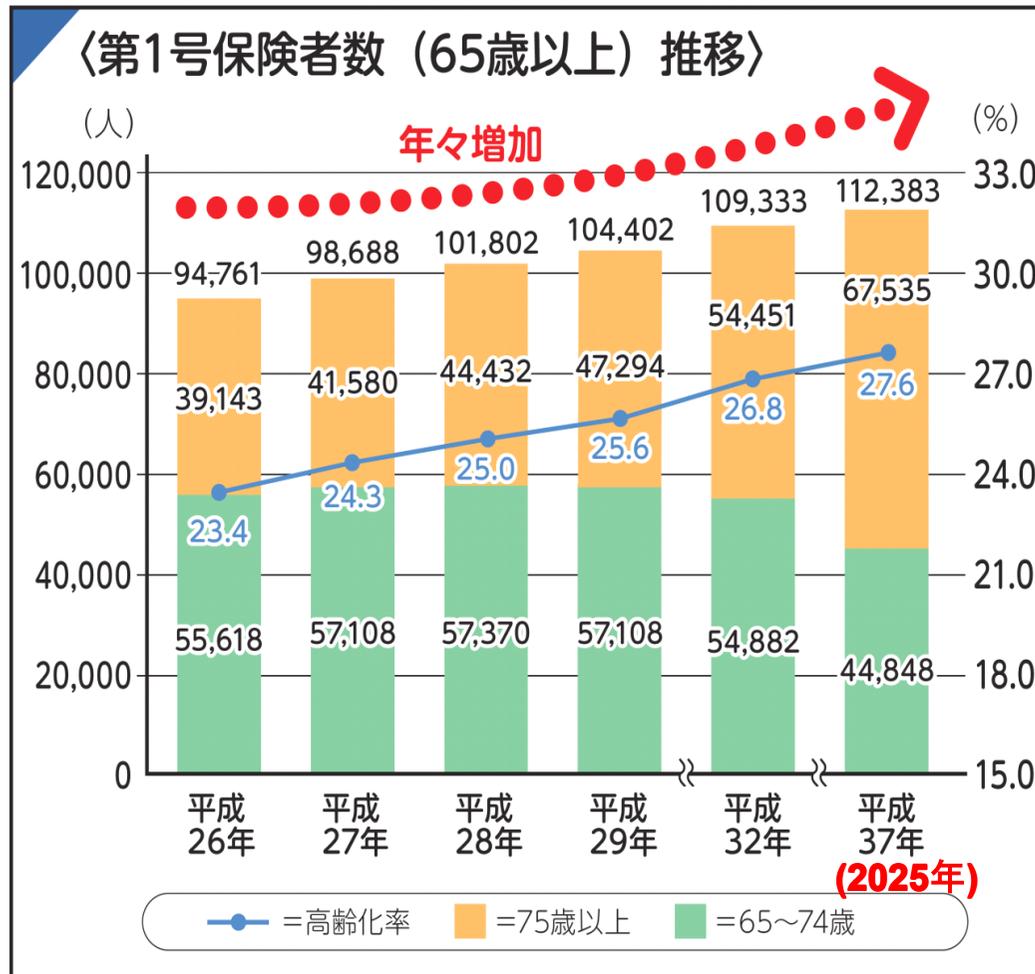


# 柏市における 高齢者の要介護・フレイルリスクの現状

柏フレイル予防PJ2025推進委員会資料  
福祉活動推進課  
平成28年7月21日（木）

# 柏市における高齢者と要介護（支援）者の状況

28年5月末



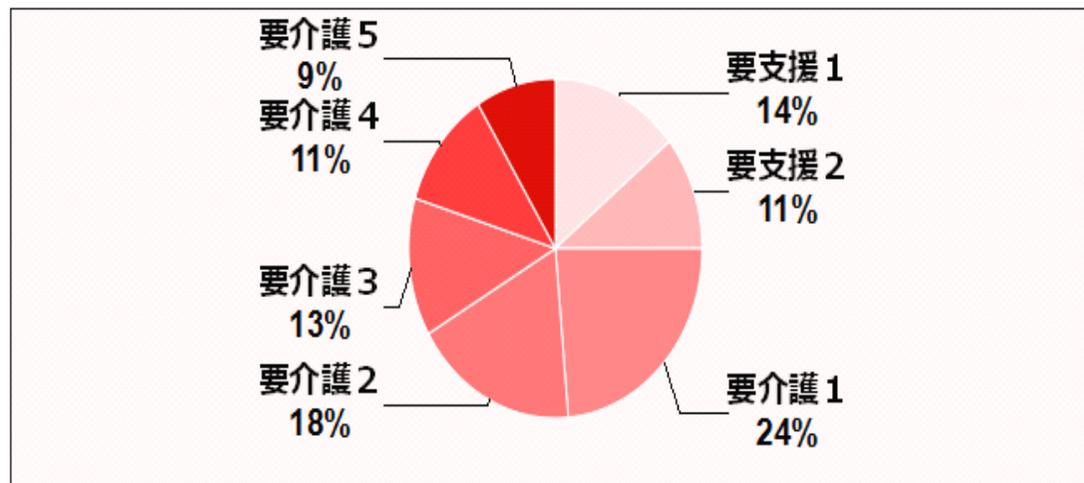
- 高齢者人口  
100,911人
- 高齢化率  
24.5%
- 要介護認定率  
14.2%
- 前期高齢者（65~74歳）  
    3.6%
- 後期高齢者（75歳以上）  
    28.1%

◎ 高齢者のうち75歳以上の人数は6割を占める見込み  
(平成27年の1.62倍)

# 柏市の介護保険状況 (平成28年5月末現在)

- ・第1号被保険者数 100,911人  
うち、要介護(支援)認定者の割合 14.2%
- ・認定者の約半数は、要支援1・2及び要介護1の軽度認定者
- ・認定者の4分の1は要支援者, 4分の3は要介護者

要支援1	2,025人
要支援2	1,544
要介護1	3,390
要介護2	2,578
要介護3	1,884
要介護4	1,632
要介護5	1,263
合計	14,316



# 柏市におけるフレイルリスクの状況①

＜平成24～26年度 介護予防 特定高齢者把握事業＞

- 目的
  - ①国が定めた方法(基本チェックリスト)による介護予防の必要性をスクリーニング
  - ②生活習慣活動が心身の健康状態(フレイルリスク)に与える影響
- 調査対象  
要介護(支援)認定を受けていない65歳以上の高齢者。3年で全数を調査  
回答数 n = 70,641人 (分析の同意があった者 58,644人)
- 内容
  - ①25項目の質問 → 該当する項目・数により、分野ごとにリスクを判定
  - ②柏市独自の質問項目(実施活動25項目)と分野ごとのリスクとの関係



「基本チェックリスト」の調査結果を“フレイル”の観点から集計分析  
(データ欠損等がある者を除く対象者 n = 48,687人)

- ①フレイル(虚弱)に該当する高齢者は12.7% (8人弱に1人)。
- ②プレフレイル(前虚弱)の高齢者は22.7% (4人強に1人)。
- ③後期高齢者は、前期高齢者の3倍(フレイル)及び4割増(プレフレイル)。

	65～69歳	70～74歳	75～79歳	80～84歳	85歳以上	計(%)
健康	74.5	66.9	54.6	41.7	24.4	64.6
プレフレイル	18.7	22.6	27.5	31.2	29.8	22.7
フレイル	6.8	10.5	17.9	27.2	45.9	12.7

## 柏市におけるフレイルリスクの状況②

### < “フレイルリスク” のコミュニティ圏域間の比較 >

- ① 健康度とフレイルリスクの地域分布の相関関係は高い。  
※年齢構成の差により影響を考慮
- ② 健康度が高い(フレイルリスクが低い)地域は、比較的後発の開発地域が多い。  
S40～50年代にコミュニティ形成 → 地域の繋がり(ソーシャルキャピタル)が継続  
S30年代までに開発された市街地 → 後期が相対的に多い。若年者も多く繋がりが薄い

	コミュニティエリア (20圏域)				
健康 (高ー低)	松葉, 風早北, 田中, 高田・松ヶ崎	増尾, 酒井根, 西原, 富勢,	光ヶ丘, 柏中央, 富里, 南部	藤心, 風早南, 新富, 新田原	永楽台, 旭町, 豊四季台, 手賀
プレフレイル (低ー高)	松葉, 風早北, 富里, 田中	富勢, 柏中央, 高田松ヶ崎, 新田原	増尾, 西原, 南部, 酒井根	藤心, 永楽台, 風早南, 光ヶ丘	新富, 旭町, 豊四季台, 手賀
フレイル (低ー高)	松葉, 増尾, 西原, 酒井根	高田・松ヶ崎, 光ヶ丘, 田中, 風早北	藤心, 南部, 新富, 風早南	富勢, 柏中央, 永楽台, 新田原	豊四季台, 旭町, 富里, 手賀

# 「基本チェックリスト」によるリスク群ごとの出現割合

日常生活の行動や心理状況についての問診（25項目）



認知(3-1), うつ(5-2), 口腔(3-2), 運動(5-3),  
閉じこもり(1-1), 虚弱(20-10), 低栄養(3-3)

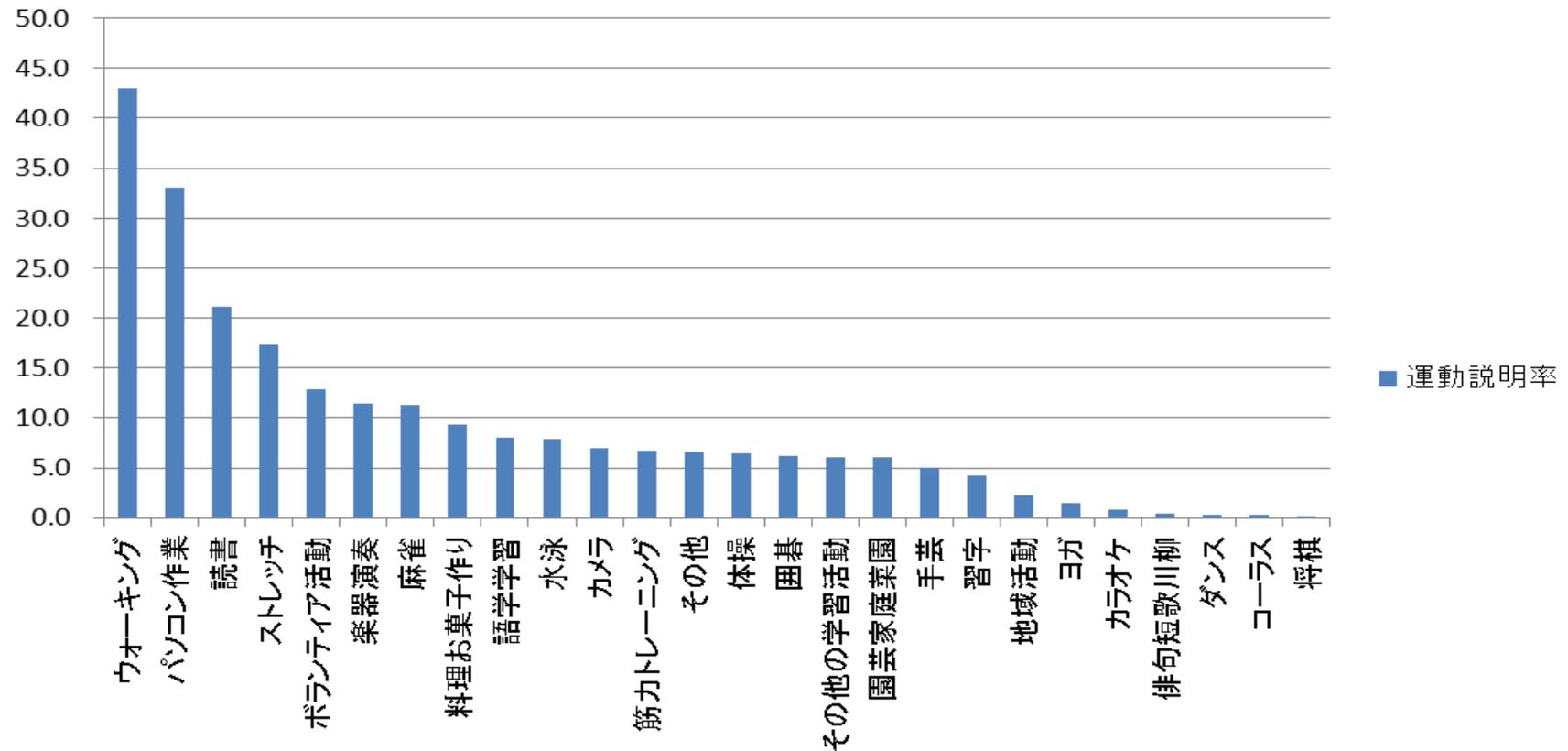
リスクの指標	全体	前期高齢者	後期高齢者
認知機能低下	26.2%	22.9%	34.5%
うつ傾向	17.1%	13.3%	26.9%
口腔機能低下	14.3%	11.5%	21.2%
運動機能低下	11.2%	6.9%	23.4%
閉じこもり傾向	6.0%	4.3%	10.3%
虚弱あり	3.6%	1.8%	8.5%
低栄養	1.1%	0.8%	2.0%

# 生活習慣活動とフレイルリスク①

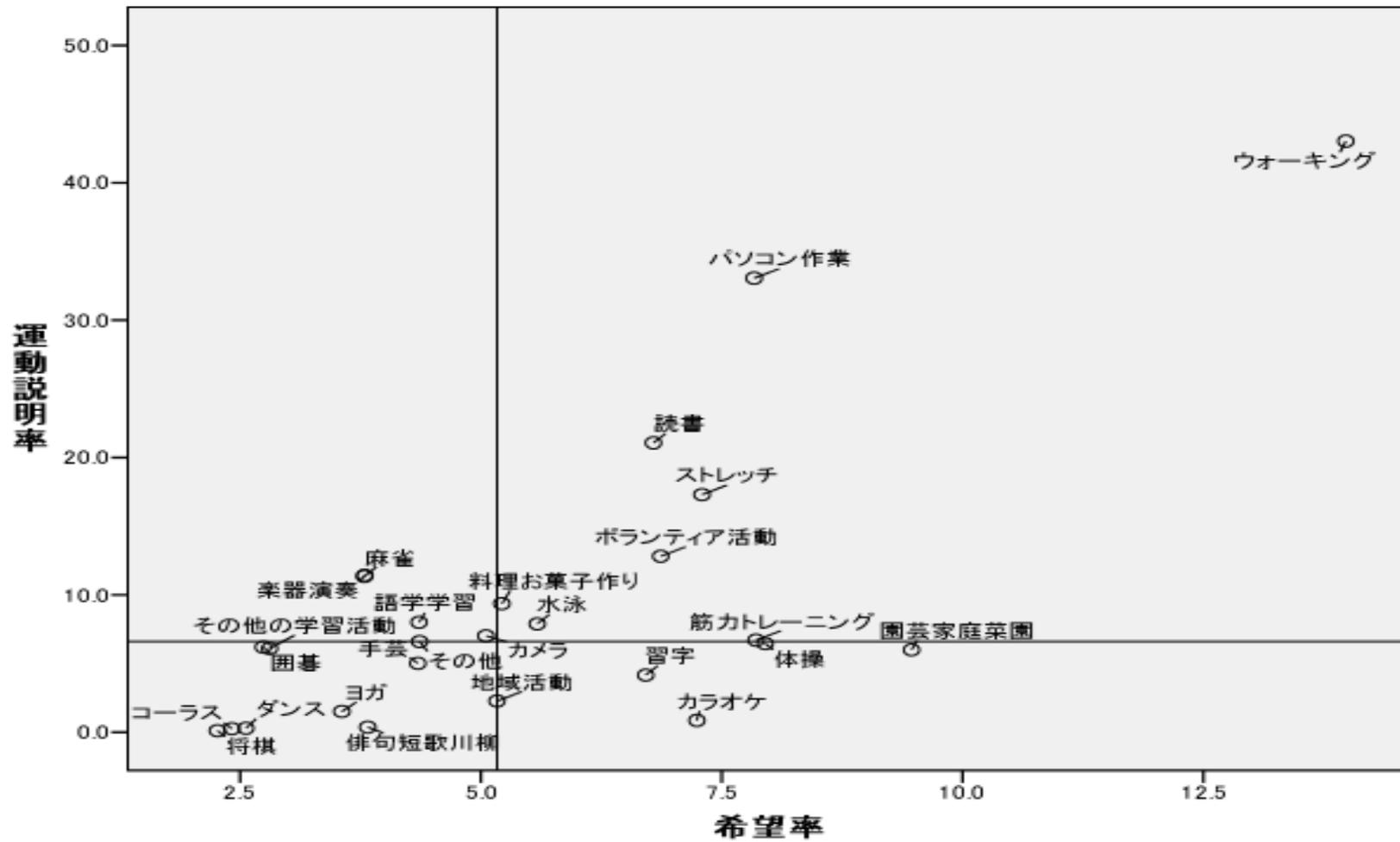
生活習慣活動 ; ウォーキング, 水泳, 筋力トレーニング, 体操, ダンス, パソコン操作, 手芸, 園芸家庭菜園, 囲碁, 将棋, カラオケ, 読書, ボランティア活動等

①週1回以上実施している活動      ②これから実施したい活動

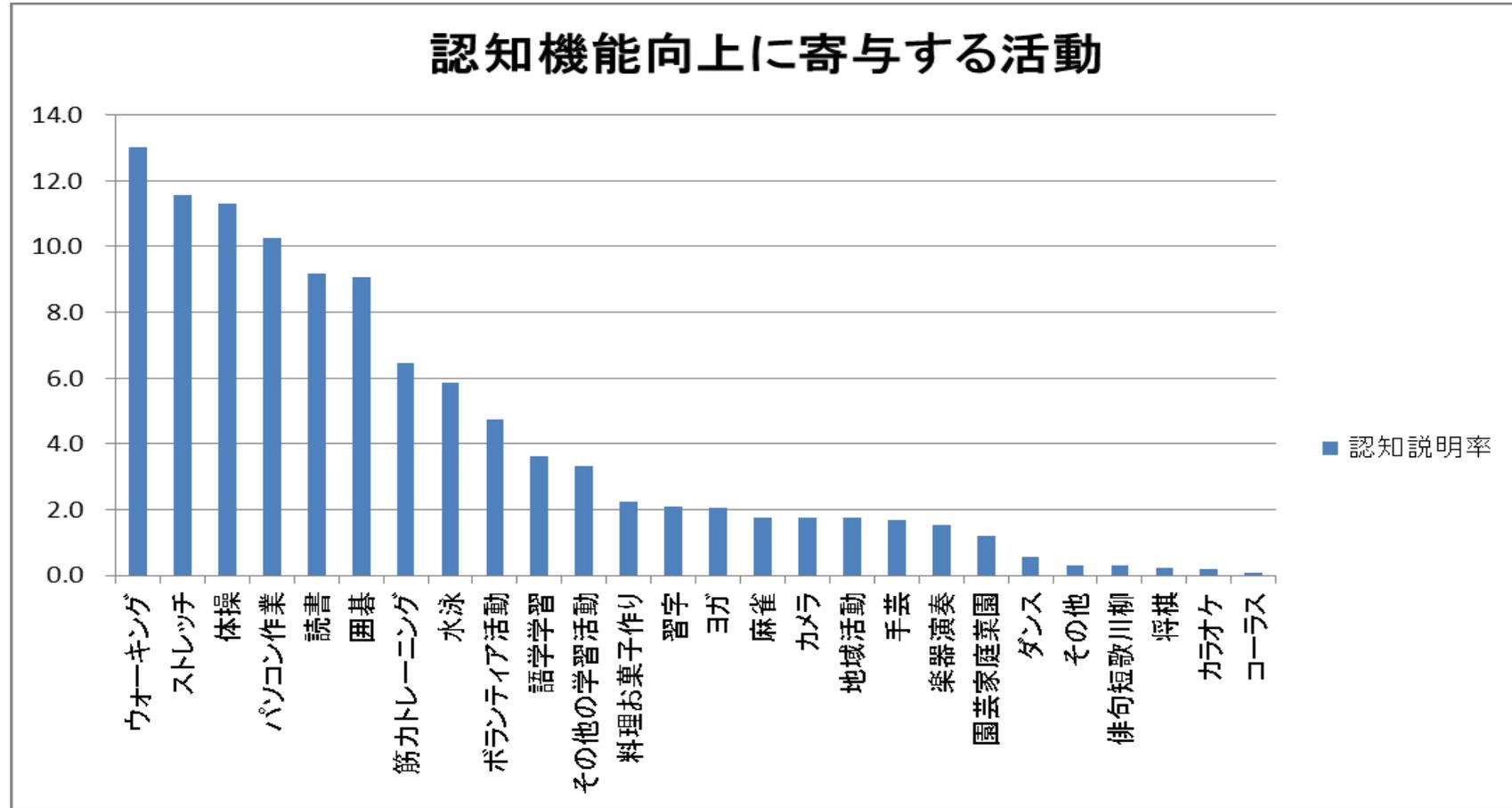
## 運動機能向上に寄与する活動



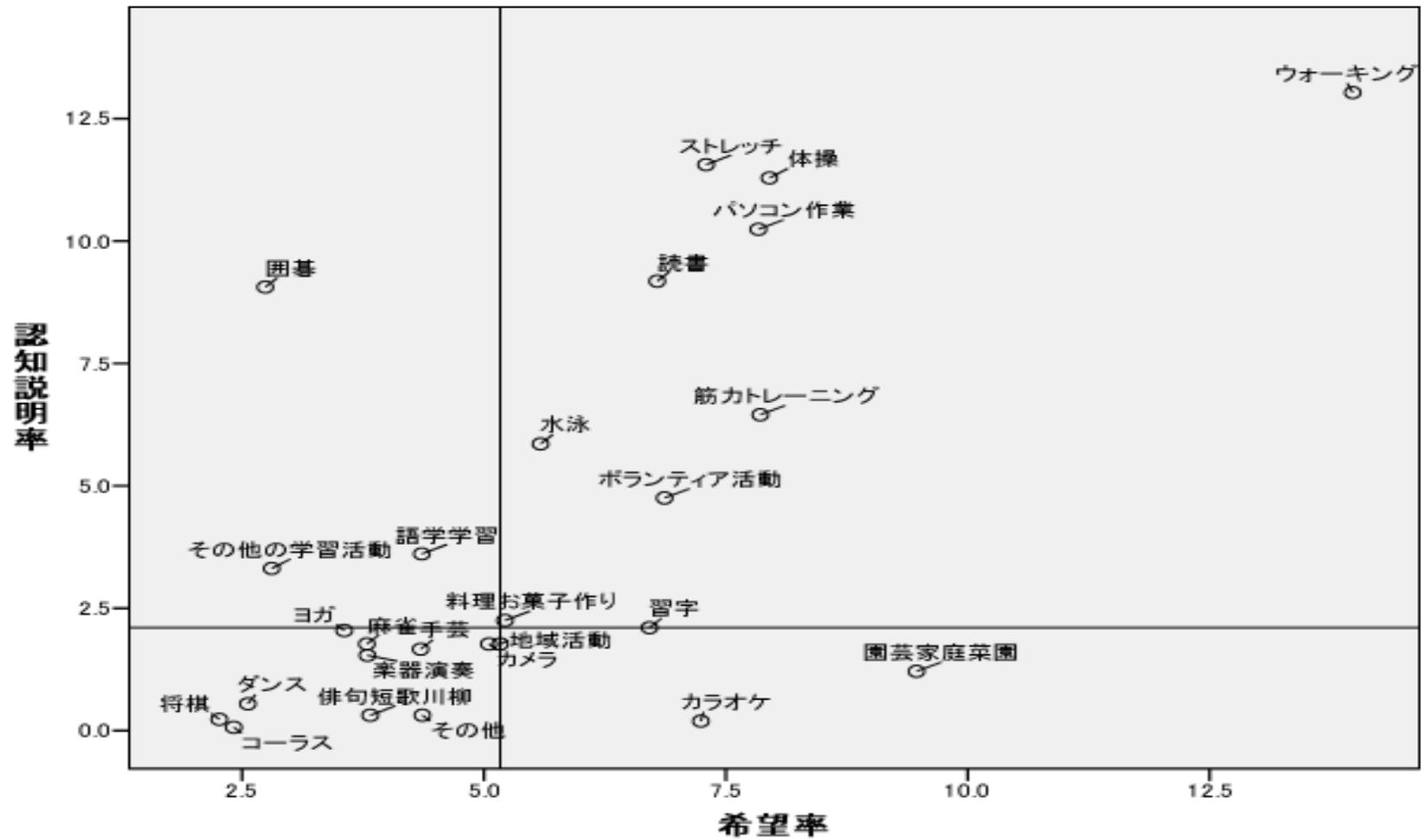
## 運動機能向上に効果的な活動



## 生活習慣活動とフレイルリスク②



## 認知機能向上に効果的な活動



# 柏市におけるフレイル予防事業の方向

## ＜今後のフレイル予防の推進＞

### 1 フレイル予防の普及啓発

- ・ 出現率の低下；要介護認定者数の抑制 = 実践者の増加
- ・ 誰もが参加しやすい環境づくり
  - ①住まいの近くで, ②費用がかからず, ③みんなで楽しく
  - ④地域の繋がり(口コミ・働きかけ)を活用し, 潜在者の掘り起こし

### 2 効果的なプログラムの提供

- ・ 動機付け(自分ごと化)のフレイルチェック
- ・ 各リスクやニーズに応じた実践プログラム

### 3 長期的な視点による取組み

- ・ 予防効果が高い早期からの多様な機会の提供
- ・ 90歳になっても地域との繋がり(社会参加)を！



要介護認定者数の出現率の低減

介護保険給付費＝保険料の抑制