

令和4年度第1回柏フレイル予防プロジェクト2025推進委員会
会議録

1 開催日時

令和4年7月14日（木）

午前10時00分～午前12時00分

2 開催場所

柏地域医療連携センター 研修室

（柏市豊四季台1丁目1-118）

3 出席者

（委員）

高橋座長，秋谷委員，宮里委員，山名委員，山本委員，八文字委員，小齋委員，西田委員※，齊藤委員，原委員代理，中村委員，柳田委員，中村（禎）委員，浅野委員，小出委員，恒岡委員，橋本委員

（アドバイザー）

長瀬アドバイザー，中山アドバイザー，齊藤アドバイザー※，飯島アドバイザー，辻アドバイザー※

※は ZOOM での参加

（事務局）

地域包括支援課 宮島，阿部，北村

福祉政策課 小林，沼尾，田中

（傍聴人）

1名

4 議題

次第1 開会

次第2 概念図の共有

次第3 フレイルチェック作業部会からの報告

（1） 東京大学高齢社会総合研究機構

（2） 柏市地域包括支援課

次第4 フレイル予防啓発作業部会からの報告

（1） 柏市福祉政策課

次第 5 意見交換

次第 6 閉会

5 議事（要旨）

（高橋座長）

今年度についても次第 2 の概念図及びプロジェクト推進体系の共有について橋本委員より説明をお願いします。

（橋本委員）

資料 2 「概念図及びプロジェクト推進体系の共有」をもとに委員・アドバイザーへ説明。

（高橋座長）

続いて、次第 3 フレイルチェック作業部会からの報告について、まずは（1）東京大学高齢社会総合研究機構（以下、東大 IOG）より報告をお願いしたい。

（東京大学高齢社会総合研究機構 飯島アドバイザー他）

（資料 3 「フレイル予防に関する研究及び取り組みの報告」をもとに報告）

柏から始まったフレイルチェック運動については、今年度の夏までには全国 92 市区町村にまで広がる予定である。栄養、運動、社会参加といったフレイル予防の 3 本柱すべてを日常生活にて実践していた場合、まったくフレイル予防に取り組んでいない方と比較し、最大 7 倍程度フレイルリスクの差が生じることも分析で分かってきている。また、コロナ前と後の二つの時期にフレイルチェックに参加した方のそれぞれの結果を比較をすると、外出自粛等の影響により、体力が低下している方が多いが、フレイルチェックに参加したことにより、自身の健康に対する意識変容が多くの方で確認できた。

フレイルリスクに関し、より深く解析を進めた結果としては、以下の通りである。

・フレイルチェックについて、複数回リポート参加者では、1 回の

みの参加者と比べて自立喪失のリスクが40%程度低い。

・メタボリックシンドローム，高血圧，糖尿病，悪性新生物，多剤併用といった慢性疾患を抱える高齢者の追跡調査の結果によると，慢性疾患とフレイルを併存しているケースが圧倒的なスピードで自立喪失に陥っていることが分かった。つまり，慢性疾患の有無だけでなく，フレイルの併存が要介護・死亡といった自立喪失に大きな影響を与えている。

・後期高齢者に対する保健事業と介護予防の一体的実施により，医療介護データの解析結果をご本人にフィードバックするということが可能になってきている。後期高齢者の健診では15項目の質問票を用いており，質問票の得点分布と要介護新規認定率との関係性では，4点以上の場合，年齢や併存疾患状況とは無関係に要介護新規認定率が高まる。また，質問票で評価したフレイル状態と併存疾患の有無のクロストーク分析によると，フレイル状態で併存疾患なしのケースと非フレイルかつ併存疾患ありのケースでは要介護新規認定のハザード率に大きな差は見られなかった。このことから特に後期高齢者に関しては，フレイルと疾病対策どちらかに偏ることなく双方に注意をしながら予防をしていく必要がある。保健指導と介護予防を一体的に取り組むことで自立期間の延伸につながり，リスクのある方をフレイルチェックに誘導したりすることも可能となる。

次に，就労と健康維持との関係性について3つのエビデンスをもとに以下のとおり，分析結果をまとめる（資料については会場スクリーンで上映）。

・自己評価による健康状態，精神健康，高次機能障害の使用をもとに就労状況（フルタイム，パートタイム，非労働者）関係を解析したところ，就労をしている高齢者において，精神的健康と高次機能障害のリスクが低いことが認められた。

・当初介護認定を受けていなかった人，認知機能が正常な人，IADL（手段的日常生活動作）が自立している人と回答者の就労状況（「働いていない」，「仕事を始めた」，「仕事を続けた」）を組み合わせ，健康状態の変化を解析したところ，男性では，「仕事を始める」ことで，要介護認定とIADLの低下リスクが減少し，「仕事を続ける」ことで要介護認定と認知能力の低下のリスクが減少し，女性では，「仕事を

始める」ことで、要介護認定と IADL の低下のリスクが減少し、「仕事を続ける」ことで IADL の低下のリスクが減少するといったように、男性、女性双方で仕事を始めること、続けることが健康への悪影響のリスクが低いことが確認された。

・就労している高齢者を対象とし、就労が主観的健康観悪化リスク及び生活機能悪化リスクへ及ぼす影響を解析したところ、金銭目的のみの就労では健康が維持できないことが確認され、生きがいのために就労することが本人の健康維持に資することが確認された。

（高橋座長）

ありがとうございます。では、引き続き地域包括支援課より報告をお願いしたい。

（地域包括支援課 宮島専門官）

（資料 4 「フレイルチェック作業部会報告」をもとに報告）

前年度のフレイルチェック実績としては、出前講座と拠点型合わせて 49 回実施し、延べ 632 名の方々にご参加いただいた。チェック内容としても、令和 2 年度は簡易チェックにとどまったが、パタカテストを除いた深堀チェックを 43 回実施し、実施回数、参加者数、内容ともに充実したフレイルチェックが実施できた。

ハイリスク者に対しては、フレイル予防応援プログラムという個別のプログラムを実施。要介護・要支援認定者及び事業対象者を除く 59 名の方々を対象にご案内をし、5 名の方に運動機能、栄養面に関する専門職の支援を行った。

今年度の活動としては、パタカテストを再開し、フルバージョンのフレイルチェックを実施、ハイリスク者への専門職による支援を引き続き行っていく。新たな取り組みとしては、光ヶ丘地域を一つのモデル地域として選定し、当該地域でのサロン・通いの場でのフレイルチェックの集中実施等を行い、その効果がどのようなものかを見ていきたい。

光ヶ丘地域をモデル地域として選定した経緯としては、令和 2 年度分の後期高齢者の健康診査問診表において、フレイル傾向がある方の集計分析を実施し、市内各地域ごとの対象者数を確認したとこ

ろ、当該地域が多かったという事実からである。

サポーターの活動体制としては、いくつか変更がある。連携をより密にするため、事務局を市にもどし、市・トレーナー・サポーター三者間での活動方針のすり合わせをしっかりと行い、活動目標の共有を図っていく。

また、サポーターが100名程度の大所帯となり活動の効果的な展開、サポーターの居住地域ごとに組織化を行う。加えて、個々の役割分担の見直しや業務の平準化も進めていく。

最後に、本日までの取り組みとしては、5月16日、17日にサポーター養成講座を実施し、新たに3名のトレーナーと6名のサポーターが誕生した。また、柏駅前通りで行われた柏市民活動フェスタ2022にて、ミニフレイルチェックを実施し、計145名の方が参加した。握力、指輪っか、立ち上がりといった屋外でもできるチェックに加え、フレイルの解説チラシやフレイルチェック年間予定表の案内を併せて配布し、周知・啓発を行った。

他には、地域のふるさと協議会で活動されているサポーターの方が、協議会の会合等の場で、地域の方々に対し、フレイル予防の取り組みをご紹介していただくといった、サポーターの地縁を活かした周知啓発活動も随時行った。

(高橋座長)

ありがとうございます。続いて、次第4フレイル予防啓発作業部会について、福祉政策課橋本委員より報告をお願いしたい。

(橋本委員)

(資料5「フレイル予防啓発作業部会報告」にもとに報告)

フレイル予防啓発作業部会の使命としては、市民のみなさまにフレイル予防を知っていただくためにどのようなアプローチをしていくかということ。前回の会議では令和2年度調査で「フレイル」という言葉の認知度が35.1%とご報告したが、この数値は平成30年度調査と比較すると着実に増えており、認知度自体は徐々に浸透していつている。こうした状況から、今後はフレイル予防にどう取り組んでいけばよいのかという具体的な内容を周知していくフェー

ズに変わってきたと感じる。

令和2年度から始めたポイントカードの発行は現在約18,000枚発行している。ワクチン集団接種会場でのカード新規発行により発行数は倍増し、当初の目標数を上回る実績を達成できた。今後はポイント付与対象事業を拡大し、稼働率を高めていくことが課題であり、稼働率の向上については、栄養・運動・社会参加の3要素をバランスよく実施できるよう、不足している「食」を通じたフレイル予防の推進が必要である。

こうした課題に対し、今年度は、以下の4つを活動方針として取り組んでいく。

一つ目は、今年2月に開催された本会議でも提案させていただいたが、フレイル予防に積極的に取り組んでいる活動団体・グループを認定することで、活動している方々の応援とともに市民へ広く案内していくことを目的に「柏フレイル予防プロジェクト2025認定証」制度を創設していきたい。認定要件としては、柏市内に活動拠点がある、住民主体で継続性がある、週1回以上の誰でも参加できる、そして、かしわフレイル予防ポイント付与事業に登録しているという4項目を設定した。今後、要件に合致している特に活動が活発な団体に対して申請書を送付し、制度の周知を図るとともに認定を促していく。

二つ目は、「市内飲食店との連携」を行い、現在欠けている「食」を通じたフレイル予防の推進のため、ポイント付与対象事業の拡大を図っていく。協力店第一号として、バランスよく栄養がとれる、外で食事をする機会が作れる、フレイル予防の周知・啓発に協力していただけるということで、農産物直売所「かしわで」に併設のビュッフェ形式の農家レストランである「さんち家」にポイント付与端末を置き、フレイル予防の周知・啓発を図っていく。

三つ目の制度普及に向けた取り組みとして、イオンモール柏内のスポーツジムと今後豊四季台地区に開設予定のスポーツジムに新たにポイント付与端末を設置していく。

その他では、柏駅周辺のデジタルサイネージにおいてフレイル予防ポイント制度の紹介動画配信や、商業施設で行われた市他部署主催のイベントにてカードの発行を行い、フレイル予防の周知・啓発

を図る取り組みを行った。

次にフレイル予防に積極的に取り組んでいる3つの団体の活動紹介をさせていただく。まずは今回新たに委員にも就任された北柏町会の活動について、活動紹介の動画をご用意したので、そちらをご覧いただきたい（会場スクリーンにて動画上映）。

（小齋委員）

（動画に関連して）こうした活動は地域の福祉をサポートするボランティアの方々に企画を立案・運営している。町会は地域のベースとなる場であり、市民生活にどれほど寄与しているかは町会にとって大きなテーマである。

本町会は執行部が50代以下の比較的若いメンバーで構成されているが、毎月の活動として、月1回「スマホ相談処」を開催し、外に出るきっかけづくりや世代間の交流などを積極的に促している。

また、同日に「ゼロエンマルシェ」も開催している。開催のきっかけとしては、「自分にとってはもういらないけど、そのまま捨てるにはもったいない」といった不用品の扱いについてご相談を受けることも多かったためである。スマホ相談会と同日に行うことで、「この日に街に出れば何かに出会えるかもしれない」というストーリーのもと、イベントを展開している。街中を回遊することで、人との会話が生まれやすくなることから、サークルなど参加しにくい方も巻き込み、サロンや通いの場では起こらないような人との交流を生み出す仕掛けづくりを町会として今後も実施していきたい。

（橋本委員）

小齋委員ありがとうございました。続いては、豊四季台さんあい広場での活動紹介である。こちらは、豊四季台ふるさと協議会のバックアップのもと、ささえあい会議という会議体を中心に「高齢者が子育て世代と一緒に楽しむ居場所づくり」というコンセプトで毎月第3土曜日に開催している。

最後はあけぼの町会の活動を紹介する。コロナ禍でも感染対策をし、楽しみながらフレイル予防を実施している。カーリングを模した競技の道具など手作りで用意し、工夫しながら活動を行っている。

今後も認定された団体など好事例がありましたら本委員会でご紹介させていただきます。

最後に、フレイル予防の3本柱の一つである社会参加には、当然「就労」も含まれており、就労を通じたフレイル予防について、好事例をご紹介する。株式会社クリエすずき建設の星野様は柏市生涯現役促進協議会を通じて就労され、今年で勤続3年目を迎える。72歳というご年齢でありながら非常に健康的で仕事以外にもボランティアや一日1万歩のウォーキングなど精力的に取り組まれている。取材に行かせていただいた際、以下のメッセージを頂戴した。

「家にいたってしょうがないから外に出よう」、「(仕事は)人・社会への貢献ができ、生きがいを感じることができる」、「いろいろな世代とコミュニケーションが取れて楽しい」。

星野様のように地域で精力的に活動したいシニアをサポートする仕組みとして、市では柏市生涯現役促進協議会を立ち上げている。この団体は、市を中心に、東大IOG、柏商工会議所、社会福祉協議会など8つの団体で構成されており、就労だけでなくボランティアなどの社会参加を含めてシニアのセカンドライフをサポートする組織であり、ぜひ活用していただきたい。

就労とフレイル予防については、その関連性についてのエビデンスも東大IOGからの報告にもあったため、今後も積極的に取り組んでいきたい。

(高橋座長)

橋本委員、小齋委員ありがとうございました。順序では次第4意見交換となるが、その前に何名かの委員より活動報告に関する資料をいただいているので、その報告をお願いしたい。まずは、かしわフレイル予防サポーター連絡会の中村委員よりお願いしたい。

(かしわフレイル予防サポーター連絡会 中村委員)

フレイルチェック作業部会からの資料にもありましたが、サポーター活動について大きな変更があったので、報告をさせていただきます。

まず、今年度より事務局を柏市地域包括支援課に運営をもどし、柏市直轄となり活動を展開している。

次に、サポーターの組織体系について、これまでは柏市全域でサポーターそれぞれが活動していたが、活動の効率化を目指し、範囲を北部、中央、東部・南部の3つのエリアに分け、各エリアに居住するサポーターが各々の地区をフォローするといった体制へ移行した。こうしたエリア活動を維持するため、サポーター及びトレーナーの増員を行いつつ、研修の実施などを通して運営体制を強化し、5月よりフルバージョンのフレイル予防サロンを再開している。

(高橋座長)

続きまして、柏の葉ウオーキングクラブの柳田委員お願いします。

(柳田委員)

資料7「柏の葉ウオーキングクラブ活動報告」にもとづき、報告。

以下、要約。

- ・上半期の活動状況の報告、ウオーキングステーション(※)の利用状況(※日本市民スポーツ連盟が運営する全国に166箇所設置されたウオーキング基地。柏市には2021年10月にクラブの活動地でもある柏の葉キャンパス駅近隣に開設)。
- ・コロナ禍における社会参加というテーマで団体の活動に関する読売新聞の取材を受けた旨の報告。
- ・10月に開催予定の「柏の葉公園ウオーキングフェスタ」の案内

(高橋座長)

続きまして、認定栄養ケア・ステーション柏市連絡協議会の中村委員お願いします。

(認定栄養ケア・ステーション 中村委員)

資料8-1, 8-2にもとづいて報告。

以下、要約。

- ・サロンでのフレイル予防・健康づくり出前講座は9月より3, 4か所ほどすでに要望が入ってきている。
- ・フレイル予防応援プログラムでは地域包括支援課にて報告あった重点地域である光ヶ丘地区に注力している。

・自立支援及び重症化予防については、栄養指導は医師の指示が必要であり、入院中の状況などを把握しないと適切なサポートの提供が難しくなる。特に慈恵医大柏病院などの大病院から退院された方に関して、ご本人、ケアマネジャーの方も不明な部分が多いため、栄養情報提供書という県・国でも推奨している様式を作成・提出していただくようお願いしていきたい。

・今年で5年目を迎えた栄養ワンダーについて、資料8-2にあるよう7月、8月ともに下旬開催予定。

(高橋座長)

続きまして柏市社会福祉協議会、原委員代理をお願いします。

(原委員代理)

フレイル予防の取り組みについて、柏市社会福祉協議会からは以下の通り報告をさせていただきます。

ほのぼのプラザますおを拠点として実施してきた介護予防相談事業は市の委託が令和3年度末をもって終了した。今後は3年間で積み上げたノウハウなどを地域に還元していくことを念頭に、地域で活動する住民ボランティアや介護予防に関するイベントを実施する際に介護予防グッズの貸出や必要に応じて専門家講師による情報提供などの助言などを行っていく。

指定管理者として運営している市内3か所の老人福祉センターにて、定期的に保健師などの専門家による健康相談、栄養相談を行っている。フレイル予防ポイント制度とも連携し、非常に好評で来館者数も大幅に増えている。

次に、フレイルチェックなど介護予防につながる講座も企画している。リハビリの専門職で構成されているかしわトータルヘルスケア協議会を講師として委託し、健康維持増進講座を開催予定。

理学療法士による実技指導含むフレイル予防に資する5つのテーマを柱としたさまざまな内容の講座を年間通じて9か月間のべ19回の連続講座となる。今年度は柏寿荘でテスト開催をし、今後参加日時を広げていく。

(高橋座長)

次に、柏西口地域包括支援センター齊藤委員よりお願いしたい。

(齊藤委員)

市内の各サロンも活動を再開し始めている。明原，あけぼの町会をターゲットにし，「歩こうマップ」を作成し，ウォーキングの自主グループの立ち上がりを促している。ポイントカードについては非常に普及しており，センターでも発行してほしいという要望も多い。一方，ポイント付与端末の台数が少なく，センターで余っている端末があれば，それを団体へ貸し出すこともある。今後は，ぜひ，全近隣センターで付与端末を設置していただけるようお願いしたい。

(高橋座長)

次に，スポーツ推進委員の八文字委員よりお願いしたい。

(八文字委員)

スポーツ推進委員協議会としては，フレイル予防の柱の一つである「運動」への参加促進に向け，ポイントカード制度を取り入れることによって，一人でも多くの方が積極的に参加していただければと考えます。そのためにも，ポイント付与がスムーズに行われるよう端末の常時貸出をお願いしたい。また，ポイントの付与だけでなく，市民の方々がフレイル予防について理解しやすいように，「概念図」などのチラシを併せて配布し，フレイル予防の周知・啓発につなげていければと思います。

(高橋座長)

次に，柏市民健康づくり推進員，山本委員よりお願いしたい。

(山本委員)

推進員としてのターゲットが母子が多いため，本日の議事内容については参考として受け止めたい。

フレイル予防について，高齢者を対象にしているというイメージがあるが，本来は全世代対象の取り組みであり，子育て中の母親に

対して何ができるかを模索している。街中で実施しているフレイルチェックについても子育て世代にも声をかけていただきたい。

こういった観点から、北柏町会が取り組まれている世代が交流できるイベントは非常にいいと思う。

（高橋座長）

次に、柏市民生委員児童委員協議会会長、山名委員よりお願いしたい。

（山名委員）

コロナが拡大している状況ではあるが、声掛け訪問も5月から再開した。地域の方々は非常に元気で、毎月「一人暮らしの方の集い」を開催しているが、地域包括支援課にも協力をいただき、フレイル予防体操などをはじめみなさん楽しみながら運動している。

（高橋座長）

次に、光ヶ丘地域ふるさと協議会会長、宮里委員よりお願いしたい。

（宮里委員）

資料4にもあったようにフレイル講座の拡大や啓発活動に関し、光ヶ丘地域をモデルにさせていただいた。フレイル予防に関しては、各地域のサロン活動を中心に進めているが、市の指導の下、フレイル予防について啓蒙していきたいと考えている。

コロナ禍においてフレイル予防を進めていくには、地区社協やふる協といった大きな単位で地域全体の方を取り込んでいかないと進展はなかなか難しいと思う。光ヶ丘地域ではふるさと協議会の方とともにフレイル予防の関わりについて協議していきたいと思う。

イベントについても、こちらが来てほしいと日々感じている方がなかなか来られないという現状がある。身近なところでフレイル予防に関してどう取り組んでいくかを先に挙げた団体の方々と連携して考えていきたい。

(高橋座長)

次に、柏市ふるさと協議会連合会監事，秋谷委員よりお願いしたい。

(秋谷委員)

フレイル予防という問題に対し，各協議会にフレイル予防の概念を啓蒙していくことが重要であると感じた。

フレイル予防の軸の一つである社会参加はふるさと協議会の活動が社会参加そのものであるから，積極的に関係者に参加していただくように促していく。

各地域のふるさと協議会の会長を通じ，資料2にもあるフレイル予防の概念図などを用い，今後，周知・啓発を図っていきたい。

(高橋座長)

次に、今回 ZOOM でご参加いただいている柏市在宅リハビリテーション連絡会理事，西田委員よりお願いしたい。

(西田委員)

当団体は、フレイルサポーターのトレーナーとしてご推薦させていただいているが、先ほどサポーター連絡会の中村委員からもあったように、地域ごとにフレイルチェックをはじめとする介護予防活動ができるよう体制づくりを進めている。専門職として何ができるのかを考えながら、サポーターの方をバックアップしていきたい。出前講座についても、今年度は開催回数をもう少し伸ばしていきたい。

これまでの議論でもあったが、フレイル予防に関し、全世代への周知・啓発は大切。高齢者になってからフレイル予防に取り組むのではなく、子どもから社会人までの層へも働きかけを行い、全体的な底上げが必要である。

(高橋座長)

各委員のみなさま，ご意見ありがとうございました。終了時刻も近づいてきたため，ここからは本会議の総括として，アドバイザー

よりご意見・ご感想を賜りたい。まずは柏市医師会長の長瀬アドバイザーよりお願いしたい。

（長瀬アドバイザー）

医師会としては、病気の治療だけでなく、市民の方々の健康の維持、推進にも取り組んでいる。コロナについては、感染力の強い株も発生し、日ごろからの感染対策が重要。今のところは重症者は少ないが今後も感染予防が必要となっていくだろう。ワクチン4回目接種も各病院や集団接種などで推進をしている。ただしワクチン接種をしても重症化の予防はある程度まではできるが、感染予防はできない。感染予防対策はこれまでどおりご自身でやっていくしかない。

フレイル予防に関し、これまでの内容をお聞きしたが、それぞれの団体の取り組みは非常に素晴らしい。高齢者の中にはこういう状況だと、外に出たくない方も多いとは思われるので何とか引っ張ってこれたらいいなと思う。

それから、高齢者以外の世代でも、子どもや子育て中のご両親など運動ができない状況が続いており、体力の低下が問題とされているため、このような世代に対してもなんらかのアプローチをしていただきたいと思います。

（高橋座長）

続きまして、柏歯科医師会会長の中山アドバイザーよりお願いしたい。

（中山アドバイザー）

フレイル予防啓発作業部会の報告の中で、食を通したフレイル予防の推進という話題があったが、非常によい取り組みで、食・口腔機能強化がフレイル予防に大切だ、という認識を広めていてもらいたい。柏歯科医師会としても協力できることがあればぜひバックアップしていきたい。

私の地元である北柏町会の活動はよく耳にしている。フレイル予防という観点からは活動への参加を躊躇している方々をいかに巻き

込む仕組みを作ることが大事であり，ぜひ今後も積極的に活動をしていただきたい。

（高橋座長）

続きまして，柏市薬剤師会会長の齊藤アドバイザーよりお願いしたい。

（齊藤アドバイザー）

東大 IOG が提示したデータ分析など大変興味深く聞かせていただいた。各団体の活動にも役立つものだと思う。就労とフレイル予防の関連性なども非常に共感できるところがある。

サポーターの活動に関し，今回からエリア別に活動をしていくということだが，地域の商店街と連携し，商店街の活性化も兼ねて取り組むことも面白いのでは。

フレイル予防の周知・啓発に関してチラシなど事務所など持ってきていただければ薬剤師会の会員に配布し，各薬局に配架することも可能である。

（高橋座長）

続きまして，今回 ZOOM でご参加いただいた東大 IOG 辻アドバイザーよりお願いしたい。

（辻アドバイザー）

各団体とも大変すばらしい活動を実施しており，資料 2 の概念図及びプロジェクトの推進体系に沿った取り組みが展開できている。フレイル予防の 3 本柱を軸としてフレイルチェックの実施やその推進体制がしっかりと構築されており，最終的にはまちづくりにつながっていくという構図が体現できていると感じた。

この流れを一層推し進めていくために必要なことは，行動をためらっている方の行動変容をどう促していくかということ。フレイル予防の肝は住民自身が自ら行動する自助の意識だが，それをサポートするための互助の仕組みが必要。そういう意味でフレイルチェックサポーターの役割は大きい。

次に、就労をフレイル予防と重ねていくことは大変重要である。以前、実施していた「生きがい就労」も柏市が発祥の地。今回の会議でフレイル予防と就労をいかに重ねていくかということもビジョンが見えてきたと思う。

介護予防と保健事業との一体的実施も大きな課題の一つである。フレイル予防がしっかりとなされていてかつ、生活習慣病への対応も行わなければならない、いわば、フレイル予防は健康維持の核となるものである。柏市はフレイルチェック発祥の地であり、日本のモデル都市であるが、フレイルと生活習慣病との関係性の研究が柏で進めることができれば、こちらについてもわが国のモデルとなり、日本国内にも大きな貢献ができると思う。

(高橋座長)

最後に、東大 IOG の飯島アドバイザーよりお願いしたい。

(飯島アドバイザー)

フレイルチェックを含め、危険度が高い方（ハイリスク者）への対応はほぼ完成されつつある。その上で高齢者全体で、どういう方々を対象とし、戦略的にフレイルチェックを実施していくか考えていかなければならない。柏市と同規模の自治体の高齢者全員にフレイルチェックを実施した場合、200年かかるという想定が出ている。これを非現実的と結論付けてしまうのではなく、フレイルチェックを戦略的に実施していくための一つの示唆だと捉えている。

こうしたことを前提とすると、先ほどの宮里委員が仰っていた、フレイルチェックやその啓発などは地域の小さい単位ではなく大きな単位で推し進めていかなければならないというご指摘はまさにその通りである。フレイルチェックは市民が中心となり実施するのが理想だが、ご近所の方もサポーターなどの担い手になってもらい、フレイルチェックは受ける側のみならず、担い手側のためにもなるのだということを、フレイル予防の枠の中にしっかりと組み込んでいきたい。

次に、活動への参加を躊躇している方々やすでにハイリスク状態の方に対し、どのようにアプローチをしていくかが次のステージの

肝になってくる。従来から熱心に活動をされている方々への支援はもちろんのこと、そうでない方々にどう手を差し伸べていくか。フレイルチェック作業部会からの報告で、専門職支援を希望したのがハイリスク者のうち1割弱という結果であったが、様々な事情が背景にはあると思うが、もう少し打率を上げていかなければならない。

総じては、フレイル予防を通じたまちづくりのデザインが具体的に見えてきたという会議であったと思う。今後は産業界との連携も視野に入れていきたい。

(高橋座長)

貴重なご意見ありがとうございました。

アドバイザーの方々より貴重なご意見をいただいた。委員のみなさまにおかれても、引き続きご協力をお願いしたい。

最後に次第5その他に移るが、なにか意見はないか。特になければ、事務局へお返しする。

(事務局)

次回日程については、来年の2月9日を予定している。