

## フレイル予防を通じた健康長寿のまちづくり —住民主体フレイルチェック活動の研究—

フレイルとは、病気ではないけれど、年齢とともに、筋力や心身の活力が低下し、介護が必要になりやすい、健康と要介護の間の虚弱な状態のことです。しかし、フレイルであることに早めに気づき、「しっかり噛んで、バランスよく食べる」「運動する」「社会とのつながりを持つ」の3つをバランスよく取り組むことで、元の状態に戻することもできます。

神戸市では、市民の健康寿命の延伸に向けて、このフレイル対策を含めた介護予防の推進に重点的に取り組むこととしており、様々な取り組みを実施しています。その一つとして、東京大学高齢社会総合研究機構が開発した住民主体フレイルチェック活動の研究に協力します。

神戸市の保健事業である住民主体フレイルチェックを行なった方を対象とした疫学研究です。対象となられた皆様の情報を個別に検討するのではなく、統計データとして分析します。この研究は、東京大学未来ビジョン研究センターの倫理委員会で審査を受け、承認を得て実施するものです。

### 1. 研究の目的

本研究は、高齢者の虚弱化（フレイル）をより早期から予防し、健康寿命の延伸を図るために、気づきと自分事化を促すための地域活動について、全国レベルでフレイルチェックデータを統合し、より深く分析することで、属性（性別、年齢、地域等）別の傾向や参加者の意識や行動の経時的変化を明らかにすることを目的とします。

### 2. 研究の対象

2018（平成30）年11月2日～2032（令和14）年7月までの間で神戸市の「住民主体フレイルチェック」に参加した65歳以上の神戸市民。

### 3. 研究方法

- 1.フレイルチェック実施自治体より直接個人を特定できないデータが提供される。
- 2.フレイルチェックの全国データベースを構築する。
- 3.属性（性別、年齢、地域等）別の傾向を分析する。
- 4.複数回参加者のフレイルチェックの結果及び意識・行動の経時的変化を分析する。

### 4. 研究に用いる試料・情報の種類

研究に用いる情報は、住民主体フレイルチェックを受けた方については、フレイルチェックデータ（指輪つかテスト、イレブンチェック、咬筋触診（かむ力の強さ）、口腔巧緻性（パタカテスト）、口腔関連の質問、片足立ち上がり、握力、下腿周囲長（ふくらはぎを測定）、四肢骨格筋指標（手足の筋肉量を測定）、社会参加について

の質問、アンケートデータ（外出頻度、健康管理やフレイル予防に係る意識・行動変容）です。

## 5. 個人情報の保護

氏名等の個人を直接特定できる情報は除き、パスワード保護の上、Eメールで研究機関（東京大学未来ビジョン研究センター）に提供します。また、研究結果は対象集団の統計データとして報告されるため、研究成果を学会または学術雑誌で発表する場合も、個人情報が公開されることはありません。

## 6. 予定研究期間

2018（平成30年）年11月2日～2032（令和14）年7月17日

## 7. 研究組織

研究責任者：東京大学高齢社会総合研究機構・機構長／未来ビジョン研究センター・  
教授 飯島 勝矢

## 8. 研究資金源

日本医療研究開発機構（AMED）長寿科学研究開発事業「地域高齢者のエンパワメントによるフレイル予防推進と健康長寿のまちづくり」 研究代表者：飯島勝矢

## 9. お問い合わせ先

本研究に関するご質問等がありましたら下記の連絡先までお問い合わせ下さい。

他の研究対象者の個人情報及び知的財産の保護に支障がない範囲内で、研究計画書及び関連資料を閲覧することができます。また、情報が本研究に用いられることについてご了承いただけない場合には研究対象から除外することができます。その場合でも市民主体フレイルチェックに関する不利益が生じることはありません。

連絡先：

**本研究内容に関する問合せ**

〒113-8656

東京都文京区本郷7-3-1 工学部8号館7階

東京大学高齢社会総合研究機構

Tel: 03-5841-1662

**神戸市のフレイル関連事業に関する問い合わせ**

〒650-8570 神戸市中央区加納町6-5-1

神戸市福祉局介護保険課

Tel: 078-322-6325