

# 令和6年度の取組内容報告（抜粋）

## ●取組の名称

KDB（国保データベース）を活用した「粋なまち健康プロジェクト」の実施【新規】

## ●基本目標等

- ・基本目標 5 高齢者の健康づくり
- ・指標 ①、②、③、④、⑤、⑥、⑦、⑧、⑩

## ●取組の内容

- ・目的  
フレイル（加齢に伴い体力や気力が落ち、食欲や外出等への意欲が低下していく状態）による多面的な健康課題を抱える高齢者一人一人の状況に応じたフレイル予防対策を実施し、健康寿命の延伸を目指す。
- ・対象者  
おおむね65歳以上の区民
- ・実施内容  
令和6年度から新たなフレイル対策として、「粋なまち健康プロジェクト」を開始。  
＜ハイリスクアプローチ＞（個人に対する支援）  
医療・健診・介護データから抽出した、低栄養、口腔・身体フレイル及び生活習慣病重症化のハイリスク者に対し、保健師、管理栄養士、歯科衛生士が個別に訪問して、各予防プログラムを通じて、健康相談・指導や必要なサービスにつなげるなどきめ細かに支援する。  
＜ポピュレーションアプローチ＞（集団に対する支援）  
高齢者通いの場やいきいき館のほか、健康福祉まつりなどの高齢者が参加する場やイベントにおいて、健康講座や相談を通じたフレイル予防の普及啓発を行う。

## ●実績等

ハイリスクアプローチ：64件（12月末：個別指導件数）  
内訳：栄養12件、口腔18件、運動28件、重症化予防6件  
ポピュレーションアプローチ 1,231人（12月末：参加者・相談者数）

## ●今後の課題・施策の方向性

- ＜ハイリスクアプローチ＞  
令和6年度個別指導目標件数180件に対して、12月末時点で64件であった。年度後半に件数の増加を見込んでいるため、今後は指導をより効率的・効果的に実施していくための仕組みやプログラムを検討していく必要がある。また、事業がフレイル予防につながったかどうかの評価方法も併せて検討していく。
- ＜ポピュレーションアプローチ＞  
令和6年度に開催したイベントにおいて、フレイルの認知度調査を実施したところ、内容まで知っているとの回答は、56%と低い状況であった。このため、引き続きさまざまな機会を捉えて、区民のフレイル予防の意識向上に向けた普及啓発に取り組んでいく必要がある。

## ●活動の様子等

### ○ポピュレーションアプローチの様子

- ・健康福祉まつりでの健康教育／フレイル普及啓発コーナー



- ・通いの場での健康講座／歯と口の健康週間での健康相談



### ○参加者の意見

#### ハイリスクアプローチ

- ・区が個別訪問という形で丁寧に対応してくれてありがたい。
- ・健康状態が気になっていたが、改めて自分の状況を理解できた。
- ・生活習慣の改善に取り組むきっかけとなった。

#### ポピュレーションアプローチ

- ・「フレイル」という言葉の意味を初めて知り、勉強になった。
- ・生活習慣について、日常に取り入れやすい改善案を教えてもらった。