

フレイル予防訪問指導事業

西脇市長寿福祉課

●事業の目的

フレイル状態にある高齢者を対象に、理学療法士や看護師が訪問による運動指導を実施することにより、生活不活発の改善や運動習慣の定着を図り、要介護状態に陥らないようにする。また、健幸運動教室Ni-Co等の通いの場への参加を誘導し、継続した介護予防が実践できるよう支援する。

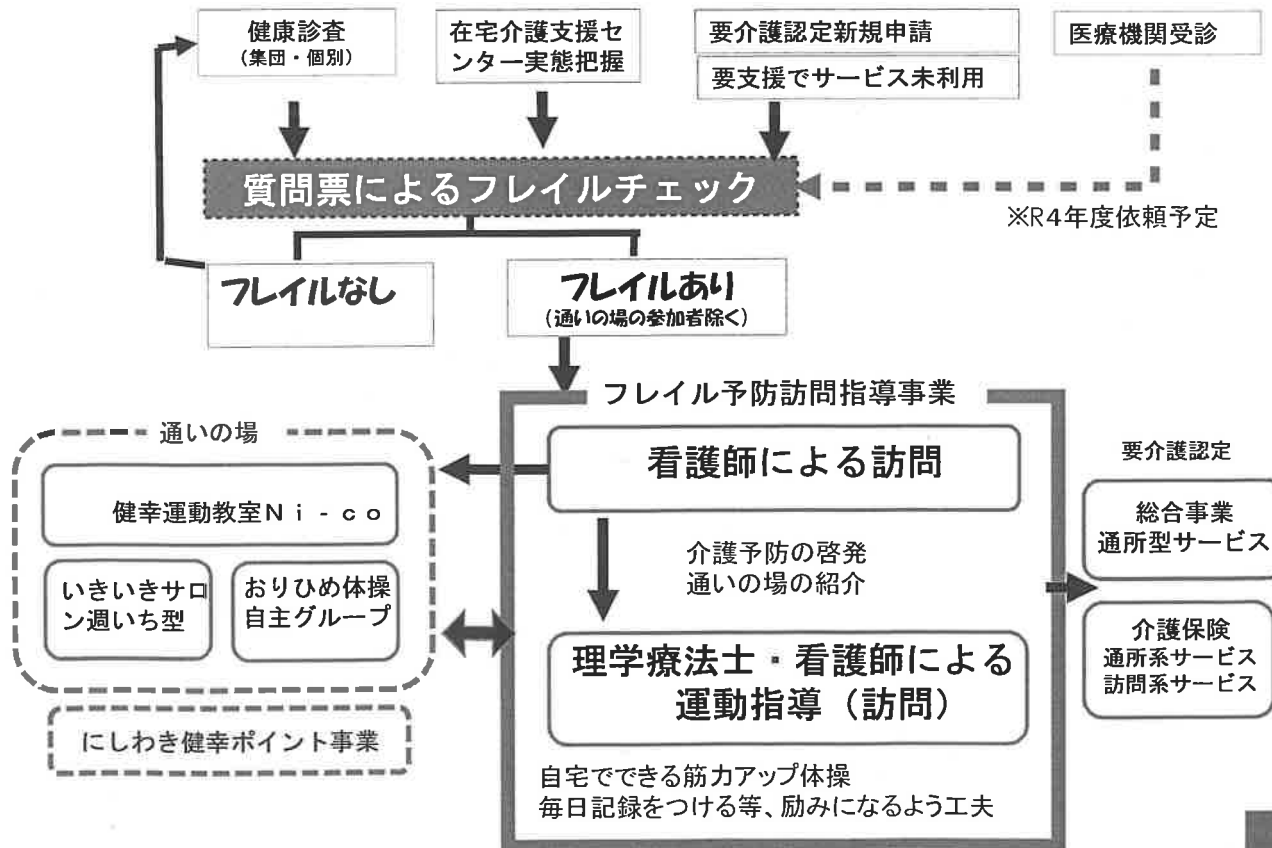
●事業の対象者(後期高齢者)

- ・後期高齢者の健康診査(町ぐるみ健診及び個別健診)受診者
- ・在宅介護支援センターによる訪問(福祉票提出者で介護サービス未利用者)
- ・要介護認定新規申請者

上記のうち、後期高齢者の質問票の運動・転倒の3項目すべてに該当する者

- ①以前と比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか ⇒ はい
- ②この1年間に転んだことがありますか ⇒ はい
- ③ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか ⇒ いいえ

●事業の流れ



●訪問による運動指導実施方法



■利用者一人当たりの訪問回数

理学療法士:3回、看護師:14回

開始前に、事業実施の可否及び運動時の注意点等を主治医へ照会

項目	事業説明	体力測定	1週目	2週目	3週目	4週目	5週目	6週目	7週目	8週目	9週目 体力測定	10週目	11週目	12週目	終了後 3か月後
理学療法士			●				●					●			
看護師	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

■令和3年5月～9月の実施状況

抽出対象者:94人

看護師による訪問・電話:59人

理学療法士・看護師による訪問:3人

3

●事例



■利用者1

91歳男性 妻と二人暮らし 要介護認定なし

「脊柱管狭窄症と坐骨神経痛で痛みやしびれがあり動くのが辛いが、杖を使ってしっかり歩きたい。」

訪問指導後 ⇒ いきいきサロン参加再開

■利用者2

77歳女性 孫と二人暮らし 要介護認定なし

「(転倒による左大腿骨骨折後)安定して歩きたい。」

訪問指導後 ⇒ グラウンドゴルフ再開に向けて運動中

■利用者3

92歳女性 独居 要支援1

「しっかり歩けるようになって、一人で家を守りたい。」

訪問指導後 ⇒ 段差箇所到手すり福祉用具レンタル開始
となりケアマネジャーに引き継ぐ

4