

デジタル技術の活用によるフレイル予防推進事業

～広島県広島市～

通いの場 # フレイル予防

基本情報

人口：1,175,724人
高齢化率：26.4%
(令和6年4月末現在)

取組概要

高齢者の心身の状態を可視化し、高齢者の介護予防の取組の動機付けや専門職による効果的な指導・助言につなげることを目的に、令和6年3月から新たにスタートさせた事業である。

具体的には、地域介護予防拠点のほか、介護予防教室やイベントの場において、専用のシステムにより歩行姿勢を測定するとともに、タブレットを使った健康チェックを行い、それらの結果をその場で参加者に提供している。

複数回参加し測定した場合には、過去の結果と比較することも可能である。

当日の流れ

1. 地域包括支援センターの職員から簡単な事業の説明
2. リハビリ専門職から歩行姿勢測定及び健康チェックの方法について説明
3. 歩行姿勢測定をする人と健康チェックをする人に分かれてそれぞれ測定・回答を実施
 - (1)歩行姿勢測定：カメラに向かって歩く → リハビリ専門職から結果について個別説明 → 結果資料の配付
 - (2)健康チェック：握力測定・タブレットを使用して健康チェック → 結果資料の配付
4. リハビリ専門職から総評



デジタル技術の活用によるフレイル予防推進事業 ～広島県広島市～

通いの場 # フレイル予防

参加者の様子

- 歩行姿勢測定も、タブレットへの健康チェックの回答入力も楽しくされており実年齢よりも結果が若く出たため喜んでおられた。
- 仲間同士で測定結果を見せ合って話に花を咲かせている方がほとんどだった。



取組の成果

- 歩行姿勢測定及び健康チェックシートを実施した結果は、当日印刷し高齢者に提供することで、自身の状態の理解が深まり、継続意欲が高まる事が期待できる。
- 今後、これらの結果を集約し、市内全域や集団ごとに集計・分析を行う予定である。
- 歩行姿勢測定の結果や健康チェックの結果により、必要に応じて個別支援へのつながりもできる。



今後の展望

- デジタル技術を活用したフレイル予防の取組により、歩行姿勢測定結果及び健康チェックシートの結果で心身の状態が見える化し、自主的な介護予防に取り組む高齢者の増加を目指す。また、フレイル状態の高齢者を早期発見し、個別支援につなぐ。

デジタル技術の活用によるフレイル予防推進事業 全体イメージ

図版提供：NEC

