



横浜市のフレイル予防の取組

民間企業等と連携したポピュレーションアプローチについて

横浜市健康福祉局地域包括ケア推進課

介護予防担当係長 清水 智子

令和6年12月18日

第9期 横浜市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画・認知症施策推進計画

I 自分らしい暮らしの実現に向けて

2 高齢期の暮らしに必要な情報の発信と啓発 ～ヨコハマ未来スイッチプロジェクト～

◆ 介護予防の普及啓発(フレイル予防等の推進)【新規】

事業内容

- フレイル予防の4本柱である、運動、オーラルフレイルの予防、低栄養の防止、社会参加に一体的に取り組める環境づくりを進め、市民がフレイルについて理解し、自身や周囲の人のリスクに気づき、フレイル予防に取り組む人が増えるよう支援します。
- フレイル予防の4本柱と併せて、こころの健康や認知機能の維持、疾病管理の3つの取組を推進します。
- 庁内外の関係機関や関係団体等と連携し、フレイル予防、口コモ予防、口腔機能の向上、栄養改善、社会参加の促進、こころの健康維持や認知症予防、健診・検診を含めた適切な受診等の効果的な普及啓発を行います。
- 民間企業と連携し、介護予防・フレイル予防や健康づくり、社会参加に関する取組を行い、幅広い対象者に普及啓発を行います。

横浜市のフレイル予防施策の考え方



明日をひらく都市
OPEN X PIONEER

◇フレイル総論(フレイル・フレイル予防)に関する啓発

- ・4つの柱「運動・口腔・栄養・社会参加」のほか、3つの取組「こころの健康、認知機能、健康と医療」に関する情報提供を行います。
- ・フレイル予防の取組にあたっては、特に、4つの柱「運動・口腔・栄養・社会参加」に関する取組を一体的に取り組むことのできるよう情報提供を行います。

フレイル予防(ポピュレーションアプローチ)で目指すステップ(目標)について

ステップ1:知る	フレイル予防について関心を高めることができる
ステップ2:気づく	自分の健康状態に気づくことができる
ステップ3:行動する	フレイル予防に取り組むことができる

フレイル予防(ポピュレーションアプローチ)の4つのポイント



自然とフレイル予防に取り組める環境づくりに向けた推進体制



明日をひらく都市
OPEN X PIONEER

18行政区の課題や特徴に応じた
自然とフレイル予防に取り組める環境づくり

単発の取組

- ・ 非日常
- ・ 期間限定の行事

健康福祉局

区役所

地域ケアプラザ

地域の団体等

民間企業や団体

継続的な取組

- ・ 日常
- ・ 日頃の活動の中に溶け込む
仕組みづくり

さまざまな要因も考慮

性別

地域差

教育歴

嗜好

無関心

フレイルについて
知らない

つい手に入る

ついでにやってみる

「関心を持つ」「知る」きっかけづくり



ステップ1
知る

ステップ2
気づく

第9期横浜市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画・認知症施策推進計画
計画期間 令和6年度～令和8年度

ハイリスクアプローチとの連携

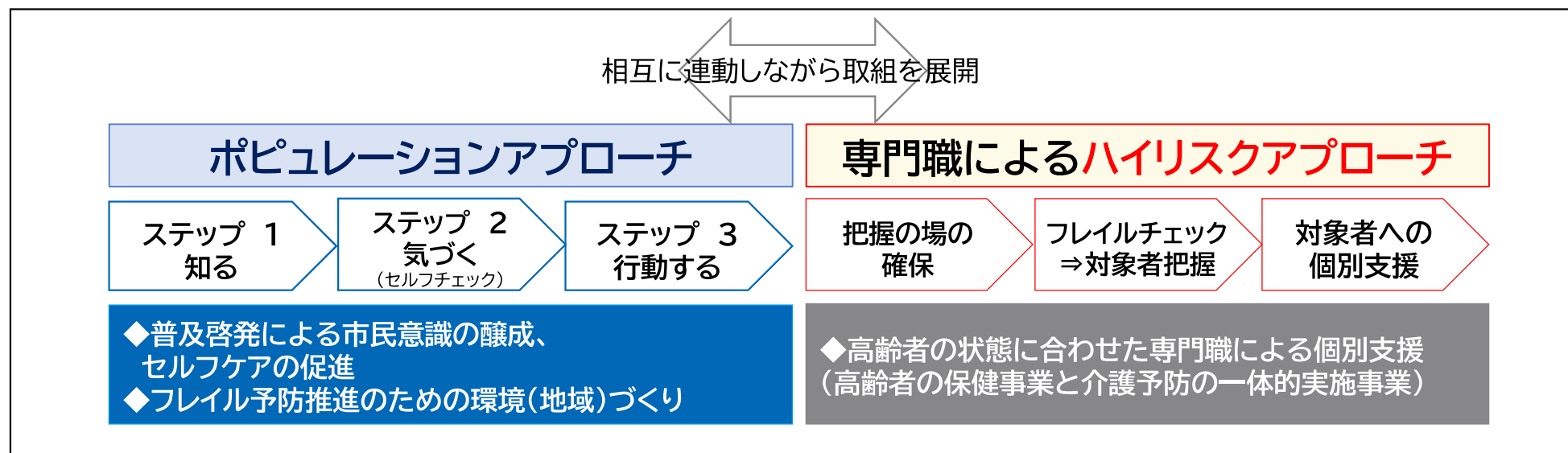


明日をひらく都市

OPEN X PIONEER

◇「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業」と連動した普及啓発

- ・普及啓発を行う対象者に対して、自身の健康状態に気づくためのツールとして、「横浜市フレイルチェックシート」を活用することや、事後のフォローとしてフレイル予防リーフレットを活用することなど、ハイリスクアプローチの対象者を把握し、支援につなぐ視点にも留意します。



【参考】民間企業等と連携した事業実施の例①

取組	内容	主催者
イオンリテール(株)店舗でのイベント・ブース出展	イオンリテール(株)の店舗でのイベント実施 行政や協力企業・団体による体験ブース等の出展	区役所のみ

(1) 実施店舗を設定



対象店舗

大規模店舗

- ・イオンスタイル天王町
- ・イオン本牧店
- ・イオンスタイル東戸塚

中規模店舗

- ・イオンスタイル戸塚
- ・イオンスタイル横浜瀬谷
- ・イオン金沢シーサイド店

小規模店舗

- ・イオンスタイル横浜高田

(2) ブース出展内容を設定

例



実施の主催者は区役所

※地域関係者等との共催や協力も可

パッケージ

協力企業・団体

- ・イオンリテール（株）協力企業
- ・大塚製薬（株）
- ・日本生命保険相互会社
- ・(公財)横浜市スポーツ協会※
- ・(公社)神奈川県栄養士会※ ※有料

(3) 実施



◇実施前

- ・会場となる店舗や協力企業等との事前調整や下見
- ・入店作業届の提出

◇実施後

- ・振り返り
- ・実績報告

【参考】民間企業等と連携した事業実施の例②



明日をひらく都市

OPEN X PIONEER

取組	内容	主催者
行政主催講演会等での ブース出展	行政が主催する講演会等での、協力企業・団体による体験ブース等の出展	区役所のみ ※関係者との共催等は可

(1)実施場所を設定



想定される会場

- ・区役所内の大会議室
 - ・区役所内のホール
 - ・区公会堂
 - ・民間の貸しホール 等
- ※ブース出展できるスペースが確保可能な場所を設定

(2)ブース出展内容を選定

例



体力測定



栄養
アドバイス



フレイル予防に
関する展示

実施の主催者は区役所

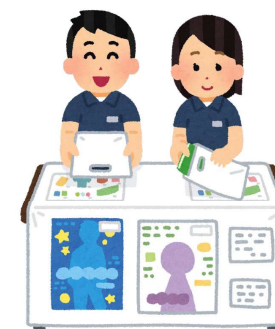
※地域関係者等との共催や協力も可
※パッケージ外の民間企業等のブース出展等と併せて実施することも可能ですが、内容にご配慮下さい。

パッケージ

協力企業・団体

- ・(公社)神奈川県栄養士会
- ・(一社)横浜市薬剤師会
- ・日本生命保険相互会社

(3)実施



- ◇実施前
会場となる店舗との
事前調整や下見
- ◇実施後
 - ・振り返り
 - ・実績報告

【参考】民間企業等と連携した事業実施の例③



明日をひらく都市
OPEN X PIONEER

小売店でのデジタルサイネージ掲示

	企業名	会場詳細	情報発信の内容・備考	実施期間
1	まいばすけっと株式会社	市内約200店舗 店舗内のデジタルサイネージを活用した啓発を予定	市域で共通の啓発媒体を通年で使用	都度期間を決めて実施
2	日本生命保険相互会社	ニッセイライフプラザ横浜 (西区北幸1-6-1横浜ファーストビル6F)での啓発を予定	市域で共通の啓発媒体を通年で使用	常時配架、掲示を実施



まいばすけっと店舗での実施状況

令和6年9月4日～17日にかけて、
店舗内のデジタルサイネージ(ヨコ型)
にて放映。
今後ともご協力を適時依頼予定。