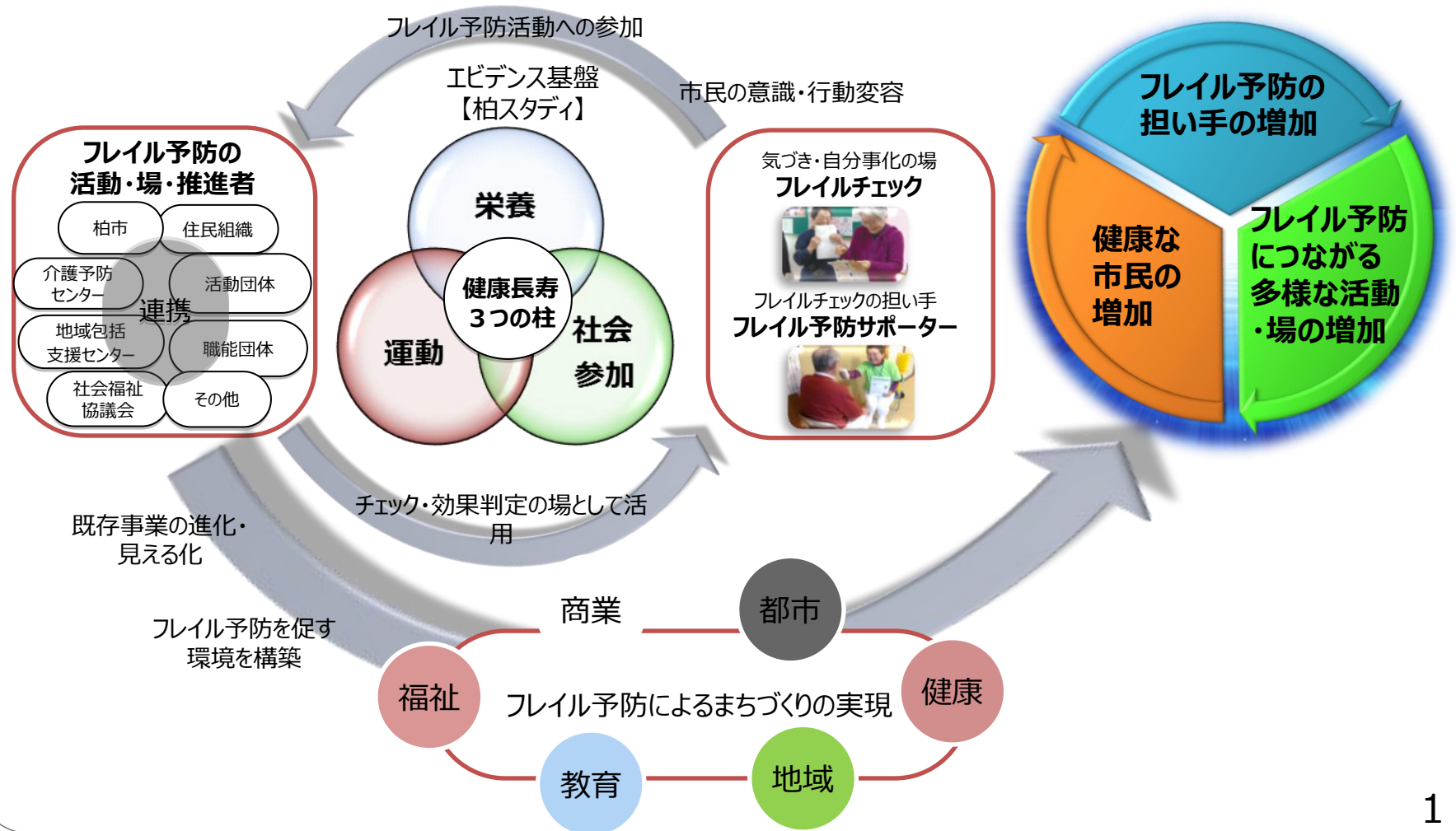


プロジェクト目標

フレイル予防の概念の下，より早期からの「三位一体（栄養・運動・社会参加）」への包括的アプローチにより，いつまでも健康で充実した生活を営める健康長寿のまちを目指す



平成30年度フレイル予防プロジェクト2025 推進体系

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

フレイルチェック作業部会

フレイルチェックの充実、地域サロン活動等との連動

コアメンバー：地域包括支援課，福祉政策課
柏市社会福祉協議会，地域包括支援センター，フレイル予防サポーター，フレイル予防トレーナー，I O G

※推進委員は活動に内容により適宜召集

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

モデル（サロン）の追跡調査

フレイルチェックがどのくらい役に立ったか

意識・行動変容への導き

地域での活動の充足感の担保

情報提供

フレイル予防啓発作業部会

フレイルの効果的な啓発活動

コアメンバー：福祉政策課，地域包括支援課，健康増進課，企画調整課

※その他庁内関係課及び推進委員は活動に内容により適宜召集

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

健康づくり業務庁内連絡会

上記の啓発活動の共有及び活用の仕掛け，実装に向けた支援

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，自分の状態に気付き，意識変容、行動変容に結びつけることが必要。

