

令和8年度
第1回松本市フレイル予防推進協議会 次第

日時 令和8年5月11日（月）
午後7時から
会場 議員協議会室（東庁舎3階）

1 開 会

2 会長あいさつ

3 松本市保健所長あいさつ

4 協議事項

- (1) 松本市フレイル予防センター（仮称）設置について

5 報告事項

- (1) フレイル予防に関する医療連携協定について
- (2) 令和7年度松本市フレイル予防関連事業実施報告
- (3) 令和8年度松本市フレイル予防関連事業計画について
- (4) 令和7年度オーラルフレイル対策における地域と歯科医療の連携実績報告
- (5) 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

6 その他

7 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	池上 章太
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	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	課長補佐	忠地 弥生
健康づくり課	主査	渡辺 純唯
健康づくり課	主任	野村 佳世
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)

松本市フレイル予防センター(仮称)設置について

1 趣旨

医療と地域との連携を強化し、更なるフレイル予防対策を推進するため、フレイル予防センター(仮称)の開設をめざし、具体的な部門別機能やめざすところ等の詳細を検討し開設に向けた準備をすすめていくものです。

2 めざすところ(別紙1のとおり)

フレイル予防センターは、健康からフレイル状態を含む全ての年代の市民等を対象とし、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」に基づいて、フレイル予防センターの施策を整合して行い、市民の健康寿命の延伸をめざすもの。

3 部門別機能(案)

別紙2のとおり

4 協議事項

(1) 名称について

フレイル予防センター(仮称)について、既に法人登録されている「フレイル予防センター合同会社」があり、市民の混乱につながる懸念から名称検討が必要です。以下の三案から決定したい。また開設にあわせ、愛称を公募により決定したい。

案1 松本市フレイル予防センター

2 松本市フレイル予防支援センター

3 松本市フレイル対策センター

(2) 開設時期について

診療及び地域部門はそれぞれの所属部署内に設置する方針ですが、より効果的に機能として発揮するために、開設は同時期とすることが望ましく、今後、適切な開設時期を見極める必要があります。

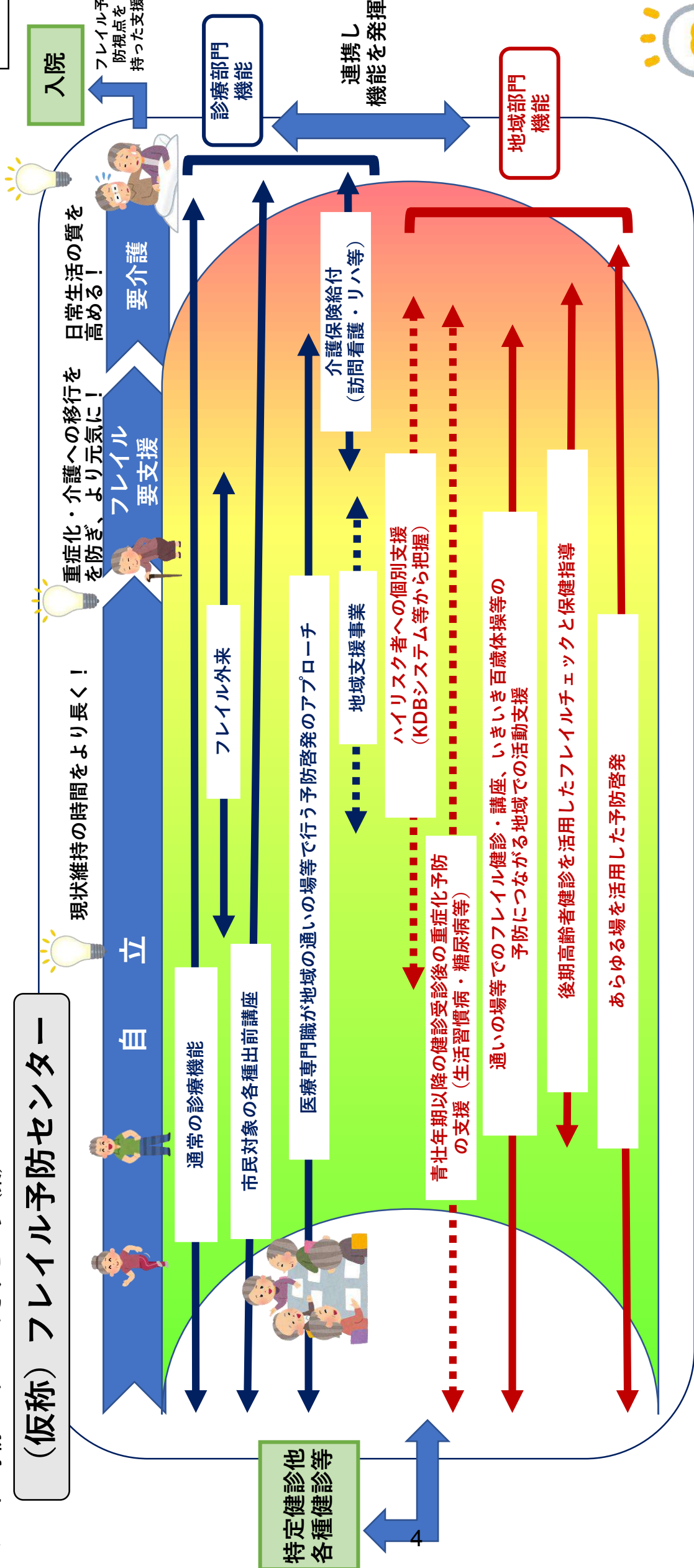
5 今後の進め方

フレイル予防センター(仮称)について、実施計画第57号へ計上し庁内での検討をすすめます。

【参考資料】（これまでの打合せ会議の主な経過）

期日	出席者等	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)	フレイル予防センターの名称及び開設時期等についての検討
R8. 4.16	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めざすところ、部門別機能、職員体制等について検討

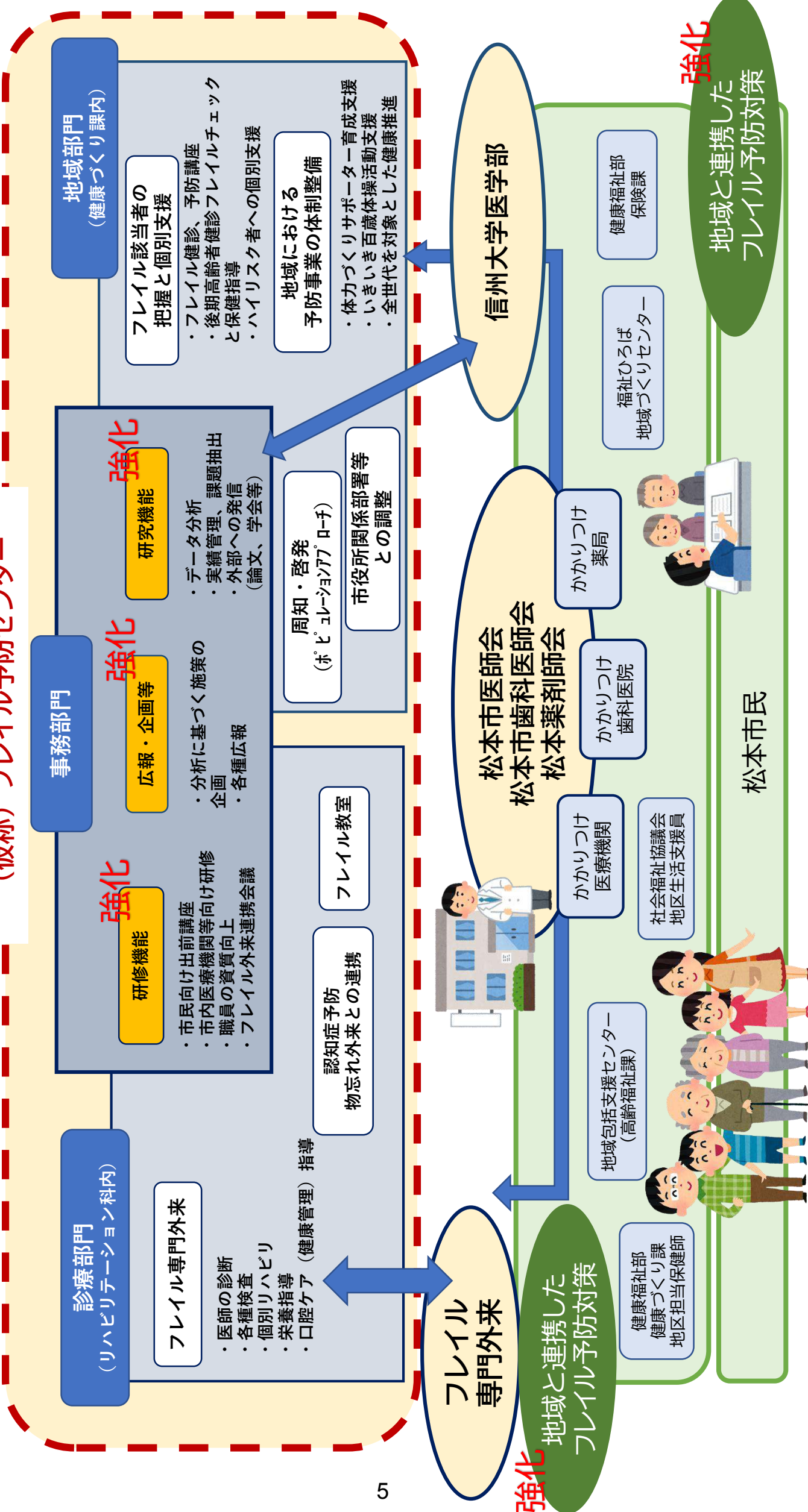
（仮称）フレイル予防センター



健康からフレイル状態までを含む、全ての市民を
対象に、関係各所との連携により、
「フレイル予防・重症化予防」につながらる啓発・
個別支援を実施

- 1 フレイル認知度の向上
- 2 健康寿命の延伸
- 3 介護給付費の抑制

(仮称) フレイル予防センター



(報告事項 1)

フレイル予防に関する医療連携協定について

1 趣旨

松本市では、令和3年度から本格的にフレイル予防の取組みを開始し、医療と地域の包括的な連携のあり方について検討を進め、これまでに市立病院を含め、市内3病院においてフレイル専門外来が立ち上がるなど、体制整備も進んできています。

こうしたこれまでの取組みや実績を踏まえ、今後さらにフレイル予防事業を推進していくためには、医療機関及び研究機関が相互に密接に連携・協力していくことが重要であり、関係機関との連携を一層強化することを目的として、連携協定を締結するものです。

2 協定の位置づけ

単なる事業協定ではなく、医療(実装)・大学(研究)・市(統括)による三位一体の「包括的フレイル対策」の構築

3 締結機関

(1) 松本市

(2) 医療機関（フレイル専門外来）

ア 松本市立病院

イ 医療法人 藤森医療財団 藤森病院

ウ 社会医療法人 抱生会 丸の内病院

(3) 研究機関

国立大学法人 信州大学医学部

(4) 立会人

松本市医師会及び松本市歯科医師会、松本薬剤師会

4 具体的な役割

(1) 松本市

ア フレイル予防事業の総合的企画・実施・調整

イ 情報発信・住民啓発（講座、チラシ、広報等）

ウ 予防プログラム実施に係る補助・調整（必要に応じて予算措置）

(2) 医療機関

ア フレイルリスクのスクリーニング及び医学的評価

イ 必要に応じた医療的介入、リハビリ、栄養指導、口腔ケアの実施又は紹介

ウ 地域支援資源への紹介、連携（地域包括支援センター等）

エ 事業の企画や評価への協力及び専門的助言の提供

(3) 研究機関

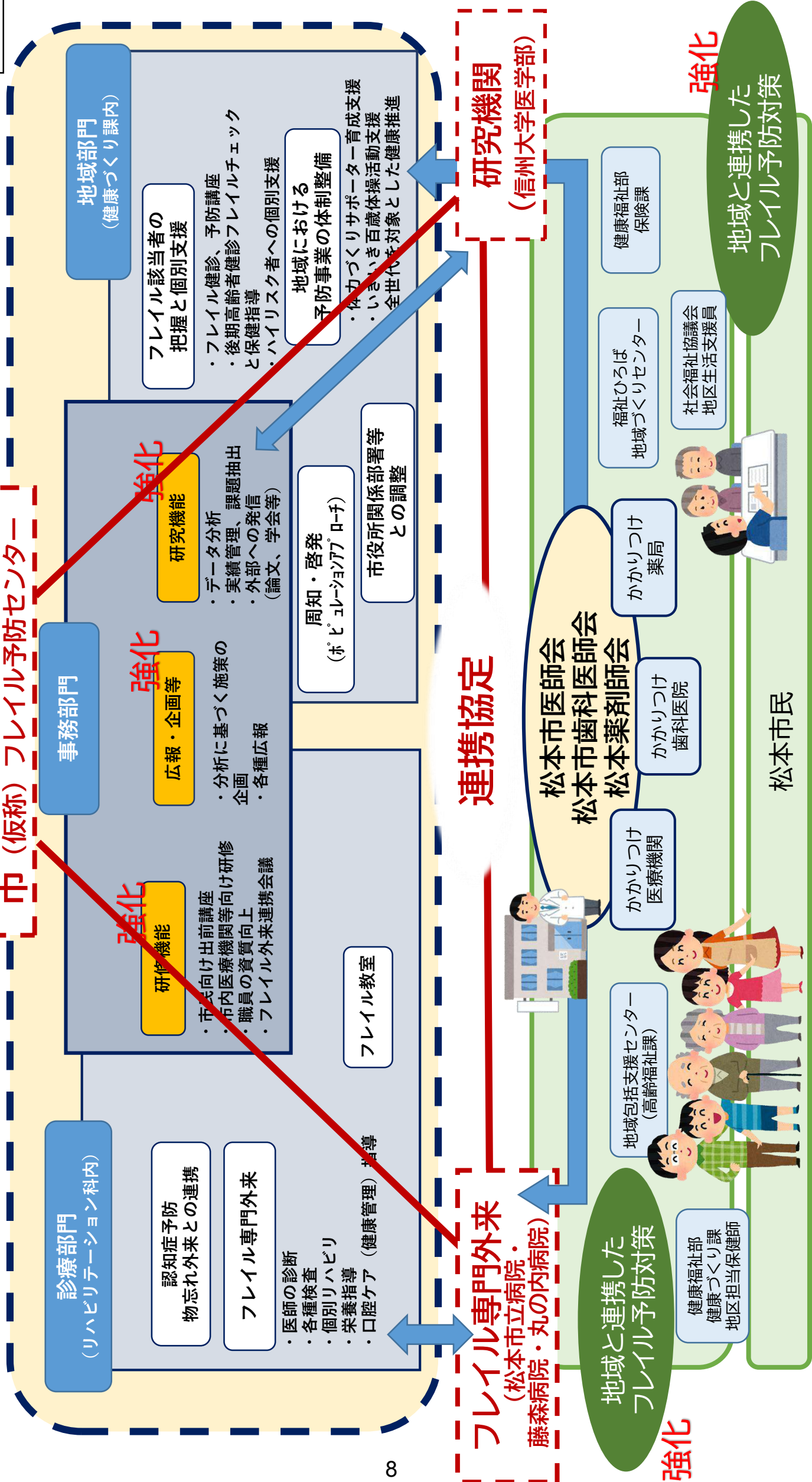
- ア フレイル予防事業のデータ分析
- イ 医療機関における介入のデータ分析
- ウ 事業の企画や評価への協力及び専門的助言の提供
- エ 医療従事者向け研修や啓発活動の協力

5 協定締結による効果

- (1) 市、医療機関、大学の役割分担を明確化したフレイル対策の推進
三者の機能を活かし、それぞれの役割を明確にすることで、実効性の高いフレイル対策を体系的に推進できる。
- (2) フレイルの早期発見・早期介入体制の強化
医療と地域が連携することで、フレイル該当者を市の保健事業や介護予防事業へ円滑に接続し、早期介入ができる。
- (3) 科学的根拠に基づく実施
大学の研究機能を活用することで、データ分析や効果検証を行い、その結果を事業運営に反映できる。
- (4) 事業の継続性・安定性の確保
担当職員の異動があっても、協定に基づき、事業を継続的・安定的に実施できる。

6 今後のスケジュール

- (1) 5月11日 松本市フレイル予防推進協議会報告
- (2) 5月27日 庁議報告
- (3) 6月18日 厚生委員協議会報告
- (4) 7月上旬 締結式



(報告事項 2)

令和7年度松本市フレイル予防関連事業実施報告

報告：保険課、健康づくり課

1 高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業

高齢者の心身の多様な課題に対応し、きめ細やかな支援を実施するため、75歳以上の後期高齢者の保健事業について、後期高齢者医療広域連合から委託を受け、市町村において介護保険の地域支援事業や国民健康保険の保健事業と一体的に実施するもの。

令和元年に「高齢者の医療の確保に関する法律」の改正により、市町村が実施主体となって取り組むことが義務付けられ、本市では令和3年度から事業開始している。

(1) 高齢者に対する個別支援（ハイリスクアプローチ）

ア 目的

医療費や介護給付費の増加につながる循環器疾患の発症予防及び、介護予防のため、健診データやレセプトからハイリスク者を抽出し、必要に応じた受診勧奨や保健指導を行い、医療や介護等の適切なサービスへつなげるもの。

イ 内容

(ア) 受診勧奨値以上のハイリスク者への保健指導

後期高齢者健診の結果から、79歳以下の受診勧奨値以上で医療機関を受診していないハイリスク者に対し、保健指導及び受診勧奨を行う。（受診勧奨通知発送後、電話による再勧奨を実施）

(単位：人/%)

対象者数※	再勧奨 対象者数	再勧奨 実施者数	最終受診者 数	受診率
100	29	20	839	83.8%

※ 対象者のうち、1名は施設入所のため、評価対象外となった。

(イ) 健康状態不明者の把握・保健指導・サービスへのつなぎ

年度内に77歳へ到達する健診・医療・介護情報の無い健康状態未把握者に対し、質問票を送付する。返信のあった質問票の回答結果から把握したハイリスク者に対し、生活・健康状態の確認し、必要に応じた保健指導や健診・医療・介護などのサービスへの接続をしている。

(単位：人)

質問票送付 対象者数	返信者数		未返信者数		
		個別フォロー 実施者数		包括支援センタ ーでの把握者数	最終的な 未把握者数
125	51	17	74	5	43

ウ 今後の方針

糖尿病性腎症や慢性腎臓病の重症化は、人工透析等の高額な医療費につながるため、引き続き血圧、HbA1c、eGFR（腎機能）、尿蛋白に着目し、適切な時期に医療へつながるよう、医療未受診者の受診勧奨に取り組む。

【参考】高齢者の一体的実施事業のハイリスク者への関わり

目 的	生活習慣病の発症及び重症化予防	フレイル該当者の重症化予防 (低栄養、口腔・運動・認知機能等の低下、フレイル予防)
対 象	79歳以下	年齢を問わない
把握方法	・受診勧奨値以上（後期高齢者健診結果） ・健康状態不明者（KDBデータ）	・フレイルチェック（後期高齢者健診質問票） ・通いの場等で行うフレイル健診
担当課	保険課	健康づくり課

(2) 通いの場等への積極的な関与（ポピュレーションアプローチ）

ア 目的

医療専門職が運動・栄養・口腔等のフレイル予防などの健康教育・健康相談を行い、フレイル予防の啓発活動を行う。

イ 内容

フレイル状態の把握をするため、フレイル質問票の記入および握力等、身体機能の測定を行う「フレイル健診」と、各種専門職による「フレイル予防講座・個別相談」を実施する。

ウ 実績

（単位：人）

	フレイル健診		予防講座		フレイル該当者数	
	回数	人数	回数	人数	フレイル人数	プレフレイル人数
R5	77	1,078	74	1,544	71 (6.6%)	495 (45.9%)
R6	79	1,190	79	1,651	82 (6.9%)	564 (47.4%)
R7	85	1,227	84	1,774	95 (7.7%)	586 (47.8%)

(単位：人)

	フォロー				フレイル該当者フォロー					
					フレイル		オーラル フレイル		低栄養	
	受診勧奨 ※1	介護	保健 指導	その他	受診 勧奨 ※2	生活指導 いき百 その他	受診 勧奨 ※2	生活指導 いき百 その他	受診 勧奨 ※2	生活指導 いき百 その他
R 5	1 6	0	0	1 6	1 4	5 4	※3	※3	6	2 7
R 6	4 2	0	0	5	2 1	6 0	2 2 ※4	3 0 ※4	3	2 1
R 7	5 2	0	0	1 3	1 1	5 1	1 8	3 4	1	1 7

※1 フレイル健診当日の血圧測定の際にかかりつけ医等への受診を勧奨（血圧高値、服薬の未継続など）

※2 フレイル該当者に対する受診勧奨は、フレイル外来（市内3か所）への受診を勧奨。

※3 対応した専門職の判断により受診勧奨を行ったため、比較できず計上していない。

※4 令和6年度から、ODK測定値が全て6回/秒未満かつ自覚的な嚥下咀嚼困難感を有するものを対象とし、二次スクリーニングとしてOF-5を実施しフォローを行った。

エ ミニフレイル健診

地区担当保健師が中心となり、状況に応じ健診項目を柔軟に設定し行うフレイルについて啓発する機会として行うもの。フレイル健診とは項目数が一致しないため、別に計上している。

回 数	1 3 回	
参加者数	1 6 9 人	[内訳] フレイル 9 人 プレフレイル 7 3 人

(3) フレイル予防啓発活動

2月1日「フレイルの日」に合わせた日を中心とした1か月間（1月16～2月15日）にかけて、集中的にフレイル予防に関する啓発として、職員が地区や保健センター等で主に対面での啓発や啓発資料の配布等を行った。また、市公式ホームページ等のSNSを活用し、日ごろの活動では接点のない市民等に向けた啓発活動を展開した。

ア 対面で行う啓発（地区及び保健センター）

イ ポスター掲出及び啓発資料の設置

ウ SNSを活用した啓発

エ イベントの開催

昨年度、2月1日（日）に市立博物館を会場に「フレイル予防フェス」を開催し、各種測定や運動体験、啓発活動を実施し、350人以上の市民が来場した。

2 電力スマートメーターフレイル検知事業

(1) 登録者数

(単位:人)

	総数 (※)	内訳		新規 登録者数	内訳	
		男性	女性		男性	女性
R 4	9 3	2 4	6 9	9 3	2 4	6 9
R 5	5 1 5	1 9 3	3 2 2	4 2 2	1 7 2	2 6 7
R 6	5 6 9	2 0 8	3 6 1	5 4	1 5	3 9
R 7	5 7 3	2 1 0	3 6 3	4	2	2

※登録後に事業対象外となった方（介護認定移行、市外転居、死亡等）を含む。

※令和4年度登録者のうち17人は、実証事業（令和4年度）のみの参加。

(2) 事業休止に伴う調査票対応結果

ア 対応内容

事業休止を通知するとともに、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。

イ 送付対象

事業登録者 478人

※全登録者のうち、事業対象外（介護保険適用、市外転出等）の方を除外。

ウ 調査結果

(ア) 調査状況の内訳

総人数 (人)	返送の 有無	人数 (人)			フォローの必要性	人数 (人)
478	あり	358※1			要(情報提供のみを含む)	79
					不要	279
	なし	120	電話での聞き取り	84	要(情報提供のみを含む)	19
			電話不通	36※2	不要	65

※1 うち7人は一部未記入あり、追加で電話での聞き取りを実施。

※2 ※うち1人は電話不所持

(イ) 要フォロー者の対応結果

(単位:人)

要フォロー者総数	対応	対応方針	人数
98	済	介入終了	69
	地区担当フォロー		29

※介入終了には、介護認定(すでに受給していた人)を含む。

(2) AIによる検知状況および結果

評価指標	数式	R4 (実証実験)	R5	R6		R7	
				初回検知のみの結果(通年)	新AI検証結果(継続検知者の結果を含む)	AIによる検知結果	フレイル質問票
○正確度 (Accuracy) フレイルを「フレイル」、健康を「健康」と判定	$\frac{TP+TN}{TP+TN+FP+FN}$	83%	—	—	—	—	85.8%
○陽性的中率：精度 (Precision) フレイルと判定し実際に「フレイル」	$\frac{TP}{TP+FP}$	23%	14%	7.7%	23.8%	36.4%	—
○感度 (Recall) フレイルを正しく「フレイル」と判定	$\frac{TP}{TP+FN}$	31%	—	—	—	—	2.2%
○特異度 (Specificity) 健康を正しく「健康」と判定	$\frac{TN}{TN+FP}$	89%	—	—	—	—	95.6%

※陽性的中率算出方法：R6.8月以前は、簡易フレイルインデックス3点以上またはすでに介護認定受給中の人をフレイルとしてカウント。R6.8月以降は、簡易フレイルインデックス3点以上または指輪っかテスト該当者をフレイルとしてカウント。

3 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における健診受診者に対し、後期高齢者健診の質問票からフレイル該当判定を行い、フレイル該当者への保健指導を実施した。

(1) フレイルチェック実施状況

保健指導実施医療機関(か所)	健診受診者数(人)	フレイル該当者数(人)	該当割合(%)	保健指導実施者数(人)	保健指導実施割合(%)
21	3,291	625	19.0	376	60.2

(2) 保健指導実施状況

※重複実施あり合計は一致しない (単位：人)

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(松本市で対応)		
			低栄養	通いの場等の紹介	介護への接続
376	344	28	8	17	18

4 地域介護予防活動支援事業

(1) 体力づくりサポーター育成事業

身近な場所で体力づくりを中心に自主活動を継続できる仕組みづくりのため、人材育成を行う。サポーターとしての登録者については、市が保険金を負担し、ボランティア保険に加入、安心して活動できる体制としている。

ア 体力づくりサポーター登録者数 (単位：人)

登録者 372	男性	50
	女性	322

イ 育成講座 (単位：人)

	参加者	修了者	登録者
岡田公民館	21	21	39
南部保健センター	18	18	

※全5回のうち3回以上の出席で修了者とした。

ウ 活動支援

会員向けに資質向上につながる支援を行うもの。

種別	概要	活動状況等
全体研修	会員対象に行う研修（栄養、口腔、認知症から選択）	252人参加
地区活動	各地区を会場に会員の資質向上や住民のフレイル予防啓発につながる活動を実施	年5回程度 137回
リーダーサポーター研修	ステップアップ講座を修了したリーダーサポーターを対象とした研修	52人

(2) 自主運動サークル支援事業（いきいき百歳体操サークル支援）

要介護の要因となる高齢による衰弱、骨折・転倒を予防するため、運動を取り入れたサークルの立ち上げを支援し、住民の通いの場を創出する。

高知市発祥の「いきいき百歳体操」の仕組みを活用し、地域づくりセンター、地域包括支援センター、地区生活支援員、福祉ひろば等と協力し、自主的な活動が継続できるよう支援を行う。

ア 支援内容

(ア) 地域への啓発

(イ) 立ち上げのための講習会（3～4回）

(ウ) 定期的な体力測定（年1回）

(エ) 活動継続の支援（相談、実施状況調査等）

(オ) 代表者集会（年1回）

イ 実績

年度	R 2	R 3	R 4	R 5	R 6	R 7
新規立上	2 0	1 9	2 3	3 3	1 1	7
累計サークル	5 1	7 0	9 3	1 2 6	1 3 7	1 4 4
登録者数(人)	8 3 6	1, 0 9 5	1, 4 5 0	1, 9 2 9	2, 0 9 0	2, 0 2 6

※4か所が休止中

5 医療連携

(1) フレイルサポートスタッフ養成

ア フレイルサポート医養成

令和4年度から、医療と連携したフレイル予防体制を構築するため、フレイルを考慮した高齢者医療を担う医師の養成研修を行い、令和6年度までに延べ50人のフレイルサポート医を養成した。

イ フレイルサポートスタッフ研修

市内の医療機関等へ勤務する医療従事者を対象に、広くフレイル予防に関する知識の普及やフレイル専門外来へ適切に接続できるよう、令和7年度から、後期高齢者健診でのフレイル該当者保健指導を行う医療機関の必須研修と位置づけ、開催方法をオンライン研修（+オンデマンド配信）とし実施している。

R 7	参加機関 (か所)	参加人数 (人)
6/3 (火)	5 2	1 0 7
3/12 (木)	6 2	1 4 4
合計 (延数)	1 1 4	2 5 1

(2) 健康づくり課への市立病院理学療法士受け入れ

地域の取組みと医療連携体制整備のため、令和5年度から出向を受けている。

(3) フレイル外来を有する医療機関間の連携

ア 市内3医療機関の連絡会議を令和7年11月26日に実施し、各病院の取組や課題を共有した。

イ フレイル外来の受診者数（実績）

		市立病院	藤森病院	丸の内病院
R 6	受診者数 (人)	5 8	1 7	1 1
	うち地域からの紹介	3	3	1
R 7	受診者数 (人)	4 4	9	6
	うち地域からの紹介	8	1	0
	うちかかりつけ医から	3	5	不明

※R 7は4～2月の実績

6 令和7年度事業の評価と今後の方向性

- (1) フレイル予防の啓発について、フレイルの日を中心とした啓発活動を実施してきました。今後も、若年世代も含めた啓発活動を行い、フレイル予防に関心を持ち、自ら予防活動に取り組める市民を増やす取組みを強化して行います。
- (2) 後期高齢者健診のフレイルチェックを21か所の医療機関で行い、保健指導を実施してきましたが、R8からは全受診者に対しフレイル該当判定を実施します。これに伴い、保健指導実施医療機関の拡充と、医療機関における啓発の機会、医療従事者の知識向上と対応するための研修を実施します。また、健診受診率の向上を目指します。
- (3) 把握したフレイル該当者への支援について、医療機関（内科、歯科、フレイル外来）と地域で連携し、必要な個別支援を行い、地域で支える体制を強化していきます。
- (4) 地域でのフレイル予防・健康づくりを支える体制整備として、自主運動サークルの立上げ支援やサークルの実態調査により、紹介しやすい・参加できる体制を構築します。

(報告事項3)

令和8年度松本市フレイル予防関連事業計画について

	事業名	実施の方向性	主な目的	変更点など
一体的事業	フレイル健診・予防講座	継続	・フレイル予防啓発 ・フレイル該当者の把握 ・保健指導	
	後期高齢者健診でのフレイルチェック	強化	・フレイル該当者の把握 ・適切な保健指導の実施 ・フレイル予防の啓発	・全受診者に対しフレイル該当判定を実施し、健診結果報告書へ記載。 ・保健指導実施医療機関(44か所予定)
	ハイリスクアプローチ	継続	・介護、医療等の必要な支援への接続 ・適切な保健指導の実施	・オーラルフレイル連携手帳の活用 ・オーラルフレイル対応歯科医院、口腔機能低下症対応歯科医院の整理と連携体制の確立 ・後期高齢者健診フレイル該当者への保健指導の充実
地域介護予防活動支援	体力づくりサポーター育成	継続	・地域の通いの場づくりを支える支援体制の強化 ・フレイル予防の啓発	・地域でリーダーとして活躍できる人材の育成、新規会員の確保が課題
	自主運動サークル支援(いきいき百歳体操)	継続	・地域での体制整備 ・通いの場の創出	・新たなサークル立ち上げにつながる支援が必要
		新規	【全サークル実態調査】 ・接点がないまたは、未把握サークルの掘り起し ・新たな参加者増加	・接点のないサークルも含め全サークルの実態調査及びフレイル予防啓発の実施
医療連携	フレイル外来	継続	・個に応じた医療からのアプローチ(疾病の重症化予防)	・フレイル外来(3か所)の連携会議の定期的な開催
	フレイルサポートスタッフ養成研修	継続	・フレイルを考慮した高齢者医療体制づくり ・後期高齢者健診フレイルチェック実施の体制強化	・後日、オンデマンド配信を行う。 ・後期高齢者健診でのフレイル該当者保健指導の実施医療機関の必須研修と位置づけ
	市立病院から出向(リハビリ専門職)	継続	・医療との連携体制強化	・作業療法士へ職種変更
啓発	地域での啓発	強化	・若い世代も含めたフレイル予防(生活習慣改善)周知 ・地区関係職員との連携	・高齢者福祉サービスと連携した周知(入浴施設) ・関連団体の協力による啓発拡大 ・4/18,19(イオンモール松本「ケア活」)、5/17(口腔ケア学会)
	「フレイルの日」啓発(1/16~2/15)	継続	・若い世代も含めたフレイル予防周知	・「食、オーラルフレイル」を中心とした啓発
その他	厚労省が公募する老人保健健康増進等事業の実証調査への協力	新規	東京都健康長寿医療センターが補助金事業として行う「地域包括支援センター等と医療機関の連携による地域資源への接続にかかるモデル事業の実証調査」として、後期高齢者健診フレイル該当者への保健指導の取組みの実践事例調査への協力を依頼されたもの。東京都八王子市、板橋区、及び本市が調査対象自治体として選定。	
	フレイル予防センター	継続	フレイル予防センター(仮称)開設に向けた検討	

(報告事項4)

令和7年度オーラルフレイル対策における地域と歯科医療の連携実績報告

オーラルフレイル対策における地域と歯科医療の連携について、令和7年度からフレイル連携手帳を用いた運用を開始しましたので、報告するものです。

1 通いの場での「フレイル健診」におけるオーラルフレイル該当者へのフォロー状況

フレイル健診	「問診：噛みにくい and/or むせ該当」かつ 「パタカ測定 全て6回/秒未満」	該当人数 56人
フレイル予防 講座	上記該当者へのOF-5実施	実施人数 32人

フォロー状況（重複あり）

受診勧奨	18人
（再掲）フレイル連携手帳活用による受診勧奨 対象：「OF-5 2項目以上該当」かつ 「過去1年以上歯科受診なし」	7人
生活指導（口腔衛生・口腔体操指導）	24人
フレイル外来紹介	1人
OF-5実施のみ（保健指導なし）	3人

2 医療連携状況

フレイル連携手帳活用による受診勧奨7名のうち、3名が歯科医院へ受診
[R8.3.31 現在 国保データベースシステム（KDBシステム）で確認]

3 令和8年度の実施

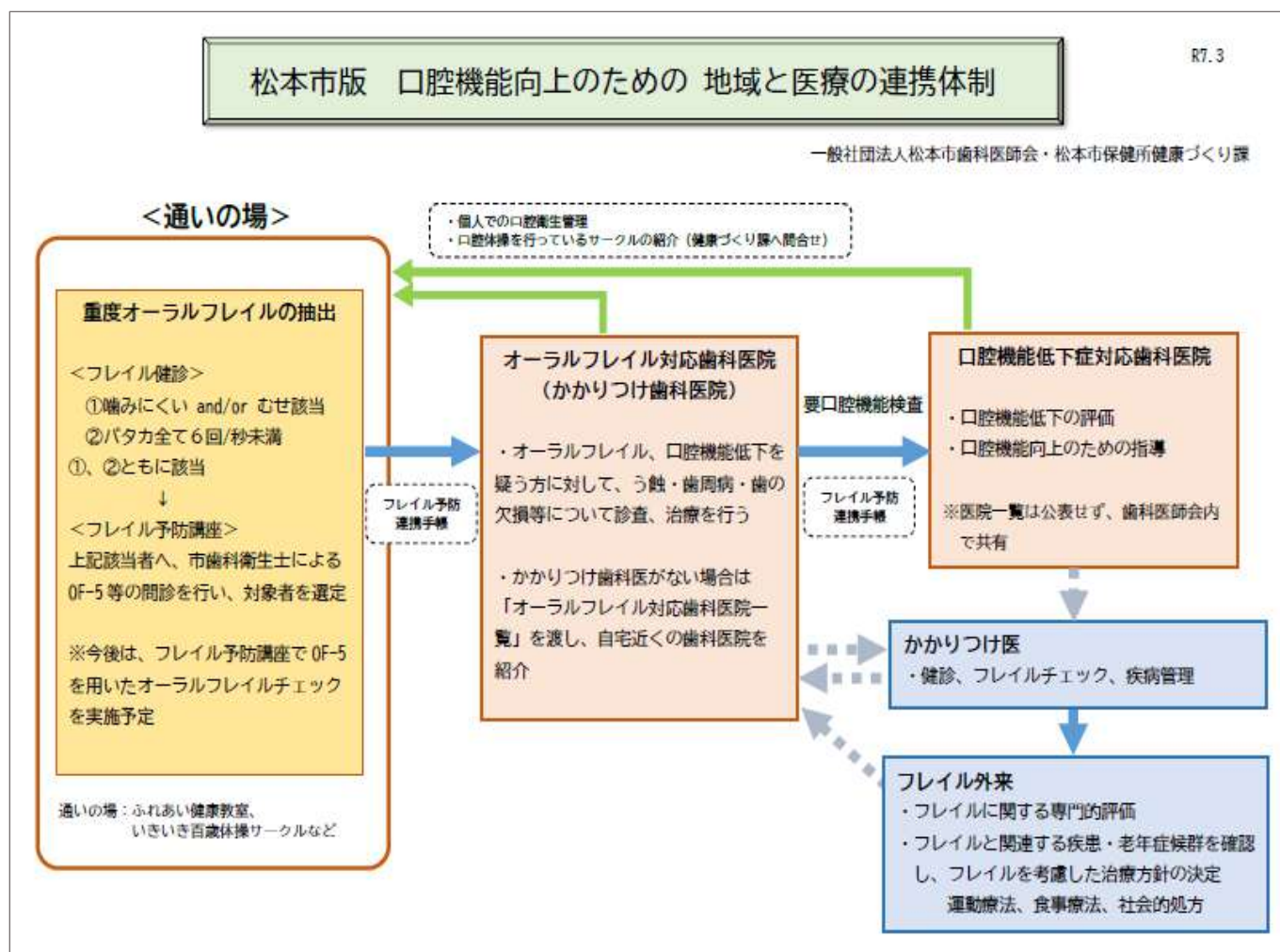
フレイル連携手帳を渡す基準の変更

「過去1年以上歯科受診なし」を「歯科受診歴に捉われない」に変更

【理由】

- ・ 普段の定期健診で、口腔機能状況までは検査を行わないことが多い。
- ・ 連携手帳により、歯科医院（歯科医師）の「口腔機能低下への対応」の意識づけになる。

【参考】



オーラルフレイル質問票（OF-5）

概念	評価方法	基準値
歯科・口腔状態 残存歯数の低下	自身の歯が何本残っていますか	20本未満
咀嚼困難感	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	はい
嚥下困難感	お茶や汁物等でむせることがありますか	はい
口腔乾燥感	口の渇きが気になりますか	はい
滑舌低下 （口腔巧緻性）	普段の会話で、言葉をはっきりと発音できないことがありますか	はい

オーラルフレイル3学会合同ステートメント

（日本老年歯科医学会、日本老年医学会、日本サルコペニア・フレイル学会）

(報告事項5)

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」からの協力依頼により行う、標記総会・学術大会におけるブース出展について内容等を報告するものです。

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 ブース出展

(1) 日時

令和8年5月17日(日) 午前9時30分から午後4時30分

(2) 会場

信毎メディアガーデン1階ホール

(3) 内容

ア ポスター展示(実際はA1サイズ、カラー印刷)

別紙1, 2, 3のとおり

イ フレイル予防連携手帳の展示

ウ パンフレット配布

5 その他

(1) 当日のブース出展での表記名は、松本市フレイル予防推進協議会となる予定です。

(2) 当日は、来訪者への説明等を市職員1名で対応します。

6 参考資料

(1) ブース出展内容(別紙4)

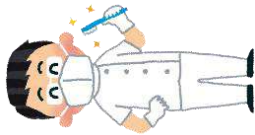
(2) 日程表(別紙5)

松本市歯科医師会では、

「11月8日 いい歯の日」にあわせ、多くのみなさんへ“おくちの健康”に関心をもってもらうため、新聞へ広告を掲載しました。

オーラルフレイルとは、「お口のさいなな衰えが始まっている状態」です。

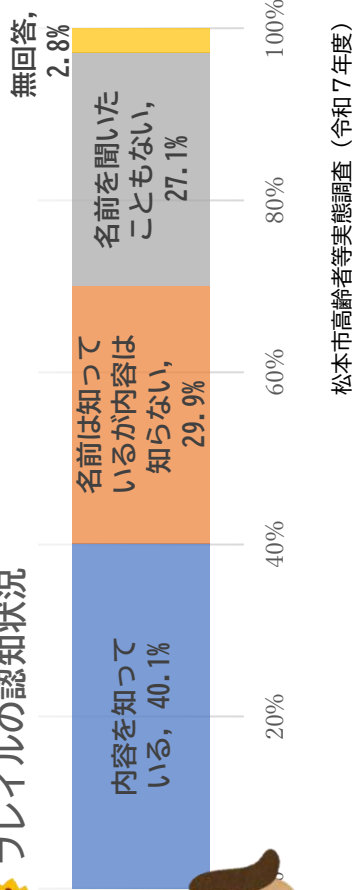
- ☒ 食べ物がかみにくい
- ☒ 食べたい食べ物を選べなくなる
- ☒ 噛む力が落ちる
- ☒ 食べたいものが食べにくい



合言葉は…

おいしく食べられることは
フレイル予防の第1歩

フレイルの認知状況



松本市では、若い世代から「フレイル」について知り、自ら予防のために食生活や運動、定期的な健診の受診など、日常生活の中に組み込めることを目指しています。

誰もが「フレイル」という言葉の意味を理解できるよう、さまざまな機会をとらえお知らせをしています。



11月8日 いい歯の日

松本市歯科医師会 (一社) MATSUYAMA DENTAL ASSOCIATION

TEL (0263) 332354

松本市健康 2-3-21

松本市健康 2-3-21 TEL (0263) 332354

松本市健康 2-3-21 TEL (0263) 332354

地域での
フレイル該当者の把握

地域における通いの場などにおいて、「フレイル健診」として、フレイルについて啓発や体力測定等を実施し、リスクの高い方へ個別に支援しています。

【抽出基準：オーラルフレイル】

- ①「かみにくい、または、むせる」自覚あり
 - ②パタカ測定すべてが1秒間に6回未満
 - どちらにも該当
- ⇒歯科衛生士が個別相談の結果、必要な場合に歯科受診をおすすめ

【抽出基準：低栄養】

- ①半年間に2～3kg以上の体重減少あり
- ②BMI 20未満 どちらにも該当

松本市で対応

【抽出基準：身体的フレイル】

「日本版フレイル基準」で、3点以上

【フレイル予防連携手帳】

松本市独自
A5サイズ、バインダー式
フレイル健診などでフレイル該当者へお渡し、医療機関等との情報共有や連携に活用。
ご本人もフレイルに関わる測定結果や経過が確認でき、モチベーションを保つことができます。

オーラルフレイル
対応歯科医院
(117か所)

後期高齢者歯科健診
定期受診

歯科



口腔機能検査が必要

口腔機能低下症
対応歯科医院
(35か所)

今後構築
互いに対象者を
紹介し合う仕組み

薬局

後期高齢者健診からの
フレイル該当者の把握

医療

【抽出基準：

フレイル、低栄養、社会参加】

健診質問票に松本市独自項目を加えた5項目からフレイル該当を判定。
★フレイル外来へ紹介やかかりつけ医の保健指導を実施（R7・21か所）

かかりつけ医

保健指導実施の
情報提供
松本市



高齢者

通いの場等で行う
健康講座など

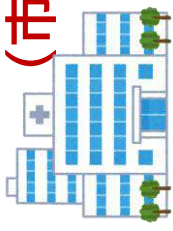
地域

地域づくり
センター

地域包括
支援センター

地区関係
職員

フレイル外来
(市内3か所)



○松本市立病院
電話0263-92-3027

○藤森病院
電話0263-33-3672

○丸の内病院
電話0263-28-3003



要予約

本日！
展示中！



高知市が発祥のおもりに使った筋力向上を目的とした「**いきいき百歳体操**」の口腔機能向上のための体操が「**かみかみ百歳体操**」です。DVDを見ながら、椅子にすわり口の周りや舌を動かす約10分間の体操です。

★松本市では、市内の142サークルで

「**いきいき百歳体操**」に取り組んでいます、その一部として行っています。

どんな効果があるの？

口の周りに力がつくので、食べこぼしやむせが改善されます。舌にも力がつき、滑舌もよくなります。また、唾液がよく出るようになり口中が清潔に保たれやすくなります。

いつでも構いませんが、食事の前におこなうと口の準備運動になります。唾液も出て、口が潤うことで飲み込みもスムーズになります。週1回以上「いきいき百歳体操」と併せて実施するとより効果的です。

高知市発祥の筋力向上のための**体操**で、手足におもりをつけ、DVDを見ながら**約40分間**のプログラムです。

サークル一覧は**こちら**



やってみよう！

★「いきいき百歳体操」
体操動画は **こちら**



やってみよう！

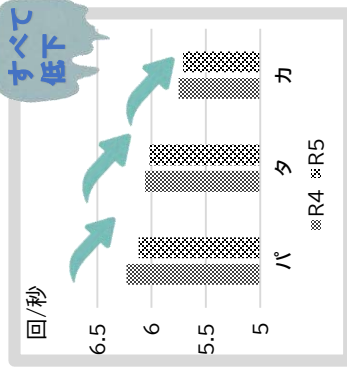
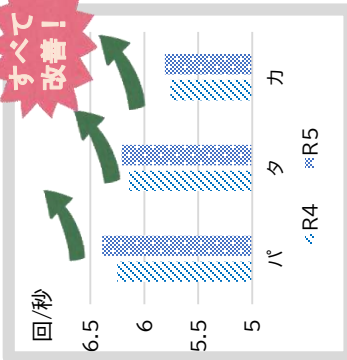
★「かみかみ百歳体操」
体操動画は **こちら**



いつやればいいのか？

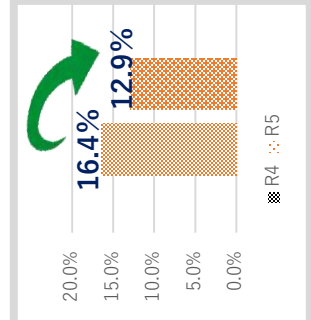
体操の効果が
ありました！

【令和4、5年度2年連続してパタカ測定した65歳以上の松本市民データ】



毎週いきいき百歳体操とかみかみ百歳体操に取り組んでいるサークル参加者(116名)

月に1度集まるサークル参加者(259名) ★かみかみ百歳体操は未実施



かみにくさ、むせやすさを
感じている人は **減少** しました！

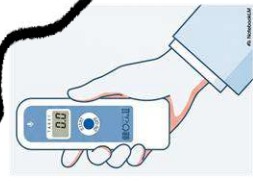


※一般的に咀嚼嚥下機能低下の
自覚がある者 およそ26%
オーラルフレイルに関する3学会合同アンケートより

毎週いきいき百歳体操とかみかみ百歳体操に取り組んでいるサークル参加者(116名)

パタカ測定とは...

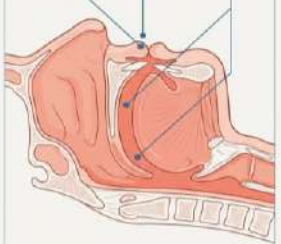
「パ」「タ」「カ」それぞれ5秒間に何回言えるか、器械を使って測定する、お口の機能検査です。1秒間に言えた回数を記録し、基準値である**6回未満**になると、**舌や口の機能低下の可能性**があります。



食べ物をしっかりかんで
飲みこむことが習慣になっていると
いいことがたくさん！
松本市オリジナルの口ゴを作成し、
さまざまな場面で活用しています。



測定の目的：口腔機能の3つの指標



舌をしっかりと閉じることで発音。
「足しやくし、食べれるか？」が
わかります。

舌の前方が口蓋に触れることで発音。
「上手に飲み込めるか？」がわかり
ます。

舌の奥の方が軟口蓋に触れることで
発音。「飲み込む力があるか？」が
わかります。

(5月17日開催) 日本口腔ケア学会会場におけるブース出展について

R8.4.9

長野県オーラルフレイル対策タスクフォース

会場・時間	出展団体	内容	電源 使用
【第4会場】 松本市立博物館1F 「交流学習室」 9：30～16：30	長野市	・ポスター掲示等	なし
	飯山市	・リーフレットの設置・配布 ・体験コーナーの設置 (健口くん ハンディII、風船、ふきもどし) ・集落サロンや歯科指導の様子掲示	なし
	理学療法士会	検討中	
【第5会場】 信毎メディアガーデン1F 「ホール」 9：30～16：30	長野県医師会	・パネル掲示等	なし
	長野県栄養士会	・ポスター・のぼり旗の設置 ・リーフレットの設置・配布 ・体験コーナーの設置(血管年齢測定、握力測定)	あり
	長野県言語聴覚士会	・ポスター・のぼり旗の設置 ・リーフレットの設置・配布 ・体験コーナーの設置 (簡単にできる嚥下機能評価(RSST、MWST：水飲みテスト)、とろみの見本提示) ・嚥下体操の用紙を希望者に配布	なし
【第6会場】 イオン松本モール1F 「きらめきコート」 9：30～16：00	長野県歯科衛生士会	・ポスター・のぼり旗の設置 ・リーフレットの設置・配布 ・体験コーナーの設置 (健口くんによるオーラルディアドコキネシス測定、咀嚼判定ガムでの咀嚼能力チェック、子ども向けに吹き矢・ストロー魚釣りなどのゲーム)	なし
	松本歯科大学	・体験コーナーの設置(口腔乾燥チェック：ムーカスという器械を使用して口腔乾燥チェックを行う予定です。)	なし
	日本健康運動指導士会長野県支部	・リーフレットの設置・配布 (オーラルフレイル対策タスクフォース作成の「オーラルフレイル予防」リーフレット、「ずくだすガイド(第2版)」普及用リーフレット) ・「あいうべ体操」の展示と動画へのQRコード表示(スペースに余裕がある場合)	なし

- * 第4会場、第5会場は前日から準備が可能ですが、基本的に**当日準備・当日撤収**の予定です。
当日に担当者を会場に配置されない予定の団体は、展示物の配置等の対応をタスクフォース事務局(健康増進課)が行いますので、あらかじめお知らせください。物品の収受について個別にご相談します。
- * 各団体の**担当者の配置は必須ではありません**。また、担当者配置に係る謝金・旅費等は各団体にてご負担をお願いします。
- * 第4会場、第5会場にはポスター等を貼付できる「ホワイトボード」があります。
第6会場は商業施設のため、ポスター貼付は不可です。

日 程 表

1 日目 2026 年 5 月 16 日 土

M ウイング南					松本市立博物館	M ウイング南
第 1 会場	第 2 会場	第 3 会場	第 4 会場	ポスター会場		
6F 多目的ホール	5F レクリエーション室	3F 会議室 3-1, 3-2	1F 講堂	6F 中央体育館		
開場は 9:00 です。						
9:00						
10:00	9:50～10:10 オープニングセレモニー・ 大会長挨拶	座長：岩淵 博史 演者：山内 智博	10:00～11:00 歯科衛生士部会企画シンポジウム 歯科衛生士の浸潤麻酔行為に 関する現状整理と今後の展開 座長：高橋 直樹、池上 由美子 演者：眞木 吉信、船原 まどか	10:00～ 12:30		
11:00	10:10～11:10 コンセンサスカンファレンス(1) 緩和医療と口腔ケア 座長：米永 一理、寛 康正 演者：米永 一理、下郷 麻衣子	10:10～11:40 薬剤師部会企画シンポジウム 薬局薬剤師と歯科医師の連携による 口腔健康管理の推進 ～セルフケアから在宅医療まで～ 座長：出石 啓治、岩田 紘樹 演者：山浦 克典、榎本 尚人 鹿村 恵明、三谷 徳昭 五島 朋幸	10:10～11:10 口腔乾燥症ガイドライン 委員会企画講演 6学会合同口腔乾燥症用語・ 分類検討委員会報告 口腔乾燥症診断ツールについて			
12:00	11:20～12:20 在宅医療委員会企画講演 在宅医療における ICT 活用の現状と問題点 座長：杉本 太造 演者：五十嵐 史征、笠原 純子 大橋 三広	座長：白野 美和 演者：田中 彰	11:10～12:10 歯科衛生士部会企画交流会 あつまれ歯科衛生士！ 歯科衛生士が行う浸潤麻酔 についてみんなで話そう！！ 座長：池上 由美子			
		11:40～12:20 臨床モニタリング 委員会企画講演 臨床モニタリング調査に参加しませんか。				
		ファシリテーター：相原 喜子、谷口 真理子、川名 美智子 宮 しほり、藤田 峰子、船原 まどか				
13:00	12:30～13:40 総会	12:40～13:40 ランチョンセミナー 1 唾液分泌減少がもたらす負の スパイラルからの転換 ～基礎的知見を踏まえた 口腔ケアのアップデート～	12:40～13:40 ランチョンセミナー 2 がん薬物療法における 口腔粘膜障害を考える 座長：酒井 洋徳 演者：濱田 倫史 共催：第一三共株式会社 メディカルアフェアーズ本部	12:30～ 16:00		
14:00	13:50～14:50 共同研究委員会企画 シンポジウム 口腔ケアの標準化と効果検証に 向けた新たな共同研究の提案	13:50～14:40 看護部会企画教育講演 看護の質向上を目指した 口腔ケア e-learning 教材の 開発	座長：栗田 浩 演者：田中 彰 共催：株式会社大塚製薬工場/ イーエヌ大塚製薬株式会社			
15:00	14:10～15:40 薬剤師部会企画 ハンズオンセミナー 明日から実践できる 薬剤師のための 口腔内フィジカルアセスメント 座長：山浦 克典 演者：大山 順子、吉濱 るみ	14:40～15:30 看護部会企画交流集会	座長：道重 文子、江尻 晴美 演者：大野 晶子			
16:00		看護の質向上を目指した口腔ケア の実践への支援を考える ～口腔ケアに関心を持って 実践している看護職の交流を通して～ 座長：東野 督子、水谷 聖子 演者：上野 静香、宮坂 由紀乃				
17:00			16:00～18:30 ポスター P1～P19 16:00～18:25 アンコールポスター EP1～EP5 16:00～18:20 International Poster IP1～IP6	16:00～ 18:30		
18:00						
19:00						18:40～ 会員懇親会

※ 市民公開セッション

26