

フレイル予防に関する意見交換について

1 課題

新型コロナウイルス感染症対策による外出自粛や地域活動の休止・縮小等により、高齢者のフレイルの進行が懸念され、健康な高齢者であっても転倒等のきっかけにより要介護状態になるリスクが高い状況が長期化している。

2 令和4年度の新たな取組み

令和4年度は、これまで9月を「認知症を知る月間」として、認知症に対する正しい理解の普及・啓発等を行ってきたが、健康づくりに関する普及・啓発等の活動と一体的に実施することで、効率的・効果的に市民に周知し、事業を推進する必要があるため、健康長寿のまち武蔵野推進月間として実施した(参考資料参照)。

また、令和5年2月には、市内6カ所の在宅介護・地域包括支援センターと市で連携し、「いきいき健康地域プロジェクト」を実施する予定(参考資料参照)。

令和5年度以降も、健康寿命の延伸を念頭に、効率的・効果的にフレイル予防に関する普及・啓発等の事業を実施する必要がある。

※フレイルとは

加齢とともに、心身の活力(運動機能や認知機能等)が低下し、複数の慢性疾患の併存などの影響もあり、生活機能障害が起きたり、要介護状態となったり、疾病等の重症化を招くなど、心身の脆弱化が出現するが、一方で、適切な介入・支援により、生活機能の維持向上が可能な状態のことを指す。

出典：第六期長期計画 P.174

3 意見交換

- ・新型コロナウイルス感染症の影響による、高齢者をはじめとした市民のフレイルの進行を感じる場面が、職場や地域等でありますか。
- ・フレイルの進行が心配な方がいた場合、委員の皆様が、それぞれの立場で実践していることがあれば共有いただきたい。
- ・フレイル予防のため、高齢者等に参加したいと思っただけの事業として、①どのような企画がよいか、②どのような周知方法であれば高齢者に情報が効果的に届くか、ご意見をいただきたい。

4 参考資料

- ・資料5 令和4年度上半期生活支援体制整備事業の実績報告 p2
- ・資料9-2 令和4年度上半期基幹型及び在宅介護・地域包括支援センター業務報告 p13
- ・資料9-3 地域ケア会議推進事業の実績報告 p4、5
- ・健康長寿のまち武蔵野推進月間 楽しく！元気に！長生き！！
- ・いきいき健康 地域プロジェクト 楽しく！元気に！長生き！！(机上配布予定)
- ・季刊むさしの 第140号(2022年冬号)