

岐阜県各務原市

－専門職による充実したメニューと住民とともに取り組むフレイル予防の推進－

市の概況（令和6年4月1時点）

人口	144,451人
高齢化率	28.8%
後期被保険者数	24,360人
日常生活圏域数	7圏域

取組の経緯

- 市民の健康づくりや介護予防の取組は各担当課で行っていたが、年齢による切れ目のない支援体制や健康分野、介護分野の包括的な支援体制を構築するため、令和2年度に3課でプロジェクトチームを設置し、既存事業との調整や、連携体制を協議し、令和3年度から一体的実施に取り組むこととなった。
- 令和3年度、高齢福祉課内に「健康長寿係」を新設。各種専門職を配置し体制を整備した。

実施体制

市民生活部 医療保険課

国保・後期高齢者
医療担当

健康福祉部 高齢福祉課

企画・調整担当
介護予防

健康福祉部 健康管理課

保健事業担当
保健指導等

【健康長寿係】保健師2名、管理栄養士3名、
歯科衛生士1名、理学療法士1名、事務職2名



各務原市マスコットキャラクター ららら

一体的実施前からの取組

- 厚生労働省が住民主体の通いの場を活用したフレイル予防の重要性を提示したことが契機となり、フレイル予防の取組を推進・強化することとなった。令和元年度に地域住民、専門職、民間事業者等で構成された「各務原市フレイルチェック検討委員会」を発足させ、フレイルチェックの項目や進め方等を検討した。項目等決定後は、「各務原市フレイル予防推進委員会」へと名称を変更し、フレイル予防事業全体をどのように推進していくかを考える委員会へと目的を変え、継続している。

企画調整・関係機関との連携

- 庁内連携
対象者の抽出条件や介入方法等、細部を検討できるよう課を跨いだ連携会議を実施。
- 医療関係団体等との連携
・市医師会、市歯科医師会、市薬剤師会
会議等において、事業の実施方法等について助言。
- ・岐阜県歯科衛生士会
フレイルチェックの実施協力。
- ・岐阜県リハビリテーション協議会
フレイル予防推進委員会において、事業の実施方法等について助言。
- ・地域包括支援センター
フレイルチェックの実施協力、ハイリスクアプローチ支援者引継ぎ、月1回の会議にて課題検討。
- ・中部学院大学、東海学院大学
フレイル予防講演会、フレイル予防料理教室の実施。

ハイリスクアプローチ

- **低栄養**：管理栄養士により6か月間で訪問3回+電話2回
- **口腔**：歯科衛生士により3か月間で訪問3回+電話2回
- **身体的フレイル**：理学療法士により3か月間で訪問4回
後期高齢者健診の結果及びフレイルチェック（通いの場等でポピュレーションアプローチ）の結果（口腔と身体的フレイルはフレイルチェック結果のみ）から対象者を抽出。アセスメント、目標、行動計画の立案、中間評価、最終評価を行う。
- **重症化予防（糖尿病性腎症及びその他生活習慣病）**
後期高齢者健診データ及びレセプトデータより抽出した対象者に対し、受診勧奨通知を送付。その後、受診をしていない方に、保健師及び管理栄養士が、電話及び訪問にて受診勧奨を実施。生活状況の聞き取りや必要に応じて保健指導を実施する。
- **健康状態不明者対策**
KDB活用支援ツール及び介護予防事業参加状況等が登録されている健康管理システムから抽出した対象者へ後期高齢者の質問票を送付。フレイル該当者には医療専門職により、リスクに応じた電話や訪問指導、質問票未回答者には訪問にて質問票の聞き取りを行い、生活状況の確認及びフレイル予防・健診のチラシ配布を行う。また、必要に応じて適切な支援、地域のサービス等につなげる。

ポピュレーションアプローチ

- **健康教育・健康相談**
・通いの場等において、医療専門職によるフレイル予防講話を行い、フレイル予防の概要や取組方法を紹介（フレイルチェックと同時実施）。
・フレイル予防サポーター（フレイルチェック事業における参加者の測定をサポートする）の養成研修を開催し、市民の互助を強化。
・フレイル予防アドバンスサポーター（自主的なフレイル予防の普及啓発活動、フレイルチェック事業を主体的に運営する。）の養成研修、サポーター同士が市のフレイル予防事業・フレイルチェックのあり方について協議する交流会・研修会を開催。
・フレイル予防の普及啓発のため、看護学科や理学療法学科、管理栄養学科のある市内の大学と連携し、講演会や料理教室等の事業を実施。
- **フレイル状態の把握**
健康教育・健康相談と同時に、フレイルチェック事業として、市オリジナル指標の「からだ測定」を実施し、日常生活の振り返りと今後のフレイル予防に向けた生活目標の設定を行う。
- **気軽に相談できる環境づくり**
通いの場代表者が集まる会で、チラシ配布、事業紹介。



フレイル予防料理教室の様子

↑フレイルチェック大会の様子（青色ビブス着用がフレイル予防サポーター）



岐阜県各務原市

事業結果と評価概要（令和５年度結果）

		対象者数	参加者数	評価指標	状況（評価結果）
ハイ リ ス ク ア プ ロ ー チ	低栄養	52人	31人	①体重の維持増加率 ②行動目標達成率、10食品群チェックの点数の維持増加率 ③翌年度の健診結果【体重】の改善率	①維持増加率：100%（11人が個別相談に参加。うち、7人が6か月間の介入を終了。また、ほか20人には、電話や訪問にて助言を実施。） ②目標達成率：57.1%、10食品群チェックの点数の維持増加率：100% ③令和6年度末に評価予定
	口腔	14人	8人	①口腔機能項目改善率 ②翌年度のフレイルチェック結果【口腔機能】の改善率	①改善率：66.7%（3人が個別相談に参加し、3か月間の介入を終了。また、ほか5人には、電話や訪問にて助言を実施。） ②令和6年度末に評価予定
	身体的 フレイル	29人	24人	①運動機能項目改善率 ②翌年度のフレイルチェック結果【運動機能】の改善率	①改善率：100%（2人が個別相談に参加。うち、1人が3か月間の介入を終了。また、ほか22人には、電話や訪問にて助言を実施。） ②令和6年度末に評価予定
	重症化予防 （糖尿病性腎症）	中断者25人 未治療者3人	中断者15人 未治療者2人	①勧奨後の病院受診率 ②翌年度の健診結果【HbA1c】の改善率	①中断者の受診率：36%、未治療者の受診率：66.7% ②令和6年度末に評価予定
	重症化予防 （その他生活習慣病）	170人	56人	①勧奨後の病院受診率 ②翌年度の健診結果【血圧・腎機能・脂質】の改善率	①受診率：12.9% ②令和6年度末に評価予定
	健康状態不明 者対策	56人	46人	①当該年度健診受診率 ②医療・介護サービスが必要と判断された者のうち、適切なサービスへの接続率 ③翌年度の健康状態不明者の数	①健診受診率：6.9%、口腔健診受診率：3.4% ②サービス接続率：66.7% ③令和6年度末に評価予定
ポ ピ ュ ー リ ー シ ョ ン	健康教育・ 健康相談	-	延べ1,658人 実施数96回	①各事業の参加者数	①通いの場等におけるフレイル予防講話：延べ1,346人 フレイル予防サポーター養成研修：27人 フレイル予防アドバンスサポーター養成研修：25人 フレイル予防料理教室：延べ44人 フレイル予防講演会：90人 フレイル予防講座：延べ126人
	フレイル状態 の把握	-	延べ1,425人 実施数82回	①各圏域におけるフレイルチェックの参加率 ②フレイルチェック結果の維持改善率	①北部西：3.7%、西部：5.6%、北部東：5.5%、中部：7.0%、東部：3.2%、南部：1.4%、川島：1.8% ②『フレイル』認知度55%、後期高齢者の質問票における維持改善率：60%、からだ測定における維持改善率：12.5%
	気軽に相談できる 環境づくり	-	チラシ送付 94か所	①フレイルチェックへの参加団体の割合	①参加団体の割合：41.5%

課題・今後の展望

市民が自分自身の健康状態を把握し、フレイル予防に取り組めるよう、様々な媒体を活用し周知していく。また、市民の互助の力を養うため、フレイル予防サポーター養成を行ってきたが、今後はサポーターが主体的に活動できるよう、フレイル予防アドバンスサポーターを養成するなど、体制を整えていきたい。ハイリスクアプローチでは、様々なメニューを設けてきたが、今後は服薬指導の事業も実施していけるよう検討していく。