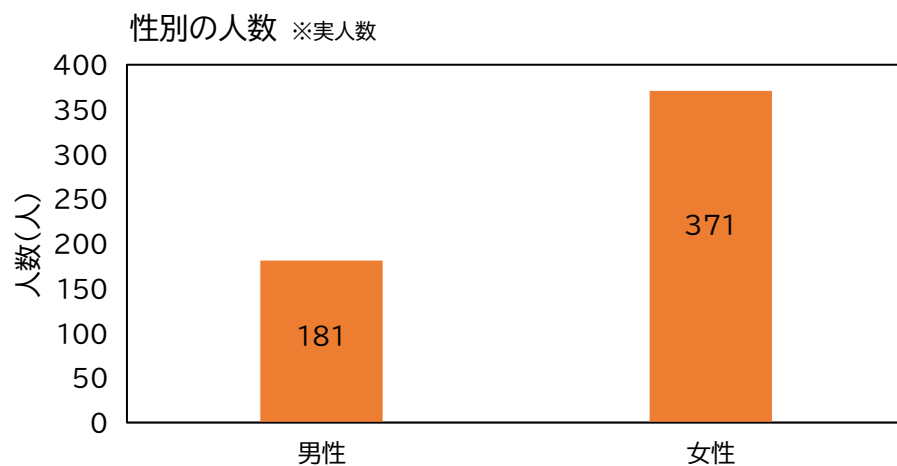
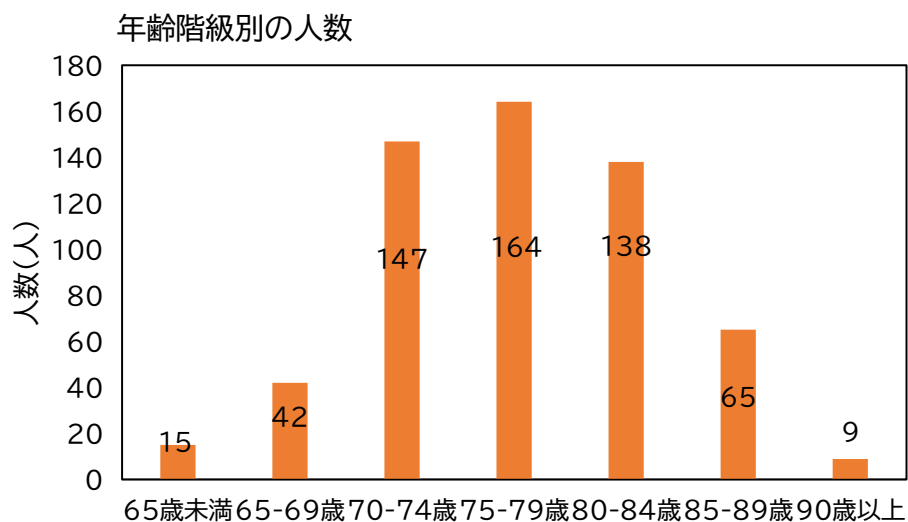


令和3年度 フレイルチェック結果

参 加 者	ボランティアハウス等通いの場の申込団体 フレイルチェック大会参加者
実 施 回 数	32回
実 施 期 間	令和3年4月～令和4年3月
参 加 人 数	(延べ)580人

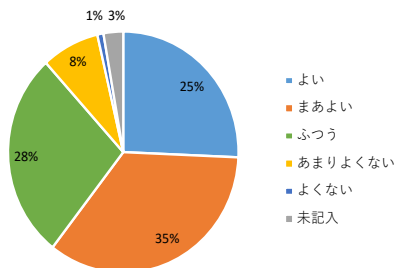


- 70歳～84歳までの方の参加が多い
- 男性より女性の方が2倍程度多く参加している。

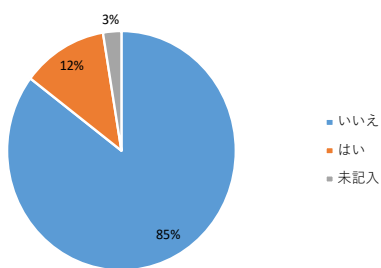


【記述測定】フレイルチェック結果 令和3年4月～令和4年3月分(n=580)

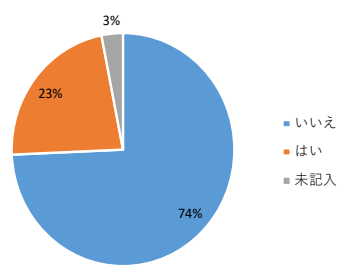
1. あなたの現在の健康状態



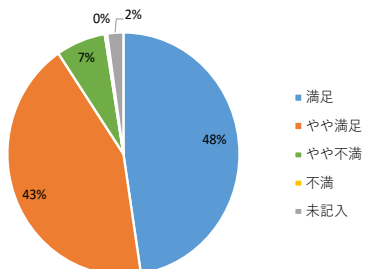
6. 半年で2～3 kg以上の体重減少



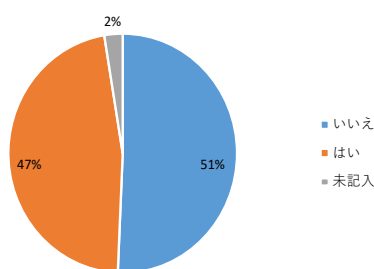
11. 何月何日かわからない時があるか



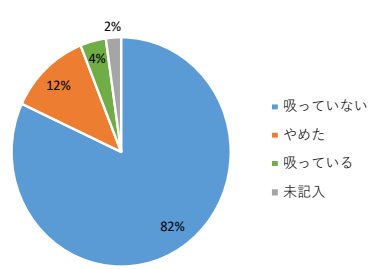
2. 毎日の生活に満足しているか



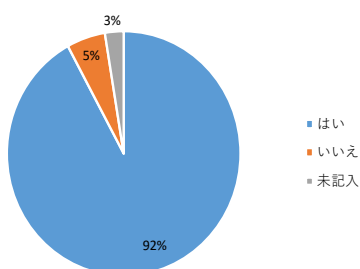
7. 以前より歩く速度が遅くなった



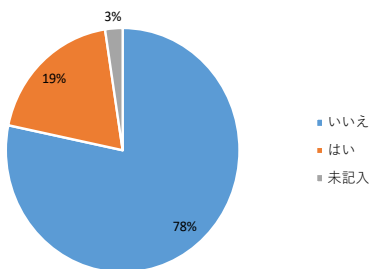
12. たばこを吸うか



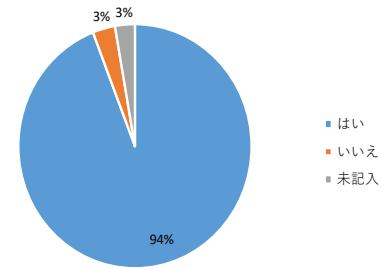
3. 1日3食きちんと食べているか



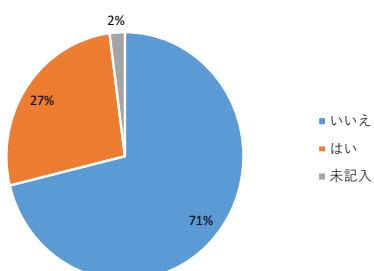
8. この1年間に転んだことがあるか



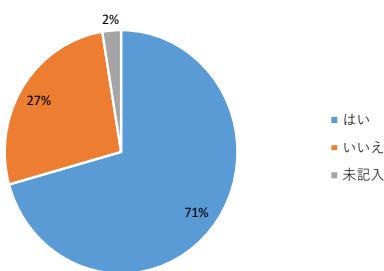
13. 週に1回以上は外出しているか



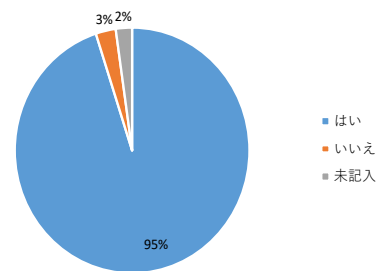
4. 半年前より固いものが食べにくい



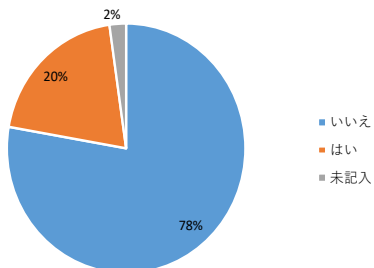
9. 運動を週に1回以上しているか



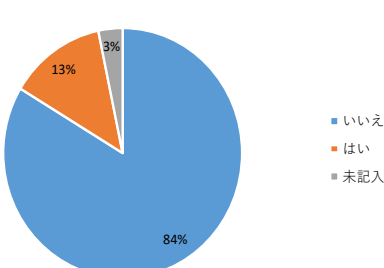
14. 家族や友人と付き合いがあるか



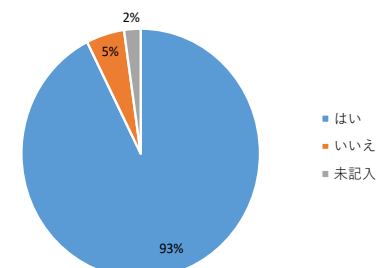
5. お茶や汁物等でむせることがある



10. 物忘れがあると言われるか

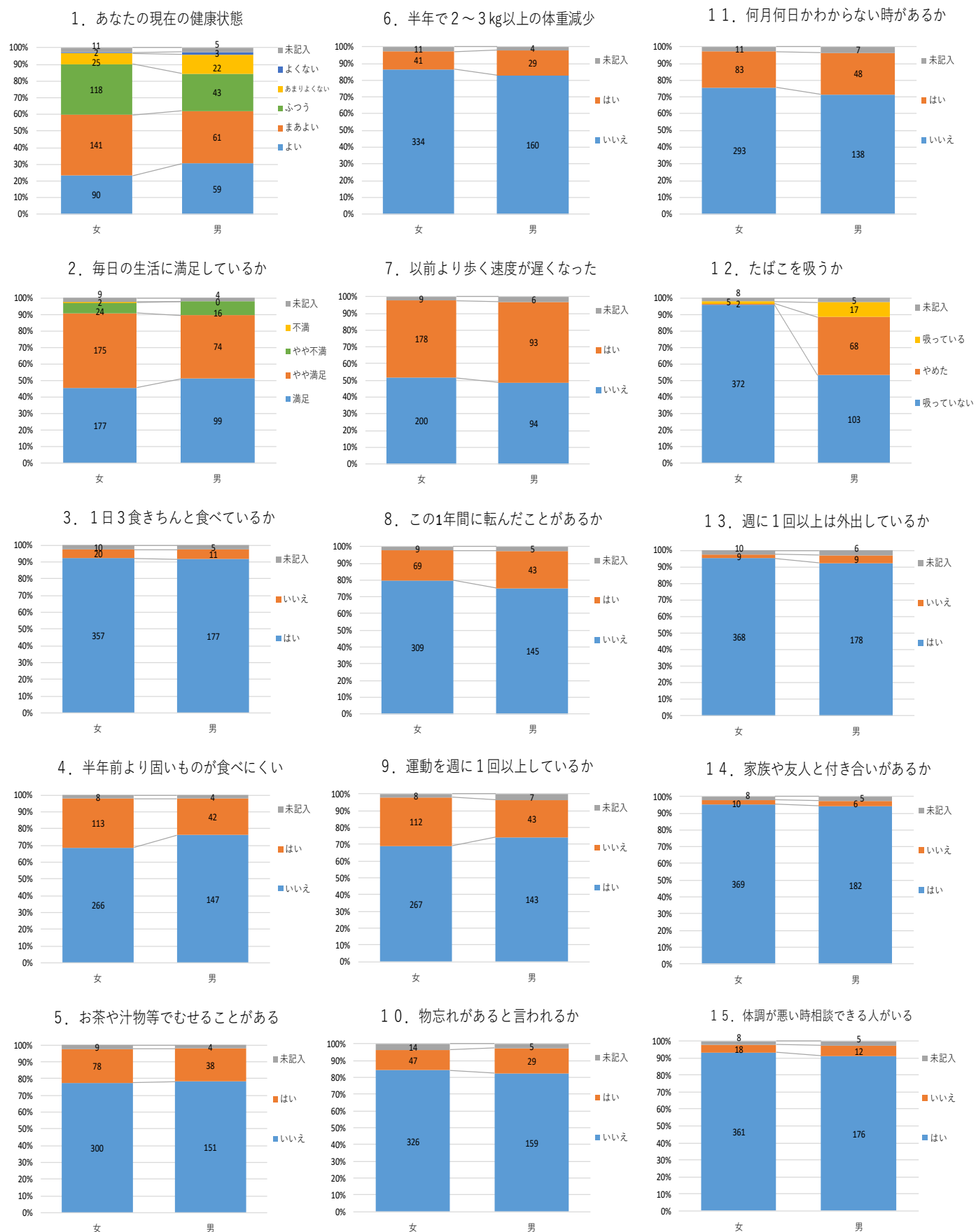


15. 体調が悪い時相談できる人がいる



○「7. 以前より歩く速度が遅くなった」と答えた方が、47%と回答項目の中では、該当する割合が最も高い。

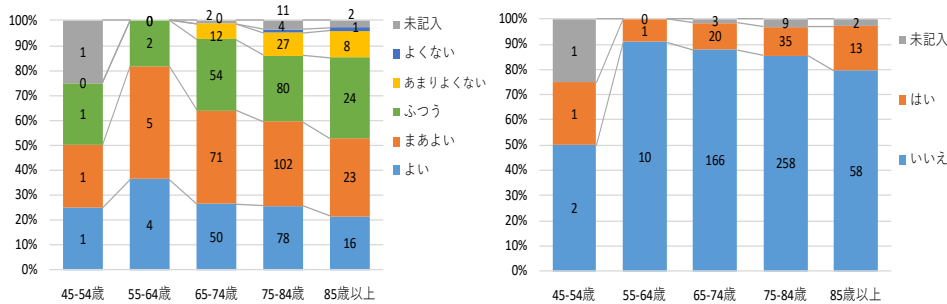
【記述測定】【性別】フレイルチェック結果 令和3年4月～令和4年3月分(n=580)



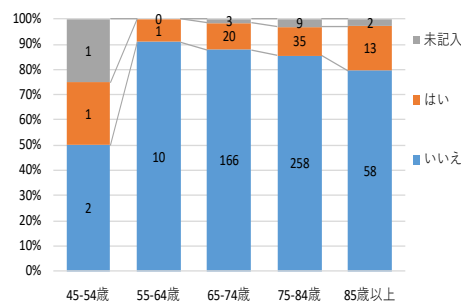
○「12. たばこを吸うか」の項目以外は、大きな性差はみられないが、「4. 半年前より固い物が食べにくい」では、女性の該当割合が少し高くなっている。「7. 以前より歩く速度が遅くなった」と感じている男性は約半数であるが、運動習慣の割合は、男性が高い。

【記述測定】【年齢別】フレイルチェック結果 令和3年4月～令和4年3月分(n=580)

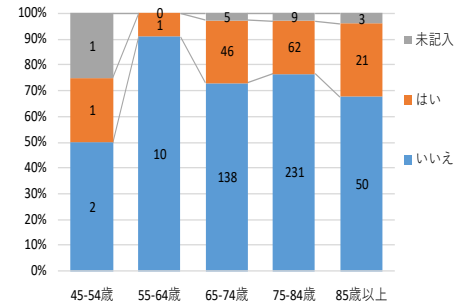
1. あなたの現在の健康状態



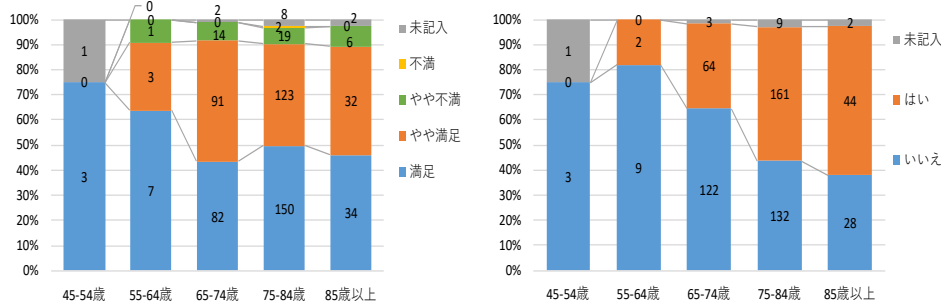
6. 半年で2～3kg以上の体重減少



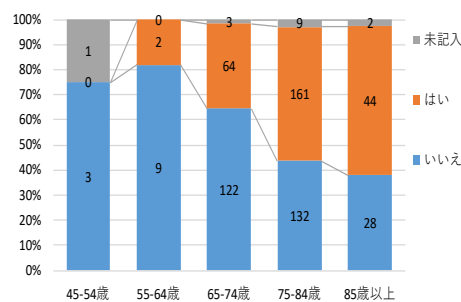
11. 何月何日かわからない時があるか



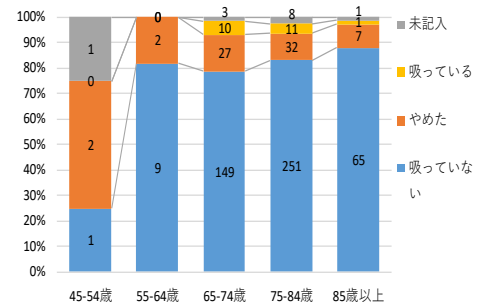
2. 毎日の生活に満足しているか



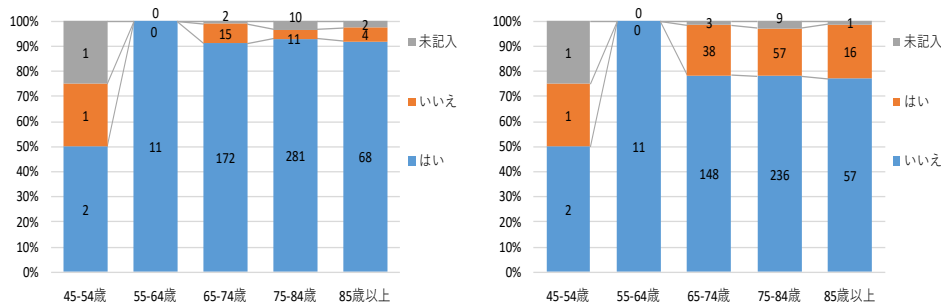
7. 以前より歩く速度が遅くなった



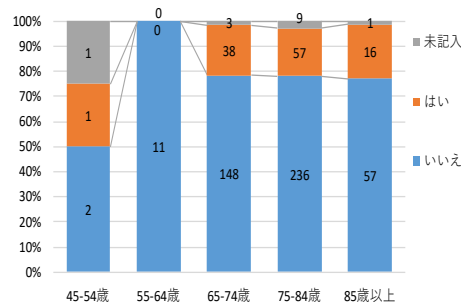
12. たばこを吸うか



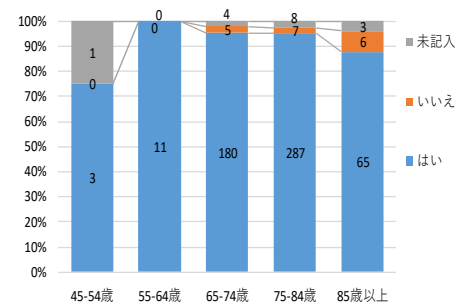
3. 1日3食きちんと食べているか



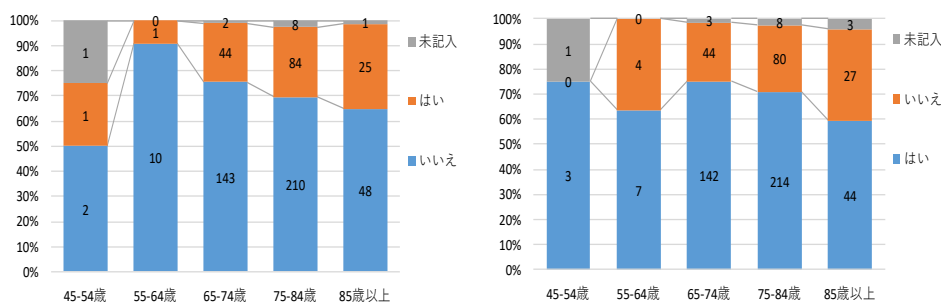
8. この1年間に転んだことがあるか



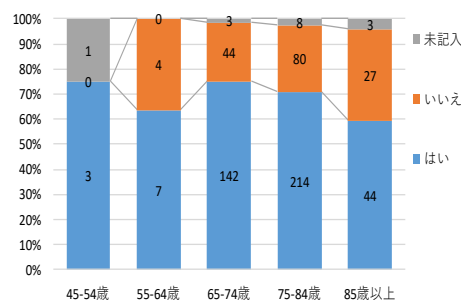
13. 週に1回以上は外出しているか



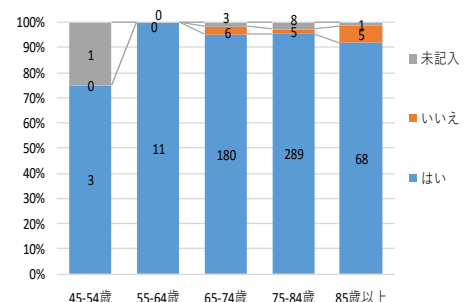
4. 半年前より固いものが食べにくい



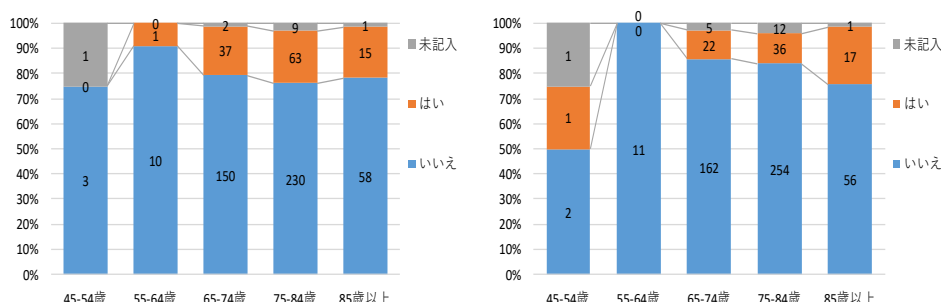
9. 運動を週に1回以上しているか



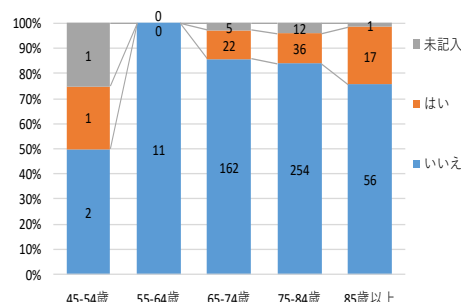
14. 家族や友人と付き合いがあるか



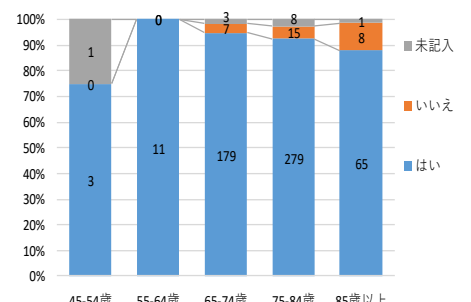
5. お茶や汁物等でむせることがある



10. 物忘れがあると言われるか



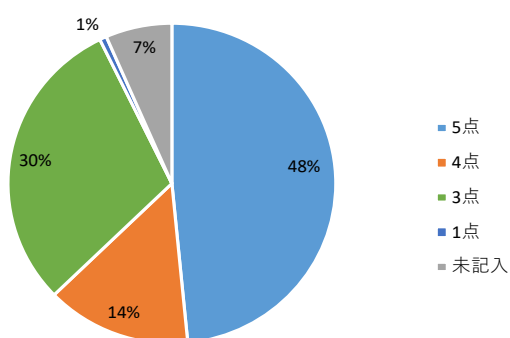
15. 体調が悪い時相談できる人がいる



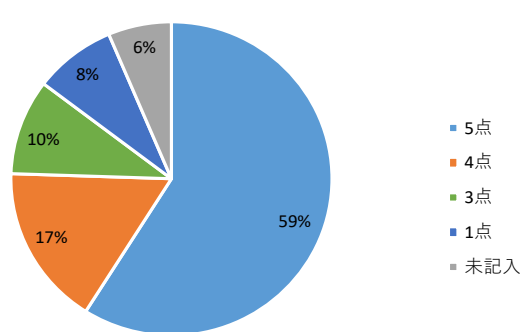
○65歳以上では、「4. 半年前より固いものが食べにくい」「7. 以前より歩く速度が遅くなった」について、加齢と共に該当する割合が高くなっている。

【からだ測定】フレイルチェック結果 令和3年4月～令和4年3月実施分(n=580)

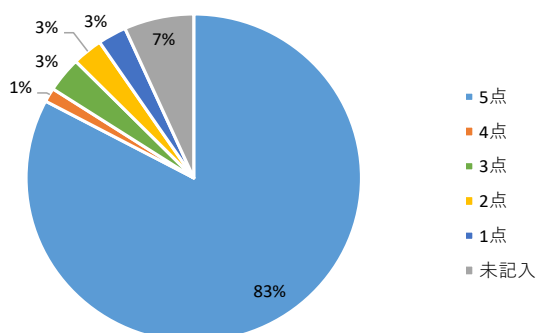
1. 座位からの片足立上がり



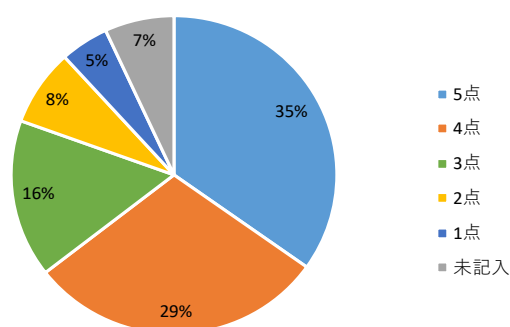
5. パ・タ・カの発声



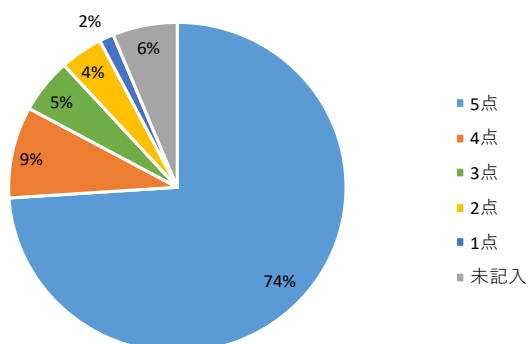
2. タンデム立位保持



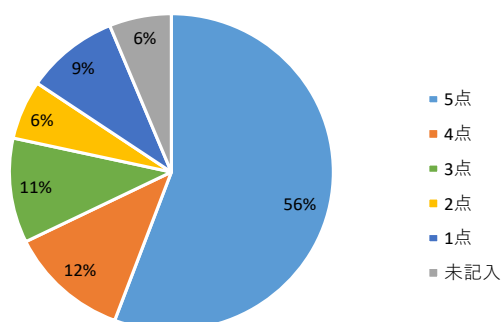
6. 嗅覚チェック



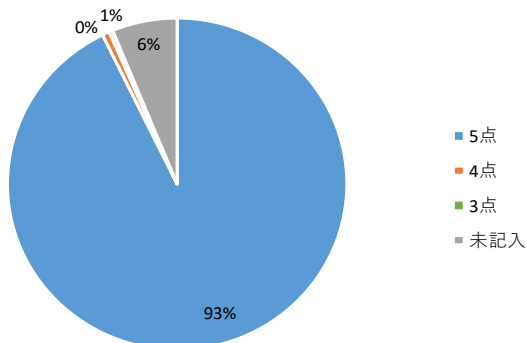
3. 握力測定



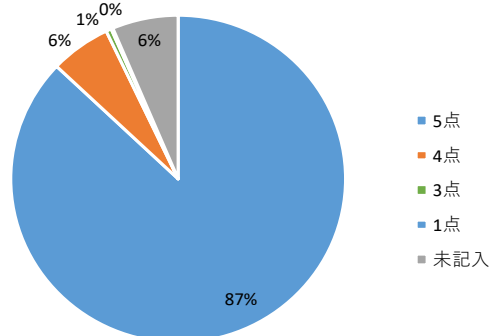
7. 栄養フレイルチェック



4. 反復唾液飲みテスト



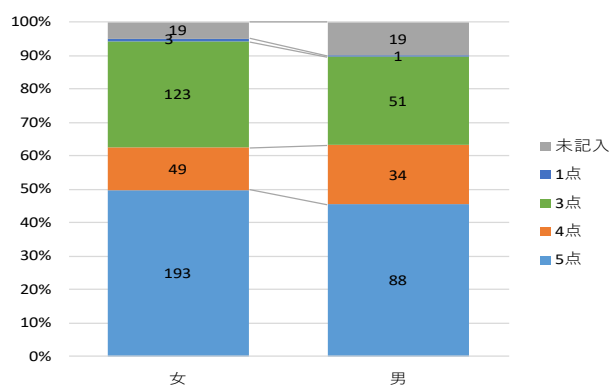
8. 社交性確認テスト



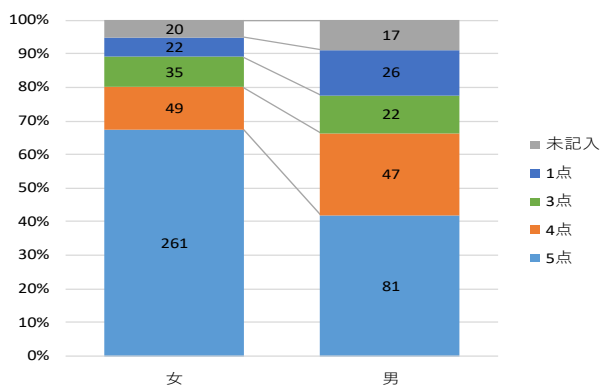
○「6. 嗅覚チェック」では結果にばらつきがある。「2. タンデム立位保持」「4. 反復唾液飲みテスト」「8. 社交性確認テスト」では、80%以上の方が5点であった。

【からだ測定】【性別】フレイルチェック結果 令和3年4月～令和4年3月分(n=580)

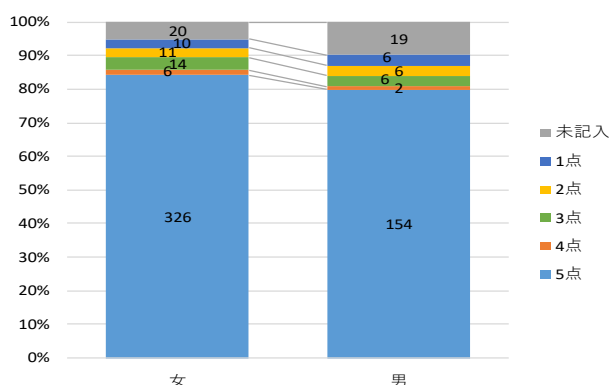
1. 座位からの片足立上がり



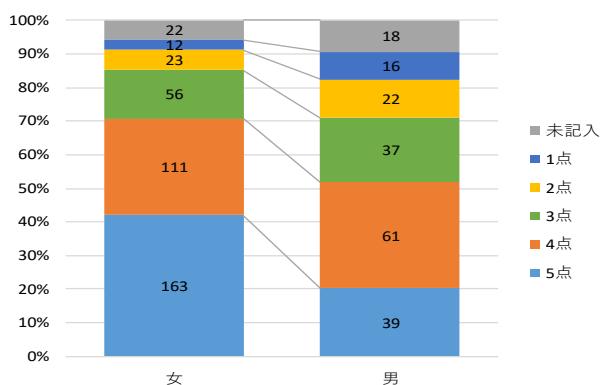
5. パ・タ・カの発声



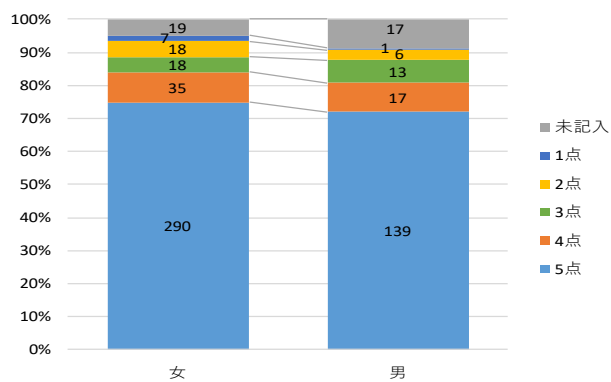
2. タンDEM立位保持



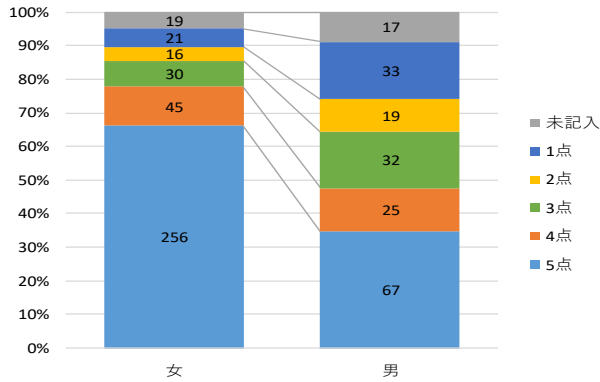
6. 嗅覚チェック



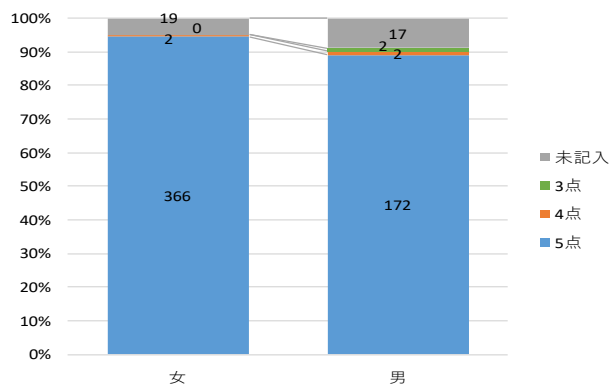
3. 握力測定



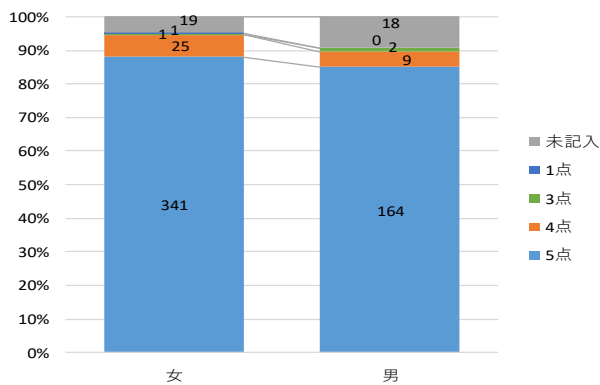
7. 栄養フレイルチェック



4. 反復唾液飲みテスト



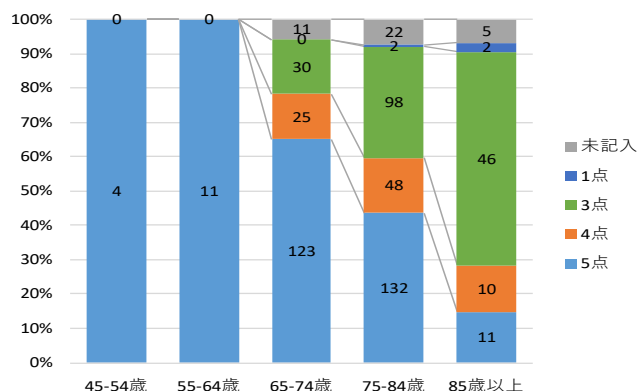
8. 社交性確認テスト



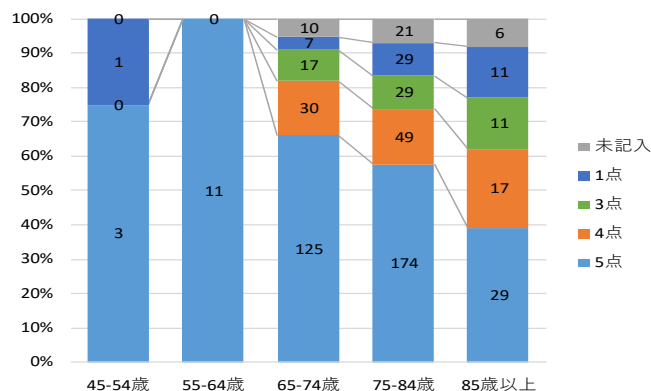
○「5.パ・タ・カの発声」「6.嗅覚チェック」「7. 栄養フレイルチェック」では、女性より男性の方が4点以下の方の割合が高い。

【からだ測定】【年齢別】フレイルチェック結果 令和3年4月～令和4年3月分(n=580)

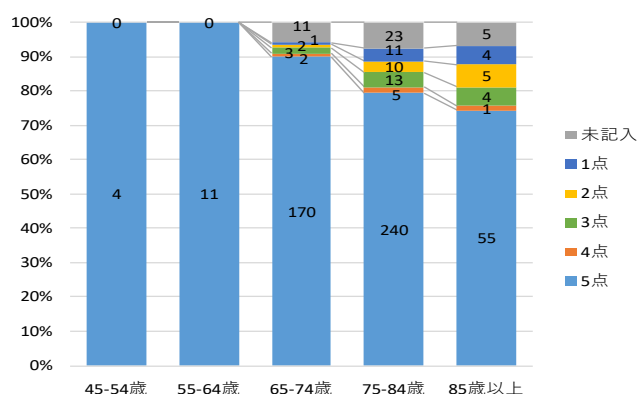
1. 座位からの片足立上がり



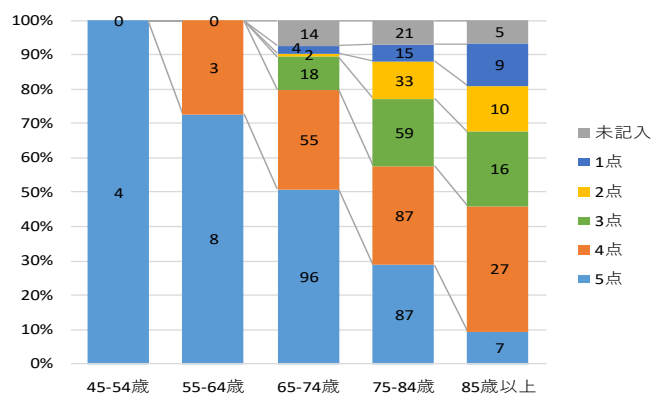
5. パ・タ・カの発声



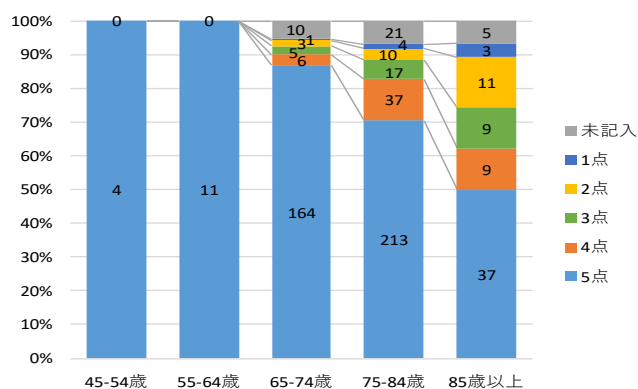
2. タンDEM立位保持



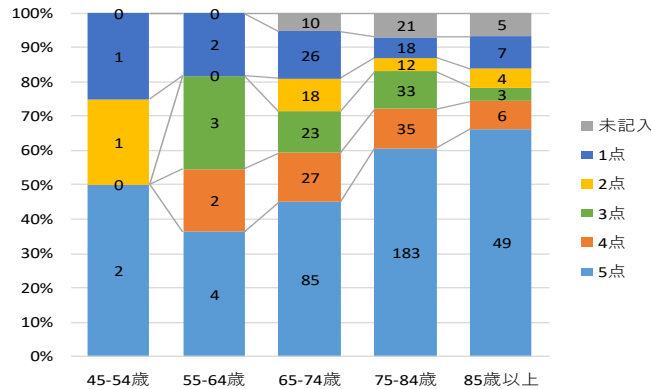
6. 嗅覚チェック



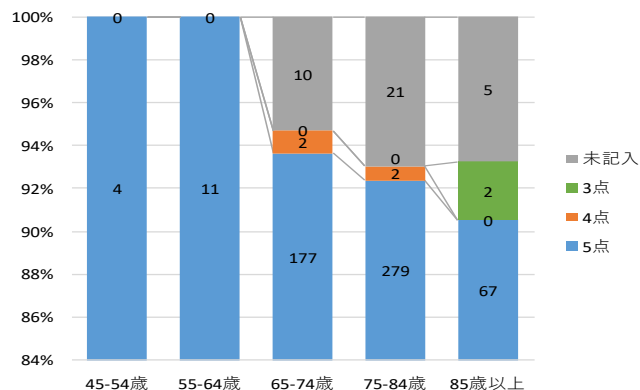
3. 握力測定



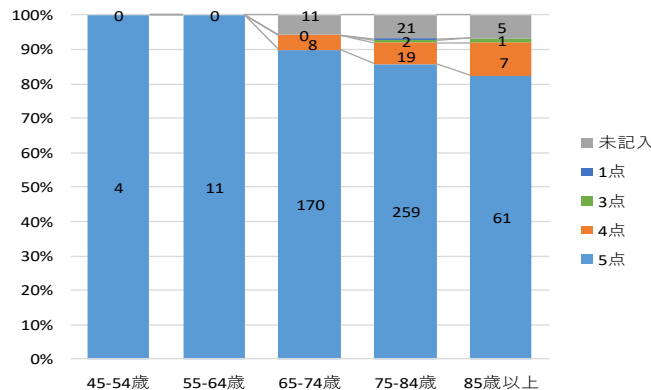
7. 栄養フレイルチェック



4. 反復唾液飲みテスト



8. 社交性確認テスト



○「7. 栄養フレイルチェック」については、加齢とともに5点の方の割合が増えている。その他のからだ測定については、加齢と共に4点以下の割合が高くなっている。