

令和5年度兵庫県包括的フレイル対策事業

鈴木 克 司

兵庫県保健医療部健康増進課では県民の健康寿命延伸のためシニア世代の元気な時期からフレイル予防のための保健事業展開を目指し、平成30年度には関係団体との連携のもとで「栄養と口腔」「社会参加」に着目した「フレイル予防・改善プログラム」を作成しています。このプログラムはフレイルチェック票の追加等に伴い二度改訂されていますが、関係団体・専門職との連携による「フレイル予防教室」の各地での開催を目指しており、本会もこの事業に協力する委託契約を締結しています。なかなか実績があらなかったところ教室開催に手助けしてくれた熱心な民間事業所があり、12月28日（木）午後2時より株式会社巴山通信社（神戸市兵庫区中道通9丁目1-7、巴山正人代表取締役社長）にて同社の16名の社員の方を対象に講話、体組成測定とフレイルチェック、運動実技指導が行われました。なお、体組成測定器（インボディ）はしばはら整形外科（明石市、柴原基院長）の好意により貸出を受けました。

同社は約30名の社員を擁する小規模事業所ながら通信設備の設置を主体とした事業を兵庫県南部地域中心に展開、実績をあげておられます。大部分は男性社員で現場作業に従事しており年齢構成は比較的若いようでしたが、フレイル予防の意義をよく理解されていると感じられました。本会健康スポーツ医学委員会の木村一郎副委員長（洲本市医師会副会長）が司会進行と約30分の講話「フレイルとは～フレイル予防の必要性」を担当しました。木村副委員長はフレイルの定義の解説からはじめ、栄養・身体活動・社会参加がフレイル予防、ひいては介護予防につながることを強調、セルフチェック法と特に運動の効用（一酸化窒素産生による動脈硬化防止）に関する基礎知識を中心に講演、最後に自身の運動方法を紹介し参加者の興味を引く内容でした。



木村副委員長講話

引き続いてしばはら整形外科の山田祥子作業療法士による運動実技指導が行われ、受講者は半数ずつ体組成測定とフレイルチェックを受けるグループと運動実技指導を受けるグループに分かれての参加となりました。終了後、参加者から感想が述べられフレイルと運動の意義がよく分かったと好評でした。



山田作業療法士による運動実技指導



体組成測定器インボディ（しばはら整形外科提供）

約2時間の教室は以上で終了しました。当日は兵庫県健康福祉部健康増進課の津田みど理主査も立ち合い、この事業の第一号利用者である同社を筆者とともにしっかり視察しました。同社は嘱託産業医選任なしで通信設備の設置という転倒・転落リスクを伴う高所作業を含む業務にあたる積極的な事業所であり、事故防止は第14次労働災害防止計画で特に重視されている事項であるため社員の運動機能の維持には特に関心を寄せておられる

と感じました。今年度内にどれほど実績を上げられるかわかりませんが、今後このような求めが地域からあれば、兵庫県と連携の上専門職派遣とともに講話に協力していただける会員には必要に応じ木村副委員長自作の講話スライドの借用使用が可能です。また対象は事業所でも地域のシニア集団でも結構です。ご関心のある方には兵庫県医師会までご一報ください。

《副会長》

一般社団法人 兵庫県医師会 Doctor Bank ~人材・医業承継無料幹旋~

THE HYOGO PREF. MEDICAL ASSOCIATION

兵庫県医師会ドクターバンクは、**医師不足に悩む求人医療機関**と求職医師との公正な責任ある仲介を中心に、県下の地域医療の安定・発展を目指して2007年に設立されました。

営利を目的とする民間業者とは一線を画した兵庫県医師会という立場から、利用者の意思を尊重し個人情報を守秘を最重要項目として、あくまでも求人・求職者の立場に立って完全無料の紹介・仲介業務を行っております。

また、令和3年度からは、医業承継支援事業を開始し、神戸医師協同組合・兵庫県医療信用組合との三者で、安心できるサポートを行っております。

01 ● 勤務医の 就労支援および 退職者の再就労支援	02 ● 研修医の 県内就職定着に 対する支援	03 ● 医師不足に悩む 地域・医療機関に 対する支援	04 ● 転職・再就労 希望者に対する 再研修機会の支援	05 ● 地域医療支援の ための一時的派遣・ 出向にも対応
---------------------------------------------	-----------------------------------------	---------------------------------------------	----------------------------------------------	-----------------------------------------------

登録費用、手数料は一切かかりません。
コーディネーターによる面談等、求職・求人双方の信頼関係に基づく安定した就労支援を目指します。

求人は兵庫県内医療機関・関連機関 求職は国内の医師が対象です

兵庫県医師会 ドクターバンク <http://www.hyogo-doctorbank.com/>

兵庫県ドクターバンク

TEL.078-231-4114 FAX.078-231-8111
〒651-8555 兵庫県神戸市中央区磯上通 6-1-11