

令和5年度シニア元気アップ教室におけるパタカ測定及び 令和6年度オーラルフレイル予防の周知啓発について

資料6

1. 令和5年度シニア元気アップ教室におけるパタカ測定結果

(1) 事業の概要

シニア元気アップ教室は、フレイル予防の知識普及とフレイルの早期発見・早期対応を目的とした教室。1週目の基礎講座でフレイルチェック、パタカ測定、デジタルを活用した歩行測定などを行い、結果をその場でフィードバック。フレイル傾向の結果に応じて、2週目以降の専門講座を案内する。2週目は運動講座、3週目に栄養・歯科に関する講座、4週目は認知症・社会参加に関する講座を実施。さらに基礎講座参加の6か月後にフォローアップ教室を開催し、再度フレイルチェックや各種測定を実施し、半年間の変化を評価する。

(2) 参加者数

	人数	割合
初回参加者	139 人	100%
歯科専門講座参加者	93 人	67%
フォローアップ教室	76 人	55%

(3) パタカ測定結果 ※測定者 76 人(初回とフォローの2日間参加した人数)の平均値

	パ	タ	カ
初回	6.3	6.3	5.9
フォロー	6.6	6.6	6.2

滑舌低下(パ・タ・カ共通)

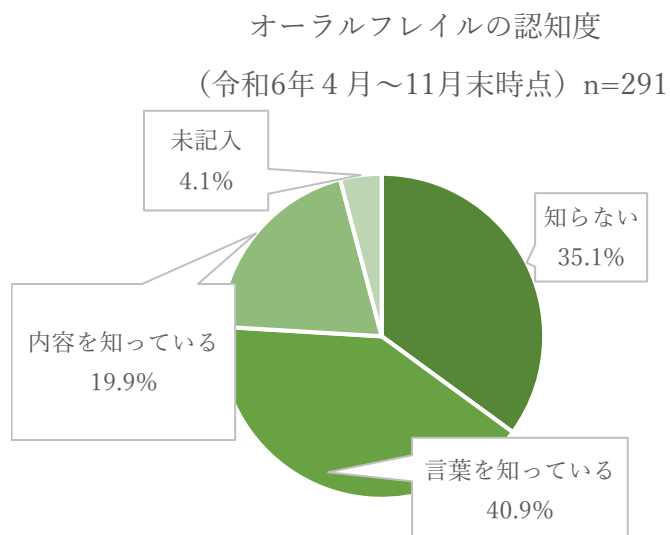
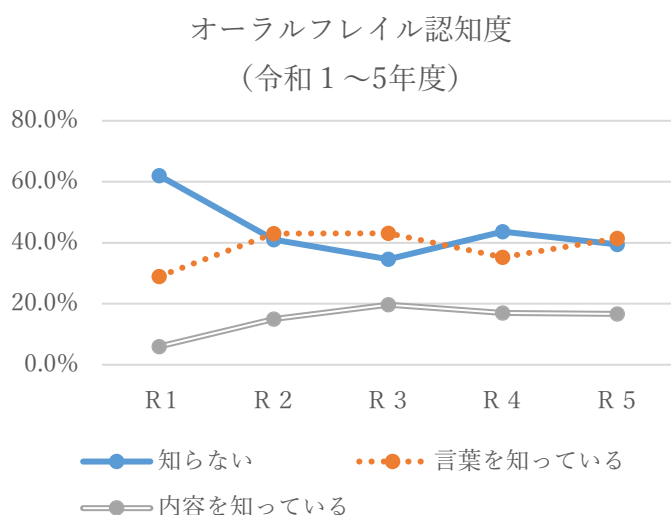
該当: 6.0 回/秒未満

非該当: 6.0 回/秒以上

2. 令和6年度オーラルフレイル予防の周知啓発

(1) オーラルフレイルの認知度について

シニア元気アップ教室、介護食講習、通所C、老人福祉センター6か所の参加者に実施した歯科アンケートから集計



【課題】オーラルフレイルの認知度が低い。「内容を知っている」人の割合が低いまま推移。

(2) 令和6年度の取り組みについて

- ・「広報まえばし」の健康コラムにて隔月で歯科に関する内容を掲載
- ・デジタルサイネージで、市民課の待ち時間にお口の体操を紹介（1月、2月）
- ・市ホームページにオーラルフレイルセルフチェック表を掲載



(3) 令和7年度の取り組み検討事項

●市民に対する周知啓発

- ・オーラルフレイルに関するポスターやチラシを作製し、各事業でチラシを配布する
- ・デジタルサイネージでの動画配信を継続して行う
- ・長寿包括ケア課インスタグラムでの情報発信を行う

●市民の口腔機能測定の実施方法の見直し

- ・シニア元気アップ教室での咀嚼力チェックガムの点数化