大学の協力を得て「コツコツ体操教室」を開始。ロコトレ・栄養指導を実施している。

事業内容(参加者数・予算等)

- 参加者数・予算
1,200人、279万円
- 検診の対象者を拡大し、同時実施できる検診の種類・日程を増やす
40～55歳の5歳刻み年齢と60歳以上の女性、
70歳以上の男性に橈骨遠位端の骨密度測定
- 身体機能計測を実施し、見える化
検診日に大学の協力を得て、身体機能計測を実施。結果を本人に提供
- 「コツコツ体操教室」(7月～3月)
大学の協力を得て、検診受診者に生活習慣改善のポイントを実践指導
- 記録シートの作成・配布
検診、教室終了後も継続して運動・食生活習慣の改善が継続できるよう
記録シート・トレーニングカレンダーを作成・配布
- 事業の分析
日本保健医療大学と協働で分析し、効果検証

事業効果

- 従来の骨粗しょう症検診対象年齢の受診率が向上
- 要指導者・要精検者の割合が60歳以上で急増し、これらの世代への早期の介入が可能となる

その他

- ロコモ対策としてのコツコツ体操教室参加者の継続フォローと効果判定を検討
- 医療費抑制効果等、事業効果データの蓄積
- 精密検査受診率の改善