

令和5年度フレイル予防事業 実施状況報告

	取組事業	目的	対象者 R5.12月未現在	事業内容	R4実績		
					対象者数	参加人数等	結果
ハイリスクアプローチ (健診結果より重症化予防対象者への訪問)	低栄養状態の疑いのある者への訪問	低栄養状態の疑いのある者に対し、訪問による個別指導を実施し、生活習慣を見直すことで、低栄養の改善を図る。	BMI 20 未満かつ前年度健診時より 2 kg以上体重減少があった者。 対象者:25人	訪問(または電話)し、生活状況や健康状態を把握した上で、栄養指導を行い、また必要に応じて医療やサービスにつなぐ。	30人	指導実施者 25人 未実施 5人 (内訳 拒否 2人 入院入所等 3人)	継続訪問指導実施状況：継続訪問実施者 19人 指導結果：生活改善ができた 14人 変化なし 5人 悪化 0人 ※うち、生活状況等より認知症の疑いがあり包括へつないだ者2人 ・食事内容の見直しを行った。
	生活習慣病ハイリスク者訪問	血圧および糖尿病コントロール不良者への保健指導を行うことにより、脳血管疾患の原因となる生活習慣病の重症化、要介護状態を予防する。	健診受診者のうち、いずれかに該当する者。 ・血圧 160/100mmHg以上で未治療の者 ・HbA1c7.0%以上で未治療の者 対象者:25人 (内訳 血圧 24人 HbA1c 1人)	訪問(または電話)し、病気の受療・服薬状況、生活状況や健康状態を確認し、必要な保健・栄養指導を行う。必要時医療連携を行う。	19人 ※うち、低栄養と重複2人	指導実施者 17人 未実施 2人 (内訳 拒否等 2人)	継続保健指導実施状況：継続指導実施者 6人 指導結果：受診につながった 4人 運動を始めた 2人 ・家庭内血圧が良好な人が多かった。
ポピュレーションアプローチ (集団へのフレイル予防の啓発事業)	フレイル予防事業	参加者が自らの生活習慣を振り返り、フレイル予防の必要性に気づき、予防の具体的な方法について理解を深めることで、生活習慣の改善につなげ生きがいを持ち生活出来るよう援助する。 また、健診や医療機関の受診状況、生活状況等を確認し、必要な医療や介護サービス等に結びつける。	・通いの場や高齢者が集う場等に参加する65歳以上の高齢者 実施回数 42会場 延65回 延参加者数 1,026人 (内フレイルチェック549人)	・医療専門職が会場へ出向き、フレイルチェック、体力測定、咀嚼力チェックを実施し、フレイルリスクを確認する。 ・フレイル予防と生活習慣病の重症化予防の健康教育を実施する。 ・関心・満足度アンケートの実施	フレイル予防教室 40回	参加延べ人数 549人	アンケート結果 ・教室内容に満足・やや満足 99% ・よく理解・まあ理解できた 99% ・今後取り組みたいこと：足指運動 49% 外出する 35% 片足立ち 34% ・「測定をして数値が出ると色々な意味で自分の活力になる」、「健康でいつまでも生きたいと思う。出来るだけ外へ出る機会を作り、友達と会い話し楽しい時間をつくりたい」など、計測により客観的に自分の体の状況を知り、具体的に生活習慣を変え前向きに生活したいという感想が多かった。 要支援者 ・教室参加者の内、生活・介護支援必要者 11名について 地区担当地域包括支援センターへ連絡、継続支援を実施。
人材育成	フレイル予防人材育成	ハイリスクアプローチにおいてオーラルフレイルの視点を強化するため、個別指導を行う指導者が、高齢者の口腔ケアに関する知識等のスキルアップを図るため受講。	保健師、看護師、栄養士 福祉施設介護職員等 参加者数 計12人	・口腔ケア研修会 「高齢者にみられる口腔の特徴およびオーラルフレイル予防」 上越歯科医師会在宅歯科医療連携室 登録歯科衛生士	・研修会 1回 「フレイル予防で健康長寿へ～体をつくる大事な食事～」	地区運動指導員 食生活改善推進員 看護師等 参加者数 計35人	新潟県栄養士会の管理栄養士を講師に研修会を開催。 地域において高齢者を支援する人材にフレイル予防の知識やスキルを学んでもらい、地域のフレイル予防の担い手として育成を図った。