

## 総合事業における新たな事業の検討について

### 1. 趣旨

フレイルとは、病気ではないが、年齢とともに筋力や心身の活力が低下し、介護が必要な状態に移行しやすい状態であるが、適切な食事と運動、積極的な社会参加を心がければ、再び健康な状態に戻る可能性がある。健康寿命の延伸に資するうえでも、フレイルを早期に発見し改善に取り組むこと、また、フレイルになる前から予防に努めることが重要である。

このため、本市では、第 7 期介護保険事業計画（案）の重点目標として「フレイル対策を含めた介護予防の推進」を掲げ、新たな取組として、フレイル予防や改善を目的とした事業を検討する。

### 2. 新たな事業の概要

第 3 回総合事業サービスワーキンググループでいただいたご意見も踏まえ、下記事業の創設を検討する。

（主なご意見）

- ・フィットネスクラブを活用している市町村もある。
- ・自分の好きなこと、楽しいことは続く。男性は、縛られたり、強制されたりというのは嫌な方が多い。団塊の世代の男性が通える場所が、これからは優先度が高いと思う。

#### （1）フレイル改善のための通所型サービス

自ら通うことができる要支援者等の方を対象に、週 1 回程度、運動・栄養等のプログラムを行い、フレイルからの改善や機能回復を目指すサービスを実施する（原則送迎なし）。

利用者の日常生活に合わせた具体的な指導を通し、活動的な生活を送ってもらうよう支援する。

#### （2）フレイル予防のための一般介護予防事業

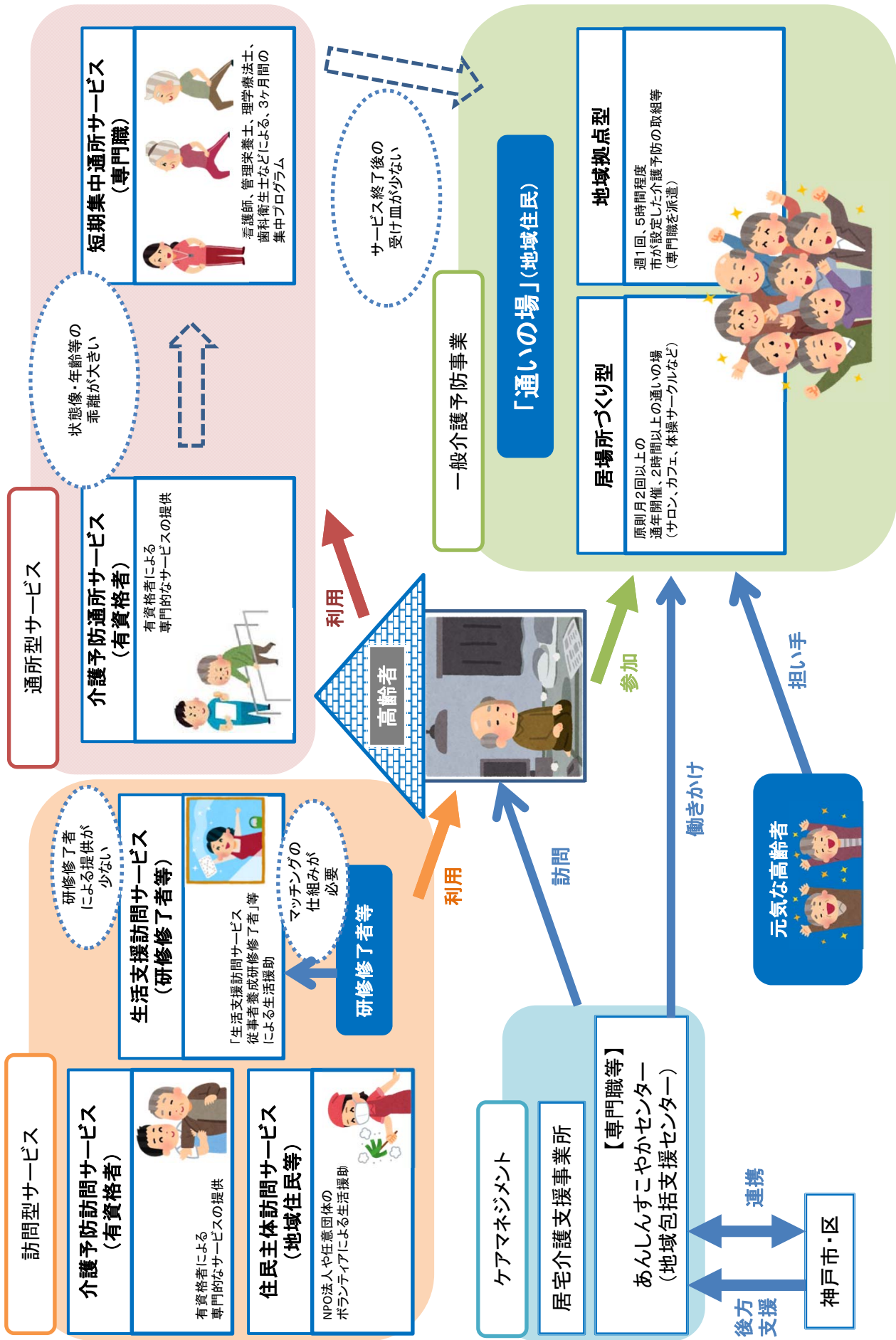
65 歳以上の方を対象に、月 1 回程度、体力測定や運動・栄養等の指導を行うことで、フレイルに気づき、生活習慣を見直すきっかけとしてもらう（イベント型）。

また、体操などの活動をされているグループに対して、講師を派遣し、体操の方法等を指導し、地域での自主活動が継続できるよう支援する（出張型）。

### 3. 実施時期

平成 30 年度後半

# 神戸市の総合事業の全体像



# フレイル対策のための新たな事業のイメージ

