

健康づくり課における高齢者のフレイル予防事業

令和3年6月9日開催 健康福祉委員会資料
船橋市保健所 健康づくり課

No.	事業名	内容	対象者	実施場所	実施頻度等 (元年度)	実施頻度等 (2年度)
1	ふなばしシルバーリハビリ体操教室 〔上段：市主催教室 下段：指導士主催教室〕	日常生活に必要な動作を維持するための、健康づくりと介護予防を目指した体操。市職員及び体操指導士により教室を開催。 令和2年度においては、体操の動画を市ホームページに掲載するとともに、市広報に特集記事を掲載。	原則65歳以上の市民	全公民館及び三山市民センター	各会場1カ月に1回 (2月末以降中止)	各会場2カ月に1回程度 (4月～8月末中止、 12月末～3月末中止)
			原則65歳以上の市民	自治会館等	各教室による(月1～4回)	6月より各教室の判断で再開
2	介護予防教室	介護予防に資する基本的な知識を普及啓発し、要介護状態となることを予防するための教室。転倒予防や口腔機能向上、認知症予防などの教室を開催。	原則65歳以上の市民	スポーツクラブ等	実施期間：6月～3月 (2月末以降中止)	実施期間：9月～12月中旬 (4月～8月末中止、 12月末～3月末中止)
3	船橋市健康スケール	調査票を送付し、回答から元気度や3年後の要支援・要介護になるリスクをお知らせし、市民の健康への意識向上につなげる。	65, 70, 73歳及び 75歳以上の市民	自宅	年1回	年1回(4月～11月)
4	足腰の衰えチェック	健康スケールの回答者のうち足腰の衰えが認められた者に利用券を送付。整骨院等でロコモ度テストをし、リハビリ専門職等のアドバイスを受ける。16地区をモデル事業として設定し実施。	65, 70, 73歳以上の 奇数年齢の市民	整骨院、介護保険指定 事業所等	年1回	年1回(7月～3月)
5	足腰の衰え予防教室	主に足腰の衰えチェックのモデル地区以外の場所等で足腰の衰えチェックと同様の内容を行う。	原則65歳以上の市民	公民館	各会場年1回	各会場年1回
6	低栄養予防事業	後期高齢者健康診査を受けた者のうち、基準に該当する者に対し介護予防を視野に入れた保健指導を行う。(高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施)	75歳以上の健診受診者のうち、BMI18.5未満かつ血清アルブミン3.8g/dl未満の者	自宅等	(R2年度から事業開始)	6月より開始し、毎月実施 (4～5月中止)
7	リハビリ職等派遣支援事業	主に市民団体からの依頼により、市内病院等のリハビリ専門職を派遣して介護予防に関する講話や運動を行う。	原則65歳以上かつ市民5人以上の市民団体及び事業所	—	4月より募集開始	6月より募集開始 (4～5月中止)
8	市民ヘルスマーケティング	健康に関する地域の現状と課題等を市民と整理し、楽しみながら健康づくり及び介護予防に取り組む。 (市主催のふなばしシルバーリハビリ体操教室と同日に実施)	原則65歳以上の市民	全公民館	各会場年2回	中止
9	アクティブシニア手帳 (介護予防手帳)の配布	介護予防及び健康づくりに関する内容を分かりやすくまとめた冊子を配布。令和2年度においては、健康スケールの未返送者やふなばしシルバーリハビリ体操指導士主催教室の参加者宅に配布。	原則65歳以上の市民	地域包括支援センター等	—	—