

順位	氏名（議席）	発言の要旨	答弁者
14	井出 晴美（16）	<p>1. 健康長寿に向けたフレイル予防について</p> <p>フレイルとは、加齢に伴う心身の活力の低下を意味し、健康と要介護の間の状態を指します。厚生労働省は、人生100年時代に向けて、加齢に伴い筋力や心身の活力が衰え、介護が必要になる一步手前のフレイルの人を把握するため、75歳以上を対象にした健診の際の新たな質問表の導入を2020年度から開始しています。</p> <p>日本人の平均寿命は昨年、男性は81.47歳、女性は87.57歳となり、ともに過去最高を更新いたしました。しかし、自立して日常生活を送ることができる健康寿命が延びている一方で、日常生活が制限される健康でない期間は、2019年において、男性で約9年、女性は約12年となっています。</p> <p>2022年版高齢社会白書によると、高齢者のうち要支援・要介護と認定された人の割合は、65歳から74歳までが4.3%なのに対し、75歳以上では31.9%と約7倍に増えています。このようにフレイル状態の高齢者が多いことを考えますと、介護が必要になる前にフレイルに特化した健診の実施やフレイル予防の取組は、健康寿命を延ばす上でも大きな意義があると考えます。</p> <p>フレイル予防のポイントは、運動、栄養、社会参加、さらに口腔ケア等が挙げられ、食生活の改善や積極的な運動・社会参加などで、予防が可能であるとされています。</p> <p>さらに近年では、年齢や障害の有無に関係なく参加でき、認知症予防や孤立解消のツールとなり得るとして、eスポーツの効果が多くの地方自治体で検証され活用が始まっています。eスポーツは、エレクトロニック・スポーツの略で、対戦型ゲームを競技とみなして、プレイヤー同士が腕前を競うもので、指先や脳を使うため、認知機能の向上が期待できるほか、座ったまま体験ができるので、体への負担が少なく、高齢者でも楽しめることから、フレイル予防に重要な社会参加を促すツールとしても注目されています。</p> <p>本市の高齢化率の変化を見ますと2025年には団塊の世代が75歳を迎え、後期高齢者の人口は全体の18.1%、約4万2000人が見込まれており、前期高齢者（65歳から74歳まで）の約3万人を上回ってきています。このような高齢者を取り巻く状況を見てもフレイル予防の強化はますます重要であると考えます。</p> <p>そこで、以下4点について伺います。</p> <p>(1) 本市のフレイル健診の推進状況について伺います。</p> <p>(2) 本市のフレイル予防（オーラルフレイルも含む）の実施状況について伺います。</p> <p>(3) 本市のアプリ（グッピーヘルスケア）を活用したフレイル予防の取組について伺います。</p> <p>(4) 本市でも高齢者の健康づくりに対して、フレイル予防に欠かせない社会参加を促すeスポーツの導入を検討しては</p>	市長 及び 担当部長

順位	氏名（議席）	発 言 の 要 旨	答 弁 者
14	井出 晴美（16）	と考えますが、本市の見解を伺います。	市長 及び 担当部長