

令和7年度
第2回 松本市フレイル予防推進協議会 議事録概要

開催日時	令和8年1月26日(月)19時00分～20時45分
開催場所	松本市役所 大会議室（本庁舎別棟3階）
出席委員（敬称略）	会長 小林 正典（松本市医師会 会長） 副会長 堀内 博志（信州大学医学部附属病院 リハビリテーション科 教授） 久保田 充（松本市医師会 副会長） 平林 正裕（松本市歯科医師会 オーラルフレイル対策委員会委員長） 横川 吉晴（信州大学医学部保健学科 准教授） 飯澤 裕美（長野県栄養士会 中信支部長） 清水 政幸（市立病院 整形外科科長） 長澤 祐哉（市立病院 主任理学療法士）
欠席委員（敬称略）	本保 武俊（松本薬剤師会 副会長）
事務局	松本市保健所 保健所長 健康づくり課職員 保険課職員 高齢福祉課職員

1 開会（司会 健康づくり課 横内課長）

本日はお忙しい中ご出席いただきありがとうございます。ただいまから令和7年度第2回松本市フレイル予防推進協議会を開会します。松本市医師会の役員改選に伴い、本協議会の委員交代がありました。花岡前会長から小林会長への委員及び会長への交代につきましては、10月8日付の書面決議において、委員の皆様からのご承諾をいただいております。任期は残任期間の、令和8年8月31日までです。小林会長、どうぞよろしく願いいたします。それでは、小林会長からご挨拶をいただき、会議の進行もあわせてお願いいたします。

2 小林会長あいさつ

皆様、寒くなり、またお忙しいところご参集いただきましてありがとうございます。今ご紹介いただきました、令和7年6月に花岡前会長から会長職を引き継ぎ医師会会長になった関係で、フレイル予防推進協議会の委員も務めさせていただきますことになりました小林です。よろしく願いいたします。医師会

から久保田副会長が委員として出席しておりますが、医師会会長就任に伴い、私も委員を務めさせていただきます。私は市内で内科医院を開業しており、後ほど協議される後期高齢者健診フレイルチェックにも今年度から携わっており、その経験も踏まえて関わらせていただければと思います。皆様のご協力を賜りながら、円滑に会議運営に努めてまいります。

3 協議事項

(1) 後期高齢者健診フレイルチェックについて

(説明 健康づくり課 忠地係長)

<質疑・意見等>

委員：来年度7月から9月まで、111か所の医療機関で、後期高齢者健診及びフレイルチェックが実施される。フレイルサポートスタッフ研修受講機関には基本的に保健指導を実施いただき、未受講機関にはフレイル啓発パンフレット配布のご協力をお願いしたいとのことですが、あらかじめ医師会内で周知しておかなければなりません。この研修を受けた方には実施していただき、それ以外の医療機関においては可能な限り実施する方向とするということですが、実施可否は各医療機関の判断でよろしいでしょうか。また、医師会への通知に際し、市の進め方の方針をご教示ください。

事務局：後ほど報告事項の中で、研修会についてご説明をさせていただきますが、研修案内には、委託料支払いについて明記し、多数の参加を呼びかけます。健康づくり課としては、後期高齢者健診によるフレイル該当者への保健指導に格差が生じないように、できるだけ多くの医療機関に実施していただけるように説明したいと思います。かかりつけ医への定期受診の際に、フレイル状態も気にかけていただける体制にもつながりますので、フレイルに関する保健指導を実施できる医療機関を増やしていきたいと考えております。

委員：承知しました。案内にはインセンティブについて明記をお願いします。また、研修開始から3年が経過したことを踏まえ、健診未実施の整形外科医院等においても、簡易フレイルインデックス等を活用したフレイルチェックの実施をご検討いただきたい。

事務局：我々も後期高齢者健診以外でのフレイルチェックは進めていきたいと考えていますが、対象者が重複してしまう可能性があり、どのように対応すべきか検討しなければなりません。例えば、整形外科の先生でフレイルサポートスタッフ研修を受講された先生で、健診を実施していない医療機関については、健診の時期からずらし、健診を受けていない方を対象に

する等、検討していかなければなりません。また制度設計ができていません。先生方にもフレイル対策に関してご協力をいただきたいと考えています。

委員：委託料は1件あたりいくらでしょうか。

事務局：2,500円をお支払いしています。

委員：令和6年度はボランティアだったことからすると、インセンティブがついたことは、市役所のやる気が感じられます。3月の研修会は、多くの方にその研修会に参加していただくよう、医師会でも検討したいと思いません。

委員：この保健指導をしたときには、委託料以外に別途診療報酬は発生するのでしょうか。栄養士会でも以前にフレイルサポートスタッフ研修を受けた方がいましたが、研修を受講することで、保健指導に携わる、例えば診療所に訪問して栄養指導を実施するような方法は考えられますか。案内を送る際に、一緒に通知できればと思いますが、何か考えていることがあれば教えてください。

事務局：健診結果から、フレイル該当者を把握して保健指導を実施する取組ですので、診療報酬は発生しません。委託料に関しては、松本市独自に設定しております。医療機関によっては、保健指導を先生が実施して下さる場合もあれば、医療機関所属の管理栄養士が栄養指導を行う場合もあります。その場合もこの2,500円に含まれます。

委員：資料1ページにあるように今年度はフレイル該当者が19%いますが、来年度さらに拡充していくことになるのとどのくらいの人数になるのか。前提として、後期高齢者健診を受ける方はどの程度いるのか教えてください。

事務局：松本市では後期高齢者健診を受けている方が毎年約1万5000人おり、対象者の約43%が受けていることとなります。全健診実施機関に拡充できれば約3,000人になると見込んでいます。

委員：自治体が後期高齢者健診の保健指導に委託料を出しているのは、日本では松本市が初めてですか。

事務局：我々が計画して考えている途中で、大阪府豊中市が似たような取組をしていることがわかりました。どのような仕組みで行っているかは過去に情報共有させていただいた経過があります。

委員：3,000人規模のデータですので、分析し今後に活かしていくことが重要です。大学としてご協力させていただきます。

事務局：1万5000人の健診データという貴重な情報ですので、分析やご助言等、ご協力をお願いいたします。

委員：来年度から後期高齢者健診を受けられた全例に対してスクリーニングすることはわかりました。医師会の先生に伺いたいと思いますが、この保健指導は限られた時間の中で行うものなので煩雑になってしまう懸念があり、先生方の診療で現実的に可能かというところですか。整形外科医はおそらく、このフローには乗れないと思います。健診なので私の認識からすると、結果だけ送付する、また診療報酬は発生しないので、まさにボランティアに近い形で行われているのではないかと思います。保健指導からフレイル情報提供書の返送まで行くと、ようやく1件2,500円支払われる仕組みですが、これがどれだけ有効でしょうか。加えて、今年度の結果を見ると、紹介があってもほとんどの方でフレイル外来に繋がらない。患者さんも行きたがらないとすると、何か対策をされるのかについて伺いと思います。

事務局：昨年度の保健指導実施者187名のうち、今年度健診受診者は122名、うちフレイル該当者（5項目3点以上）は60名で、約50%が改善していました。かかりつけ医が日々定期受診をしている中でフレイルの話をしてくださったり、経過を追ってくださったりと、生活指導とフォローアップの効果ではないかと考えています。まだ詳細な分析ができていないのでこれ以上のところはお伝えできません。

委員：そうすると取り組んでいる意味はありそうですね。健診を担当している先生方のご負担があると思いますが、いかがでしょうか。

委員：後期高齢者健診の結果については直接説明しています。その流れで行うフレイルの保健指導は、個人的にはそれほど大変ではなかったというのが感想です。その中で、確かにフレイル外来につなぐ形にできるかと問われると、1人の方のみ藤森病院へ紹介して、継続的にアプローチされたようで、また来年フォローアップしますというお返事をいただいた方もいますが、病院につなぐことはフレイルに限らず、他疾患、例えば糖尿病性腎症等をつなごうとしても、「いや先生のところでみてもらっているからいいよ」という反応を示される方はいらっしゃいます。フレイルの保健指導を実施すること自体は慣れていけば可能かと思います。

委員：私も後期高齢者健診を受けていますが、外科なので健診者数は少ないです。ただ、200件近くと多く受けている先生もいらっしゃいまして、その先生は大変だとおっしゃっていました。先ほどご指摘であったように、対応方針の中のフレイル外来の紹介が少ないことについて、本来だったらフレイル外来へ行って評価・介入してもらう方が適している方もいますが、患者さんが行くことに対して消極的なことも影響しています。後期高齢者なので、歩いて行けるような医療機関に行く方が多いと思います。

実際に疾患の症状とは異なり、ご本人も自覚しづらい状況があり、ご本人が希望せず、行く方が少ないということだと思います。

委員：対応方針については自院での生活指導が大部分を占めている現状を踏まえると、フレイル外来への紹介の優先順位は高くないと思います。現在の対応方針では並列に記載されていますが、自院での生活指導に関して手厚く考えられた方がよろしいのではないのでしょうか。

事務局：今後検討したいと思います。本日配布しております「後期高齢者の質問票対応マニュアル」、こちらでも有効に使っていただき、診療の現場でよりスムーズにできるような体制をこちらでも検討してまいります。この後報告します研修会でもこのマニュアルについてはご説明をさせていただきますと思います。

委員：フレイル外来から意見はありますか。

委員：フレイル外来に紹介いただくことは、病院としてもありがたいことですし、増えるといいと思っておりますが、数に主眼を置く必要はないと思っています。フレイル対策については、フレイル外来に来ていただくことが目的ではなく、かかりつけ医の先生方にもフレイルに関する知識をお持ちいただいて、多くの人をフォローアップできる体制が構築されることが望ましいと思います。自院での生活指導について、フレイル外来では、包括的な評価、運動指導、栄養指導も行っていますが、かかりつけ医の先生のところではどのような介入を行っているかお聞きしたいと思います。

委員：指導というほど立派なことをしているわけではないと思いますが、後期高齢者健診の結果に付け加えて、フレイルに関する指導もあわせて行っています。中には健診だけに来る方ももちろんいらっしゃいますが、毎月受診されている方も多くいらっしゃいます。1回で体裁を整えて、しっかりした指導というわけではなく、それほど時間も取れないので、来院された際に説明して経過も追いながら指導していく形が多いと思います。

委員：該当者の方へフレイルの詳細についてお伝えできていませんが、市から配布されたパンフレットそういった部分を補ってくれています。実際に患者さんと確認し、説明して終了となっているのが実情です。本当はそれからもう1ステップアップしていかなければならないとは思いますが、難しいところがあります。健診をたくさん実施しているような内科の先生は大変になってしまう懸念はあります。

委員：フレイルやプレフレイルというのは医療面で完結するわけではなく、むしろ地域の健康づくり教室など、地域で啓発活動をしていただくことが重要だと思います。本来、医療機関は、病気の方が来るような概念でいくと、医療の対象から外れるところを取り込み実施しているわけですし、地

域も含めて考えていくものだと思います。

委員：かかりつけ医で1回指導した後、地域の公民館で行っているサロンやいきいき百歳体操サークルを先生方から紹介していただくと、そちらの方に栄養士・管理栄養士も一部携わらせていただいておりますので、先ほどの研修会に参加した栄養士が指導された方に対して、同じような知識・理念を持ってお話もできると思います。地域の通いの場のことを知らない高齢者もいて、地区の方と知り合ってから行くという方もいますが、健診からの紹介で行く人も増えると、健康づくり課の保健師や栄養士が関わられて、うまくフォローができるようにつなげていくこともできるため、研修会を会員へ周知する際に、少しモチベーションをあげて参加していただくように働きかけもできると考えます。

委員：それはこの保健指導を実施する内訳（資料1 ページ下部・中央）で地域支援が必要という中で実践されているという理解でよろしいでしょうか。

事務局：はい。医療機関の方から地域の方の通いの場を紹介してほしい、栄養状態が心配な方に、何回か栄養指導を実施してほしいというようなご要望もあり、健康づくり課の職員で対応しております。件数については記載のとおり、それほど多くありませんが対応しています。

(2) 第23回日本口腔ケア学会総会・学術大会／第6回国際口腔ケア学会総会・学術大会におけるブース出展内容について
(説明 健康づくり課 忠地係長、平林委員)

<質疑・意見等>

委員：栄養士会もブースを出される予定ですが、オーラルフレイルと低栄養は内容がリンクするところもありますので、ブースを近くにしてもらえるといいと思います。

委員：ポスターのとおり会場が分散していて、ブースの設置場所がどこになるかもまだわからないのですね。いつ決まる予定ですか。

事務局：協議会の前に県医師会の方に確認しましたが、まだその打合せを行うような具体的なスケジュールが示されていないため不明です。わかり次第皆様にはお伝えしたいと思います。

委員：今後の進め方について、展示内容等の詳細は5月上旬に予定している令和8年度第1回フレイル予防推進協議会において最終確認するとのこと、それまでに完成させる必要がありますが、内容の協議等は市と歯科医師会が主体になって進めていただくことでよろしいでしょうか。

事務局：3月末までに、事務局の方で歯科医師会の方ともご相談させていただき、ある程度内容を決まったところで、皆様にお示しし、ご意見いただきたい

と思います。

委員：信州大学の栗田先生が大会長でありますので、ぜひご協力をお願いしたいと思います。出展料はかかるのでしょうか。このようなブースは通常企業には費用がかかってしまいます。

事務局：こちらの支出はありません。

委員：市役所の中でA1サイズの大きな展示用ポスターを印刷ができるのですね。

事務局：A1サイズのカラー印刷は可能です。

4 報告事項

(1) 電力スマートメーターフレイル検知事業休止決定後の対応報告

(説明 健康づくり課 藤森技師)

<質疑・意見等>

委員：今年度で一区切りとし、来年度は対応せず、現在は参加者への連絡・対応を進めている段階ということですね。せっかく参加していただいた方々ですから、連絡を取って支援していただければと思います。

委員：今までも精度管理の問題は指摘されていたので、ここで現状のAI分析の限界ということで判断されたのはよろしいことだと思っています。参加してくださった方々は松本市全域を網羅しているわけではないと思いますが、保健師さんが実際、現場に出向いて、一人暮らしの方で、そういった方にフレイルの傾向がある、例えば近くに友人や親戚がいない、あるいは近くに交通公共機関が近くにない等、そういった要因でフレイルの傾向が強まりそう等、何かありましたか。

事務局：私の主観が入ってしまいますが、この事業は男性からのお申込みが多く、そこが他の事業と違うところがありました。市営住宅にお住まいの方も割と多くいらした印象があります。ご自身からお申込みをいただく事業でしたので、健康への関心は、比較的に高い方が多かった印象があります。一人でいるときに倒れたらどうしようということや、心配感、今後一人で暮らしていくことに危機感を持つ方が多かった印象がある一方でまだフレイルではないから大丈夫や今元気で暮らしているので、困ってないですとおっしゃる方もいらっしゃいました。フレイルについては、元気なうちから予防していくことが大事だという周知は今後も必要だと考えております。

委員：現場の印象を聞かせていただいて、勉強になりました。ありがとうございました。

委員：この事業については毎回協議会のたびに意見があがっておりましたの

で、この結果は見えていたと思います。私や前会長がいろいろご質問しましたが、なかなか改善が見られませんでした。市役所で実施する事業、全部ではありませんが、コストを要するものに関しては、医師会の先生方や大学職員に聞いていただければ、すぐにこれはこうではないかとお話できます。今回に関しては結局あまり効果がなかったと思いますので、今後の課題にさせていただいた方がよろしいのではないかとというのが率直な意見です。

委員：私はよく休止という決断をされたと思いました。

(2) フレイル予防啓発活動の実施について

(説明 健康づくり課 渡辺主査)

<質疑・意見等>

委員：フレイル予防フェスは次の日曜日ですが、チラシ等での啓発状況と、昨年度の実施実績を教えてください。

事務局：各地区の担当職員に配布していただき、他には市のホームページでも掲載し新聞や広報まつもとでも啓発しておりました。今年度が初めての取組です。

委員：参加見込み人数は当日まで不明ということで、今回の結果を次回以降の参考とするということですね。

(3) フレイルサポートスタッフ研修の開催について

(説明 健康づくり課 佐々木主任)

<質疑・意見等>

委員：医師会は、先ほどの後期高齢者健診のことで、いろいろ関わってきますが、他の対象者の方は、純粋にフレイルについて学びましょうということでしょうか。

事務局：まずは医療従事者の方々に、フレイルの知識を高めていただき、診療や介入に生かしていただくことを考えておりますので、現状はそのような目的となります。

委員：医師会、歯科医師会、薬剤師会について、事務局を通じて会員へ研修案内を配布しますとありますが、他の対象者へはどのように通知しますか。

事務局：直接メール等で研修案内を通知する予定です。

委員：研修未受講の医療機関も後期高齢者健診フレイルチェック・保健指導の対象となりますか。

事務局：研修の中に事業説明が入っておりますので、そちらを受講していただき、そのうえで後期高齢者健診を実施している医療機関に実施意向調査を行

う予定です。フレイルに関する保健指導については、受講をしていただき意思表示があった医療機関にさせていただきますが、フレイルのスクリーニング結果に関しては全医療機関に発送されます。フレイル保健指導実施可否の意思表示をこの研修を受けた後に、回答していただくようになりますので、保健指導の実施は難しい医療機関には先ほど報告したように、結果のフィードバックに加えてフレイル該当者にはパンフレットをお渡しし終了となります。

委員：承知しました。その旨、案内に明記してください。

事務局：わかるように記載したいと思います。

(4) 松本市フレイル予防センター(仮称)設置の進捗状況について

(説明 健康づくり課 忠地係長、清水委員、長澤委員)

<質疑・意見等>

委員：この名称について、今見る限り、フレイル予防という言葉は入れた方がいいように思います。フレイルセンターでもいいような気もしますが、予防を強調したいところですかね。

事務局：名称の決定につきましては、来年度1回目の協議会で承諾を得た後、市の実施計画に計上していきたいと思っております。ある程度方向性が定まっていないと承諾を得る際に、混乱してしまう懸念がありますので、さらに検討し市役所内で提案していきたいと思っております。

委員：市立病院のフレイル外来の状況について、フレイル率が25%とおっしゃいましたが、総数はどれくらいでしょうか。

委員：昨年度までで150人です。現在総数は200人程度でありますので、年間の受診者数はそれほど多いわけではありません。

委員：本日の前半の協議で、後期高齢者健診でかかりつけ医の先生が自院で指導されることがメインになっていくのかと感じました。フレイル外来を勧めても3,000人中11人、自院での指導が338人となると、予防の観点では、後者に重きを置いていくと捉えました。フレイル予防センター(仮称)をみるとフレイル外来がメインになってくるように見えるので、そのあたりはいかがでしょうか。

事務局：当初、松本市ではフレイルサポート医養成研修として始め、全かかりつけの先生にフレイルサポート医になっていただき、診療の中でもフレイル対策をとっていただくということが構想でありました。先生のおっしゃったように、かかりつけ医での指導がメインになるということはそのとおりだと思います。一方で、その中でも医療が必要な人には、フレイル医療という観点で総合的にみる、フレイルに繋がっている原疾患の診断

や疾患だけでなくフレイルの原因をしっかりと見極め、重点的に介入する点で、かかりつけ医では十分できないところもあるかと思われます。そういった場合には、専門の外来でみていくことも必要だろうと考えていますし、令和4年度からの研修でもそのようにご指導いただきました。3,000人全員がフレイル外来の対象というわけではありませんので、基本的に先生方の指導がメインになると考えています。

委員：実施内容からすると「フレイルセンター」が適切ではないでしょうか。フレイルになった方への医療的対応が中心で、年間の対象者数も限定的な施設に重点を置く理由について疑問があります。実際、かかりつけ医の先生方にご苦労いただいて、予防の観点で、後期高齢者健診を通じて指導していただくことが、先ほど事務局からもあったように半数は改善するという効果があるため、そちらに重きを置くべきだと思います。予防したいいのか重症化させないのかで話が大きく変わってくると思います。

事務局：予防に焦点を当てるとそうかもしれませんが、進めていきたい方向として、フレイルをどう改善させるか、重症化させないかについては診療と予防どちらも必要なことだと思います。その意味では、対策という言葉が近いと思いますが、一般の方々への啓発も必要な点も考慮すると、どうしたらいいか悩ましいところではあります。一般の方々へは予防という言葉の方が伝わりやすい一方、医療従事者からすれば診療が中心か予防なのかという意見もありますので、行政で進めていくとなると両方必要なことになると考えています。地域部門の機能の中に医師会との連携を入れるのは次の段階になるかと思っています。

委員：今のご説明でよく理解できました。結局そのフレイルの予防だけではなく、進行してしまったフレイルの方に関して戻るのは難しいと思いますが、行政としては総合的にフレイルにならないところから、フレイルになってしまった人までを対象として、センターが集中的な機能を持つという理解でよろしいですね。繰り返しになりますが、後期高齢者健診を受けている先生方に実施していただいている指導は有効だと思います。医師会の先生方にはご負担ばかりかかっていますが、進めていく必要があると思います。

委員：様々な理由で外来に行けない方がいます。せっかく実施した今年度の後期高齢者健診からフレイル該当者の傾向が見えてくるとと思いますので、そこを少し汲み取っていただくのがよろしいのではないかと思います。もちろん医師会の先生方のご負担が増えるという点では大変申し訳ありませんが、医師会の方はかかりつけ医として対応していきたいと思います。ただ、かかりつけの方に関しては、顔なじみになってしまい、何とな

くの話で終わってしまうような場面もあるので、そういう時にフレイルに限らず糖尿病なども、一味変える刺激としては、専門外来（フレイル外来）は有効だろうと思います。

(5) フレイル予防事業の効果分析

（説明者：健康づくり課 佐々木主任、横川委員）

5 その他

事務局：5月中旬に事業が予定されておりますので、4月下旬から5月上旬に次回の協議会を開催したいと考えております。日程調整でき次第、委員の皆様にはメールで日程をご連絡いたしますので、ご予約いただきますようお願いいたします。令和8年度8月末で現在の委員の皆様の任期が終了となります。任期終了前にそれぞれの所属団体宛に委員の推薦依頼をする予定です。

委員：次回の協議会の日程については、連休があり、タイトなスケジュールになるかと思っておりますので、できるだけ早めに決めていただければと思います。

6 閉会