

# ふくい フレイル FUKUI FRAIL

## ニュース NEWS



Vol.4  
2023.7.26

### 令和4年度福井県フレイル予防事業報告

#### 福井県からの お知らせ

新規フレイルサポーター養成数	127名（累計 848名）
フレイルチェック開催回数	115回（前年比+12回）
フレイルチェック参加者数	824名（前年比+115人）

### 令和4年度福井県フレイルチェックデータの分析

全市町から収集した令和4年度フレイルチェックデータ（計1,582件）を集計し、「栄養」「運動」「社会参加」の3項目について前年比でまとめました。



**わずかに悪化**  
特に男性に口腔機能悪化傾向がみられています。



**悪化**  
筋肉量で赤シールになる割合が増加傾向です。コロナ禍の影響による筋力低下に注意が必要です。



**改善傾向**  
社会活動が戻ってきていますが、依然として男性の社会的孤立が課題です。

令和4年度から県作業療法士会等と協働し、フレイルチェックデータ解析も開始しました！

### 令和4年度フレイルチェック 男性参加者は2割程度

フレイルチェックの目的の一つに、自身の今置かれている健康状態を知り、意識や行動を変えていくことがあります。今後も啓発活動、特に男性の参加を視野に入れた普及啓発が必要です。

### イベント 情報

令和5年4月6日（木）  
アル・プラザ鯖江（平和堂）でのフレイルチェックイベントを開催!!  
60名の方がフレイルチェックを体験し、大好評でした。  
（鯖江市フレイルサポーター団体 鯖江フレイル予防「指輪っかの会」主催）



会場には片足立ち上がりの結果を掲示しました。



参加者の声



今日、たまたまアルプラザに買いものに来て、このような体験ができてとても良かった！

第2回

令和5年3月3日（金）

# 特集

## ふくいフレイルコミッティーを開催しました

オンラインも含め、総参加者数は200名以上！東京大学IOGの飯島勝矢教授も会場にお越しくださいました。

一度はコロナで停滞してしまった福井県のフレイル予防活動も、皆様のご協力のおかげで活発になってきました！

### 東京大学 飯島先生による講演

住んでいるまちは違っても、同じ目標に向かって取り組んでいる仲間！これからも県内外の様々な自治体の皆さまとの繋がりを大切に、刺激しあいながらフレイル予防に取り組んでいきたいと思いました。

飯島先生  
ご来県くださり  
ありがとうございました！



### 坂井市・敦賀市の事例発表

フレイルサポーターが自分たちの取組みを発表！コロナ禍に負けない、工夫を凝らした両市の取組を聞いて、参加者からは盛大な拍手が送られました。



### 田嶋フレイル上級トレーナーによる ステップアップ講座

高齢者の身体特性やコロナで活動が減少した場合の影響を、改めて学ぶことができました！日常生活で気軽にできる運動は働く世代にも響くものがあり、様々な世代を巻き込んだフレイル予防に取り組んでいきたいと思いました。



ご参加いただきありがとうございました！  
次回も是非ご参加ください。



【発行元】

ふくいフレイルサポーターの会事務局（福井県健康福祉部長寿福祉課）

TEL 0776-20-0330

mail [choju@pref.fukui.lg.jp](mailto:choju@pref.fukui.lg.jp)

※ふくいフレイルニュースは四半期ごとに発刊します。

※掲載したい内容があれば、左記あてご連絡ください。

