

**第 2 回**  
**健康寿命延伸のための「介護予防」専門部会**

- 1 日 時 平成 30 年 1 月 5 日(金)13 : 30～15 : 30
- 2 場 所 神戸市役所 4 号館 (危機管理センター) 1 階会議室
- 3 次 第
  - (1) 開 会
  - (2) 議 事
    1. フレイル対策についての実践について  
アドバイザー 飯島勝矢教授より

**【検討事項】**

2. 介護予防の啓発について

①広報こうべ 3 月号

②いきいきシニアライフフェア

③パンフレットについて

- (3) 閉 会

## 健康寿命延伸のための「介護予防」専門部会

### 委員名簿

座長	近藤 克則	千葉大学 予防医学センター教授
	肱黒 泰志	神戸市医師会
	豊後 孝敏	神戸市歯科医師会 理事
	安田 理恵子	神戸市薬剤師会 常務理事
	松本 多津子	兵庫県看護協会
	鶴本 和香	神戸市ケアマネジャー連絡会 (あんしんすこやかセンター)
	榊 由美子	兵庫県栄養士会 会長
	上原 弘美	兵庫県歯科衛生士会 会長
	山本 克己	神戸市リハ職種地域支援協議会 代表幹事
アドバイザー	飯島 勝矢	東京大学 高齢社会総合研究機構 教授

計 10 名

## 平成 29 年度 「いきいきシニアライフフェア」 (介護予防普及啓発イベント) の開催について

神戸市では、平成 26 年より年 1 回介護予防普及啓発のため、イベントを開催している。

### (1) 目的

高齢者が、できる限り住み慣れた地域で自立して暮らすことができるよう、高齢者を中心とした幅広い世代の市民に「介護予防（高齢期における健康づくり）の重要性」を学んでもらう。また、メリハリのある暮らしをするうえで、介護予防の取組みが身近なものであることを感じてもらうとともに、自分事として捉えてもらい、地域の中で自発的な取組みを行うことができるような動機づけのためのイベントとする。

### (2) 概要

ア 開催日時 平成 30 年 3 月 24 日（土）10：00～15：30  
イ 会場 デュオドーム（神戸市中央区相生町 3 丁目 2-1  
デュオこうべ内 神戸駅すぐ）

### ウ ターゲット及び期待される効果

介護予防は、元気な状態からの早期の取組みが効果的であることから、60～70 代の高齢者の方をコアターゲットとする。また、幅広い世代の市民に、体操などの身体に直接働きかける取組みだけではなく、「外出する」「会話をする」「会食をする」などの日常的に行っている行動も介護予防につながることを啓発する。これにより、介護予防は身近なことから始めることができると知ることで、高齢期における健康づくりのきっかけとすることが期待できる。

### (3) イベントの内容

- ①ステージ
- ②企業ブースなど
- ③神戸市の取組みを PR するブースを設ける。

内容（予定）

- ・あんしんすこやかセンター（地域包括支援センター）による出張相談所
- ・市の PR（認知症に関することなど）
- ・フレイルチェック

※①②に関しては、公募型プロポーザルにて選定された、受託事業者にて企画

平成 30 年 1 月 5 日

[ 第 2 回 ]

地域包括ケア推進部会（介護予防専門部会） ― 議事要旨

概要 | 日時：平成 30 年 1 月 5 日（金）13：30 ～15：30  
場所：神戸市役所 4 号館（危機管理センター）1 階 会議室  
資料：当日資料（添付のとおり）

I 開会

II 1 前回議論振り返り

2 フレイル対策の実践について

アドバイザーである、東京大学高齢社会総合研究機構 飯島 勝矢教授より、フレイルの概念や他都市でのフレイル対策の取り組みについて講話。

市民フレイルサポーター（男性が約 3 割）を養成し、フレイルチェックを実施。サポーター自身の役割・生きがいつくりの創出や、フレイルチェックを受けた市民へサポーター自身の経験談や成功事例を伝えることで、市民が共感し、気付きを促すことを重視している。

III 議題

1 広報こうべ 3 月号

- ・身近な事例を用いた方が分かり易いのではないか
- ・ある程度、介護保険についての知識がなくても分かるような表現を

2 いきいきシニアライフフェア

- ・認知症に関することも普及啓発してもらいたい

3 フレイルに配布するパンフレット

- ・低栄養の BMI 基準値について現在 18.5 を活用しているが、20.0 が妥当ではないか。⇒今後神戸市で啓発パンフレットを作成する際の基準を統一する。
- ・口腔機能向上、は口腔体操だけでなく、「かかりつけ歯科医」に定期的にかかりましょう。』といった内容を強調すべき。「目安として『半年に 1 回程度』』という表現が適切かと思う。
- ・運動等を掲載するにあたっては、回数の表記をしてはどうか。

IV 閉会

皆様のご意見を元に、介護予防普及啓発に努めていく。

次回の開催は、来年度