

柏フレイル予防プロジェクト2025推進委員会 フレイル予防啓発作業部会 報告

令和3年3月



目次

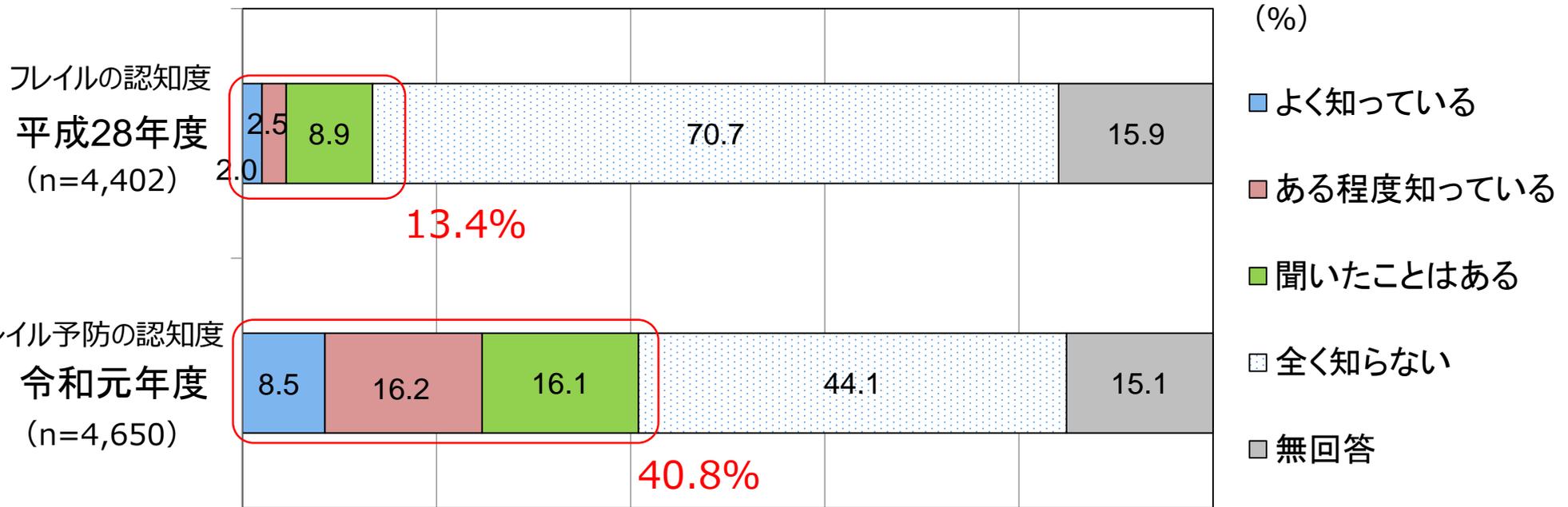
- 1 フレイル予防啓発（p3～4）
- 2 令和元年度活動報告(p5～p6)
- 3 フレイル予防ポイントについて(p7～p20)

1 フレイル予防啓発

「フレイル予防」啓発の効果と課題

フレイル・フレイル予防認知度の経年変化

0.0 20.0 40.0 60.0 80.0 100.0



(資料出所) 平成28年度 令和元年度 健康とくらしの調査 ※65歳以上対象

⇒ 3年間で27.4ポイントの上昇

啓発の効果は出ていると評価できるが、平成30年度柏市まちづくり推進のための調査（20歳以上対象）によると、60歳代以上の認知度が30%を超えている一方、20歳代から40歳代での認知度は10%程度であり、若年層における認知度の低さは課題となっている。

2 令和2年度活動報告

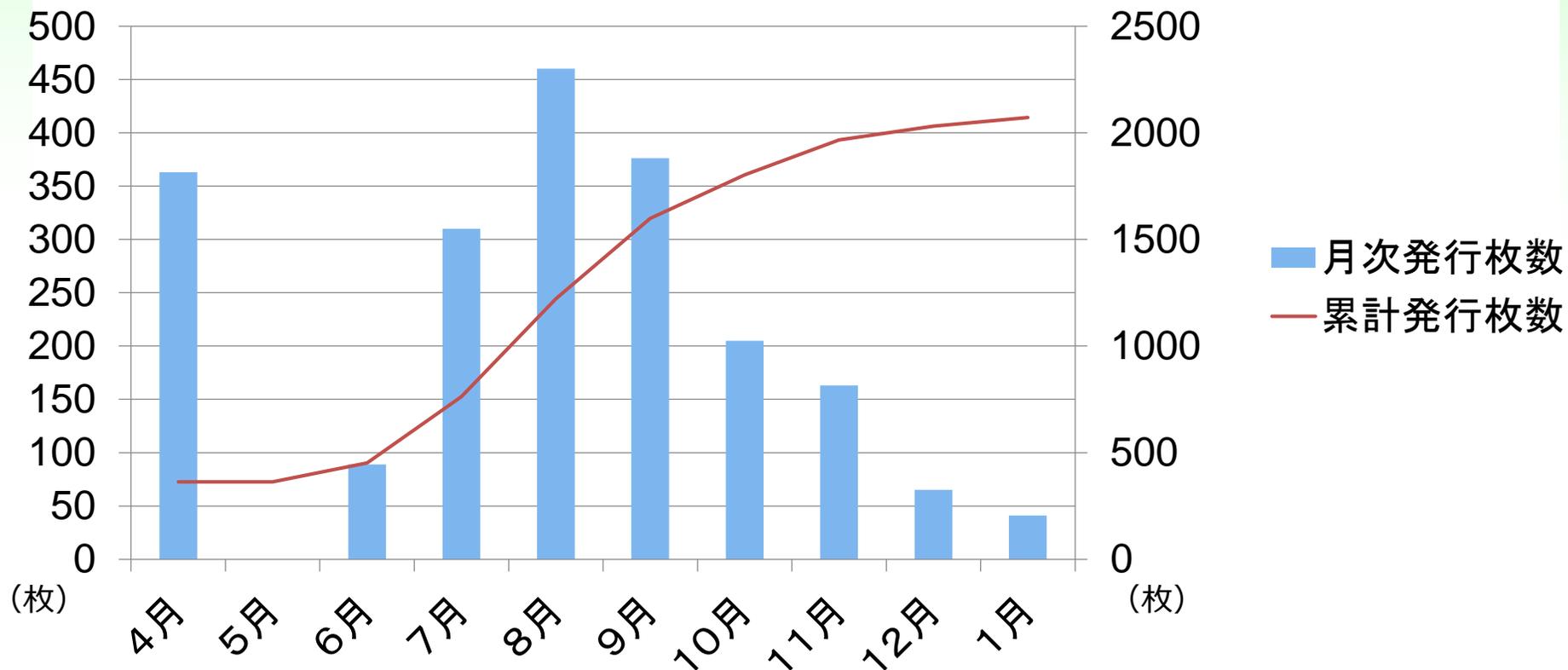
今年度開始したフレイル予防ポイント制度の周知普及を最優先とし事業を展開

- ・ポイントカードを軸に様々な取組・庁内外の団体をフレイル予防プロジェクトに結び付けることにより、一体的な推進を図る
- ・そのために委員の皆様からも、ポイント事業にどのような形で関わられるか、御意見やアイデアをいただきたい。
- ・いただいた意見やアイデアを実践し、展開を図る

3 フレイル予防ポイントについて

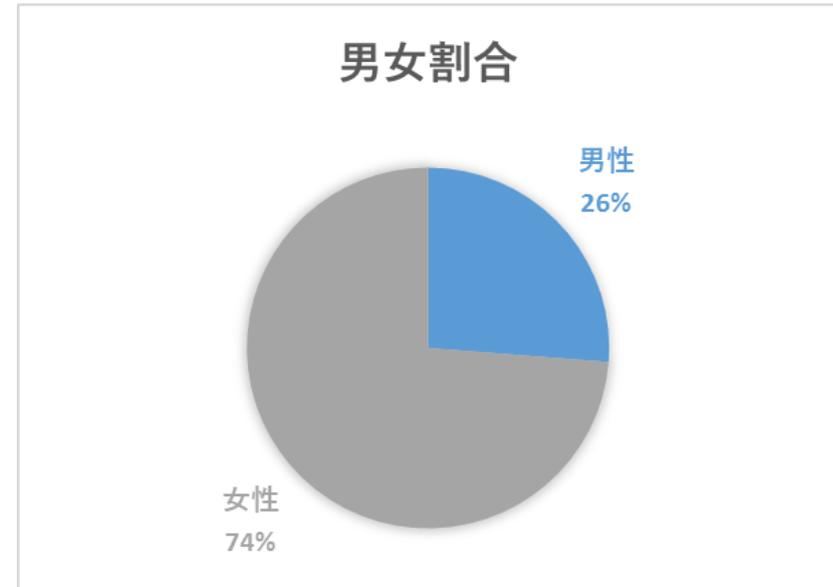
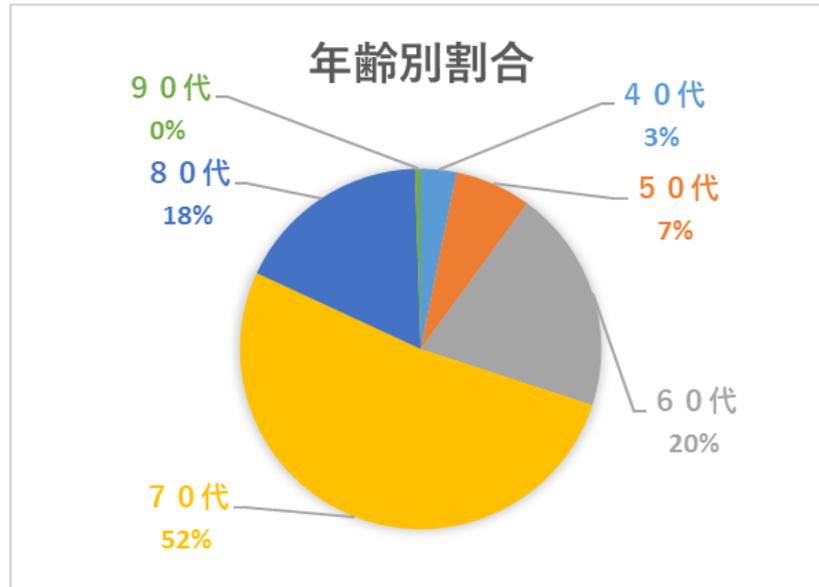
現在の発行状況

フレイル予防ポイントカード発行状況



5年間で1万枚の発行を目標としているなか、1月末現在で2,072枚を超える枚数を発行。

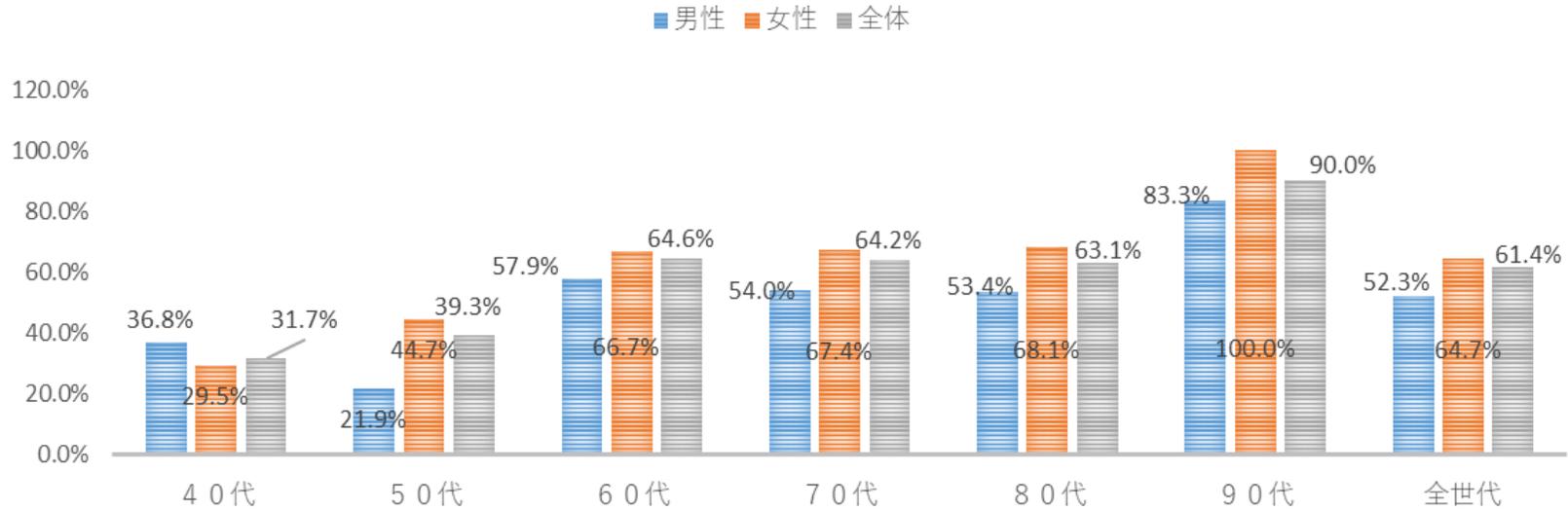
年齢別，男女別ポイントカード発行状況



- ・カード所持者は70歳代が最も多く，40から50歳代の若年層は約10%にとどまっている
- ・男女比は，圧倒的に女性が多い

ポイントカード稼働率

稼働率



- ・カード所持者のうち60歳代以上では概ね6割以上がその後のフレイル予防活動への参加がある
- ・一方で、40から50歳代は稼働率が低く、ポイントカードを利用したフレイル予防活動への誘導が課題

カテゴリー別実績

	ボランティア	サロン・通いの場	運動・スポーツ	介護予防全般	社会参加	フレイルチェック	健康づくり(健診・相談含)	趣味の活動	食事・口腔	生涯学習	計
延人数	5,547	1,381	6,087	1,661	118	75	126	15	12	35	15,057
割合(%)	36.8%	9.2%	40.4%	11.0%	0.8%	0.5%	0.8%	0.1%	0.1%	0.2%	100%

- ・最も多くポイントが付与されている活動は、運動・スポーツで、2番目がボランティア活動
- ・上位2項目で、全体の77%のポイント付与をおこなっている
- ・令和2年度は、コロナ禍の影響を受け、サロン・通いの場のように活動する機会そのものが少なくなってしまったものも存在する。

制度普及に向けた取り組み（申請方法の追加など）

◎郵送申請によるカード交付を開始

令和3年2月から、公共施設に郵送申請用紙を配架するとともに柏市ホームページに掲載した。

◎国民健康保険加入者へフレイル予防ポイントカードリーフレットを配付

保険年金課で実施している国民健康保険加入者を対象とした保健事業利用券を送付する際に、フレイル予防ポイントカードの案内用リーフレットを同封します。

制度普及に向けた取り組み(対象事業の拡大)

対象事業の拡大に向けた取組

「柏フィットネス振興会」会員ジムを対象事業に拡大

- ゴールドジム柏千葉
→令和2年7月から開始済み
- オークスベストフィットネス柏及びセントラルウェルネスクラブ柏
→今年度中に開始予定
- メガロス柏は, 調整中
- ダンロップ(柏フィットネス振興会非会員)
→今年度中に開始予定

柏駅利用者へのアピール強化

- ・ 昨年度に引き続き，柏駅東口にてフラッグや横幕を掲出。（協力：柏市まちづくり公社）
- ・ 柏駅利用客（JR：約13万人）に対しての訴えかけを強化。

（東口ダブルデッキフラッグ 令和2年度デザイン）



（柏駅構内横幕）



これまでのノウハウをいかしたポイント制度の啓発

- 前年度までに実施したフラッグや横幕、横断幕の媒体を活用し、かしわフレイル予防ポイントカード事業の啓発を実施予定。
- 第一生命チラシや環境政策課のフットパスマップ等引き続き連携している媒体での制度啓発を実施
- のぼりを活用した目に入る啓発も実施

(第一生命チラシ今年度)

知っていますか？フレイル予防
～フレイル予防に取り組みます 柏～

フレイルってなんだろ？
フレイルを予防するために

40歳以上の柏市民のかたは必見！！ - かしわフレイル予防ポイント制度 -

柏市がん検診のお知らせ

(のぼりデザイン)

ポイントが つきます

かしわフレイル予防
ポイント対象事業

かしわフレイル予防
ポイントカード発行中

かしわフレイル予防
ポイントカード発行中

柏フレイル予防プロジェクト2025推進委員会

(本庁舎ロビー特設窓口)



庁内関係部署・関係機関と連動した取組

- 関係団体と連携し、イベント時におけるのぼり旗等の掲揚や、リーフレット等でのエンブレム使用等を実施。（引き続き、様々な機会を活用した周知の取組にご協力いただきたい。）
- 主に無関心層をターゲットに、日常生活の中でフレイル予防に取り組んでいただけるよう、民間事業者との連携。第一生命チラシへの掲載（かしわ健康メッセージ9月号）。
- スポーツ課と連携を強化し、体力年齢診断と連動。令和2年度は実施見合わせ。

(フットパスマップ)



(大人のスポーツテスト)

今年度は、コロナ禍の影響で実施されなかったが、次回よりフレイル予防ポイント制度の対象事業として、参加者にポイント付与を予定。

その他のスポーツ課関連事業におけるポイント付与も予定。



イオンモール柏でのカード発行イベント R2.9.12~13

(イオンモール柏でのカード発行イベント)



9月12日(土) 34枚 ・ 9月13日(日) 24枚 の発行となった

期日前投票カード発行イベント R3.3.15~20 (実施予定)

3月の千葉県知事選挙にあわせ、期日前投票所と同施設において、カード発行イベントを計画中

◎実施予定場所：柏市役所本庁舎，パレット柏，イオンモール柏，ららぽーと柏の葉

視覚に訴える広報活動

- フレイル予防ポイント制度の紹介動画を郵送申請開始に伴いリニューアルするとともに、問い合わせの多い電子マネー(WAON)へのチャージ方法など機器操作方法などを解説する動画を新たに作成中

(フレイル予防ポイント制度啓発動画)

場面①【タイトル】



40歳以上の
お住まいの方
持っているとお得！
かしわフレイル予防ポイントカード

かしわフレイル予防ポイントカード

現在製作中

- ～動画イメージ～
 - 受付台購入
 - 系インナーカードの裏面を挿入
- ～チャージイメージ～
 - 40歳以上の町市民の方必須！
 - かしわレイル予防系インナーカード
 - 色は緑色を基調とする。
- ～チャージイメージ～
 - 40歳以上の町市民の方必須！持っているとお得！かしわレイル予防系インナーカード！

来年度の展開

- ・コロナ禍におけるフレイル予防の推進
 - リーフレット作成と配布方法の検討
 - ・各委員に投げかけを行い、リーフレットを作成する。
 - 在宅時に活用できる動画の作成
 - ・既に柏市で考案された体操を活用した動画をイメージ
- ・フレイルサポーターの活用
 - 従来のフレイルチェックに加え、リーフレットの作成や配布など啓発を組織的に進める役割も新たに担ってもらう。