

かけがわ健活プロジェクト～茶やっど健康測定～ 実施報告書



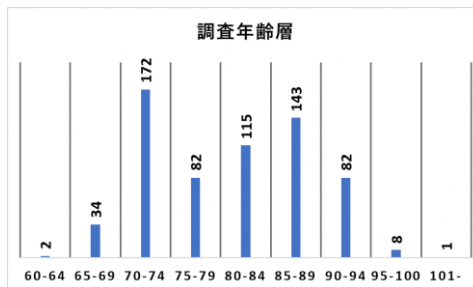
1. 事業目的

65歳以上の掛川市在住高齢者に対し、運動・栄養・口腔・閉じこもり・認知・抑うつ項目についての実態を調査し、調査結果から掛川市在住者が要介護状態やフレイルに移行するまでの機能低下の順序性について検討する。本調査から、今後の住民サービス向上に資する情報を得ると共に、掛川市が実施する介護予防事業やその他事業に反映させる。

2. 調査実施時期 令和3年4月～令和4年2月

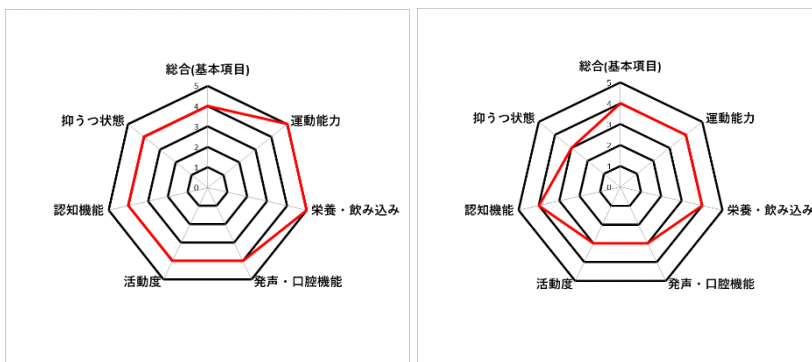
3. 調査対象者と参加者

がんばれ！筋ちゃん体操、生きがいデイサービス、かけがわ健康カレッジ、スマイルステップの各参加者と、それぞれの協力ボランティアを対象とした。参加者総数は、639名(男性53名、女性585名)であった。年齢構成を上図に示した。



4. 調査結果

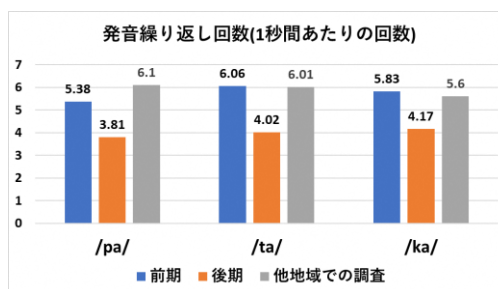
本調査では、要介護状態への移行やフレイルへの移行に焦点を当てたため、前期高齢者(N=206)と後期高齢者(N=431)に分けて結果を分析した。



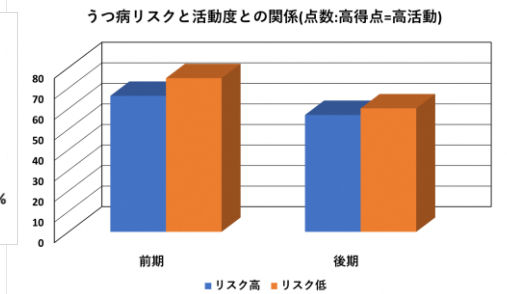
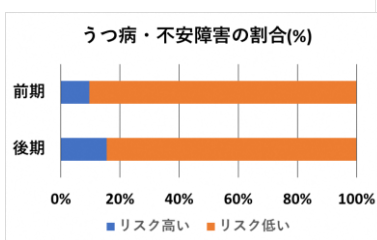
【前期高齢者の状況(高得点=良好)】

【後期高齢者の状況(高得点=良好)】

本調査から、掛川市においては「口腔運動低下」と「抑うつ状態」が「活動度低下」を生じさせ、運動能力低下に至る実態が明らかとなった。要介護やフレイル状態の予防には、口腔運動・抑うつ・活動性向上への対策を行いつつ、運動能力向上に向けた活動や施策が望まれる。



特に後期高齢者では、口腔運動低下が急速に進行すると同時に、抑うつ状態が増し活動度が低下する。後期高齢者に対しては、歌や会話等、日ごろからコミュニケーションできる場の提供も望まれる。



が低下する。後期高齢者に対しては、歌や会話等、日ごろからコミュニケーションできる場の提供も望まれる。