

柏フレイル予防プロジェクト
2025推進委員会

作業部会の活動の共有及び今後の活動の合意形成

フレイルチェックの充実、地域
サロン活動等との連動

・地域で不足して
いる活動や活動場
所の情報提供 等

フレイルの効果的な啓発活動

狙い：地域のサロン・居場所等でフレイルチェックを定着させ、気付きを促し、積極的な社会参加を習慣化することで、健康寿命の延伸を目指す

内容：地域サロンでのフレイルチェック講座を地域包括支援センターを軸に市内全域で展開

効果：フレイルを知っている人の増加

社会参加に積極的に取り組む地域住民の増加

サロン・居場所づくり活動の創出の増加

狙い：フレイル予防に取り組む柏市をアピールし、多くの市民に「フレイル予防」を知ってもらうと共に社会参加、交流の促進を図る仕組みづくりを進め、フレイル予防によるまちづくりの実現を目指す。

内容：まちなかでの横断幕等の掲出で「フレイル予防」という言葉の周知を図る
フレイル予防を多くの市民にわかりやすく、楽しく伝えるためのコンテンツの作成
⇒多世代（子どもから高齢者まで）の参加を意識した作成・活用を検討

効果：フレイルを知っている人の増加
健康づくり・社会参加に積極的に取り組む地域住民の増加

・町会・自治会へフレイル予防・健康づくりに関する情報提供