

令和3年(2021年)10月8日開催 社会文教委員会協議会 勉強会

講義「フレイル予防対策とその評価について」に対する委員所感まとめ

1 講義に対して

木下 徳康	<p>○介護が必要となる前のフレイルは予防や回復が可能な状態なのであるからこそ重要である。</p> <p>○フレイルは身体的、心理的、社会的と3つに分類され、この中で社会的フレイルが最も初期からはじまるとのこと。</p>
岡田 倫英	<p>○定義の幅が広いフレイルについて「介護が必要になる前段階の状態」としつつ、「予防が可能」との指摘があり、政策研究課題として取組む意義を確認できた。</p> <p>○フレイル予防への行動変容を促すため地域全体にアプローチのしていく有望性、うつ対策の関連性を知ることが出来た。</p> <p>○地域づくり、ことに「みんなで楽しくやっぺいこう」とするつながりが期待できるとの示唆を得た。集まる場所の有無、足の確保など多様な要素があり、行政においては全庁的なアプローチが必要との指摘も重要と感じた。</p>
関島 百合	<p>○分かりやすかった</p> <p>○お年寄りが互いに語り合う場が、コロナで持ちにくくなっているが、そうした場が重要なことを痛感した。</p>
福澤 克憲	<p>○フレイルについて、大変分かりやすく講義をいただいた。特にフレイルに関する要因やその対策について、地域性を加味した説明をいただき勉強になった。</p> <p>○うつリスクが高まるほど、フレイルリスクが高い傾向であり、ソーシャル・キャピタル(人々のつながり)が高い市町村は、うつ割合が低い=ソーシャル・キャピタル(人々のつながり)を高くすれば、フレイルリスクが低くなると理解した。</p>
小林 真一	<p>○フレイルについては個人での勉強、会派で話し合いなどをしてきてはいたが、今回講師に来ていただき、飯田市の事を交えながらお話を聞いたことはとても勉強になり参考になった。</p> <p>【具体的なワード】</p> <p>○子どもよりもペットの数が多い時代</p> <p>○「認知症」「フレイル」「骨折・転倒」の3つは予防が可能</p> <p>○プレフレイル</p> <p>○色んなことが複合的になりフレイルにつながる</p> <p>○行動変容の難しさ</p> <p>○健康格差が開き、本当に改善して欲しい人に届かない</p>

	<ul style="list-style-type: none"> ○フレイル対策について効果があるのが「うつ対策」と考える ○フレイルドミノという考え方 ○行政のあり方、一つの部署では解決できない ○データ連携が必要となってくる、データを活用した地域マネジメント
佐々木 博子	○予想外に若い先生で驚く。研究員に加えて講師としての経験も豊富そう、内容に偏りがなく、わかりやすかった。
山崎 昌伸	<ul style="list-style-type: none"> ○ 飯田市にお住まいの研究者の方の講義で、地元の状況に触れながらの内容だったことから有意義と感じている。 ○一方で、「地域によって状況が異なる」のであれば、松尾地区がスポーツに関わる人数が多いというデータだけでなく、市内20地区に関する他のデータも示してもらえると、有り難かった。

2 テーマ「介護フレイル予防」に対する今後の進め方などについて

木下 徳康	<ul style="list-style-type: none"> ○フレイルの中でも初期からはじまる社会的フレイルの予防に取り組むことは身体的、心理的フレイルにも重要と考える。 ○身体的フレイルの予防にはポイントなどのインセンティブを付与することも検討したい。この時個人の身体的なアプローチとしても社会的つながり効果への影響を考慮して検討したい。 ○取り組みを評価できる調査、データの蓄積は重要と考える。
岡田 倫英	<ul style="list-style-type: none"> ○地区単位の状況を把握した上での取り組みが求められるとの示唆があり、議会報告・意見交換会のような場で地区と情報・意見交換してはどうか。 ○フレイル予防を意識しつつ地区と関わった活動をしている他自治体の視察はどうか。
関島 百合	○ここでも、「人のつながり」がキーワードだと分かり、新たな気づきがあった。人と人のつながりが持てる地域づくりを大切にしたい施策を進めたい。
福澤 克憲	○今回の講義については、ソーシャル・キャピタル（人々のつながり）を高めることが、フレイル予防につながるという内容と認識するが、飯田市の現状（活発な公民館活動や20地区の地域自治がすでに確立されている）をしっかりと踏まえた上で、フレイルの現状分析や、その対策を考えていく必要があると感じる。
小林 真一	<ul style="list-style-type: none"> ○講義をお聞きし、飯田市の良い点も示して頂いた、当地域においての現状の課題の研究と把握が必要ではないか。 (地域の現状、行政の在り方、今ある支援策・対応策等) ◎フレイル予防については、つながりをいかに作っていくかという部分が大切になってくると考える 【具体的なワード】

	<p>○人口減少、人生 100 年時代</p> <ul style="list-style-type: none"> ・年々高齢者が元気になっている、こう言った時代の中で課題となるのが「介護」 ・「認知症」「フレイル」「骨折・転倒」の3つは予防が可能 <p>○フレイルとは</p> <ul style="list-style-type: none"> ・プレフレイル ・P16、低栄養状態が要介護につながる。色々なことが複合的になりフレイルにつながる ・行動変容の難しさ、個人の約半分は健康のために何もしていない ・2次予防の健康増進効果は明確にされていない ・健康格差が開き、本当に改善して欲しい人に届かない ・P27、地域全体へのアプローチになってきた(地域、人々の繋がり) <p>○フレイル予防の方向性</p> <ul style="list-style-type: none"> ・フレイルになりやすい要因…うつリスク、フレイル対策について効果があるのが「うつ対策」と考える ・フレイルドミノという考え方 ・フレイルは統合的、複合的であり、様々な面から考える必要がある ・P33、フレイルの統合的概念モデル…社会的フレイル、ここから下がっていくという点 ・P34、健康に関わる多様な要因 ・P35、人々のつながりと健康との関係 <p>○地域のつながりによるフレイル予防の波及効果</p> <ul style="list-style-type: none"> ・P38、つながりの波及 ・適切な量のサービスの提供をしていく必要がある ・<u>国家戦略としてつながりに取り組む(孤独孤立担当大臣)</u> ・<u>P44、行政のあり方、一つの部署では解決できない</u> ・<u>飯田市は全国で見ても地域のつながりができてきている地域である。結のまち「いいだ」「つながり」</u> <p>○モニタリング・評価が求められる時代</p> <ul style="list-style-type: none"> ・成果連携型民間委託契約方式(PFS) ・社会的インパクト評価…NPO、社会団体の評価が必要となってきている、国のお金を使ったら評価する ・データ連携が必要となってくる、データを活用した地域マネジメント ・人のつながりが、介護費用の低下につながっているということがデータで見られるようになってきている
佐々木 博子	<p>○多面的な視点からの学びが必要かもしれないと思う。高齢化社会は地域福祉的な側面だけでなく、経済界にとっては「フレイル予防」というビジネスチャンスでもある。そのような側面での活動が進んでいるこ</p>

	<p>ともあるはず。</p> <p>○講義を聴くだけでなく、実際に様々な活動を体験をして気づきを得る。</p> <p>○委員会として議員各自が持っている知識や情報の共有などは。</p>
山崎 昌伸	<p>○飯田市のフレイルの割合は全国平均であるものの、JAGES(日本老年学的評価研究)参加自治体では多いとされている。まずは、その原因や理由を宮國先生の知見と長寿支援課の見解などから仮説を立て、委員会として仮説の検証に取り組める点があれば、執行機関側との役割分担の中で取り組んではどうか。</p> <p>○「地域によって状況が異なり、地域ごとの課題を見つけて対応していくことが必要」とすれば、宮國先生のデータを基に市内20地区の現状把握が必要ではないか。</p> <p>○今回の勉強会は担当部課長も聴講していたので、執行機関側の受け止めとこれまでの取り組み、これからの進め方などを聞いたうえで、委員会としてどう取り組むかについて考える事も必要と思う。</p>

3 その他、思いついたことなど

木下 徳康	<p>○宮國講師は市内在住のこともあり、一般論から飯田市に当てはめた講義であった点はよかった。</p>
岡田 倫英	<p>○(西森議員の質疑による回答から)フレイル予防委対策は幼少時からの環境因子が関わっているとの指摘を得た。児童生徒の教育環境、青壮年期における地域との関わりなど一人ひとりの生涯を通じた・スケールの大きな課題分野だと受け止めた。</p> <p>○地域コミュニティや公共交通の充実、成果連動型民間委託契約方式など全庁的な課題、先進的な仕組みの指摘・紹介があった。委員会としてどれだけ追究できるかはともかく、研究していく価値はありそうと感じた。</p>
関島 百合	<p>○先進地を視察したい。</p>
福澤 克憲	<p>○すべてが重層的支援体制整備事業の元となっている「地域共生社会」(地域住民や地域の多様な主体が参画し、人と人、人と資源が世代や分野を超えてつながることで、住民一人ひとりの暮らしと生きがい、地域をともに創っていく社会、福祉分野の政策だけではなく他分野連携)の考え方につながっているように感じた。</p>
小林 真一	<p>○講師の言葉より「議員は垣根がない、みんなでやっぺいこうよと言っていたきたい」</p>
佐々木 博子	<p>○2013年に私が社会福祉士のための実習をしたときは、「フレイル」という言葉はなかった。議員になって初めて知った。調べてみると日本では2014年5月に提唱された言葉と知る。まずは言葉の認知度を上げることが大切かなと思う。</p>

	<p>○「フレイル」という言葉は最近のものだけれども、介護予防の考え方や活動は昔からあった。言葉が現実を創る。従来あったそれらに、「フレイル」という概念・単語を使って、どうわかりやすく肉付けして認知を広めて活動につなげていくか。</p> <p>○「フレイル」も「ジェンダー」も同じと感じた。認知の面でも。構造でも。解決方法でも。結局行き着くところは「人の意識を変えること」。そして早い段階からの教育の大切さ。課題が複雑化している。高度成長期のなかったものを満たせば現実が変わるとい時代は終わった、答えがどこかに存在する時代は終わったのだと改めて思う。</p> <p>○「ないものを満たす」ことで失ったのは、人とのつながりか？そしてフレイル予防には、その人のつながりが一番効果的。原点回帰という言葉が浮かぶ。</p> <p>○社福士の実習をしていて印象的だったことの一つが「課題を自分で抱え込まない。とにかく周囲を巻き込む」。地域の社会資源をさらに幅広く活用するために、住民・自治体・企業を巻き込んでいくこと（コラボレーション）が大切だと思う。</p> <p>○「幼少期の親の状況が高齢期に影響する」それは確かで異論はないが、これを「愛情」という言葉で括るのは少し危険だと個人的には感じた。愛情はいとも簡単に過干渉や虐待という暴力につながる。愛情という言葉に親たちが苦しむこともある。それだけが少し気になったけれども、他は全体的に「なるほどなー」と思う内容だった。</p>
山崎 昌伸	(特になし)