

新たなフレイル予防対策（案）

1 介護予防・日常生活圏域ニーズ調査※からみる高齢者の現状（抜粋）

- (1) 運動器（階段昇降・歩行能力）の能力が80歳以上低下してくる。
- (2) 外出頻度が週1回以下の高齢者は、80歳以上から増加し85歳以上で急増する。
- (3) 食品や日用品の買い物ができない割合は、加齢とともに増加し85歳以上から急増する。

【ニーズ調査から見えた課題】

- ① 高齢者の運動器機能低下・閉じこもり予防の課題
- ② 日常生活の課題

◎食品や日用品の買い物が加齢とともにできなくなっている。

◎バスがひとりで利用できない高齢者が80歳以上では増加する。

※第8期高齢者福祉計画・介護保険事業計画策定に活用する地域診断ツールの一つ

2 新たなフレイル予防の取組について

◎高齢者のフレイル予防を，生活の視点で支援する。

⇒いくつになっても自分の足で買い物に行ける方法

歩行⇔買い物⇔コミュニケーションの場⇒移動スーパーの導入

【移動販売の現状】

㈱カスミの移動スーパーが県内（つくば市，取手市，R2.2月阿見町，R2.6月～つくばみらい市開始）で展開

3 今後の取組計画

(1) ㈱カスミの移動スーパーの導入について具体的検討

(2) ㈱カスミとの包括協定を締結後，各事業の協力を要請する。

㈱カスミの社会貢献活動の実績から，高齢者事業の協力（移動スーパー・オレンジカフェ・認知症サポーター養成講座等），食育活動，子育て事業，障がい者支援等幅広い分野での協力要請

【参考】

フレイルとは加齢により心身が衰えた状態だが，適切な介入・支援により生活機能維持向上が可能な状態像とされている。

【フレイルイメージ図】



【参考資料】

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査の結果

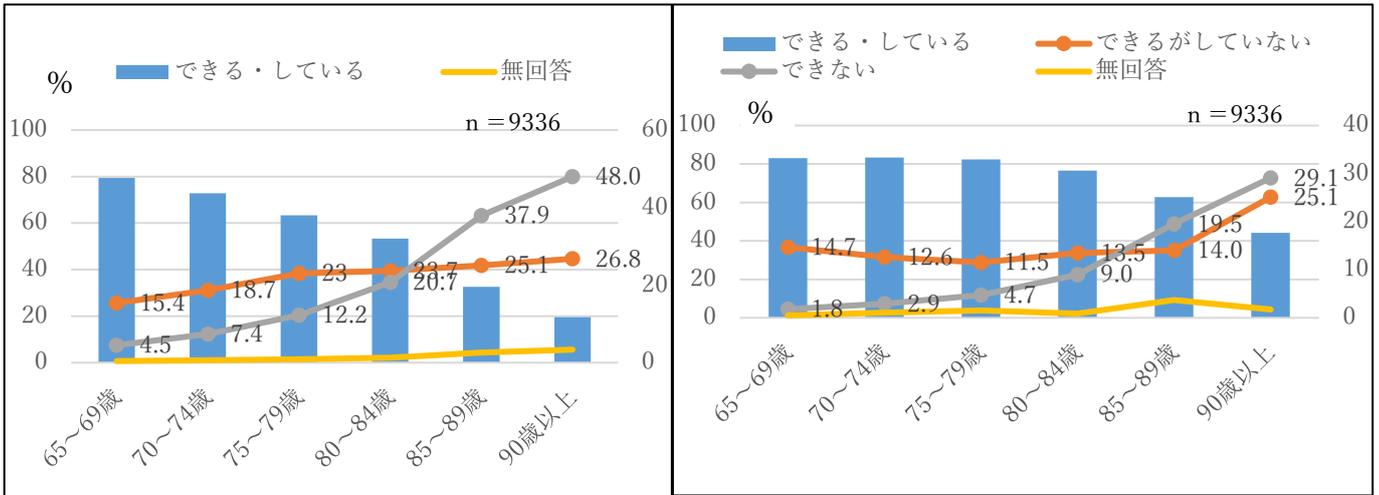
(1) 調査の概要

- 調査時期：令和2年1月
- 対象者：65歳以上の要介護認定を受けていない方
- 配布数：13,927通
- 回収数：9,336通（回収率67%）

(2) 年代別特徴（抜粋）

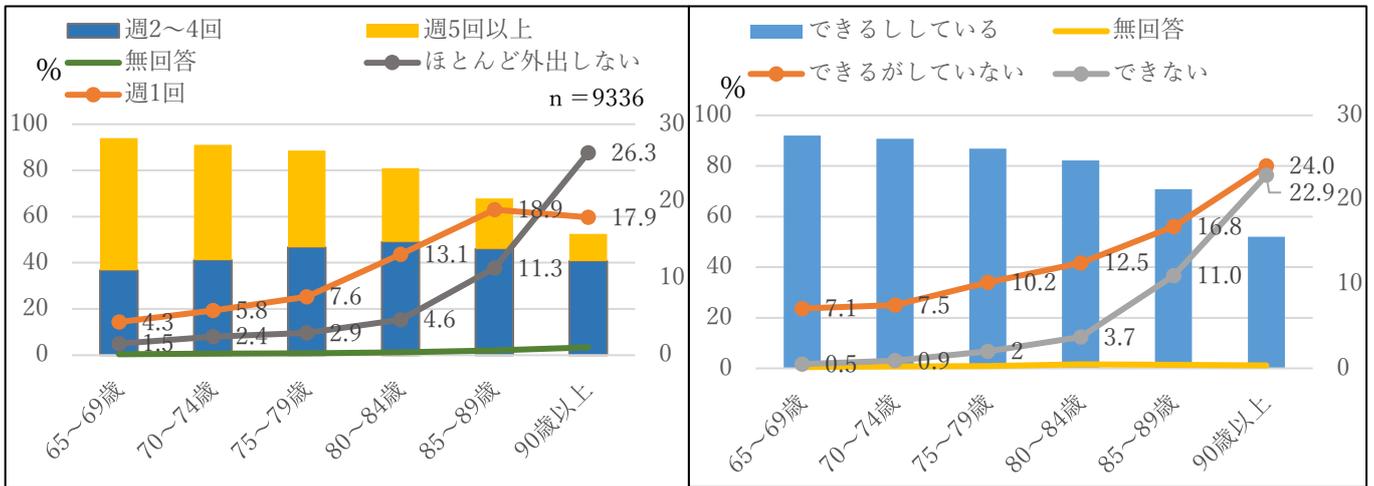
【運動器：階段を手すりや壁に伝わらず昇る】

【運動器：15分位続けて歩く】



【閉じこもり：週に1回以上の外出】

【自分で食品・日用品の買い物をする】



【外出を控えている理由】（上記5位）

