

## <これまでの課題>

- これまでのフレイル予防（介護予防・健康づくり）施策では、各部署が様々に事業を実施してきたが、参加者数も限られ、健康や介護予防に関心の高い方の参加が中心であった。
- また、健康や介護予防のために取り組む趣味の活動やスポーツ、生涯学習など、市民の活動の実際については把握が難しく、どのような取組や取組み方がフレイル予防に効果的なのか、検証が十分ではなかった。
- さらに、フレイル予防で重要なテーマである「社会参加」の実態も把握が難しかった。

～これらの課題を解決する方法として「かしわフレイル予防ポイント制度」を創出～

## <フレイル予防ポイントで期待される効果>

- 自らの取り組みや頑張りが「ポイントを貯める」ことで可視化され、継続的な活動につながる。
- 「ポイントを貯める」ことがきっかけとなり、新たな参加者の拡大につながる。
- 貯めたポイントを、広く普及している民間事業者のポイントと交換することで、経済波及効果も期待される。
- 全庁的及び民間事業者の事業にもポイント付与メニューを拡大することにより、柏市民がどのような活動にどのように取り組んでいるか、ポイント付与の事業や場所の種別を分析することにより、把握が可能となることから、より幅広く、効果的な施策を効率的に推進する一助となる。

健康寿命の延伸を目指すと共に、社会参加の広がりによる共生社会の実現を推進

# かしわフレイル予防ポイント制度

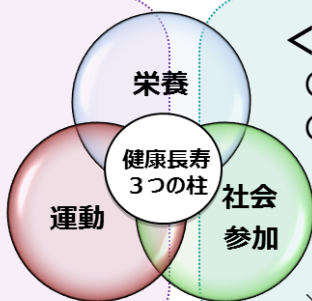
全国初のフレイルチェックの導入（2015年～）や、職能団体・市民団体等で構成される柏フレイル予防プロジェクト2025推進委員会の立ち上げなど、フレイル予防に先駆的に取り組んできた柏市において、より一層の市民の参画を促すため、「かしわフレイル予防ポイント」を導入し、市民が気軽に楽しみながら健康づくりに取り組めるまちを目指す。

## <制度のスキーム>

### <フレイル予防活動>

- 1回あたり「20ポイント」（1日2回まで）
- 主な対象メニュー
  - ・ フレイルチェック、介護予防講座など
  - ・ 市関連事業（特定健診、就労セミナーなど）
  - ・ 地域活動（地域の居場所への参加など）
  - ・ 民間事業（スポーツジムなど）

※ 対象メニューは調整中も含み、随時見直し、拡大を予定。



### <ボランティア活動>

- 1回（1時間）あたり「100ポイント」（1日2回まで）
- 主な対象メニュー
  - ・ 高齢者の地域の居場所の運営
  - ・ 介護施設での活動（話し相手など）
  - ・ 医療機関での運営補助（リネンサプライなど）

※ 対象メニューは調整中も含み、随時見直し、拡大を予定。



気軽に楽しみながら健康づくり・フレイル予防に取り組めるまち，柏へ