

平成28年3月24日

1 現状・課題と推進方針

2025問題

2025年には団塊の世代が75歳を迎え、現在の1.62倍になることが予想されている。75歳以上になると疾病や介護リスクが高くなることから、それまでに徹底した健康づくり施策が必要。

参加者の偏り解消

介護予防事業は「高齢者いきいきプラン2.1」に基づき行っているが、参加者が関心のある方々に偏りがちで、地域への広がりやマクロ効果としての要介護者の抑制に限界が見られることから、無関心層はもとより、誰でも気軽に楽しく参加できる地域の実情に応じた効果的な取り組みを推進することが必要。

縦割り事業の改善

健康づくり事業は、「高齢者いきいきプラン2.1」「健康増進計画」「スポーツ推進計画」等に基づき実施しているが、類似した事業が個別に行われ、市民にも分かりにくく、非効率。このため、組織横断的に連携し、施策の連動し合う効果的な事業実施が必要。



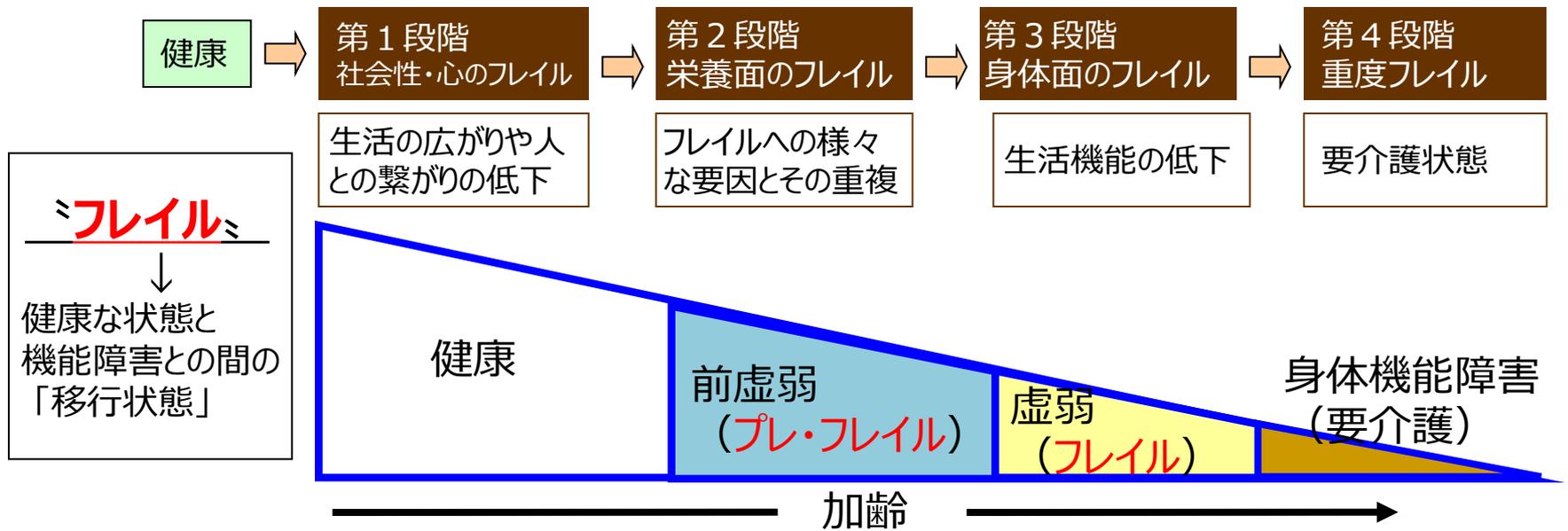
健康づくり事業の効果的な連動と地域を基盤とした市民主体の活動展開を目指すため、新たに「フレイル（虚弱）」という概念を位置付け、市民や関係団体、学識経験者、市による推進組織（柏フレイル予防プロジェクト2025推進委員会）を設置し、市民の健康づくりと健康長寿を推進する。

介護予防事業の現状・課題と推進方針

2 高齢期における新たな健康概念～「フレイル」～

フレイルとは年齢に伴って筋力や心身の活力が低下した状態（身体、精神心理、社会性の虚弱）のことで、多くの高齢者が健康な状態から、フレイルという中間的段階を経て、要介護状態に。言い換えれば、このフレイル状態は、適切な介入によって健康状態まで改善することが可能な状態。

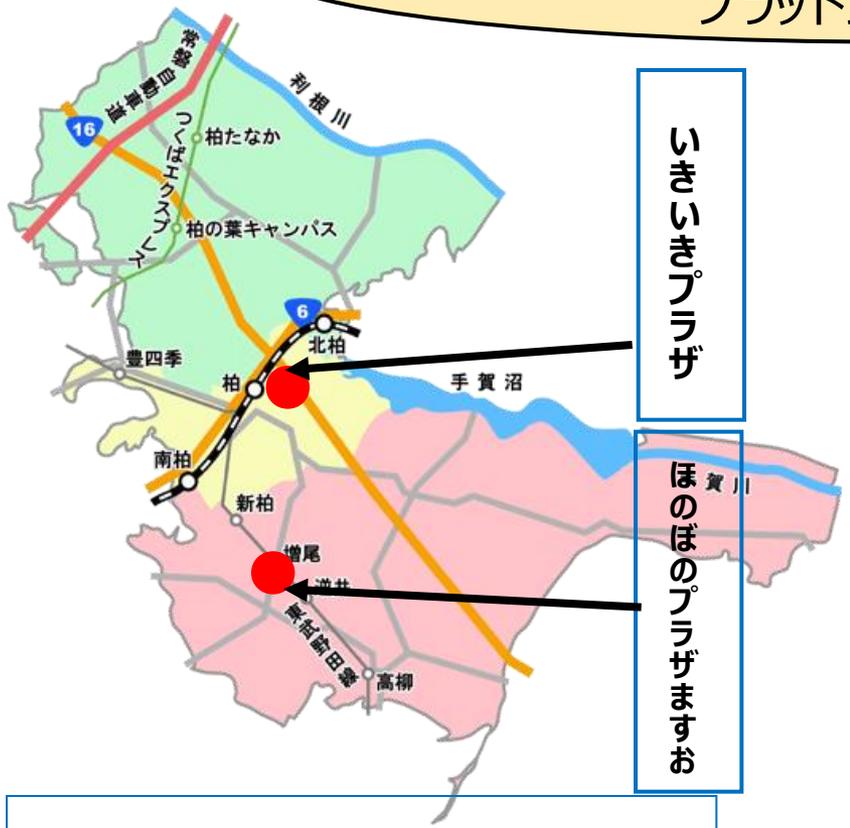
このため、できるだけ早く、自分の状態に気づき、意識変容、行動変容に結びつけることが必要。



介護予防事業の現状・課題と推進方針

3 地域を基盤としたフレイル予防の展開

地域を基盤にしたフレイル予防のためのプラットフォーム構築



- ① 講座の開催
フレイルチェックの定期実施
フレイル予防講座
・効果的なプログラムの開発等
・地域活動への情報発信
- ② グループ支援
地域サロン・グループへの講師派遣
・フレイル予防の啓発ときっかけづくり
・社会参加活動への支援
- ③ 人材育成
地域で活動を推進する人材の養成
・フレイル予防サポーター養成講座
・その他の活動を推進する人材の育成
市民主体の活動の継続支援

地域包括支援センターとの連携



介護予防センターで開発されたプログラムや育成された人材を活用した、地域展開を図る

介護予防事業の現状・課題と推進方針

4 フレイル予防の推進体制

(仮称) 柏フレイル予防プロジェクト2025推進委員会

フレイル予防の普及・啓発と効果的な推進，地域における市民主体の活動の促進，フレイル予防に係る関係機関の連携・調整等について協議を行う。

アドバイザー：柏市医師会，柏歯科医師会，柏市薬剤師会，
東京大学高齢社会総合研究機構

委員：ふるさと協議会，社会福祉協議会，民生委員児童委員，健康づくり推進員，
スポーツ推進委員，健康づくり活動団体，東葛北部在宅栄養士会，
在宅リハビリテーション連絡会，地域包括支援センター，学識経験者，柏市

事務局：柏市（福祉政策課，福祉活動推進課）

柏市推進部署：保健福祉部，保健所，生涯学習部，市民生活部
地域づくり推進部，企画部 など

