

# いこまいか教室フレイルアンケート調査結果報告

## 1 調査目的

住民主体により実施している介護予防教室「いこまいか教室」の参加者に「後期高齢者の質問票」やその他の質問項目などフレイルに関するアンケート調査を行うことで、参加者の生活や健康状態、教室に参加してからの健康意識、生活の変化等の実態を把握し、今後の教室運営に生かすことを目的とする。

## 2 対象者

「いこまいか教室」24教室に参加する373名

地区	西枇杷島	新川	清洲	春日	合計
回答者数	22	126	152	78	373人

## 3 調査方法

令和4年12月1日から令和5年2月9日の間に「いこまいか教室」の体力測定と同時アンケート形式で調査を実施した。

## 4 結果と考察

### (1) 年齢構成

年齢	64歳以下	65～69歳	70～79歳	80～89歳	90歳以上	合計
人数	4人	10人	171人	178人	10人	373人
割合	1.07%	2.68%	<b>45.84%</b>	<b>47.72%</b>	2.68%	100%

全体の年齢構成は70代が45.84%、80代が47.72%であり、全体の約9割を占めた。平均は79.5歳。最年長者は97歳。

### (2) 70歳から89歳の年齢構成

年齢	70～74歳	75～79歳	80～84歳	85～89歳	合計
人数	59人	112人	109人	69人	349人
割合	16.9%	<b>32.1%</b>	<b>31.2%</b>	19.8%	100%

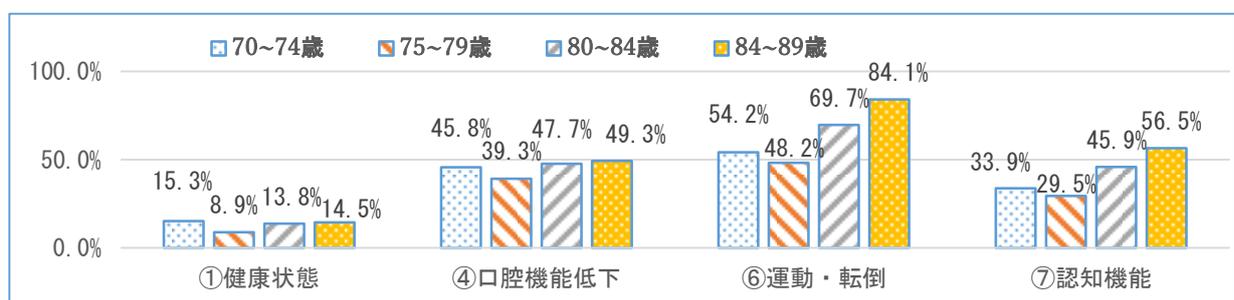
### (3) 男女比

男性68名（18.2%）、女性305名（81.8%）と女性が約8割を占めた。

### (4) フレイルの恐れがある項目

後期高齢者の質問票から、全体の95.9%（358名）がフレイルの恐れがある項目に該当した。各項目別にみると、「運動・転倒」が62.3%（231名）と一番高く、続いて「口腔機能」の43.2%（161名）、「認知機能」40.5%（150名）であった。

### (5) フレイルの恐れがある項目



## (6) 前回調査（令和 3 年度）との比較

前回と同様に「運動・転倒」、「口腔機能」、「認知機能」が上位 3 項目で、該当する方の割合は前回より高くなっていた。

## ①「運動・転倒」62.3%（前回 61.1%）

転倒リスクを軽減することは介護予防につながる。教室では、立ち上がりの姿勢や下半身の筋力強化、姿勢のバランスなどに力を入れて取り組んでいる。

## ②「口腔機能」43.2%（前回 42.5%）

口腔機能の低下は、全身のフレイル・サルコペニアや要介護リスクが高くなることが報告されているため、口腔機能および摂食嚥下機能への早期からの対応が重要。教室では、オーラルフレイル防止のために「口腔体操」「パタカラ」などに積極的に取り組んでいる。

## ③「認知機能」40.5%（前回 33.0%）

平均年齢が 80.8 歳（前回 78.0 歳）と高くなっていることが、増加した要因の一つであると推測。本市の要介護者数は概ね増加傾向にあり、該当者が前回より増加しているため、認知症の予防、発症を遅延させることは重要。教室では、毎回の活動でコグニサイズを実施しており、認知症の予防に取り組んでいる。

## (7) 要介護認定者数

介護保険受給者は、全体の 25 名（6.7%）であり前回 7.3%より若干減少。要介護の区分別では、要支援 1・2 が 21 名（84.0%）と最も多く、次いで要介護 1 が 2 名（8.0%）、要介護 2 が 1 名（4.0%）であった。【表 1】

要介護の区分では、要支援の割合が多いのは前回と同様。要介護 1、2 の方が 3 名（前回 5 名）と要介護者数は減少。さらに前年度の介護保険受給者が要支援 2 から 1 に変わっていることや要支援から要介護へ重症化していない。【表 2】

【表 1】 回答した方の認定状況

n=25

	要支援 1	要支援 2	要介護 1	要介護 2	事業対象者
n	7	14	2	1	1
%	28.0%	56.0%	8.0%	4.0%	4.0%

【表 2】 令和 3 年度と令和 4 年度の介護保険受給者の比較

n=25

アンケート実施年		令和 4 年度実施				
	区分	要支援 1	要支援 2	要介護 1	要介護 2	事業対象者
令和 3 年度実施	要支援 1	1	6			
	要支援 2	1	1			
	要介護 1			1		
	要介護 2				1	
	事業対象					
	未実施者	5	7	1		1
計		7	14	2	1	1