

<報道発表資料>

健康福祉部長寿介護課
担当 課長 神原
直通 048-996-2836
E-mail:chojukaigo@city.yashio.lg.jp



フレイルチェック測定会の開催（県内初）

フレイルとは、高齢になって筋力や心身の活動が低下した状態のことで、健康と要介護の間（虚弱な状態）を意味しています。

市では、フレイル予防に取り組むにあたり、フレイルチェックを考案した東京大学高齢社会総合研究機構のプログラムに沿って、市民ボランティアとなる「フレイルサポーター」12人を9月に養成しました。

今後は、高齢者が自らの健康状態を確認するため、体組成計などの機器を使用して測定する「フレイルチェック測定会」を県内で初めて開催します。

1 目的

高齢者の健康寿命を持続するためには、「栄養・運動・社会参加」の観点から、自分の健康状態を確認することが重要です。市では、フレイル予防への意識高揚を図り、健康寿命の延伸につなげることを目的に、フレイルチェック測定会を開催します。

2 日時・場所・担当

- ①令和2年10月27日（火）午後2時～4時 ゆまにて（東部地域包括支援センター）
- ②令和2年11月6日（金）午前10時～正午 保健センター（西部地域包括支援センター）
- ③令和3年1月22日（金）午後2時～4時 メセナ・アネックス（南部地域包括支援センター）
- ④令和3年2月16日（火）午後2時～4時 八條公民館（北部地域包括支援センター）

3 対象者

65 歳以上で市内在住の方

4 定員

各 20 人（先着順）

①②は 10 月 15 日から、③④は 12 月 15 日から、担当の各地域包括支援センターにて電話で申込み受付する。