

【高齢者保健事業】

1 フレッシュシニア教室

近年の超高齢社会の影響から、介護認定者は年々増加傾向にある。高齢者の健康維持向上（フレイル予防）とともに、地域で効果的な介護予防活動を実施できる人材育成（介護予防サポーター等の地域での介護予防活動実践者）を推進するために実施している。

<実施状況>

- (1) 実施日時 令和5年5月～7月 午前10時00分～11時30分
令和5年9月30日（木） 午後1時30分～3時
- (2) 実施場所 形原公民館、保健医療センター、北部公民館、市民会館東ホール
- (3) 対象者 介護予防やボランティア活動に興味のある方
- (4) スタッフ 保健師、看護師
講師：理学療法士、管理栄養士、歯科衛生士
- (5) 周知 ホームページ、ちらし配布、介護予防サポーターからの紹介など
- (6) 内容 フレイル予防（運動・食事・口腔）の講話と実技

<実施結果>

- (1) 参加人数 (人)

形原公民館		保健センター		北部公民館	
実施日	参加人数	実施日	参加人数	実施日	参加人数
5月10日	24	6月1日	10	6月6日	17
6月14日	25	6月8日	10	6月20日	16
7月12日	26	6月22日	8	6月21日	17
参加延人数	75	参加延人数	28	参加延人数	50

合同研修会（市民会館 東ホール）：参加人数 30人

- (2) フレッシュシニア教室1回の参加人数 平均17人
- (3) 介護予防サポーターへの希望者：1人

2 通いの場などへの地域支援事業

地域で効果的な介護予防活動が実施できるよう高齢者の身近な場所である通いの場の活動を支援するとともに、介護予防が継続・推進するため、東三河広域連合から委託を受けて実施している。

2-1 元気シニア教室

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止していた通いの場の再開支援、新規立ち上げの支援や高齢者が元気になる運動推進事業実施した通いの場への継続支援として実施。

<実施状況>

- (1)実施期間 令和5年4月～令和6年3月
- (2)実施場所 通いの場 8か所
- (3)対象者 通いの場参加者
- (4)内容 理学療法士、健康づくりリーダーによる運動指導

<実施結果>

理学療法士			健康づくりリーダー		
実施場所数	延回数	参加延人数	実施場所数	延回数	参加延人数
4か所	4回	70人	4か所	10回	97人

2-2 地域リハビリテーション支援事業

通いの場を利用している高齢者が、介護予防のための運動の仕方などについてリハビリテーション専門職の指導を受けることができ、継続的に運動ができるよう実施。

<実施状況>

- (1)実施期間 令和5年4月～令和6年3月
- (2)実施場所 通いの場 7か所
- (3)対象者 通いの場参加者
- (4)内容 理学療法士・作業療法士による運動指導

<実施結果>

- (1)実施回数 7回
- (2)参加人数 145人

3 高齢者が元気になる運動推進事業（地域づくりによる介護予防活動支援事業）

高齢者が身近な地域で集まる機会を持ち、効果的な介護予防活動に定期的に取り組む機会を作るため、理学療法士による運動指導を実施し、教室終了後も通いの場での活動内容につながるよう支援している。

<実施状況>

- (1) 実施日時 ア 鹿島北部4月～7月（全12回）午前10時～11時30分
 イ 細井ファミリー8月～11月（全12回）
 午前9時30分～10時45分
 ウ にこにこ会プラス9月～12月（全12回）午後1時30分～3時
- (2) 実施場所 ア 鹿島北部集会場 イ 蒲郡公民館 ウ 東部公民館
- (3) 対象者 ア 鹿島北部地区の高齢者 イ 蒲郡地区の高齢者 ウ 東部地区高齢者
- (4) スタッフ 理学療法士（委託先：シコースポーツ中部株式会社）、看護師、保健師
- (5) 周知 通いの場等への告知
- (6) 内容 理学療法士による運動実践指導
 体力測定（初回と最終前の2回実施）
 ※体力測定：握力、開眼片足立ち、5m早歩、3m折り返し

<実施結果>

- (1) 参加回数及び人数 (人)

項目 教室名	開催回数	参加実人数	参加延人数	平均参加人数
鹿島北部	12回	18	151	12.6
細井ファミリー	12回	16	161	13.4
にこにこ会プラス	12回	18	149	12.4
計	36回	52	461	12.8

- (2) 年齢別内訳 (人)

年齢	平均年齢	50歳代	60歳代	70歳代	80歳代	90歳代
鹿島北部	86.4歳	0	0	6	12	0
細井ファミリー	70.0歳	3	3	10	0	0
にこにこ会プラス	82.5歳	0	1	3	13	1
計		3	4	19	25	1

- (3) 体力測定結果（全体）

項目	握力	開眼片足立ち	5m早歩	3m折り返し
要因	筋力	平衡性	歩行能力	複合動作能力
鹿島北部	↑ +2.1kg	↑ +14秒	↑ -2.6秒	↑ -3.9秒 up
細井ファミリー	↑ +0.2kg	↑ +15秒	↑ -0.27秒	↑ -0.05秒
にこにこ会プラス	↑ +0.85kg	↓ -3秒	↑ -0.45秒	↑ -0.77秒
計	↑ +1.05kg	↑ +8.66秒	↑ -1.10秒	↑ -1.57秒

4 高齢者介護予防食生活改善普及事業

高齢者がいつまでも健康に過ごすため、蒲郡市健康づくり食生活改善協議会に委託して介護予防やフレイル予防に役立つ食生活の改善を目指す取り組みを実施している。

<実施状況>

長寿課からヘルスマイトが委託を受け、地区担当保健師や管理栄養士とともに地区に合わせた方法で実施している。

<実施結果>

(人)

地区	実施日	場所	内容	スタッフ	参加人数
三谷	7月13日(木)	三谷公民館	食べることは健康の基本、10種の食品群、簡単レシピ提供	保健師 ヘルスマイト	42
	2月22日(木)	三谷公民館	電子レンジレシピ(デモ) 健康講話	保健師 ヘルスマイト	32
東西北	2月21日(水)	白山集会所	健康講話 電子レンジレシピ紹介	保健師 ヘルスマイト	23
小江	2月16日(金)	小江公民館	郷土料理紹介、調理実習	保健師 ヘルスマイト	17
府相	7月19日(水)	府相公民館	健康講話、運動	ヘルスマイト	26
	2月24日(土)	府相公民館	調理実習	ヘルスマイト	17
蒲郡	6月16日(金)	蒲郡公民館	血圧・握力測定、健康講話、デザート提供	保健師 ヘルスマイト	58
塩津	10月12日(水)	王子公民館	フレイル予防 食事バランスガイドについて	ヘルスマイト	17
	3月22日(金)	塩津公民館	フレイル予防、体操、 食事バランスガイドについて	ヘルスマイト	13
形原	2月7日(水)	文化広場	電子レンジクッキング、レシピ紹介	保健師 ヘルスマイト	28
西浦	6月15日(木)	西浦公民館	味噌汁塩分測定、健康講話、 味覚チェック	保健師 ヘルスマイト	28
	9月21日(木)	西浦公民館	血圧測定、レシピ紹介、調理実習 (ポリ袋調理)、ローリング ストック	保健師 ヘルスマイト	20
全12回					321

5 蒲郡市地域高齢者健康支援型配食サービス事業

平成31年に発表された健康寿命延伸プランに「健康支援型配食サービス」の項目が盛り込まれた。健康支援型配食サービスとは、地域の配食業者が作成した弁当を教材として活用し、共食の場を通じて高齢者に対して健康教育を行うことで、社会参加を促しながら、低栄養・フレイル予防に資する健康づくりにつなげていくことが期待できる。

令和5年度も通いの場で地域高齢者に対してフレイルの啓発活動を実施しながら市内事業者と連携し開発した「カムカムチェック弁当」の試食を行い、残食量及びアンケートから咀嚼力を評価し、フレイル予防のスクリーニングとして取り組みを実施した。

5-1 「カムカムチェック弁当」メニューの開発

各事業者とスクリーニングツールとして活用できる「カムカムチェック弁当」を共同開発した。

＜実施状況＞

- (1) 実施期間 令和5年4月～8月
- (2) 実施場所 ZOOM、各事業所、保健医療センター
- (3) 対象者 事業者（西浦食堂、焼肉 大倅、力寿し）
- (4) 内容 打ち合わせ各2回、試食会1回

＜実施結果＞

(1) 各事業者弁当メニュー

事業者名	主食	主菜	副菜 (やわらかい)	副菜 (ふつう)	副菜 (かたい)
西浦食堂	ごはん	鶏むね肉の西京焼き	さといものあおさ 和え	たっぷりきのこの ガリバタ炒め	みかんキャロット トラペ
焼肉 大倅	ごはん	中華あんのつみれ 焼き	とろとろ茄子の 甘酢がらめ	マンゴーとちくわ のマヨサラダ	たっぷり野菜の きんぴら
力寿し	ごはん	たらのから揚げみ かん風味あんかけ	さつまいもと小 豆の煮込み	もやしとほうれん 草の梅味噌和え	あさりとキャベ ツの磯香和え

※「カムカムチェック弁当」栄養素の目安：エネルギー約600kcal、

たんぱく質20～30g、脂質15～20g、
炭水化物80～100g、食塩相当量2～3g

5-2 がまごおりお口と健康カムカム講座

地域高齢者を対象とした実態調査を行うとともに、健康講座の実施によって、低栄養と口腔機能低下の予防に関する啓発活動を行うことで健康の維持増進を図る。

＜実施状況＞

- (1) 実施期間 令和5年9月～11月（全14回）
- (2) 実施場所 市内会場
- (3) 対象者 市内在住の高齢者で通いの場の参加者等
- (4) スタッフ 管理栄養士、保健師、看護師、名古屋学芸大学生
- (5) 内容 健康講座説明、健口アンケート、身体計測
(身長・体重、握力、5回立ち上がりテスト、咀嚼チェックガム)
講義「フレイル予防とお口の健康について考えよう」
「カムカム弁当の試食会」
試食後アンケート、残食量の確認

<実施結果>

(1) 健康講座参加者

(人)

名称	開催日	会場	参加者数
形原いきいきサロン	9月13日(水)	蒲郡文化広場	30
はればれ会	9月14日(木)	三谷公民館	39
塩津いきいきサロン	9月15日(金)	塩津公民館	23
まめだ会	10月10日(火)	形原1区町内会館	34
にこにこ会	10月17日(火)	東部公民館	12
わははの会	10月18日(水)	府相公民館	23
ぼちぼち会	10月19日(木)	拾石会館	25
じゃがいもの会	10月20日(金)	小江公民館	32
楽楽サロン	10月20日(金)	蒲郡公民館	35
ほのぼの会	11月8日(水)	形原公民館	28
カムカム講座Ⅲ	11月9日(木)	西浦公民館	32
学習会	11月10日(金)	勤労福祉会館	23
西大塚いきいきサロン	11月17日(金)	西大塚会館	22
カムカム講座Ⅲ	11月22日(水)	三谷公民館	22
合計	14会場		380

(2) 実態調査の対象者

男性 48 人 (13.7%)、女性 302 人 (86.3%) 計 350 人

平均年齢：78.6±7.02 歳

(3) MNA-SF 及び SNAQ のリスクの割合

		人 (%)	合計 (人)
MNA-SF	栄養状態良好 (12-14 点)	190 (69.6%)	350
	低栄養のおそれあり (8-11 点)	101 (28.9%)	
	低栄養 (0-7 点)	5 (1.4%)	
SNAQ	リスクなし (14-20 点)	248 (70.9%)	350
	リスクあり (0-13 点)	102 (29.1%)	

※SNAQ リスクあり：6か月以内に体重が少なくとも5%減少するリスクが高い

5-3 配食事業者と連携した体制整備

市内の高齢者の配食サービス実施事業者を対象にカムカムチェック弁当の試食会と同時に、高齢者の健康づくり配食弁当の栄養管理の勉強会を年に1回実施し、高齢者の配食サービスの弁当内容の改善を目指し実施した。

<実施状況>

- (1) 実施日時 令和6年1月30日(火) 午後3時30分～午後4時45分
- (2) 実施場所 保健医療センター
- (3) 対象者 高齢者の配食サービス実施事業者等
- (4) スタッフ 管理栄養士、名古屋学芸大学教授、名古屋学芸大学生
- (5) 内容 概要説明

今年度の報告及びカムカムチェック弁当の紹介
高齢者の栄養管理について
試食会、アンケート、質疑応答

<実施結果>

- (1) 参加者 事業者 5 事業者（力寿し・焼肉大倅・緑屋・よしみ・宅配123）
 関係者（蒲郡社会福祉協議会・長寿課）
 参加人数 8名
- (2) アンケート結果（事業者のみ）
- ア 市と連携した事業などのご協力に興味がありますか（5業者中）
 とてもある 5事業者 ない 0事業者
- イ 日頃の配食弁当についての参考になりましたか
 はい 5事業者 いいえ 0事業者
- ウ その他自由記載
- ・いろいろなコスト上昇が負担
 - ・かたさの分類など勉強になる。量と栄養価もよくわかった
 - ・ちょっとした、調味料の使い方が勉強になった

6 介護予防サポーター事業

6-1 介護予防サポーター協議会

介護予防を推進するために蒲郡市が養成した介護予防サポーターは、地域住民への介護予防の普及啓発を目的としたボランティア活動をしており、市内3つの日常生活圏域の地域包括支援センターが地域活動を支援している。また、介護予防の啓蒙活動を実施しながら、地域で活躍できる介護予防サポーターを募集し養成している。

<実施状況及び実施結果>

(1) 総会・地区代表者会 実施場所：保健医療センター (人)

		実施日	内容	参加人数
総会		5月26日(金)	令和5年度介護予防サポーター総会 全体活動・介護予防サポーター活動 令和4年度事業収支決算・報告 令和5年度事業計画(案)・収支予算報告	31
地区代表者会	1回目	4月24日(月)	令和5年度介護予防サポーター総会について 介護予防サポーターフォローアップ研修内容 介護予防サポーター養成講座 令和5年度予算など	10
	2回目	8月29日(火)	合同研修会の内容など	11
	3回目	1月22日(月)	第3回介護予防サポーター交流会 今年度の活動振り返り 次年度の総会について 今年度予算の使途状況	11

(2) 介護予防サポーターフォローアップ研修 (人)

研修名・実施日時	実施場所	内容(テーマ)	参加人数
合同研修会 9月28日(木)	市民会館 東ホール	「きれいなウォーキングで、健康アップ！」 講師 理学療法士 田浦慶之氏	49
研修会 11月30日(木)	保健医療センター	「新聞を使ったレクリエーション」 講師 愛知県レクリエーション協会 松山清子氏	23
交流会 2月19日(月)	保健医療センター	令和5年度の各地区の活動内容の発表 今後の活動方針等の検討など	21
計3回			93

6-2 介護予防サポーター養成講座

高齢者が住み慣れた地域で安心して生活できるように、地域での介護予防の普及啓発活動を行うボランティアを養成している。介護予防サポーターに必要な知識を受講したのち、受講者にサポーター登録の意思を確認している。

<実施状況>

- (1) 実施日時 令和5年8月22日（火）午後1時30分～3時
- (2) 実施場所 保健医療センター
- (3) 対象者 介護予防の啓発活動ができる市民
- (4) スタッフ 看護師
- (5) 周知 広報、ちらし、介護予防サポーターからの紹介
- (6) 内容 講話

<実施結果>

(人)

実施日時	内容（テーマ）	受講者
8月22日（火）	蒲郡市の高齢者のおかれている現状 高齢者の特徴及び健康管理 介護予防サポーターについて など	1

7 認知症介護家族支援事業

認知症高齢者を支える家族の介護負担を軽減できるよう、平成26年度から認知症の方を介護する家族向けの交流会を開催している。平成27年度からは、家族支援に必要なプログラムをまとめた講座の開催をしており、終了後は交流会に参加することで、認知症の方を介護する者同士がつながりを持ち、互いに寄り添う支援者となっている。

7-1 家族支援プログラム

悩みを抱え込みやすい、認知症の初期から中期の方の介護者を対象に、認知症の介護に必要な知識を6回のシリーズに分けて学べるようにしている。介護する家族が、認知症について正しく理解し、制度やサービスを上手く活用できるよう支援している。介護者同士が認知症の介護の悩みを話し合い、介護方法の知恵を出し合うことで介護負担を軽減できるよう支援している。

<実施状況>

- (1) 実施日時 令和5年10月～令和6年3月 第3金曜日（全6回）
午後1時30分～3時
- (2) 実施場所 市役所
- (3) 対象者 認知症の人を介護されている家族（連続受講が可能な者）
- (4) スタッフ 認知症の人と家族の会（愛知県支部）、認知症専門医、
認知症サポート医、ケアマネジャー、保健師、看護師など
- (5) 周知 広報、ホームページ、ちらし
- (6) 内容 各回のテーマの講話と質疑応答、認知症の方の介護の交流会

<実施結果>

(人)

実施日時	内 容	参加人数
10月20日（金）	介護の知恵袋	9
11月17日（金）	学びましょう認知症のこと	7
12月15日（金）	サービスのいろいろ	6
1月19日（金）	介護の仕方と介護者の心	8
2月16日（金）	認知症の方へのリハビリ	5
3月15日（金）	医師との関わり方と薬	6
計6回		41

参加実人数9人 参加延人数41人 1回平均参加人数6.8人

7-2 認知症家族の交流会

認知症の方を介護する家族が介護の悩みを話し合い、介護負担を軽減し家族の健康を保持するため平成26年度より開催している。平成28年度からは、認知症の人と家族の会（愛知県支部）に委託し実施している。家族支援プログラム修了者が移行して参加する場であり、随時新規参加者の交流の場にもなっている。

<実施状況>

- (1) 実施日時 毎月第3金曜日 午前10時～11時30分 (年12回)
- (2) 実施場所 市役所
- (3) 対象者 認知症の方を介護されている家族
- (4) スタッフ 認知症の方と家族の会(愛知県支部)、保健師、看護師
- (5) 周知 広報、ホームページ、ちらし
- (6) 内容 認知症の方の介護方法について話し合い、経験者から対処方法の工夫、介護者の負担軽減のサポート

<実施結果>

(人)

実施日時	新規参加	参加人数
4月21日(金)	11	11
5月19日(金)	1	6
6月16日(金)	3	5
7月21日(金)	1	5
8月18日(金)	0	2
9月15日(金)	0	2
10月20日(金)	4	6
11月17日(金)	0	3
12月15日(金)	0	2
1月19日(金)	0	6
2月16日(金)	0	4
3月15日(金)	0	3
計12回	20	55

8 蒲郡市地域包括ケア推進協議会 介護予防推進部会

高齢者が住み慣れた地域でできる限り長く健康を保つことができるよう、地域包括ケア推進協議会の中の専門部会として、令和元年度から介護予防推進部会の事務局を健康推進課に移管し、住民の主体的な介護予防活動の促進・支援体制整備を行い、介護予防の課題整理及び対応策の検討を行うため実施している。

<実施状況>

- (1) 実施回数 介護予防推進部会 年3回、地域包括ケア推進協議会 年3回
- (2) 実施場所 保健医療センター
- (3) 部会委員 蒲郡リハビリテーション連絡会、豊川保健所健康支援課
豊川保健所管内蒲郡栄養士会、愛知県歯科衛生士会三河東部支部
愛知県健康づくりリーダー連絡協議会蒲郡支部、蒲郡市健康づくり
食生活改善協議会、蒲郡市介護予防サポーター協議会、蒲郡市社会
福祉協議会地域福祉係、蒲郡市健康福祉部保険年金課
- (4) 事務局 健康推進課、長寿課（地域包括ケア推進室）、基幹型及び地域包括
支援センター
- (5) 内 容 年3回の専門部会の開催と地域包括ケア推進協議会へ報告

<実施結果>

(1) 介護予防推進部会

実施日時	内容
7月7日（金）	令和5年度の介護予防推進施策について 第10期高齢者福祉計画について
10月7日（金）	第10期高齢者福祉計画について
令和6年 1月12日（金）	令和5年度の事業報告、令和6年度の取り組むべき課題について 第10期高齢者福祉計画について

(2) 地域包括ケア推進協議会への報告

実施日時	内容
6月29日（木）	令和5年度の介護予防推進施策の報告
10月19日（木）	第10期高齢者福祉計画 介護予防推進施策の方向性の報告
令和6年 2月8日（木）	令和5年度の介護予防推進施策の報告 第10期高齢者福祉計画 介護予防推進施策の報告

9 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施

高齢者の保健・介護・医療のデータを一体的に分析し、高齢者の健康状況と健康課題を明確化し、事業に反映することで、健康の保持増進と健康寿命の延伸を図ることを目的に実施している。

9-1 KDBを活用した健康課題の分析及び健康状態不明者への個別支援の介入 ＜実施状況＞

- (1) 実施期間 令和5年4月～令和6年3月
 (2) 対象者 市内在住の後期高齢者
 (3) スタッフ 保健師、看護師、管理栄養士
 (4) 内容
 ア KDBを活用した健康課題の分析、支援対象者の状況把握
 イ ハイリスクアプローチ対象者への個別指導
 (ア) 低栄養
 (イ) 重症化予防（糖尿病性腎症）
 (ウ) 重症化予防（その他の生活習慣病・身体的フレイル）
 (エ) 服薬
 (オ) 健康状態不明者
 (5) ハイリスク対象者※医療・健診の受診状況から4つの区分に分類し、取り組みを実施

区分	割合	対象・取り組み
1 医療あり・健診あり	24.7%	<ul style="list-style-type: none"> 低栄養：90歳未満かつ介護者を除く BMI20以下かつ1年間で2kg以上の体重減少者 81人 前年度より体重が4.5kg以上減少者 25人 重症化予防（糖尿病性腎症）：80歳未満かつ要介護者を除く HbA1c7.0%以上かつ尿蛋白+以上の者 6人
2 医療なし・健診あり	0.2%	<ul style="list-style-type: none"> 重症化予防（その他の生活習慣病）：85歳未満かつ要介護者を除く 健診受診結果より受診勧奨判定値のうちコントロール不良者であり、専門医など管理されていない者（血圧、血糖値、腎機能、貧血） 171人 重症化予防（身体的フレイル）：85歳未満かつ要支援・介護者を除く 高齢者質問票より、フレイルリスクが高いと判断した者 176人
3 医療あり・健診なし	70.7%	<ul style="list-style-type: none"> 服薬：90歳未満のかつ要介護者を除く 令和5年1～3月の複数医療機関による処方で、3か月以上の重複薬処方及び10剤以上の多剤処方者、併用禁忌服薬者 44人
4 医療なし・健診なし	4.4%	<ul style="list-style-type: none"> 健康状態不明者：77～81歳 「医療なし（1年以上内科未受診）・健診なし（過去2年間未受診）・介護なし（介護サービス未利用）」の者 357人

＜実施結果＞

(1) 支援方法 (人)

	対象者	訪問	面接	電話	合計
低栄養					
・BMI20以下	81	24	0	46	70(86.4%)
・体重減少	25	9	0	11	20(80.0%)
重症化予防					
・糖尿病性腎症	6	3	0	2	5(83.3%)
・その他の生活習慣病	171	18	5	124	147(86.0%)
・身体的フレイル	176	16	0	129	145(82.4%)
服薬	44	0	0	31	31(70.5%)
健康状態不明者	357	234	0	17	251(70.3%)

※健康状態不明者 アンケート返信者93人

(2) 支援結果

(人)

	実施者	問題なし	要指導	要観察	他機関連携
低栄養					
・BMI20以下	70	34(48.6%)	12(17.1%)	23(32.9%)	1(1.4%)
・体重減少	20	10(50.0%)	3(15.0%)	6(30.0%)	1(0.5%)
重症化予防					
・糖尿病性腎症	5	0(0.0%)	3(60.0%)	2(40.0%)	0(0.0%)
・その他の生活習慣病	147	57(38.8%)	64(43.5%)	19(12.9%)	7(4.8%)
・身体的フレイル	145	115(79.3%)	22(15.1%)	5(3.5%)	3(2.1%)
服薬	31	12(38.7%)	14(45.1%)	3(9.7%)	2(6.5%)
健康状態不明者	251	197(78.4%)	34(13.6%)	5(2.0%)	15(6.0%)

(3) 健康状態不明者対応結果

ア アンケート返信結果

(人)

返信数	問題なし	要指導	要観察	他機関連携
93	76(81.7%)	14(15.1%)	3(3.2%)	0(0.0%)

イ 対応後の後期高齢者健康診査受診状況

健診受診者 14人(3.9%)

9-2 通いの場を活用した健康教育・個別相談

<実施状況>

- (1) 実施期間 令和5年4月～令和6年3月
(2) 実施場所 「通いの場」など高齢者の集まる場
(3) 対象者 各通いの場参加者
(4) スタッフ 保健師、看護師、管理栄養士、歯科衛生士、理学療法士、作業療法士
(5) 内容
ア 通いの場における専門職によるフレイル予防に関する講話及び体験
イ カムカム講座(栄養+口腔)
ウ 理学療法士による運動指導 ※一般介護予防事業も含む

<実施結果>

(1) 参加者数

内容	実施場所数	実施回数	参加延人数
専門職による健康教育	24か所	30回	556人
カムカム講座(栄養+口腔)	14か所	14回	380人
理学療法士による運動指導	13か所	47回	676人

(2) 高齢者質問票の結果(246人実施)

(%)

ポイント	状態	通いの場参加者	蒲安市	愛知県
健康状態	あまりよくない・よくない	8.8	9.3	11.0
心の健康状態	やや不満・不満	5.2	8.5	9.6
食習慣	1日3食食べている	96.4	95.1	95.4
口腔機能	固いもの食べにくくなった	29.3	29.8	29.0
	汁物でむせる	24.7	24.0	21.0
体重の変化	あり	11.0	11.2	12.2
運動・転倒	歩く速度の低下	50.7	57.4	57.7
	1年以内の転倒あり	18.6	20.0	18.9
	週1回以上の運動習慣あり	70.7	61.9	61.9
認知機能	物忘れ	15.9	16.9	16.8
	日付けがわからない	32.1	24.8	25.9

社会参加	週1回以上の外出あり	97.3	93.0	91.9
	家族・友人と付き合いあり	97.3	95.4	94.4
周囲の支援	相談相手あり	95.6	96.1	95.3

(3) 関係機関（地域包括支援センター等）と連携支援した人 7人