

ふくい フレイル FUKUI FRAIL

ニュース NEWS



Vol.2
2022.6.27

令和3年度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	149名（前年比+23名）
フレイルチェック開催回数	103回（前年比+29回）
フレイルチェック参加者数	延べ691名（前年比+259人）

フレイルチェックデータの集計結果（速報値）

全市町から収集した令和3年度フレイルチェックデータを集計し「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。

栄養 **わずかに悪化**
マスク生活における会話の減少や会食機会の減によるものと考えられる。

運動 **改善傾向**
特にリピーターの青シール割合が高く、運動習慣の啓発につながっている。

社会参加 **改善傾向**
ウィズコロナにおける、閉じこもり予防を意識した活動が影響している。

令和4年度フレイルチェック始動！

全市町併せて、約100回、参加者1,000人以上のフレイルチェックを予定！
今年度から、**個人ごとのデータ解析を実現するために個人IDに市町コードと生年月日を組み合わせた数字を使うように要領を変更**

イベント 情報

▶4月6日
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!!
30名以上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）



簡易チェック
やパタカ

握力や筋肉量
など測定



参加者の声



フレイルという言葉を知った。買い物ついでにこのような機会があるのはすごく良い!

特集

ふくいフレイルコミッティーを開催しました

各市町フレイルサポーター同士の情報交換の場として、6月9日（木）に『第1回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120名以上！東京大学IOGの飯島勝矢教授らもオンラインで参加してくださいました！

鯖江市・若狭町の事例発表

フレイルサポーターが自分たちの取り組みを発表！商業施設でのフレイルチェックや地域住民を巻き込んだ独自の方法の事例を聞いて、参加者からは盛大な拍手が送られました。



👥 グループトーク

「わたしが考えるフレイル予防」をテーマに6つのグループに分かれて意見交換会を実施

- ・とにかくサポーターが楽しむ！
- ・フレイル予防の周知をもっとしたい
- ・スキルアップ、勉強会をしたらどうだろう？
- ・商業施設、老人クラブ等を巻き込もう

など、サポーターの意識を確認しました。



東京大学IOG 機構長

飯島 勝矢 教授

サポーターの発表を聞いて、ほのぼのの温かい気持ちになった。鯖江市や若狭町には行けていないが、スライドの写真をみる以前に、発表していただいたサポーターの話し方、雰囲気でもよく分かった。本当に東大と同じ気持ちでやっていること、手探りだが楽しんでやっているという事が伝わった。本当に嬉しく思う。

サポーターには我々専門職には出せない、地域住民を動かす大きな力がある。今後その力を十分に生かせるように頑張ってください。



東京大学IOG 学術専門職員

神谷 哲郎 氏

今回のコミッティーに参加して、これがサポーターの本来あるべき姿なのだろうなと思った。

フレイル予防も含め、持続する社会を作っていくためには、商業施設の協力や住民主体で枠に捕らわれないことが大事。「老人クラブ」や「女将の会」などといった地域の集まりなど、いろんなところと協力してフレイル予防の取り組みを広げて行ってほしい。

将来的にはアプリなど情報システムも重要になってくる。民間企業と行政とサポーターが一緒になって作り上げていくことが大切だと思う。

音声トラブルなど拙い運営ではございましたが、

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

※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。

