

フレイルチェック事業

—No.31 富士見市—

【事業の目的】

高齢期に自身では気づきにくい衰えを客観的な指標により自覚し、自ら介護予防活動に取り組むきっかけをつくるとともに、虚弱層を発見し早期に介入できる仕組みをつくります。また、高齢者がフレイルサポーターになることで、社会参加と地域での活躍の場を新たに設け、「健康長寿を実現するまち」を目指していくことを目的としています。

【事業の内容】

- ①フレイル予防啓発講演会の開催
- ②フレイルトレーナー（保健医療職）、フレイルサポーター（高齢者）3市合同養成研修の実施
- ③地域でフレイルチェック測定会の開催
- ④フレイルサポーター向けオンライン勉強会

【事業年度】

令和2年度～

【予算額(千円)】

760千円（令和2年度）

【財源】

一般財源（市）

【事業実施に至った背景・経緯】

高齢期には心身に様々な変化が生じるものの自分自身で気づき対策をとることは難しいのが現状です。心身を衰えさせやすい生活についての認識を持ち、予防対策をとることで健康を維持できるというフレイル予防の考え方を普及啓発していく必要性を感じていました。また、地域の通いの場を拡充する中で、

早くから介護予防活動に取り組むには、心身の機能低下に対して早期に介入する仕組みづくりが求められています。加えて、健康寿命が県内でも下位にあり、要介護認定率も埼玉県平均より高い傾向にあるため、健康寿命の延伸を図るには要介護状態の前段とされるフレイル予防に取り組む必要があると考えました。

フレイルチェック事業を通して、高齢者が自らの衰えに気づき、現状を改善するための行動変容の機会をもち、フレイルサポーターを養成することで、高齢者の社会参加や地域への貢献を新たに創設することができると考え、事業を開始しました。

【事業のPRポイント】

東京大学高齢社会総合研究機構の支援のもと事業を開始し、先進地の先輩サポーターから支援を受けたり、全国のフレイルサポーターとつながることができ、フレイルチェックの実技についての細かな方法やチェック測定会で担当した難しいケースへの対応の仕方なども助言をいただきながら学んでいます。コロナ禍の中でも、今後もオンラインでつながりをもち、事業を進めるうえでのアドバイスなどをもらうことで取組みの幅を広げ、富士見市でも事業を発展させていきたいと思えます。

【事業実績・成果・今後の展開】

〈令和2年度実績〉

フレイルトレーナー養成	5名
フレイルサポーター養成	14名
フレイルチェック測定会	3回実施

〈今後の展開〉

- 令和3年度以降も、フレイルサポーターを養成し、地域でフレイルチェック測定会を実施していきます。
- 令和2年度にフレイルチェックを実施した方の半年後のチェックを実施することで前後評価をおこないます。

【参考資料】



フレイルサポーターが、広報11月号の表紙を飾りました



3市合同養成研修の様子



フレイルチェック測定会の様子

〔 連絡先 〕

健康増進センター 介護予防係

049(252)3771