

○健康寿命延伸のための「介護予防」ワーキンググループ

1 概要

- ・介護予防の取り組みが効果的に実践できているかを多角的に評価するため、2023 年度にワーキンググループを立ち上げた
- ・ワーキングにおいて、各委員の専門的見地による具体的な検討を行い、地域の特性に応じた取り組みの実践に反映し、市民にフィードバックする

2 ワーキンググループ委員

別紙 1

3 2025 年度 実施報告

(1) 開催日時

2026 年 2 月 5 日

(2) 内容

1) 70 歳フレイルチェック事業の報告

【概要】

[目的] フレイルを早期に発見し、改善につなげ、健康寿命の延伸を図る

[対象者] 当年度 70 歳の誕生日を迎える市民（2025 年度の対象 約 17,000 人）

[案内方法] 2025 年 7 月に個別通知

[受検場所] 市内の登録薬局（約 400 箇所）及び集団健診会場（約 50 箇所）

[内容] 対象者は個別通知に同封された質問票に記載し登録薬局や会場に持参し、その内容を確認の上、当日に測定を実施。その結果一定の項目に該当した方に保健指導とあんしんすこやかセンターを紹介している。

[実績（2025 年年 7 月～12 月末時点）]

・受検者：1,336 人（目標：3400 人）、受検率：7.9%（20.0%）

・保健指導対象者（あんしんすこやかセンターへ紹介した方）：289 人（受検者の 21.6%）

[受検率向上に向けた取り組み]

・広報紙 KOBE 記事、折込チラシ、広告、神戸新聞への掲載、区支所サイネージなどで広報。

[その他の取り組み]

・70 歳以外の方にもフレイルチェックの機会を提供するために、「介護予防・フレイル予防応援サイト」内に「KOBE セルフフレイルチェックコンテンツ」を新しく構築し、2025 年 8 月に公開。

2) KOBE アクティブシニア目標シート活用状況の報告

・シニアのセルフマネジメント力向上のための取り組みとして「KOBE アクティブシニア目標シート」を作成し、2025 年 4 月より活用をスタートさせた。

・介護予防や生活の工夫のために必要な資源と情報を、高齢者自らが収集・選択し、活動する「セルフマネジメント」を地域で定着していくことを目指す。

・本シートの用途は、①セルフマネジメントの地域への啓発、②フレイル改善通所サービスのケアマネジメント。

3) フレイル改善通所サービス利用推進に向けての検討

【概要】

・本事業は、「通所型サービス・活動C」に位置づく、短期集中で取り組むサービスである。

[対象者] 要支援1・2、事業対象者 ※MC I と診断された方を含む（医療機関と連携）

[内 容] 利用者各自が目標を持って取り組むこととし、「元の生活を取り戻す支援」「自信を取り戻す支援」を行う。

[利用期間] 2024 年度からは原則 6 か月間（2023 年度までは最長 12 ヶ月）

- ・神戸市が行う総合事業のサービスの中で、通所型サービスCに位置づく、短期集中で取り組むサービスである。2018 年 10 月より開始。2024 年 10 月より実施会場を 11 会場から 34 会場に拡大。
- ・サービスを提供している事業者は 9 社（フィットネス事業者 7 社、デイサービス事業者 2 社）。
- ・本サービスは、フレイル対策の 3 つの柱である「栄養（食・口腔機能）」「運動」「社会参加」をバランスよく取り入れた週 1 回／90 分のプログラムで、通所サービスの第 1 選択としている。

[実績（2025 年 12 月末時点）]

- ・実利用者数：582 人（2024 年度：404 人）
- ・利用者数のうちの新規利用者数：372 人
- ・約 75%が事業対象者

【積極的な利用に向けた取り組み】

[委員からの意見]

- ・非常に良い事業だと思うので、広報紙 KOBE だけでなく、YouTube や LINE 等の SNS を活用して啓発してはどうか。
- ・本事業はとても人気が高く、待機者がでている会場もあると聞いている。あんしんすこやかセンター圏域に 1 箇所あるわけではなく、区で数箇所かという状況なので、圏域内に会場がない地域の方は、利用がしにくい面がある。行きたいけれども身近な会場がなく利用できない方もいれば、人気が高くて利用ができない方もいる現状がある。幅広く参加ができるような体制づくりの検討をしてはどうか。

健康寿命延伸のための「介護予防」ワーキンググループ

委員名簿

座長	近藤 克則	千葉大学 予防医学センター 特任教授
	大串 幹	兵庫県立リハビリテーション中央病院 院長
	山田 紀子	神戸市医師会
	前田 多津子	神戸市歯科医師会 副会長
	宮内 智也	神戸市薬剤師会 副会長
	松下 清美	兵庫県看護協会 専務理事
	加藤 慶子	神戸地域包括支援センター会 (あんしんすこやかセンター)
	河内 清美	兵庫県栄養士会 常務理事
	栗原 知子	兵庫県歯科衛生士会 副会長
	山本 克己	神戸市リハ職種地域支援協議会 代表幹事