

令和7年度  
第2回松本市フレイル予防推進協議会 次第

日時 令和8年1月26日（月）  
午後7時から

会場 大会議室（市役所本庁舎別棟3階）

1 開 会

2 会長あいさつ

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
- (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

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
- (2) フレイル予防啓発活動の実施について
- (3) フレイルサポートスタッフ研修の開催について
- (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
- (5) フレイル予防事業の効果分析

5 その他

6 閉会

## 協議会委員

職種等	選出母体	氏名
保健医療関係者（医師）	松本市医師会	小林 正典
保健医療関係者（医師）	松本市医師会	久保田 充
学識経験者（大学）	信州大学医学部附属病院	堀内 博志
学識経験者（大学）	信州大学医学部保健学科	横川 吉晴
保健医療関係者（歯科医師）	松本市歯科医師会	平林 正裕
保健医療関係者（薬剤師）	松本薬剤師会	本保 武俊
保健医療関係者（管理栄養士）	長野県栄養士会中信支部	飯澤 裕美
保健医療関係者（市立病院医師）	松本市立病院	清水 政幸
保健医療関係者（市立病院リハ職）	松本市立病院 リハビリテーション科	長澤 祐哉

## 事務局

所属	氏名
松本市保健所	所長 小松 仁
健康づくり課	課長 神田 浩
健康づくり課	課課長 横内 忍
健康づくり課	課課長 加藤 博子
健康づくり課	課長補佐 高山 康子
健康づくり課	課長補佐 米山 恵
健康づくり課	係長 忠地 弥生
健康づくり課	主査 渡辺 純唯
健康づくり課	主任 佐々木 友紘
健康づくり課	技師 藤森 満理菜
高齢福祉課	福祉担当課長 勝家 知子
高齢福祉課	係長 寺澤 由香
保険課	課長 秋山 俊彦
保険課	主任 林 篤喜

(協議事項1)

後期高齢者健診フレイルチェックについて

今年度から開始しました本事業の実績報告（中間）をするとともに、実施体制拡充のため、次年度からの実施内容変更について協議するものです。

1 実績報告

- (1) 後期高齢者健診実施期間  
令和7年7月1日（火）から9月30日（火）
- (2) 保健指導実施医療機関  
21か所
- (3) 健診受診者及びフレイル該当者数  
3,291名（うちフレイル該当者625名、19.0%）
- (4) 保健指導実施状況 【1月23日（金）現在】  
保健指導実施率（59.2%）

※重複実施あり合計が一致しない

保健指導 実施数	内 訳				
	自院での 生活指導	フレイル外来 への紹介	地域支援が必要		
370	338	28 (うち17名 希望なし)	低栄養	通いの場等 の紹介	介護への接続
			8	17	16



○要対応者31名（うち25名対応済）

○支援内容

職種	支援内容
管理栄養士	・低栄養に関する栄養指導
保健師	・フレイル予防の保健指導、生活指導 ・通いの場：いきいき百歳体操、福祉ひろば等の紹介 ・介護保険サービスへの接続→地域包括支援センターへの依頼 ・健康相談

## 2 実施医療機関へのアンケート結果等からの課題等

- (1) フレイル該当者の把握方法について、今年度から簡易フレイルインデックスに類似した5項目のうち3項目以上に該当する場合としました。「概ね妥当」、「判断つかない」との回答が多く、後期高齢者の質問票対応マニュアルの周知が必要と思われます。
- (2) フレイル該当者に対して「指輪っかテスト」を実施することで、フレイルの理解につなげることが有効と思われます。
- (3) フレイル該当者に対し口頭で介護認定の有無を確認することについて、多忙な業務の中では保健指導にかかる時間を削減することともなり、引き続き検討が必要です。
- (4) フレイル認知度があまり高くない現状から、説明や啓発のためのポスターや資料は有効であり、より多くの場を活用した啓発が必要です。

## 3 次年度の実施に向けた変更点等

### (1) 全受診者に対するフレイル該当者の把握

フレイル該当者に対する保健指導実施の有無にかかわらず、全受診者に対して、健診質問票からフレイル該当者を一次スクリーニングし、健診報告書への記載及びフレイル該当報告書の発行を行います。(別紙1, 2, 3)

あわせて、すべての健診実施医療機関に対し、フレイル該当者把握の実施及び健診結果報告書への記載等を行うことについて通知します。

令和8年度の実施フローチャートは別紙4のとおり

### (2) 保健指導対象者の介護認定状況の確認

口頭での介護認定状況の確認をより効率的に行うため、健診依頼票へ記入項目を設けるといった検討を引き続き行っていますが、次年度は同様の方法で実施します。

### (3) 保健指導用媒体

医療機関におけるフレイルの認知度が低い状況であり、保健指導実施時の負担を考慮し、今年度同様、医療機関に対し、啓発用パンフレット及びポスターを配置します。

### (4) 保健指導実施医療機関を拡充し、あわせてフレイル予防に関する最新知見を学ぶ場として、医療機関等を対象とした研修会を行います。

参考資料

後期高齢者健診フレイルチェック（保健指導）実施医療機関向けアンケート結果

1 回答率

実施医療機関 21 か所中 12 か所（57.1%）

2 フレイルチェック実施方法

(1) フレイル該当者の把握方法としての妥当性

選択肢	回答数	回答割合
妥当	5	41.7%
妥当ではない	0	0%
判断つかない	6	50.0%
その他	1	8.3%

【その他】  
 ・フレイルの質問事項として合っているか。  
 ・誰もが該当するような質問ではないか。

(2) 指輪っかテストの実施状況

選択肢	回答数	回答割合
全員実施できた	10	83.4%
全員へ実施できなかった	1	8.3%
その他	1	8.3%

(3) 指輪っかテストに対する高齢者の反応

選択肢	回答数	回答割合
フレイルの理解に有効	10	83.4%
フレイルの理解には無効	1	8.3%
その他	1	8.3%

3 フレイル該当者への保健指導

(1) 口頭での介護認定の確認

選択肢	回答数	回答割合
口頭での確認は手間	4	33.3%
口頭での確認は手間ではない	8	66.7%
認定状況が不明な場合は保健指導対象者とする	0	0%
その他	0	0%

(2) フレイル保健指導用資料の必要性

選択肢	回答数	回答割合
必要	12	100%
不要	0	0%

(3) 保健指導に要した時間（自由記載）

	回答数	回答割合
10分未満	4	33.3%
10～15分	5	41.7%
15分以上	2	16.7%
その他	1	8.3%

(4) フレイルの認知度

※重複回答あり

選択肢	回答数	回答割合
ほとんど知らない	6	46.1%
内容は知らないが言葉は知っている	3	23.1%
言葉も内容もある程度の理解あった	1	7.7%
その他	3	23.1%

【その他】  
・もっと周知するようなポスターや啓発資料がほしい  
・年々、認知が上がっていることを実感がある





令和7年度 後期高齢者健診報告書

00060 品川内科医院

白

健診日 2025年9月1日

カルテNo.

受付No. 0901 - 6002

イシカイ ハナコ 様 女性

〒 399-0033 松本市大字

生年月日

(78歳)

電話番号

受診券整理番号

問診	健康状態	1: よい	心の健康状態	2: 満足	食生活	3: はい
	口腔機能	4: いいえ	5: いいえ	体重変化	6: いいえ	
	運動・転倒	7: はい	8: いいえ	9: いいえ	認知機能	10: いいえ 11: いいえ
	喫煙	12: 吸っていない	社会参加	13: はい 14: はい	ソーシャルサポート	15: はい
	飲酒	16: 毎日: 1~2合未満	睡眠	18: いいえ	疲れ	19: はい
既往歴	高血圧症、脳血管疾患、腰痛症、その他					
自覚症状	手足のしびれ、疲れやすい、腰痛・関節痛					
診察所見	異常なし					

フレイル 該当

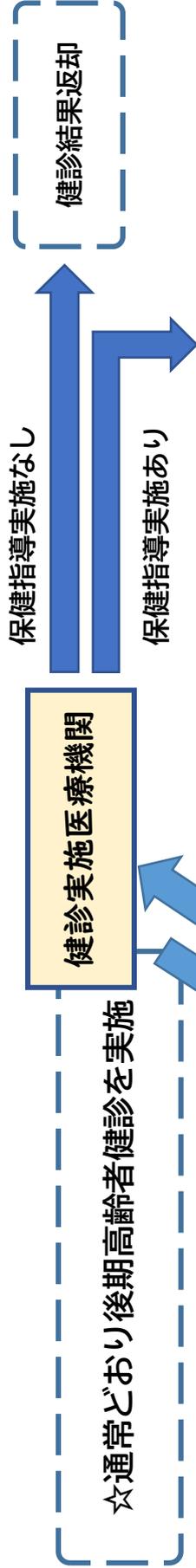
健診結果を

質問票からフレイル該当する場合に「該当」と記載

検査項目		基準値	2025/09/01	2024/07/03	2023/09/22		
採血条件			食後10時間以上(空腹)	食後10時間以上(空腹)	食後10時間以上(空腹)		
身体計測	身長 cm		151.6	152.0			
	体重 kg		57.6	56.2			
	(標準体重) kg		( 50.6 )	( 50.8 )			
	BMI(体格指数)	18.5~24.9	H 25.1	24.3			
血圧	最大血圧 mmHg	90~129	H 148	126	H 152		
	最小血圧 mmHg	60~84	80	60	66		
尿検査	尿蛋白	(-)	(-)	(-)	(-)		
	尿糖	(-)	(-)	(-)	(-)		
	尿潜血	(-)	(-)	(1+)	(1+)		
肝機能	AST U/L	10~40	21	22	23		
	ALT U/L	5~45	16	14	17		
	γ-GT U/L	80以下	45	37	36		
脂質	HDL-コレステロール mg/dL	40~99	70	70	65		
	LDL-コレステロール mg/dL	70~140	130	122	126		
	中性脂肪 mg/dL	30~149	103	89	105		
腎機能	尿酸 mg/dL	7.0以下	5.5	5.4	4.7		
	クレアチニン mg/dL	0.83以下	0.68	0.67	0.63		
	eGFR mL/min/1.73m <sup>2</sup>	60.0以上	62.6	63.9	68.6		
血糖	血糖 mg/dL	空腹110未満 随時140未満	97	98	98		
	ヘモグロビンA1c %	4.6~6.2	5.8	5.7	5.5		
貧血検査	白血球数 百/μL	33~90	49	58	41		
	赤血球数 万/μL	380~500	L 372	388	L 369		
	血色素量 g/dL	11.2~16.0	12.1	12.7	12.1		
	ヘマトクリット値 %	33.0~46.0	37.5	39.2	37.4		
	血小板数 万/μL	12.0~35.0	30.0	28.6	27.8		
血清情報							
大腸がん	便潜血1日目	(-)	(+)	(-)	(-)		
	便潜血2日目	(-)	(-)	(-)	(-)		
前立腺がん	PSA ng/mL	4.0以下					
肝炎	HBs抗原 IU/mL	0.05未満					
	HCV抗体	(-)					
	HCV RNA(PCR)	(-)					
心電図検査			正常範囲	正常範囲	正常範囲		
ABC検査	ペプシノゲン検査		コメント	【肥満度】肥満傾向あり、要生活改善			
	ペプシノゲン I ng/mL			【血圧】高血圧、要医療			
	ペプシノゲン II ng/mL			【便潜血】消化管からの出血疑い、要精密検査			
	ペプシノゲン I / II 比						
	判定						
	ヘリコバクター・ピロリ抗体(基準値4.0未満)						
	抗体価 単位/mL						
判定							
胃がんリスク判定							

資料として活用させていただくことがあります。

\*は再検済みです。白血球・血小板は参考値です。



☆通常どおり後期高齢者健診を実施

健診データの送付

結果票の送付

松本市医師会検査健診センター

☆以下をスクリーニングとして、フレイル該当者を抽出

フレイルチェック(後期高齢者健診依頼書を活用)

- 質問6 : 6か月で2~3kg以上の体重減少
- 質問7 : 歩く速度が遅くなってきたか
- 質問9 : 1回/週以上の運動、
- 質問10 : 物忘れがあるとされているか
- 質問19 : わけもなく疲れた気がする

☆健診結果票に加え、フレイル該当者のみ報告書を追加作成

健診結果票

【該当者のみ】  
フレイル該当報告書

☆フレイル該当報告書のある方のみ、対応方針(下記①②③)を検討  
対象外: 要支援・要介護認定を受けている⇒『口頭で確認できた場合』

①

生活指導が必要

- ・健診検査データの結果、質問票の結果から指導が必要な場合

自院での指導  
(初期対応、継続支援)

②

フレイル外来の紹介が必要

- 3点以上+指輪つか該当  
他かかりつけ医の判断で専門医療機関での治療が必要な場合

市内 フレイル外来を紹介  
松本市立病院、藤森病院、丸の内病院  
※紹介は通常診療の対応と同様

③

地域支援が必要

- ・低栄養(基準例)  
BMI18.5未満かつ体重減少かつ、自院での栄養指導が難しく、支援が必要と認められた場合
- ・地域とのつながりが薄い場合
- ・介護サービスが必要な場合

健診実施医療機関での対応

松本市での対応

フレイル情報提供書を記載  
(保健指導実施した場合のみ)

松本市へ提出  
(情報提供書のみ)  
※翌月15日までに

- ★提出された情報提供書の作成件数は、医師会検査健診センターを通じて、各医療機関へ確認し、支払い手続きを行います。(後期高齢者健診等と同様)
- ★1件あたり(2,500円)

(協議事項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について

1 趣旨

長野県において設置されている「長野県オーラルフレイル対策タスクフォース」が標記の学会・学術大会へ参加することとなり、構成団体である長野県医師会での検討の結果、松本市フレイル予防推進協議会及び松本市歯科医師会へ協力依頼がありましたので、協力する内容について協議をするものです。

2 会期

令和8年5月16日(土)・17日(日)

3 会場

中央公民館(Mウイング)、松本市立博物館、あがたの森文化会館、  
信毎メディアガーデン、イオンモール松本

4 協力依頼内容

(1) 日時

令和8年5月17日(日)終日

(2) 会場

上記会場のうち、あがたの森文化会館を除くいずれか

(3) 内容

ブース出展(オーラルフレイルに関する取組紹介及び資料配布)

(4) ブースサイズ概要

ア 展示スペース(パネル) たて900mm×幅1800mm

イ 展示机 幅1800mm×奥行900mm

5 ブース出展内容(案)

(1) 展示内容

A1サイズ3枚の展示が可能(※A1:一般的なポスター2枚分)

ア 松本市のフレイル予防対策の全体像

イ フレイル予防連携手帳を活用したフレイル・オーラルフレイル該当者の地域・医療(医科・歯科)連携の紹介

ウ オーラルフレイルに特化した本市の取組紹介(かみかみ百歳体操、パタカ測定)

(2) 配布資料・展示物

- ア 本協議会構成団体の紹介パンフレット
- イ 健康教育等で活用している各種資料
- ウ 市内フレイル外来チラシ
- エ かみかみ百歳体操の効果
- オ フレイル予防連携手帳
- カ その他

(3) その他

6 今後の進め方

- (1) 展示内容の詳細について、松本市歯科医師会とも連携し3月末をめどに決定し、作成した案を協議会委員の皆さまへお示しします。
- (2) 長野県医師会等と調整し、当日対応が必要な場合には、協議会委員の皆さまの協力をお願いします。
- (3) 展示内容等の詳細は、令和8年度第1回フレイル予防推進協議会（5月上旬予定）において最終確認します。

7 参考資料

- (1) 第23回日本口腔ケア学会・学術大会/第6回国際口腔ケア学会・学術大会への参加に係るご協力のお願について（別紙1）
- (2) 第23回日本口腔ケア学会・学術大会/第6回国際口腔ケア学会・学術大会へのオーラルフレイル対策タスクフォースの参加について（別紙2）
- (3) 大会ポスター（別紙3）

発第 1392 号 (保険)

令和 7 年 12 月 16 日

松本市フレイル予防推進協議会

会長 花岡 徹 様

長野県医師会長

若林



「第 23 回日本口腔ケア学会・学術大会／第 6 回国際口腔ケア学会総会・学術大会」への参加に係るご協力をお願いについて

時下ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

貴協議会におかれましては、日頃より県民のフレイル対策にご尽力いただき感謝申し上げます。

今般、長野県において設置されている「長野県オーラルフレイル対策タスクフォース」が、その成果を広くアピールするため、令和 8 年度に松本市で開催予定の「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」にタスクフォースとして参加することが決定し、その構成団体である長野県医師会にも協力依頼がありました。

本会にて検討した結果、貴協議会及び松本市歯科医師会にご協力いただき、ブース出展をおこなうことといたしました。

つきましては、ご多忙のところ突然のお願いで大変恐縮ですが、ご協力につきご配意の程お願い申し上げます。

なお、ブース出展の内容については、貴協議会や松本市歯科医師会の活動内容に関する資料配布やパネル展示等を想定しておりますが、詳細につきましては今後、貴協議会及び松本市歯科医師会と検討させていただきたく併せてお願い申し上げます。

(添付資料)

「第 23 回日本口腔ケア学会・学術大会／第 6 回国際口腔ケア学会総会・学術大会」への参加に係るご協力について

(令和 7 年 11 月 26 日付 7 健増第 315 号 県健康福祉部健康増進課長)

「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」への  
オーラルフレイル対策タスクフォースの参加について

健康増進課

(オーラルフレイル対策タスクフォース事務局)

## 1 概要

「長野県オーラルフレイル対策タスクフォース」(以下「タスクフォース」という。)は、歯科関係者のみではなく、医療、栄養、運動の職域団体も参画した多職種による協議体として、参画する各団体がそれぞれの特性を活かし、オーラルフレイルに関する①普及啓発②予防活動③歯科口腔医療体制の整備の 3 要素を連動した取組について協議し普及啓発媒体の作成等の活動を行ってきた。

その成果を広くアピールするため、令和 8 年度に松本市で開催予定の「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」(詳細は「開催趣意書」参照)にタスクフォース」として参加する。

## 2 開催会期・会場・参加予定数

会 期 令和 8 年 5 月 16 日 (土) ※<sup>1</sup>・17 日 (日)

会 場 松本市中央公民館 (M ウイング)、松本市立博物館、信毎メディアガーデン、  
イオンモール松本、あがたの森文化会館※<sup>2</sup>

参加予定数 約 1,200 人

※ 1 : 5 月 16 日 (土) は、学会会員に向けてのシンポジウム等を開催予定

※ 2 : あがたの森文化会館会場は、世界口腔ケア学会参加者対象の会場

## 3 実施内容

### ① 市民公開講座

・開催予定日時、会場

令和 8 年 5 月 17 日 (日) 13 : 40 ~ 14 : 40 (仮) イオンモール松本

・内容

「オーラルフレイル」をテーマに、タスクフォースの取組等の紹介を交えた講演

・担当団体 (講師)

長野県歯科医師会 (タスクフォース座長)

### ② 市民向けミニレクチャー

・開催予定日時、会場

令和 8 年 5 月 17 日 (日) 12 : 30 ~ 13 : 30 (1 団体 10 分間)

松本市立博物館または信毎メディアガーデン

・内容

本タスクフォースの成果である、リーフレット・動画の内容に沿ったミニレクチャー

・担当団体 (講師)

県歯科衛生士会、県栄養士会、県理学療法士会、日本健康運動指導士会長長野県支部

### ③ ブース出展 (ブースサイズ : 展示スペース W1800mm × D900mm 展示机 (W1800mm × D450mm) 1 台)

・開催予定日時、会場

令和 8 年 5 月 17 日 (日) 終日

松本市中央公民館、松本市立博物館、信毎メディアガーデン、イオンモール松本

- ・内容

本タスクフォース構成団体による展示（オーラルフレイルに関する取組の紹介等）

- ・担当団体

オーラルフレイル対策タスクフォースの全構成団体（可能な範囲で）

④ デジタルスタンプラリー（長野県公式 LINE のデジタルスタンプラリー機能を活用）

- ・開催予定日時、会場

令和8年5月17日（日）終日

松本中央公民館、松本市立博物館、信毎メディアガーデン、イオンモール松本

- ・内容

学会参加者（学会員、市民）が各会場を回り、本タスクフォース構成団体による展示を見学（体験）してデジタルスタンプを集める。4会場全てのスタンプを集めた参加者にはノベルティ（ピンバッジ、エコバッグなど）を進呈。

- ・担当団体

タスクフォース事務局（構成団体から派遣いただけるようなら協力いただく）

#### 4 今後のスケジュール

- R7.11.19 タスクフォース開催 → 実施内容決定
- R7.12 上旬 演題決定・登録
- R8.3 R8 予算成立
- R8.3 物品等手配、デジタルスタンプラリー準備開始（広報・共創推進課へ依頼）
- R8.4 上旬 展示内容決定
- R8.5.16 学会開催、会場準備（ブース出展、デジタルスタンプラリー）
- R8.5.17 学会参加

#### 5 参加予定状況（R7.11 時点）

団体名	市民公開講座	市民向けミニレクチャー	ブース出展
長野県歯科医師会	○		
長野県歯科衛生士会		○	○
長野県栄養士会		○	○
長野県理学療法士会		○	○
日本運動指導士会長野県支部		○	○
長野県医師会			検討中
長野県言語聴覚士会			検討中
信州大学医学部歯科口腔外科学教室			
松本歯科大学			○
長野市			○
飯山市			○
長野県健康福祉部健康増進課			○

# 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

**会期** 2026年5月16日(土)・17日(日)

**会場** 中央公民館(Mウイング)、  
松本市立博物館、  
あがたの森文化会館、  
信毎メディアガーデン、  
イオンモール松本

- 大会長 栗田 浩 (信州大学医学部 歯科口腔外科学教室 教授)
- 副大会長 伊藤 正明 (一般社団法人 長野県歯科医師会 会長)
- 副大会長 松本 清美 (公益社団法人 長野県看護協会 会長)
- 実行委員長 酒井 洋徳 (信州大学医学部 歯科口腔外科学教室)
- 準備委員長 草深 佑児 (信州大学医学部 歯科口腔外科学教室)

Oral Care for The People, by The People  
みんなので、  
みんなの口腔ケア

街中が学会場



松本の街を楽しみながら、みんなと語ろう 口腔ケア

【主催事務局】 信州大学医学部歯科口腔外科学教室 〒390-8621 長野県松本市旭 3-1-1  
TEL: 0263-37-2677 FAX: 0263-37-2676

【運営事務局】 株式会社学会サービス 〒150-0032 東京都渋谷区麩町 7-3-101  
TEL: 03-3496-6950 FAX: 03-3496-2150 Email: jsoc2026@gakkai.co.jp

演題企画募集期間 2025年10月20日(月)～12月19日(金)正午

<https://www.gakkai.co.jp/jsoc2026/>



(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

1 趣旨

電力スマートメーターフレイル検知事業の効果検証を行った結果、事業休止とすることとし、書面での報告をしたところですが、事業休止決定後に行いました事業登録者に対する対応状況等について報告をするものです。

2 経過

- 7. 8 事業の効果検証を行い、事業休止を決定
- 10 フレイル予防推進協議会委員へ、書面にて事業休止を報告  
厚生委員協議会にて事業休止を報告  
以降、各関係団体へ順次事業休止を報告
- 11 事業登録者へ事業休止の案内および質問票を発送
- 12 新規登録受付を停止

3 事業登録者への対応

(1) 対応内容

事業休止を通知するとともに、フレイル該当の有無を把握し必要な支援を行うため、簡易フレイルインデックスを掲載した質問票を送付し、記入および返送を依頼した。

(2) 送付対象

事業登録者 478名

※全登録者のうち、登録後に事業対象外（介護保険適用、市外転出等）となった人を除外

(3) 調査結果（R8. 1. 23現在）

ア 質問票の返送状況

(ア) 返送あり 359名（うち未記入者4名）

(イ) 返送なし 119名

イ 質問票返送者の状況

返送あり (名)	内訳（簡易フレイルインデックス点数別）							
		0点	1点	2点	3点	4点	5点	未記入
359	該当者数 (名)	124	111	78	32	9	1	4
	該当割合 (%)	34.6	31.0	21.7	8.9	2.5	0.3	1.1

フレイル該当（3点以上）：42名（11.7%）

(4) 要対応者の状況（R 8. 1. 2 3現在）

質問票による調査の結果、フレイル該当および支援が必要と思われる対象者、質問票の未返送者・未記入者に対し、以下の区分に分けて対応を実施している。

ア 質問票の返送あり（355名）

状況（内訳）	該当者数	対応方法	対応済
簡易フレイルインデックス3点以上	42	地区担当保健師と地域包括支援センター職員による個別支援	18
簡易フレイルインデックス3点未満 （自由記載欄への記載、健康相談希望ある場合等）	36	・地区担当保健師による個別相談を実施 ・地区担当保健師へ情報共有	21
簡易フレイルインデックス3点未満 で対応不要	277		
合計	355		

イ 質問票の返送なし及び未記入（123名）

事業担当者による電話で個別に状況確認し、必要な場合には、地区担当保健師へ支援を依頼している。

状況（内訳）	該当者数	対応方法
簡易フレイルインデックス3点以上	1	地区担当保健師と地域包括支援センター職員による個別支援
簡易フレイルインデックス3点未満 で要対応	10	・地区担当保健師による個別相談を実施 ・地区担当保健師への情報共有
簡易フレイルインデックス3点未満 で対応不要	48	
合計	59	（今後 対応予定64名）

4 今後の対応

- (1) 事業の最終報告は、次回協議会において行います。
- (2) 要対応者の対応は引き続き行い、支援の必要な方については、年度末までを目途に対応を行います。

※参考：簡易フレイルインデックス項目別該当人数および割合（複数回答あり）

		急激な 体重減少	歩行速度 の低下	週に1回以 上運動をし ていない	5分前のこ とがい出し せない	わけもなく 疲れている
355名 （359名のうち 未記入4名を除く）	該当者数 （延人数）	45	171	116	18	54
	該当割合 （%）	12.7	48.2	32.7	5.1	15.2

(報告事項2)

フレイル予防啓発活動の実施について

高齢者のイメージのあるフレイルについて、若年世代から生活習慣改善の意識づけ、また、フレイルに結び付きやすい加齢に伴う心身機能の低下を早めに気づくことで、予防行動の実践に生かすことを目的とし行うもの。

1 フレイルの日啓発活動（フレイル予防フェス）

- (1) 日時  
令和8年2月1日（日）午前10時から午後3時ころ
- (2) 会場  
松本市立博物館1階
- (3) 対象  
市民（全世代）
- (4) 内容  
別紙1のとおり

2 市公式LINEを活用した「きこえフレイルチェック」

市公式LINEのトップページに、接続用アイコンが設置されています。

- (1) 公開期間  
ア 令和7年12月25日（木）から令和8年1月23日（金）  
イ 令和8年3月17日（火）以降

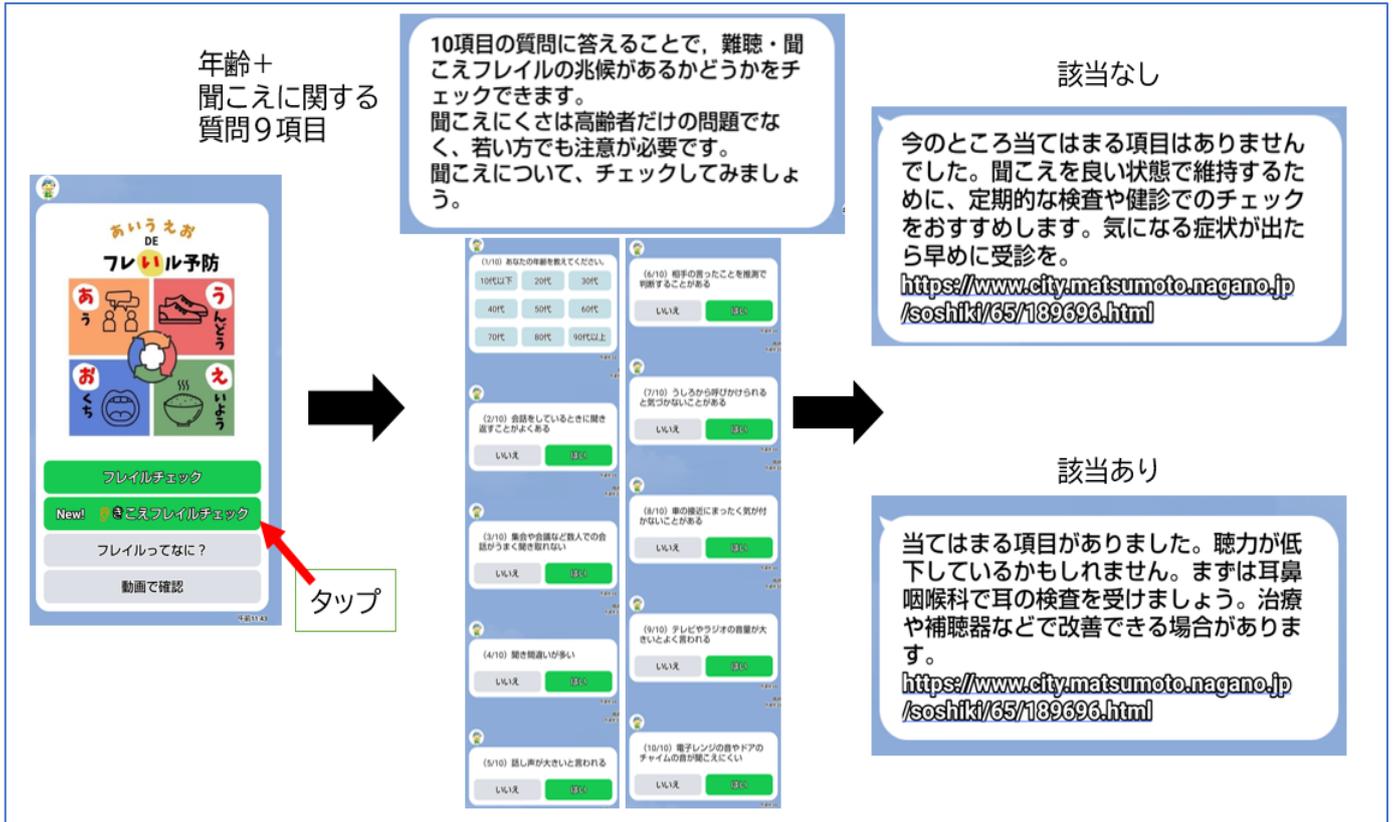
(2) 内容

チェック9項目のうちひとつでも該当する場合には、耳鼻咽喉科の受診を勧めるもの。

出典) 一般社団法人 日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会

	項 目
1	会話をしているときに聞き返すことがよくある。
2	集会や会議などで数人での会話がうまく聞き取れない。
3	聞き間違いが多い。
4	話し声が大きいと言われる。
5	相手の言ったことを推測で判断することがある。
6	うしろから呼びかけられると気づかないことがある。
7	車の接近にまったく気がつかないことがある。
8	テレビやラジオの音量が大きいとよくと言われる。
9	電子レンジの音やドアのチャイムの音が聞こえにくい。

【イメージ】



3 啓発用ポスター

市民等へ向けた予防啓発のポスターを作成しました。医療機関や薬局、地域づくりセンター等で掲出し、フレイル認知度向上を図るため、啓発に協力をお願いします。資料の発送につきましては、1月下旬を予定しています。

ポスターは別紙2のとおり（実際はA3サイズ）

からだ、ココロ、  
未来が動き出す

+Choice  
2月1日は  
フレイルの日

# フレイル予防フェス

## 令和8年2月1日（日）

場所：松本市立博物館

時間：10:00~15:00

入場  
無料

大人から子供まで楽しめるスペシャル企画満載!

### 筋肉が見える!



信州大学医学部保健学科の  
理学療法士の学生さんたちと  
一緒に、超音波で自分の  
筋肉の断面をみてみよう!

### 骨密度測定



大人気の骨密度測定!  
この機会にぜひ

★具だくさん味噌汁  
試食配布11:30~

★運動講座・  
いきいき百歳体操体験

★親子でチャレンジ  
体力測定



最新情報はこちら



主催：松本市保健所健康づくり課  
〒390-8620 松本市丸の内3-7  
TEL：0263-34-3217



# からだ、ココ、未来が動き出す

## 知ってフレイル やって+Choice

### 運動講座

- ★音楽♪を使った体操  
イスに座って楽しく体を動かそう 
- ★おもりを使った体操  
シンプルだけどしっかり効く！  
一緒にやってみませんか

### 各種測定

- ★筋肉超音波検査 信州大学
- ★骨密度測定 信州大学  
公益財団法人 骨粗鬆症財団
- ★筋肉量・体組成計
- ★お口の健康チェック

### 体験

### カラダの老化度チェック (AGEs測定)

糖とタンパク質がくっついてできる老化物質を測定できる

### 味覚チェック

塩味の感じやすさを検査キットを使ってチェックしてみましょう

他にもたくさん用意して待ってます

### 知る

#### フレイル外来紹介

体力づくりサポーターって？

食改さんについて

### 楽しむ

親子でチャレンジ  
体力測定！  
親子で一緒にやってみよう

#### 缶バッジ作り

自分で好きなバッジを作ってみよう

#### 具だくさん味噌汁

食改さん手作りお味噌汁  
試食配布 11時30分から  
おいしいよー

# 脱、虚弱

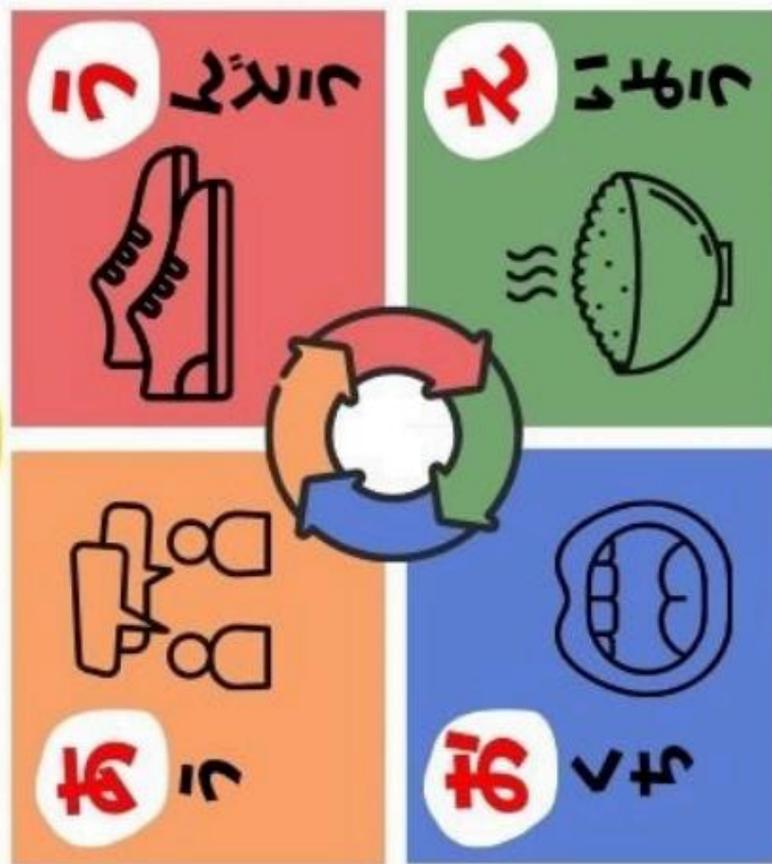
## 介護からずの将来へ

詳しくはこちら



あいうえお  
DE

### フルイル予防



松本市保健所 健康づくり課

R8

(報告事項3)

フレイルサポートスタッフ研修の開催について

1 目的

- (1) 医療従事者が通常診療の中で疾病管理に加え、フレイル予防を考慮した対応ができるようフレイル予防の知識を深める。
- (2) 松本市が独自で行う後期高齢者健診フレイルチェックの実施方法やフレイル該当者への対応方法が理解できる。
- (3) フレイル外来についての理解を深め、予防のため互いに連携した対応ができるよう知識を深める。

2 日時

令和8年3月12日(木) 午後7時から9時

3 実施方法

- (1) 当日オンライン配信
- (2) 期間限定での研修動画配信(3/13から3/31まで)  
3/13にYouTubeのURLをメールで配信します。

4 内容及び講師

(1) 基調講演

ア 演題

「包括的ケアの実践ーフレイル対策に求められる評価・介入・連携」

イ 講師 東京都健康長寿医療センター 研究所

副所長 藤原 佳典(ふじわら よしのり)氏

(2) フレイル外来での実践内容の報告

講師 藤森病院 リハビリテーション科科长

理学療法士 岨 啓介(きし けいすけ)氏

(3) 松本市フレイル予防の取組みと後期高齢者健診フレイルチェックの事業説明

5 対象者

- (1) 松本市医師会会員及び会員の勤務する医療機関の医療従事者
- (2) 松本市歯科医師会会員
- (3) 松本薬剤師会会員
- (4) 栄養士会中信支部会員
- (5) 松本市フレイル予防推進協議会委員
- (6) フレイル予防講座を委託する団体(県理学療法士協会等)
- (7) 地域包括支援センター職員
- (8) 関係課職員

## 6 参加申込み

3月6日（金）まで二次元コードから申込みを受付しています。

## 7 今後について

- (1) 医師会、歯科医師会、薬剤師会会員については、事務局を通じ、会員へ研修案内を配布します。
- (2) 申込みの際に登録していただいたメールアドレスへ、研修会のID及びパスワード、資料を3月10日（火）に配信します。
- (3) 研修動画及びフレイルチェック実施意向調査の案内を3月13日（金）に配信します。

(報告事項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

1 これまでの検討状況の経過

		協議内容
R4.10.7	市立病院建設庁内調整会議 (終了後)	フレイル予防事業における市立病院と市長部局と連携について報告 ・フレイル予防センターを中心として事業展開をし、検討体制として、副市長を長とした、フレイル予防推進庁内調整会議を設置する
(複数回)	実務者打ち合わせ	フレイル予防センターの素案について検討重ねる
R5.11.13	フレイル予防推進庁内調整会議	フレイル予防センターの素案を提示し協議
R6.10.25	担当者検討会 (病院局・健康づくり課)	フレイル予防センター設置について、改めて共通認識を持つために協議
12.24	担当者検討会 (病院局・健康づくり課)	フレイル予防センターの機能について協議
R7. 2. 3	フレイル予防推進庁内調整会議	フレイル予防センターの各部門の具体的内容を提示し協議
7.23	担当者検討会 (病院局・健康づくり課)	フレイル予防センターの業務分担等について検討
R8. 1. 14	担当者検討会 (病院局・健康づくり課、 高齢福祉課)	これまでの検討事項、将来的にめざす機能について検討

2 検討会での検討事項

- (1) 部門別の機能  
別紙1のとおり
- (2) 名称

すでに市内で法人登録されている「フレイル予防センター合同会社」との混乱を避けるため、早期に決定する必要があります。以下の候補案に、愛称をつける方向で検討を進めています。

- 【候補案】
- 松本市フレイル予防センター
  - 松本市フレイル予防支援センター
  - 松本市フレイル対策センター

(3) 地域部門の設置場所

診療部門とは、定期的な連絡会議の開催等により、連携し役割分担して業務を行うことで、機能を発揮できるため、第2段階保健所の健康づくり課内に地域部門を設置します。しかし、事務部門の職員配置については課題があり、今後、検討をしていきます。

(4) 地域部門の開設時期

現時点での業務内容を想定しており、フレイル予防センター（仮称）の全体像を検討したうえで、令和9年度内の開設を目指して進めていきます。

(5) センター長及び副センター長について

センター長は診療部門であるフレイル外来担当医師、副センター長については、診療部門（リハビリ職）及び地域部門（健康福祉部）から各1名、選出します。

3 今後の進め方

引き続き担当者検討会において検討し、令和8年度第1回フレイル予防推進協議会（5月上旬予定）において協議し、庁内で検討します。

# フレイル予防センター（仮称）

市の健康施策に沿った活動、健康福祉部が策定している「健康増進総合計画」、「介護保険事業計画・高齢者福祉計画」に基いて、フレイル予防センターの施策を整合し実施する。

## 診療部門

フレイル外来

- ・医師の診断
- ・各種検査
- ・個別リハビリ
- ・栄養指導
- ・口腔ケア（健康管理）指導

※フレイルの診断、指導、3か月・半年・1年後など希望に合わせたフォロー

## 地域部門

市役所関係部署等との調整

- ・一体的事業関係課
- ・後期高齢者医療広域連合との連携
- ・福祉ひろば、地区生活支援員

フレイル該当者の把握と個別支援

- ・フレイル健診
- ・フレイル予防講座
- ・後期高齢者フレイルチェック
- ・ハイリスク者への個別支援

## 連携

医療⇄地域との調整

認知症予防  
物忘れ外来との連携

研究機能

- ・データ分析  
⇄信大との連携  
(フレイル外来、KDBデータ、フレイル予防事業等)
- ・実績管理、課題抽出
- ・外部への発信  
(論文、学会等)

事務機能

- ・施策の企画、進捗管理
- ・フレイル予防推進協議会
- ・財務管理（予算管理・計上）
- ・各種広報
- ・庶務的なこと

研修機能

- ・市民向け出前講座
- ・フレイル予防教室
- ・市内医療機関等向け研修
- ・職員の資質向上の研修
- ・フレイル外来連携会議
- ・フレイル外来の紹介

地域における予防  
事業の体制整備

- ・体力づくりサポーター育成支援
- ・いきいき百歳体操活動支援
- ・全世代を対象とした健康推進

フレイル教室  
(フォロアアップから市民への啓発目的に移行)

## 事務部門

(報告事項5)

フレイル予防事業の効果分析

1 フレイル健診データの分析・論文発表

著者：信州大学医学部保健学科 横川吉晴准教授

タイトル：Examination of Social Participation in Older Adults Undergoing Frailty Health Checkups Using Deep Learning Models

出典：Geriatrics (Basel). 2025 Sep 12;10(5):124.



(1) 要約

高齢者の社会参加を予測するために、3つの機械学習モデル（深層ニューラルネットワーク（DNN）ロジスティック回帰分析、非線形サポートベクターマシン（NLSVM））を用いて、その予測性能と重要因子を検討した。対象者は令和3年度に松本市フレイル健診に参加した295名で、そのうち236名（80%）が社会参加していた。各モデルは異なる特徴を示し、DNNは感度が高く最もバランスの取れた性能を示し、NLSVMは識別能力が最も高い一方で偽陽性が多かった。ロジスティック回帰分析は精度が高いが、社会参加者の見逃しが多かった。AUCは0.776～0.795で、いずれも中等度の識別性能を示した。寄与度分析では、「情報収集能力」が社会参加の最も強い予測因子であり、次いで歩行速度、同居人数が重要であった。結論として、高齢者の社会参加予測において、機械学習モデルは中等度の性能を示し、目的に応じて適切なモデル選択が必要であることが示唆された。

(2) インターネット記事での紹介

スポーツ栄養 Web【一般社団法人日本スポーツ栄養協会（SNDJ）公式情報サイト】 高齢者の社会参加に情報収集力と歩行速度が関与？ フレイル健診データを機械学習モデルで解析



2 フレイル健診データの分析結果の活用

上記情報を啓発資料に入れ、フレイル健診等で啓発資料として活用する。