

# ポピュレーションアプローチ

## フレイル予防機能強化型センターによるサロン訪問

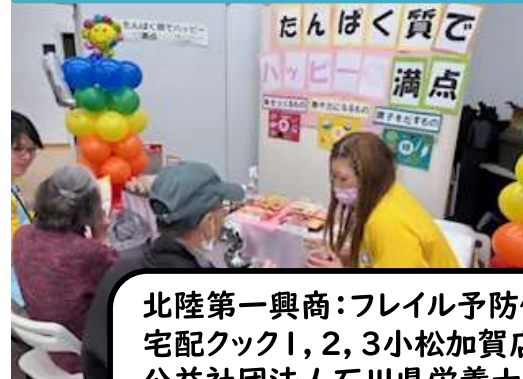
フレイル予防講話、フレイルチェック、世話役との意見交換

R4年度～開始  
R6 91サロン  
(延べ126サロン) 実施  
(今年度予定も含む)  
参考: 市内210サロン

閉じこもりやそれに伴う身体機能の低下、人との交流の減少によるフレイル・要介護状態への悪化や世話人の高齢化、参加人数減少への対応を図る

## はつらつ健幸推進大会

(こまついきいき応援団等によるフレイル予防普及啓発ブース)



イベントへの協力依頼を声掛けし、計4団体参加

北陸第一興商: フレイル予防体操  
宅配クック1, 2, 3小松加賀店: たんぱく質でハッピー♡満点  
公益社団法人石川県栄養士会: 食べて元気にフレイル予防  
カーブス: 血管年齢測定  
フレイル予防センター: フレイルチェック、小松市: VR体験

## フレイル測定会

フレイルチェック、  
体力チェック(生活習慣問診、筋力、バランス、体組成、  
口腔機能等)、ミニ講座

これまで関わりのなかった人(地域のサロン参加者以外)や比較的若い世代(前期高齢者)の参加があった(広報や市内関係施設でのチラシ設置により周知)

## フレイルに関する健康講座(介護予防講座)



地域のサロンで運動・栄養・口腔などのフレイル予防に関する健康講座を開催。  
講師は、専門職・こまついきいき応援団(企業・団体)

市消防: 予防救急・住宅防火、カーブスジャパン: 運動講座  
大塚製薬(株): 熱中症予防、中北薬品(株): 感染症対策・栄養・薬  
法務局: 相続登記・遺言書保管制度、県栄養士会: 栄養講座  
県歯科衛生士会: 歯科保健、明治安田生命: 健康・相続・防災講座  
ソフトバンク: スマホ教室、ダイナミック: フレイル予防体操  
市内医療機関: 疾患・薬について、第一興商: フレイル予防講座  
宅配クック1.2.3: 健康・栄養講話 その他: 介護保険制度、eスポーツ

広域様式 小松市における「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施に関する主要計画一覧」(一部抜粋)

	小松市の上位計画	※健康増進事業実施者として立案する計画(健康保険法、国民健康保険法、介護保険法、労働安全衛生法、市町村(母子保健法・介護保険法)、学校保健法)						
	小松市都市デザイン (H27.10策定、R2.9改訂) NEXT10年ビジョン (2015～2025) 第2期こまつ創生戦略 (2020～2024)	第3期こまつ地域福祉計画 (2021～2025)	小松市健康づくり計画 すこやかこまつ21(第3次) (健康日本21・健康増進計画) (2024～2035)	第8期こまつ障がい者プラン (2024～2026)	第4期保健事業実施計画 (特定健康診査等実施計画) (2024～2029)	第3期保健事業実施計画 (データヘルス計画) (2024～2029)	いきいきシニアこまつ推進プラン (第9期小松市高齢者保健福祉計画・ 介護保険事業計画～こまつ地域包括ケア 推進プラン～) (2024～2026)	小松市子ども・子育て支援事業計 (2020～2024)
根拠法等	地方自治法2011改正 市町村基本構想の策 定義務廃止 H26.11月制定 まち・ひと・しごと創生法第 10条 H26.12月閣議決定 まち・ひと・しごと総合 戦略市町村基本構想	社会福祉法第107条	健康増進法 第8条、第9条 第6条 健康増進事業実施者※	障害者基本法第11条第3項 (障がい者計画) 障害者総合支援法第88条第1項及び児童福祉 法第33条の20第1項 (障がい福祉計画、障が い児福祉計画)	高齢者の医療の確保に関する法律 第19条	国民健康保険法 第82条	老人福祉計画：老人福祉法第20条の8 介護保険事業計画：介護保険法第116～118 条 介護法第117条の6で一律に定めよう規定	次世代育成支援対策推進法第8条 子ども・子育て支援法第65号
基本的方針・位置づけ等	●小松市都市デザイン 北陸の等立ったまち「国等都市こまつ」 に向かって、目標人口を含む新たなまちづ くりの方向性を示す指針。  ●NEXT10年ビジョン 2025年の都市デザインの實現に向けた具体 的イメージと主要な代替特性を設定したも の。 北陸の等立ったまち「国等都市こまつ」を 目指して、 ・おもしろい (チャレンジしつづける) ・こころよい (新たなライフスタイルを 楽しむ) ・たくましい (進化する 科学技術が躍 動する) ・はつたつ (定率と成長しつづける) の視点と都市像を描いている。  ●第2期こまつ創生戦略 人口減少の克服と人口減少社会の課題に先 取りして対応する行動計画。	地域福祉を推進する観点から、高齢者、障 がい者、児童等の分野別計画の整合性及び 連携を図り、これらの分野別計画を含むた 総合的な計画。  【基本理念】 「みんなの笑顔いっぱいのもちこまつ」	【基本理念】 「みんなが健康で 長生きのまち こま つ」  主眼目標 市民全体の健康寿命の延伸  基本方針 (4つの取り組み方針) 1. 健康づくりのすすめと実践 ①栄養・食育、②身体活動・運動 ③休養・保養、こころの健康 ④たばこ、⑤アルコール ⑥歯・口腔の健康 2. 生活習慣病の発症予防と重症化予防の 徹底 ①循環器疾患、②糖尿病、③がん 3. エイフォースアプローチを踏まえた健 康づくりの推進 ④こどもの健康、⑤働く世代の健康 ⑥高齢者の健康、⑦レゾナントシニア ⑧女性の健康	【基本理念】 すべての人が安心して暮らせる共生のま ちへ  基本方針 ・安心・安全な暮らしを守る ・共生社会の實現 ・自立に向けた支援体制の整備	*平成20年度から始まった特定健診・特定 保健指導の實施と、メタボリックシンドロ ーム該当者及び予備群の減少を目指し、国 健康保険者の健康寿命の延伸と生活の質の 維持及び向上、そして中長期的な医療費の 適正化を図るために、国が示す特定健診等 基本方針に即して、特定健診・特定保健指 導を効果的、効率的に實施する体制等につ いて定めるもの。  *第3期計画以降は、「保健事業實施計画 (データヘルス計画)」と計画期間が一致 することから、当該保健事業實施計画を一 併的に限定している。  *特定健診は、糖尿病等の生活習慣病等の 発症や重症化を予防することも目的とし て、メタボリックシンドロームに着目し、 生活習慣を改善するための特定保健指導を 必要とする者に対して実施するものに行 う。	*「国民健康保険法に基づく保健事業の 實施に関する指針」により、特定健診等の 結果、レセプトデータ等の健康・医療情報 を活用して、PDCAサイクルに沿った効果 的かつ効率的な保健事業の實施を図るた めの計画。  大目標 (2025年に目指す姿) 「どのような状況になっても、地域で支 え合い、住み慣れた地域で、できる限り 自立しながら安心して暮らし続けること ができる」  4つのS (セルフケア、アビビス、サポー ター、セーフティー) の枠組みで課題を 整理し、それぞれ中目標を設定。  セルフケア 要介護にならないよう、介護予防に取 組むとともに、支援が必要な時は、必要 な支援を受け、自立した生活を継続でき ている  アビビス 状態に応じた支援が地域や専門職の力 により提供され、安心して生活ができ ている  サポーター 高齢化する社会に対応しながら、安心 した生活を支える担い手として活躍でき る地域の人材 (専門職・住民) が充足し ている  セーフティネット 当市や、家族・地域が安心した生活を 続けることができる	【基本理念】 子どもが自らの可能性を伸ばし、たくま しく生きる力を育むための子育ての原 点となる家庭を社会全体で応援するま ち「こまつ」	

広域様式 小松市の関連事業・既存事業

区分	事業名	事業主旨及び概要など(開催回数・日時・場所・費用他)	一体的実施事業やその主旨との協働連携の可能性	
				担当及び関係課名
高齢者の保健事業	健康診査	個別健診(6月～10月 市内医療機関(一部市外も含む)) 個人負担500円) 集団健診(10月～12月 計11回 すこやかセンター等 個人負担300円)	○介護予防観点の付加 中高年齢層及び前期高齢者への取組の継続	いきいき健康課
	一体的実施の保健事業	地域健康課題の把握とハリスアプローチとホビュレーションに取組。 ハリス：糖尿病等生活習慣病重症化予防(保健師・管理栄養士)、健康状態不明者の把握 フレイルハリス：者の把握(医療機関からの紹介、健診後のフレイルハリス訪問) ホビュレーション：通いの場等における健康教育・健康相談		いきいき健康課 長寿介護課
	健康相談(健診事後含む)	個別の健康相談(来所・訪問) 健診結果や高齢者質問票等により、生活習慣病の重症化予防や介護予防に繋げる		いきいき健康課