

令和 2 年度「精華町高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業」(新規事業)

(目的)

高齢者は、加齢に伴い、生活習慣病の重症化やフレイル(※)の進行により、医療費の増大や要介護状態に移行しやすい。医療・介護・保健分野が切れ目なく一体となり高齢者の保健事業に取り組むことで高齢者の健康寿命の延伸や生活の質の向上等を図る。

※フレイル：要介護の前段階で心身の機能が衰えた「虚弱」な状態のこと
(形態) 京都府後期高齢者医療広域連合からの受託事業

(対象者) 後期高齢者医療制度被保険者(フレイル予防対策は65歳以上)

事業内容

1. フレイル予防対策及びフレイル状態にある支援対象者を把握する
2. フレイル予防の普及啓発を図る
3. ハイリスク者に対する相談・指導を行い、フレイル状態の改善を図る

1. フレイル予防対策及びフレイル状態にある支援対象者を把握する

フレイル予防のための質問票の送付(5月下旬)と回収(6月10日期限)

新型コロナウイルス感染症でフレイル状態にある高齢者の把握とフレイル予防の啓発
(高齢福祉課・健康推進課協働実施)

送付対象者: 65歳以上の要介護・支援認定を受けていない方(7,644人)

アンケート結果(75歳以上)回答者: 2,333人(79.1%)

フレイル分類	延人数 (%)
認知症	145 (4.9)
低栄養	81 (2.7)
口腔	204 (6.9)
運動	121 (4.1)



計	551 (18.7)
---	------------

フレイル予防資料

2. フレイル予防の普及啓発を図る

- (1) 質問票送付対象者全員への結果返却
結果の見方とフレイル予防の資料送付
(前ページ参照)
- (2) フレイル予防の資料作成と配架・掲示 (図参照)
- (3) 運動メインに食事・お口の体操を加えた
DVDの作成と支援対象者や通いの場へ配布、
ケーブルTV：KCN京都で放映 (11月
6日・13日・20日・27日、15時～計4回)
- (4) ホームページ上に動画配信・情報提供等



交流ホール前：DVD・パネル啓発



3. ハイリスク者に対する相談・指導を行い、フレイル状態の改善を図る

「はつらつ相談、はつらつ訪問」を10月より開始し、低栄養と口腔フレイルのリスク者に対し、栄養士による食生活相談、歯科衛生士によるお口の手入れ・体操等を実施している。
(右図参照)

対象者 認知症・低栄養・口腔フレイルの内、複数リスク者 計29名

はつらつ相談の様子



「フレイル予防教室」（4回の講義・運動等の専門職等から実践指導）

対象者 運動・低栄養・口腔フレイル者 約100名の内、希望者