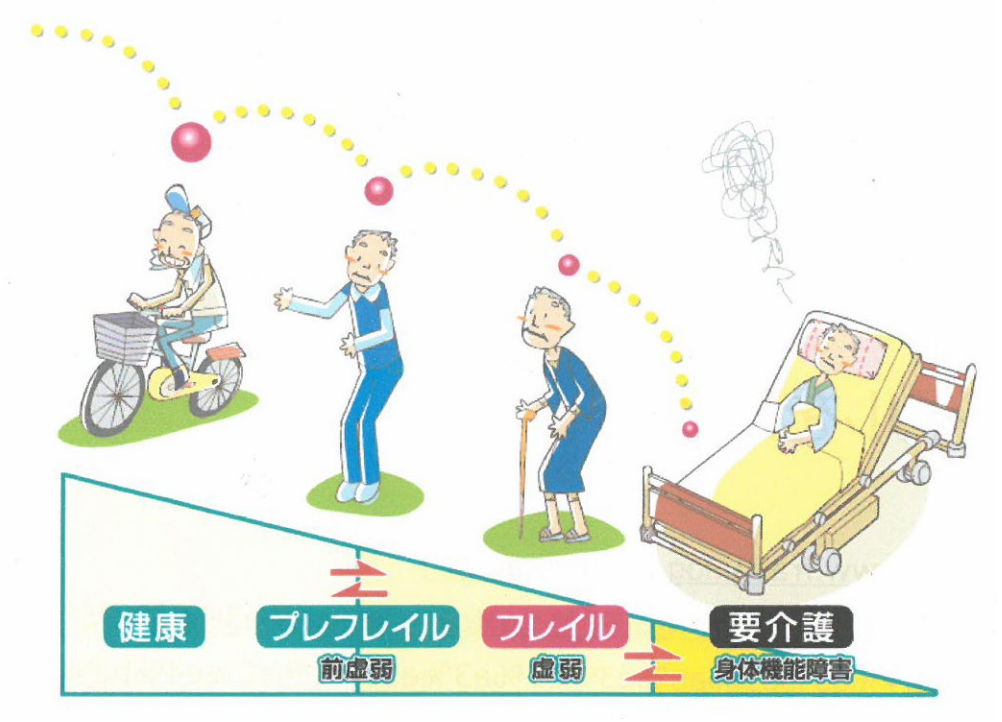
フレイル予防事業連携会議
資料

令和２年度
「フレイル予防事業」事業内容
（高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施）



出典：飯島研究室HPより

令和2年6月30日
松戸市　高齢者支援課
地域包括ケア推進担当室

事業内容

区分	事業内容		対象者	アプローチ方法	アプローチ開始時期
ポピュレーションアプローチ	①	市民への周知	高齢者を中心とする市民全体	町会回覧、広報誌、市ホームページ、民間宅配業者等	4月～
	②	まつどフレイル予防チャレンジ	通いの場（元気応援くらぶ）の参加者	通いの場への訪問	6月下旬～
ハイリスクアプローチ	③	包括体操教室代替措置からのフレイルが心配される人	地域包括支援センターが行う体操教室が中止のため、代替として対象者に包括職員が電話をかけフレイルチェック票を聞き取り把握されたフレイルの恐れのある人	家庭訪問、電話	5月下旬～
	④	健康状態不明者 （2年～４年以上健診・医療・介護の利用なし）	KDBにて2年以上健診・医療・介護の利用のない方 **（340人抽出）**	アンケート送付後 家庭訪問、電話	7月～ 【予定】
	⑤	低栄養者	KDBにて昨年度の健診データより、BMI18.5未満かつ一昨年度の健診より2kg以上の体重減少 **（116人抽出）**	アンケート送付後 家庭訪問、電話	7月以降 【予定】

フレイル予防についての市民への周知

事業内容①

内容	時期	対象者	部数など
チラシの配布	4月下旬～	通いの場・老人クラブ代表者	1,000部
	4月下旬～	地域包括他関係機関	1,000部
	4月下旬～	宅配便業者による荷物配達時	30,000部
	4月下旬	町会自治会回覧板	17,000部
	７月上旬	市関連施設	800部
チラシの同封	7月発送	後期高齢者医療保険料額決定通知書	65,000部
	8月発送【予定】	後期高齢者歯科口腔健診通知	6,000部
	8月発送【予定】	介護予防把握事業アンケート	10,000部
ウォーキングマップの配布	４/下旬～	通いの場代表者	600部
「広報まつど」掲載	4/15号 5/1号	市民全体	「自宅でできる体操で、フレイルを予防しましょう」「高齢者でも簡単にできる室内運動」
	9/下旬特集号【予定】	市民全体	「人生100年時代いつまでも健康で元気に暮らすために必要なこと（仮）」
市公式ホームページ掲載	5/11～	市民全体	「フレイル（虚弱）の進行を予防するために」「高齢者の低栄養防止のために必要な10項目」

元気応援くらぶ　まつどフレイル予防チャレンジ

取り組み団体
募集用

事業内容②

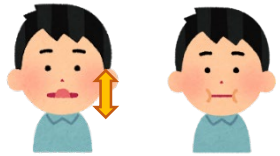
「フレイル」とは加齢により心身の機能が低下した状態

フレイル予防の新しい取り組みとして、保健師・管理栄養士・歯科衛生士が「元気応援くらぶ」に出向いてフレイル状態のチェックやアドバイスを行います。人生100年時代と言われるようになりました。健康寿命を延ばしていつまでも住み慣れた地域で生き生きと暮らしていけるようサポートしていきます。

私たちと一緒にフレイル予防に取り組みましょう

初回
フレイル予防についてのお話
フレイルチェック票の記入
体力測定
まとめ・ふりかえり

お口の体操



1週間後or1か月後
〇〇会用オリジナル
フレイル予防メニューの紹介

初回の結果をもとに
くらぶ参加時のメニューと
個人で取り組む
ホームワークを提案

3か月後
電話で代表者に取り組みを確認

6か月後
フレイルチェック票の
記入・体力測定

半年間の成果を
確認しましょう！

健康や食事など個別のご相談事もお声掛けください。
フレイルが心配される方には後日家庭訪問をしてゆっくりお話を伺い、生活上のアドバイスを行います。

申し込みお待ちしております
松戸市高齢者支援課
地域包括ケア推進担当室
フレイル予防事業　　366-7343

フレイル・オーラルフレイル判定基準

	フレイル判定項目	方法
体重減少	6か月間で2-3ｋｇの低下	質問票（6）
身体活動の低下	週1回以上の定期的な運動	質問票（9）
疲労	「ここ2週間、わけもなく疲れた感じがしますか」⇒「はい」	問診
筋力低下	握力　男性26ｋｇ未満 女性18ｋｇ未満	握力計
歩行速度の低下	通常歩行速度 性別・身長問わず 秒速1.0m未満	５M歩行速度
判定	３/5以上該当	

参考：J-CHS基準（ガイドライン別添留意事項P18）

６５歳以上有病率：11.5％

	オーラルフレイル判定項目	方法
咀嚼力	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか※さきいか、たくあんなど	質問票（4）
嚥下機能	お茶や汁物等でむせることがありますか	質問票（5）
滑舌の低下	オーラルディアドコキネシス Ta音　秒速6回未満	口腔機能測定器
判定	２/３以上該当	

参考：実践オーラルフレイル対応マニュアルP13

６５歳以上有病率16％

事業内容②

まつどフレイル予防チャレンジ　タイムスケジュール
（通いの場でのポピュレーションアプローチ）

	内容		担当者	時間	他のスタッフ
0	準備		全員	（10分）	体力測定と質問票の準備
1	健康教育	フレイルについて	保健師	5分	
		低栄養について	管理栄養士	5分	
		口腔機能低下について	歯科衛生士	5分	
2	体力測定＋質問票記入	2つのグループに分けて行う	全員	30分～60分 参加人数による	
3	ふりかえり	結果について 健診受診勧奨 その他情報提供	保健師	15分	
4	健康相談	希望者のみ	各職種		片付け
				60分～110分	

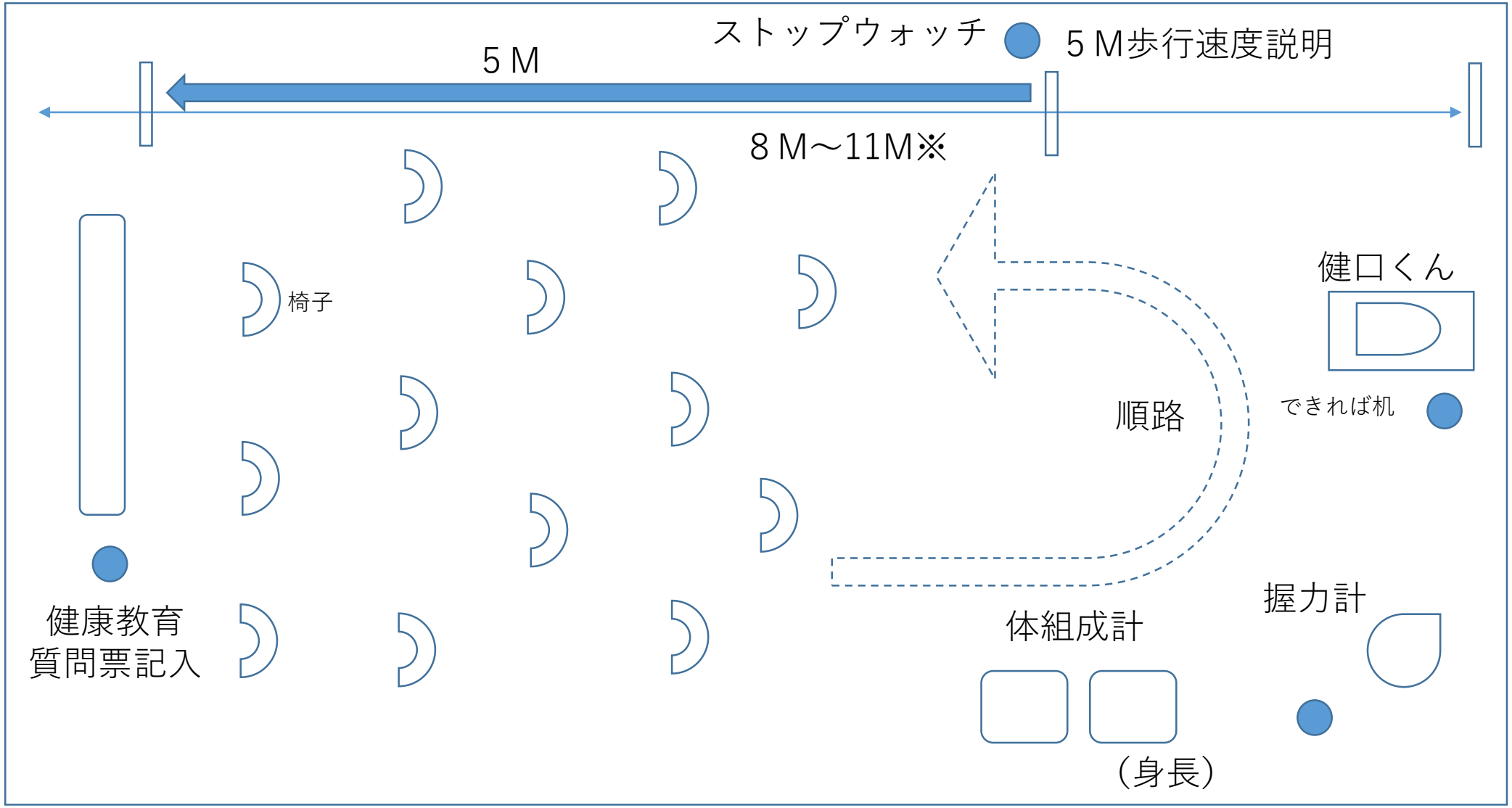
まつどフレイル予防チャレンジ　レイアウト例

（通いの場でのポピュレーションアプローチ）

● スタッフ

事業内容②

※１１Ｍが望ましいが難しい場合は廊下などを検討する



換気を十分に行い、直接触れる部分は消毒を行うかグローブを使用するなど感染予防に留意する

事業内容②

○○会　フレイル予防チャレンジ　個人メニュー

個人配布用

会に参加の皆さんで
共に励ましあって
フレイル予防に取り組みましょう

①身体運動
【体操・ウォーキング・筋トレ】
どれか１つ以上自分に合った運動をしましょう

②カムカム食材を毎日食べる
肉・魚・豆・きのこ・レンコン・ごぼう・
たけのこ・こんぶ・こんにゃく・ナッツ・玄米

③お口の体操【パタカラ・早口言葉・口腔体操】
どれか１つ以上行いましょう

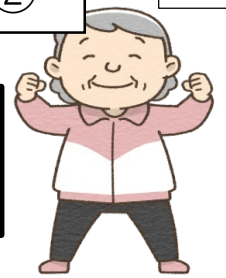
④その日あった良いこと・うまくいったこと、嬉しかったことを書く
例：庭の花が咲いた、料理の味付けがうまくいった、「ありがとう」と言ってもらった、など

事業内容②

個人用

○○会　フレイル予防チャレンジ
個人メニュー　記録表（2週間分）

つみかさね
食事・運動・お口のチェック



できた項目に○をつけましょう

週目	/　(　)	/　(　)	/　(　)	/　(　)	/　(　)	/　(　)	/　(　)
①身体運動							
②カムカム食材							
③お口の体操							
④良いこと日記							

週目	/　(　)	/　(　)	/　(　)	/　(　)	/　(　)	/　(　)	/　(　)
①身体運動							
②カムカム食材							
③お口の体操							
④良いこと日記							

代表者使用　市役所提出用

事業内容②

○○会　フレイル予防チャレンジ　声掛けシート（2か月分）

毎週「頑張ってやりました」と思う人数を手をあげてもらい、下の表に記入します（何日かは問いません）

個人の頑張りを確認	/（ ）	/（ ）	/（ ）	/（ ）	/（ ）	/（ ）	/（ ）	/（ ）
①身体運動	人	人	人	人	人	人	人	人
②カムカム食材	人	人	人	人	人	人	人	人
③お口の体操	人	人	人	人	人	人	人	人
④良いこと日記	人	人	人	人	人	人	人	人

皆で取り組み、できたら〇をします

会当日取り組む	/（ ）	/（ ）	/（ ）	/（ ）	/（ ）	/（ ）	/（ ）	/（ ）
Ⓐ背中のストレッチ								
Ⓑかかとの上げ下げ								
Ⓒスクワット								
Ⓓ胸を張る								
Ⓔ体ねじり								
Ⓕ雑巾絞り								
Ⓖ早口言葉								

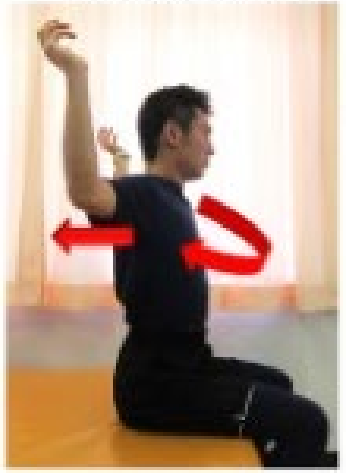
この用紙は6か月後にご提出ください。ご不明点がありましたらお気軽にご連絡ください。
松戸市高齢者支援課　地域包括ケア推進担当室　フレイル予防事業　小島・田村　366-7343

南山カフェ　フレイル予防チャレンジメニュー

松戸市リハビリテーション連絡会提供

フレイル予防チャレンジメニュー

胸の筋肉（胸はり）



両手を広げ、胸をはりましょう。
５秒間伸ばしましょう。

腰の筋肉（体ねじり）

手を胸の前で組み、身体を左右にねじりましょう。
捻ったところで、５秒とめましょう。

松戸市リハビリテーション連絡会提供

雑巾絞り運動　各10回×３セット

乾いたタオルの両端を持ち、両腕を前に伸ばす

腕の位置を変えずに、片方の手を時計回りに、もう片方の手を反時計回りに回す

１・２・３と数えながら絞り、元に戻す

反対側も同様に絞る

早口言葉で練習しましょう！

出典：実践！オーラルフレイル対応マニュアル

初級編
なまむぎ　なまごめ　なまたまご
「生麦　生米　生卵」

うらにわには　にわ　にわにはにわ　にわとりがいる
「裏庭には　二羽　庭には二羽　鶏がいる」

中級編
ぼうずがびょうぶに　じょうずにぼうずのえをかいた
「坊主が屏風に　上手に坊主の絵を描いた」

こつそしょうしょう　そしょう　しょうそ
「骨粗鬆症　訴訟　勝訴」

上級編
とうきょうとっきょ　きょかきょくきょくちょう　のきょか
「東京特許　許可局局長　の許可」

おあやや おやに おあやまり　おあやや やおやに おあやまりと おいい
「お綾や親にお謝り　お綾や八百屋にお謝りとお言い」

松戸市　高齢者支援課　地域包括ケア推進担当室　フレイル予防事業

元気応援くらぶ活動状況アンケート

33/64くらぶ回答あり　6/29現在

①緊急事態宣言の期間中の活動状況

回答項目	クラブ数
活動を休止していた	24
活動が減少した	2
以前とほぼ変わりない	0
活動の内容を変更した	3
活動はせず、連絡を取り合っていた	3
無回答	1

②緊急事態宣言が解除された現在の活動状況

回答項目	クラブ数
すでに再開した(活動している)	16
近日中に再開予定である	7
今のところ再開予定は決まっていない	10

③再開予定は決まっていない理由

回答項目	クラブ数
参加者の感染に対する不安が強いため	7
活動場所が確保できないため	2
活動内容が制限されるため	1

ハイリスクアプローチ

フレイルの判定基準は実際の計測が必要な項目があるが、チェックリストだけで判定できないか？

基本チェックリスト（25項目）

資料※1より
8/25以上をフレイルと判定しているものあり
有病率17.2%※2

基本チェックリストと判定基準は以下の通りです

No.	質問項目	回答:いずれかに○をお付けください		
1	バスや電車で1人で外出していますか	0:はい	1:いいえ	
2	日用品の買い物をしていますか	0:はい	1:いいえ	
3	預貯金の出し入れをしていますか	0:はい	1:いいえ	
4	友人の家を訪ねていますか	0:はい	1:いいえ	
5	家族や友人の相談にのっていますか	0:はい	1:いいえ	/20
6	階段を手すりや壁をつたわらずに昇っていますか	0:はい	1:いいえ	
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	0:はい	1:いいえ	
8	15分間位続けて歩いていますか	0:はい	1:いいえ	
9	この1年間に転んだことがありますか	1:はい	0:いいえ	
10	転倒に対する不安は大きいですか	1:はい	0:いいえ	/5
11	6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	1:はい	0:いいえ	
12	BMIが18.5未満である（BMI＝体重　kg÷身長　m÷身長　m）	1:はい	0:いいえ	/2
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	1:はい	0:いいえ	
14	お茶や汁物等でむせることがありますか	1:はい	0:いいえ	
15	口の渇きが気になりますか	1:はい	0:いいえ	/3
16	週に1回以上は外出していますか	0:はい	1:いいえ	
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1:はい	0:いいえ	/2
18	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあると言われますか	1:はい	0:いいえ	
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	0:はい	1:いいえ	
20	今日が何月何日かわからない時がありますか	1:はい	0:いいえ	/3
21	（ここ2週間）毎日の生活に充実感がない	1:はい	0:いいえ	
22	（ここ2週間）これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	1:はい	0:いいえ	
23	（ここ2週間）以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	1:はい	0:いいえ	
24	（ここ2週間）自分が役に立つ人間だと思えない	1:はい	0:いいえ	
25	（ここ2週間）わけもなく疲れたような感じがする	1:はい	0:いいえ	/5

該当している項目にチェックしてみましょう

- ☐ No.1～20までの20項目のうち10項目以上に該当 …… 複数の項目が低下
- ☐ No.6～10までの5項目のうち3項目以上に該当 …… 運動機能の低下
- ☐ No.11～12までの2項目のすべてに該当 …… 低栄養状態
- ☐ No.13～15までの3項目のうち2項目以上に該当 …… 口腔機能の低下
- ☐ No.16～17までの2項目のうちNo.16に該当 …… 閉じこもり
- ☐ No.18～20までの3項目のうち1項目以上に該当 …… 認知機能の低下
- ☐ No.21～25までの5項目のうち2項目以上に該当 …… うつ病の可能性

※1：フレイルとは：概念や評価法について
月刊地域医学　Vol.32　No.4　2018

※2：satake el al 2017埼玉　65歳以上
日本の地域在住高齢者（要介護認定者を除く）

後期高齢者の質問票（フレイルチェック票）15項目

8/25＝4.8/15≒5/15

15項目中５項目以上該当
↓
フレイルと判定

項目3～6

4項目中２項目以上該当
↓
オーラルフレイルと判定

フレイルが心配される人
例：フレイルチェック票5/15以上該当
または食事・口腔項目2/4以上該当

		聞き取り項目	0点	1点
1	健康状態	あなたの現在の健康状態はいかかですか	よい まあよい ふつう	あまり よくない よくない
2	心の 健康状態	毎日の生活に満足していますか	満足 やや満足	やや不満 不満
3	食習慣	１日３食きちんと食べていますか	はい	いいえ
4	口腔機能	半年前に比べて固いもの（さきいか・たくあんなど）が食べにくくなりましたか	いいえ	はい
5		お茶や汁物等でむせることがありますか	いいえ	はい
6	体重変化	6か月間で2～3kg以上の体重の減少がありましたか	いいえ	はい
7	運動・転倒	以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか	いいえ	はい
8		この１年間に転んだことがありますか	いいえ	はい
9		ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか	はい	いいえ
10	認知機能	周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあると言われていますか	いいえ	はい
11		今日が何月何日かわからない時がありますか	いいえ	はい
12	喫煙	あなたはたばこを吸いますか	吸っていない やめた	吸っている
13	社会参加	週に1回以上は外出していますか	はい	いいえ
14		ふだんから家族や友人と付き合いがありますか	はい	いいえ
15	ソーシャル サポート	体調が悪いときに、身近に相談できる人がいますか	はい	いいえ
			合計	点

事業内容③

包括体操教室代替措置からのフレイルが心配される人

412人（5月分）

地域包括支援センターが体操教室対象者等へ電話をし、フレイルチェック票をもとに聞き取る

医療や介護の必要性が高い場合は訪問等による状況確認

質問項目９：週1以上の運動

あり → 終了

なし → 包括職員が運動継続に向けた助言 2～3週間後再確認 → 終了

フレイルが心配される人
例：フレイルチェック票5/15以上該当
または食事・口腔項目2/4以上該当

26人（5月分）
6.3%

フレイル予防事業

健診・医療・介護状況確認（26件）

優先順位を決める

電話による状況確認（5件）

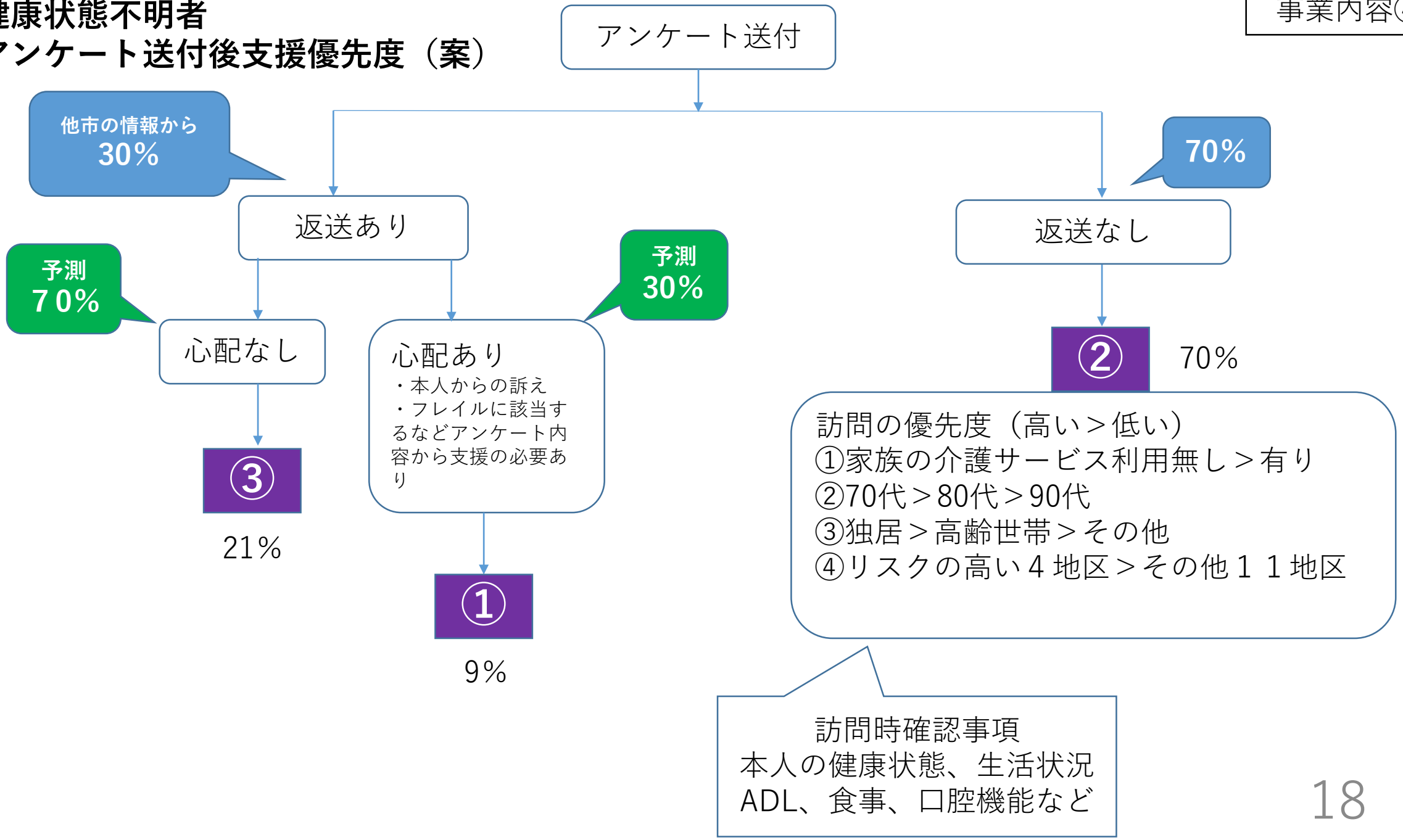
家庭訪問（9件）

終了 包括体操教室へ

継続支援（1件）

事業内容④

健康状態不明者
アンケート送付後支援優先度（案）



実施件数算出（週間予定）

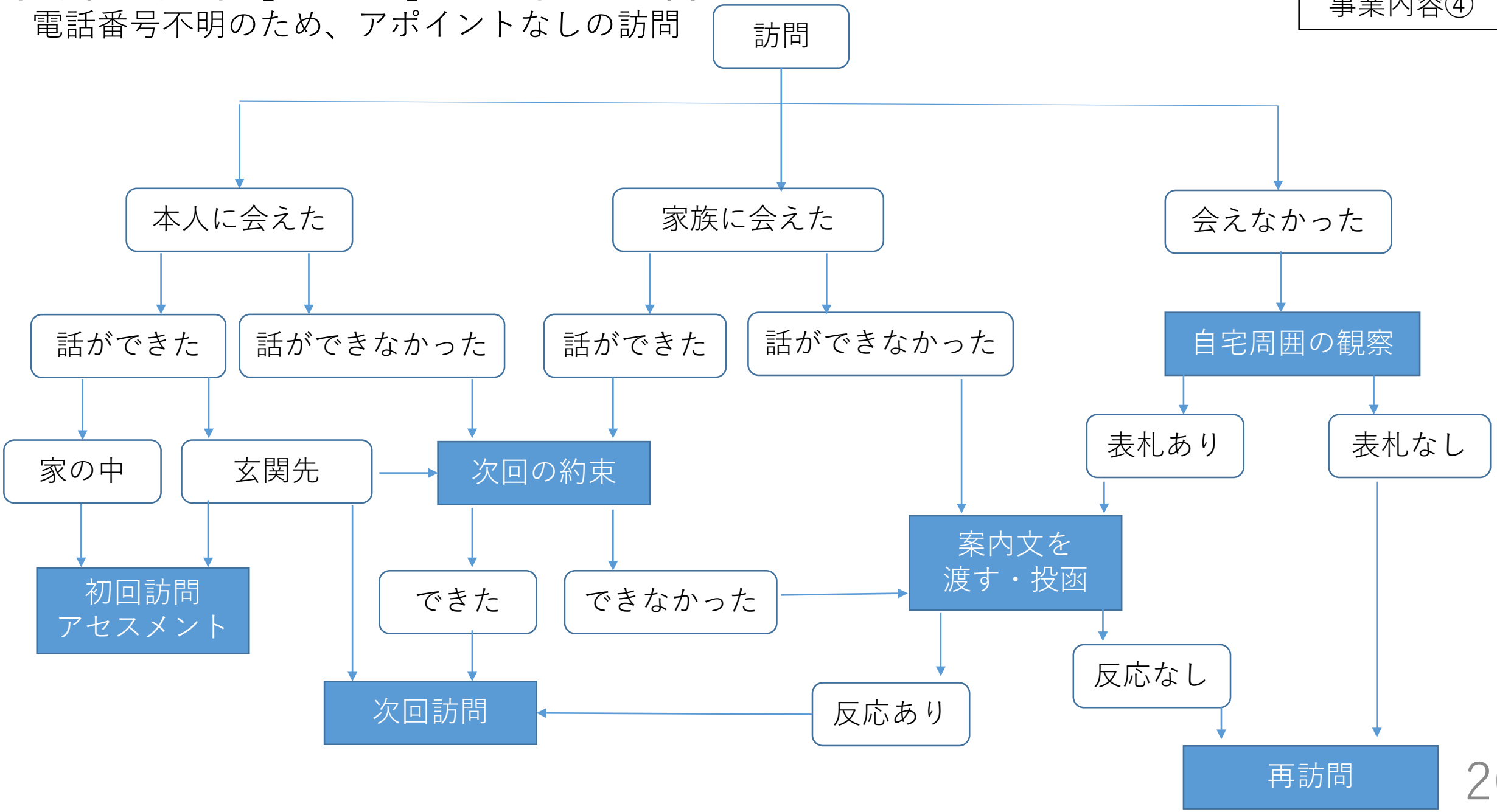
	月	火	水	木	金	
保健師	通いの場 通いの場振り返り・集計	健康状態不明訪問	健康状態不明訪問		ミーティング 事務処理等	
保健師		フレイル訪問	健康状態不明訪問			
保健師		健康状態不明訪問		フレイル訪問		
管理栄養士		フレイル訪問	健康状態不明訪問			
歯科衛生士			健康状態不明訪問	フレイル訪問		

健康状態不明：週3×２件/日×４×８か月＝192人（延）2回行くとして96人（実）
フレイル：週２×2件/日×４×8か月＝128人（延）平均1.5回行くとして85人（実）
通いの場：週１×６か月（8月～1月・６M後再訪問）＝24か所（実）

健康状態不明者【返送なし】家庭訪問フロー図

電話番号不明のため、アポイントなしの訪問

事業内容④



事業内容④

健康状態不明者　使用予定アセスメント票

・後期高齢者の質問票（フレイルチェック票）
・閉じこもり予防・支援のための二次アセスメント票（右）
・介入が必要な人の緊急度チェックリスト（下）
・地域ケア会議共通事例様式

～介入が必要な人の緊急度チェックリスト～

「セルフネグレクトに対する介入の視点」から

氏名:　　実施年月日:　　年　　月　　日　　担当者:

介入段階	重症度	該当する場合は○	内　　容
緊急介入支援	最重度		①高齢者自身の生命・身体・生活に著しい影響が生じている
			②意識混濁、重度の褥瘡、重い脱水症状、脱水症状の繰り返し、栄養失調、全身衰弱、下肢や顔面の重度のむくみ
			③極端なやせ、頻脈、徐脈、脈が触れにくい、不規則な呼吸、高血圧、低血圧、低血糖、発熱、自殺企図、その他
			④家屋の老朽化が進み、人が住める状態ではない
			⑤ライフライン（電気、ガス、水道）が途絶えており、代替え手段がなく、生命維持に必要な最低限の生活に支障をきたしている
社会資源活用・相談・調整支援	重度		⑥高齢者自身の生命・身体・生活に影響が生じている
			⑦軽度の脱水、低栄養、低血糖の疑い、入退院の繰り返し、痩せが目立つ、頭痛、下痢、その他
			⑧重度の慢性疾患があるのに医療を拒否しているため、生命に関わる重大な結果が生じる恐れの高い状態が見られる
			⑨腐敗した生ごみからウジなどの害虫が発生している
			⑩ペット類の糞便や排泄物が散乱している
要見守り・状況確認	軽度		⑪高齢者自身の生命・身体・生活に影響が部分的に生じている
			⑫経済的困窮により、最低限の生活（衣食住）に支障をきたしている
			⑬家屋内外にゴミや不良品が蓄積している
			⑭住居のドアなどが壊れたままになっている
			※軽度であっても、以下があると重度に移行しやすいので注意する
			⑮薬物やアルコール依存症、認知症、うつ病などの既往や現病歴
			⑯配偶者の死などストレスが高いライフイベント
			⑰サービスを拒否したり、近隣・社会から孤立している

別添資料６－１　閉じこもり予防・支援のための二次アセスメント票（例）

対象者氏名（　　）　　評価者氏名（　　）
（　　年　　月　　日生　　歳）

〈外出頻度〉・事前アセスメント（H　　年　　月　　日）
１．週に１回以上　　２．月に１回以上　　３．月に１回未満
・どのようなことがあったら、外出しますか。(催し物、行事、サービス、集まり、など)
（　　）

・事後アセスメント（H　　年　　月　　日）
１．週に１回以上　　２．月に１回以上　　３．月に１回未満

〈手段的自立（IADL）〉	事前アセスメント	事後アセスメント
１．バスや電車を使って一人で外出できますか	１．はい　０．いいえ	１．はい　０．いいえ
２．日用品の買い物ができますか	１．はい　０．いいえ	１．はい　０．いいえ
３．自分の食事の用意ができますか	１．はい　０．いいえ	１．はい　０．いいえ
４．請求書の支払いができますか	１．はい　０．いいえ	１．はい　０．いいえ
５．銀行預金、郵便貯金の出し入れができますか	１．はい　０．いいえ	１．はい　０．いいえ
〈知的能動性〉		
６．年金などの書類が書けますか	１．はい　０．いいえ	１．はい　０．いいえ
７．新聞を読んでいますか	１．はい　０．いいえ	１．はい　０．いいえ
８．本や雑誌を読んでいますか	１．はい　０．いいえ	１．はい　０．いいえ
９．健康についての記事や番組に関心がありますか	１．はい　０．いいえ	１．はい　０．いいえ
〈社会的役割〉		
10．友達の家を訪ねることがありますか	１．はい　０．いいえ	１．はい　０．いいえ
11．家族や友達の相談にのることがありますか	１．はい　０．いいえ	１．はい　０．いいえ
12．病人を見舞うことができますか	１．はい　０．いいえ	１．はい　０．いいえ
13．若い人に自分から話しかけることがありますか	１．はい　０．いいえ	１．はい　０．いいえ
〈生活体力指数〉		
14．歩行や外出に不自由を感じますか 理由（疾病、痛み、尿漏れ、目、耳、家の周囲、等）	０．はい　１．いいえ	０．はい　１．いいえ
15．イスから立ち上がる時、手の支えなしで立ち上がりますか	１．はい　０．いいえ	１．はい　０．いいえ
16．最近、つまずきやすいですか（易転倒性）	０．はい　１．いいえ	０．はい　１．いいえ

〈日中、おもに過ごす場所〉　（A　B　C　D）　（A　B　C　D）
・A：自宅の外　B：敷地内　C：自宅内　D：自分の部屋

〈日中、おもな過ごし方〉　（A　B　C　D　E）　（A　B　C　D　E）
・A：自宅外の仕事(役割)　B：家の仕事（役割）　C：趣味　D：おもにテレビ等　E：特になし

〈その他の特記事項〉

閉じこもりの要因の合計点
Ⅰ　手段的自立・体力低下（1～5，14～16）　8 点満点　事前＿＿点　事後＿＿点
Ⅱ　知的能動性・社会的役割低下（6～13）　8 点満点　事前＿＿点　事後＿＿点

事業評価指標（詳細）

	ポピュレーションアプローチ		ハイリスクアプローチ			
	①市民への周知	②フレイル予防チャレンジ（通いの場）	③包括体操教室代替措置からの支援	④健康状態不明者	⑤低栄養者	⑥通いの場等からのフレイル該当者
ストラクチャー（構造：実施体制等）	職員体制、関係機関との連携、社会資源の活用					
プロセス（過程：事業の進め方等）	・周知手段把握	・情報収集	・アプローチ内容	・案内文返送数 ・アプローチ内容	・案内文返送数 ・アプローチ内容	・アプローチ内容
アウトプット（事業実施量）	・チラシ配布数 ・広報掲載回数 ・HP掲載内容	・実施団体数 ・参加人数 ・質問票実施数 ・実施内容	・家庭訪問、電話、来所相談数 ・測定実施数 ・連携連絡数	・案内文送付数 ・家庭訪問、電話、来所相談数 ・質問票実施数 ・同行受診数、連携連絡数	・案内文送付数 ・家庭訪問、電話、来所相談数 ・質問票実施数 ・連携連絡数	・家庭訪問、電話、来所相談数 ・質問票実施数 ・連携連絡数
アウトカム（事業実施効果）	・フレイルの認知度	・フレイルの認知度 ・健康意識の変化 ・対象者満足度 ・フレイルの改善（体力測定・質問票）	・フレイル、認知機能の改善（質問票、DASC） ・健康意識の変化 ・対象者満足度	・医療・介護・健診・社会参加等への接続 ・健康意識の変化 ・健康状態の改善	・フレイル、認知機能の改善（質問票・DASC） ・健康意識の変化 ・対象者満足度	・フレイル、認知機能の改善（質問票・DASC） ・健康意識の変化 ・対象者満足度

主な評価指標

		指標	評価機会	対象者	現状値	目標値
短期	アウトプット	**ポピュレーション、ハイリスクアプローチ実施件数**	月末 年度末	通いの場等参加者、ハイリスク対象者	未実施	Ｐ：24か所 H:320（延） 181（実）
短期～長期	アウトカム	**フレイルの認知度** ・フレイル（加齢により心身の活力が落ち、介護が必要になる前の状態）について知っていますか ・フレイルについて知っていましたか「言葉のみ」「言葉も意味も」	・いきいき安心プラン市民アンケート R2.1実施 ・健康と暮らしの調査1回/年 通いの場	一般高齢者 通いの場参加者	28.7%	５０% （Ｒ５年度）
中期～長期	アウトカム	**フレイル・オーラルフレイル該当者の減少** （判定基準、質問票点数）	通いの場 家庭訪問	通いの場参加者 家庭訪問対象者	未実施	

参考：ロコモティブシンドロームの認知度
（健康松戸２１）20代以上市民
言葉だけ+意味も知っている両方あわせて
H25年　33%（計画策定時）
H29年　43%（中間評価）
H35年　80%（目標値）

フレイル予防事業

令和2年度　予定スケジュール

令和2年	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
データ分析	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	
ハイリスク			体操教室対象者への家庭訪問	アンケート送付	本格実施 →	→	→	→	→	→	→	→	
						評価 →	→	→	→	→	→	→	
ポピュレーション	広報誌などによる周知	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	→	
			再開した団体から試行	実施 →	→	→	→	→	→	→	→	→	
										６Ｍ後実施・評価	→	→	
連携会議			第１回						第２回				
関係機関				連携 →	→	→	→	→	→	→	→	→	
その他						令和３年度実施体制検討							