

令和 7 年度第 1 回各務原市フレイル予防推進委員会 要旨

日時：令和 7 年 5 月 8 日（木） 午後 2 時 00 分

場所：総合福祉会館 3 階 研修室

出席者（敬称略）：藤井 稚也 岸本 泰樹 阿部 忍 岩田 道子 青野 和夫 富永 正信
藤井 敦信 坂井 真弓 土屋 直樹 家田 幸奈
事務局：健康づくり推進課 小栗 安正 川島 里奈 早野 美佳 矢橋 茉佑
田中 彩恵 清水 浩栄 豊田 佳子

■進行概要

1. 開会あいさつ
2. 自己紹介
3. 委員長の選出
4. 検討事項

（１）フレイルチェック事業について

資料 1

別添 1

別添 2

別添 3

・令和 6 年度 実績報告

・令和 7 年度 事業計画

（２）令和 7 年度 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施の計画について

資料 2

◎開会

◎自己紹介

◎委員長の選出

「各務原市附属機関設置条例」第 6 条第 1 項および第 3 項に基づき、委員長と副委員長を委員の互選により、委員長：藤井 稚也、副委員長：岸本 泰樹を選出

◎検討事項

（１）フレイルチェック事業について

事務局が資料 1 別添 1 別添 2 別添 3「フレイルチェック事業」について、令和 6 年度フレイルチェック事業における実績報告及び令和 7 年度の事業計画を説明

委員の方からのご意見

- ・各務原市は情報を収集し、それを取りまとめ分析結果を明示している自治体。フレイルチェック受検者総数が 2,800 名を超え、分析対象になるデータ数。今までは、受検者数合計の増減に注目していたが、このデータ数がさらに増えていくとも考えると、統計解析の手法を活用して、もう少し深く分析していくとよい。

- ・統計解析の手法を活用することで、見かけ上の変化と実際の変化の違いが分かり、問題視すべきところが明確になる。手法を活用せずに見かけ上の変化のみを注視していると、大事な課題点を見落としてしまうことがある。

委員長からのご意見

- ・数値の部分としては、今までの参加者数がここまで増えてきていることを考えると、今年度または次年度、アウトカム指標の評価を解析評価していけるとよい。
- ・フレイルチェック事業の大事なポイントは、チェックをすることだけではなく、チェックをとおして住民に気づきを与え、いかに「自助」と「互助」に繋げていけるか、という部分が肝心。

委員からのご意見

- ・からだ測定の数値「悪化」「改善」を分かりやすくお伝えすることは大事なことだが、参加者が生活の中で、運動機能の変化によって、『暮らしやすくなった』『暮らしにくくなった』といった、具体的に実生活に落とし込んで変化をお伝えする方法を考えていけるとよい。参加者にとっては、数字の変化はあまり刺さらない。例えば、点数の「改善」を実感できないという参加者に対して、「家事の動きがしやすくなったのではないですか」と、生活ベースのお話から実感していただき、ご自身の変化に自信を持っていただけると、さらに自分に興味・関心をもっていただける。

委員からのご意見

- ・フレイルチェックの継続参加者は、やはり前回と比較して結果がどう変化したかを、非常に気にされている。フレイルチェックの現場に専門職の方がいるため、1人1分でも2分でも、個別面談があると、参加者の方も喜ばれるのではないかなと思う。
- ・フレイルチェック参加者は、自分自身がどう変化したかを楽しみに来られている。
- ・団体の代表者側などが、フレイルチェックをうまく宣伝し、参加者が多くなるような工夫をするが、「フレイル」という言葉はなかなか浸透しない。イオンモールを含め、いろんな場所で開催したり、中小企業などで実施したりできると、参加者の年齢層も広がる。若い人にも「フレイル」のことや自分の身体の状態に気付いてもらわないと、年を取ってからでは元に戻りにくい部分もある。

委員長からのご意見とご質問・事務局回答

- ・ボランティアハウスで活動されている方の声は貴重。限られた時間の中での実施のため、難しいかもしれないが、個別対応の時間を設けることで、行動変容のきっかけになると考える。
 - ・多世代への実施というところで、企業での実施数は今まであるか。
- （事務局回答）今まで企業の従業員に対しての実施はない。
- （委員長より）働き世代に対するアプローチは、健康づくりとしての気づきを与えるきっかけになるため、進めていけるとよい。

委員からのご意見

- ・継続して実施した場合、「年を取ったから下がっても当たり前」という考えの方が多く、かつ維持していることに参加者の皆さんは重点を置かない。維持していることはすごく大事なことで、維持をすることも本当は難しいため、維持することの「メリット感」「現実的な生活での実感」に繋がりたい。
- ・とある団体にて、大学の先生と学生が活動の場に出向くと、参加者の方も交流の機会に喜びや、次回までの頑張り・モチベーションに繋がることが多い。自らの頑張りを報告する場面も見受けられる。グループ活動はいつも同じメンバーで行き詰ってしまうため、学生など外部からの協力者とともに、測定および結果の振り返りをすると、結果に対するネガティブな気持ちも軽減されるのではないかと感じている。

委員長からのご意見

- ・学生が高齢者の通いの場に出向くことは、参加者（高齢者）側にとっても刺激になり、学生側にとっても、頭の中で考えていた健康と、実際に見て感じられる健康の概念に学びを得られ、参加者（高齢者）が先生となる。また、企業や学校といった現場においても、高齢者が先生となり、「フレイル」の状況について伝える立場になれる。地域にとっては互助の関係構築に繋がり、高齢者にとっても役割獲得に繋がる。ぜひ、アドバンスサポーターの活動機会の一つとして、教育現場も検討していただけるとよい。

（２）令和 7 年度 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施の計画について

事務局が資料 2「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施の計画」を説明

委員会からのご意見

- ・多剤服薬指導事業は、新しい試みであるが、評価方法を慎重に考えていく必要がある。医療機関での現場では、高齢者の方に話を聞くと、内服をしていなくても「内服している」とお答えされる方もいる。また、院内処方と院外処方含めて、複数の医療機関で重複の薬が処方されていることが多い。複数の医療機関で同様の主訴をされていることが要因だと考えられるが、ハイリスクアプローチの対応をする際は、聞き取るチェック項目を精査してから訪問した方がよい。

委員長からのご意見

- ・薬剤師の方に依頼する事業か。連携する部分はあるか。
- 委託事業ではないが、事業計画や訪問対応方法について、市薬剤師会に相談する予定。

委員長からの・ご意見・ご質問・事務局回答

- ・「シニアの e スポーツ」はどのようなことを実施するのか。
- （事務局回答）3 種類のゲームソフトを使用し、コンピューターゲームを通して参加者の交流を深める。
- ・今は、ゲームセンターに高齢者の方がいらっしゃるため、e スポーツ教室に対する、高齢者の興味

関心は高い可能性がある。

- ・「シニアのeスポーツ教室」実施に当たって、事業評価やデータ収集は行うか。
- （事務局回答）教室参加の前後評価を行う予定。
- ・「シニアのeスポーツ教室」は単年度実施か。
- （事務局回答）次年度以降も継続実施の予定。

委員会らのご意見・ご質問・事務局回答

- ・資料2には、フレイル予防事業の一覧が掲載されているが、これは全て会場に出向いて参加するものか。
- （事務局回答）掲載しているものは全て会場に出向いて参加していただくもの。
- （委員よりご意見）遠方まで出向いていけない方が介護予防事業に参加できるよう、講師の方を派遣していただくことは可能か。
- （事務局回答）資料への掲載はないが、様々な専門職が皆さんの活動場所に出向く事業（講師派遣型介護予防教室）もあるため、ぜひ活用していただきたい。

（午後3時30分 終了）