

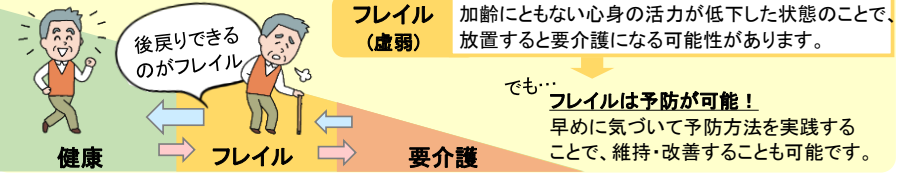


フレイル予防で元気アップ!

フレイル予防に関する新たな取り組みについて

人生100年時代 シニア世代の健康課題

病気だけでなく、心身の加齢変化へ注意を向け、フレイルを予防することが大切です。



「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業」でフレイル予防を一層推進します

▶ 令和4年度のモデル事業での検討等を踏まえ、区内全域で本格実施します

予算額: 24,661千円

ハイリスクアプローチ

1 健康上の課題が多いハイリスクな方への個別フォロー

データを活用し、要介護に移行しやすいハイリスク者を早期に把握します

KDB(国保データベース)システムを活用

後期高齢者の
健診・医療・介護情報

▶ 関係機関からの紹介や通いの場で実施するチェックリストからも把握

訪問指導等による
個別支援を行います

個々の状態に応じた支援プログラムを作成し、改善を目指します

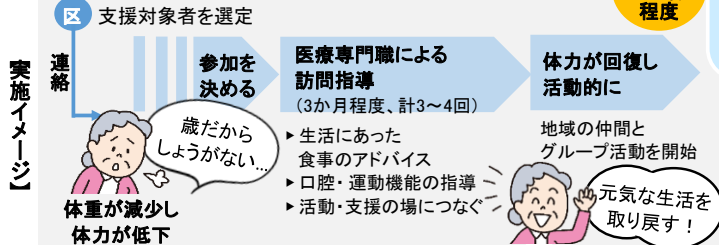


お一人おひとりの生活にあわせたアドバイス

新宿区ではシニア世代の約4人に1人が低栄養傾向で、栄養に課題がある人が多い

低栄養の改善を中心とした「訪問型個別支援プログラム」を実施します

年間100名程度



ハイリスクな方にも

新たに

医療専門職チームを設置し
フレイル予防を
総合的に支援します



多職種で高齢期の心身の多様な課題に対応します
専門的・重点的にサポート

高齢者総合相談センターや医療機関など関係機関と連携しながら、様々な関連事業と一体的に実施していきます!

健康な方にも

ポピュレーションアプローチ

2 健康な方に地域の様々な場でフレイル予防を普及啓発

住民主体の活動の場に積極的にアプローチ
専門職が通いの場などに出向きます

年間50グループ程度

講話で 知る

フレイル
チェックリストで 気づく

必要に応じて個別相談も



効果的なフレイル予防を
出前講座で学べます!

フレイル予防のコツが詰まった区オリジナルツールで学べます



リーフレット

講話テキスト

監修 新宿区高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施検討会