

# フレイル予防アドバイザー登録制度について

「フレイル」とは、健康な状態と要介護状態の中間を意味します。

高齢者では、心疾患など持病の悪化や認知症の進行、転倒・骨折による身体活動量の低下や、外出の頻度の減少等日常生活全般へ影響し、フレイルが進行しやすいと言われています。

都城市では、地域のさまざまな通いの場等で、フレイル予防の指導を行うアドバイザーを募集し、高齢者の健康づくりを推進します。

～フレイル予防アドバイザーとは？～

2025年問題や2040年問題等、高齢者を含めた全世代型の健康づくり対策を推進する上で、医療専門職の確保は、大変重要な課題と考えられます。

そこで、これまで協力をいただいていた各関係団体からの派遣に加え、フレイル予防に関心の高い医療専門職を発掘し、通いの場で活動できる専門職を増やす取り組みです。

この取組によって将来的な人材不足を解消するとともに、高齢者の健康づくりや介護予防の推進に繋げることを目的としています。



## <活動方法の例①>

市が地域の通いの場から高齢者を対象としたフレイル予防にかかる健康教育の依頼を受ける



依頼があった団体の希望内容に応じて、フレイル予防アドバイザー登録者へ個別に講師を依頼



講師は、フレイル予防にかかる健康教育を実施後、市へ報告(市が同席の場合もあり)



市から講師へ謝金を支払う(60分～90分あたり5,000円)

## <活動方法の例②>

市主催事業等を、フレイル予防アドバイザー登録者へ個別に講師を依頼



講師は、フレイル予防にかかる健康教育を実施(市が同席)



市から講師へ謝金を支払う(60分～90分あたり5,000円)

### 【募集する資格】

- ・理学療法士 ・作業療法士 ・言語聴覚士 ・健康運動指導士 ・保健師 ・看護師
- ・管理栄養士 ・歯科衛生士 ・薬剤師 ・介護福祉士 ・糖尿病療養指導士 等

### 【応募から登録後までの流れ】

- ① 初回登録の方は、研修会申込時に、資格を確認できる書類(資格免許証や資格及び所属先が記載された名刺等の写真)を添付
- ② 研修会を受講
- ③ 後日、認定証及び指導手引等を送付
- ④ 地域の高齢者の通いの場等への派遣を依頼

### 【報償費】

60分～90分あたり5,000円

### 【健康教育実施にあたっての留意点】

- ① フレイルのリスクとなる「生活習慣病予防」「転倒・骨折予防」「認知症予防」等のテーマに沿って、健康教育を行ってください。
- ② 参加者がフレイル予防に継続して取り組めるよう、自宅で取り組める方法等も紹介してください。
- ③ 安全確保に配慮してください。万が一、転倒や怪我がありましたら、すみやかに市へご報告ください。
- ④ 個人や事業所の営利に繋がる話や、同業者などを批判する話はしないようにしてください。

(問い合わせ・申し込み先)

都城市姫城町6街区21号

都城市健康部いきいき長寿課(市役所本館地下1階)

電話:0986-23-3184

メールアドレス:[ikiiki@city.miyakonojo.miyazaki.jp](mailto:ikiiki@city.miyakonojo.miyazaki.jp)