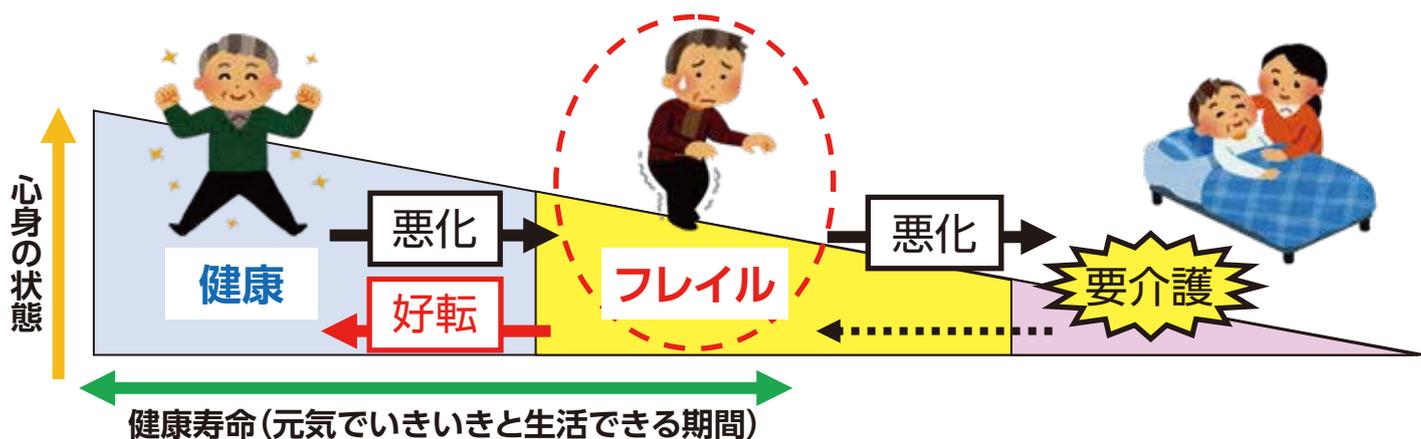


健診でフレイルを早期発見し介護予防に取り組みましょう!

フレイル(虚弱)とは年齢を重ねて体や心のはたらき、社会的なつながりが弱くなった状態のことで、健康な状態から要介護状態へと移行する**中間の段階**です。熊本市では**フレイル**は要介護状態になった主な要因の**第1位**です。(参考:熊本市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査(R2.3月))

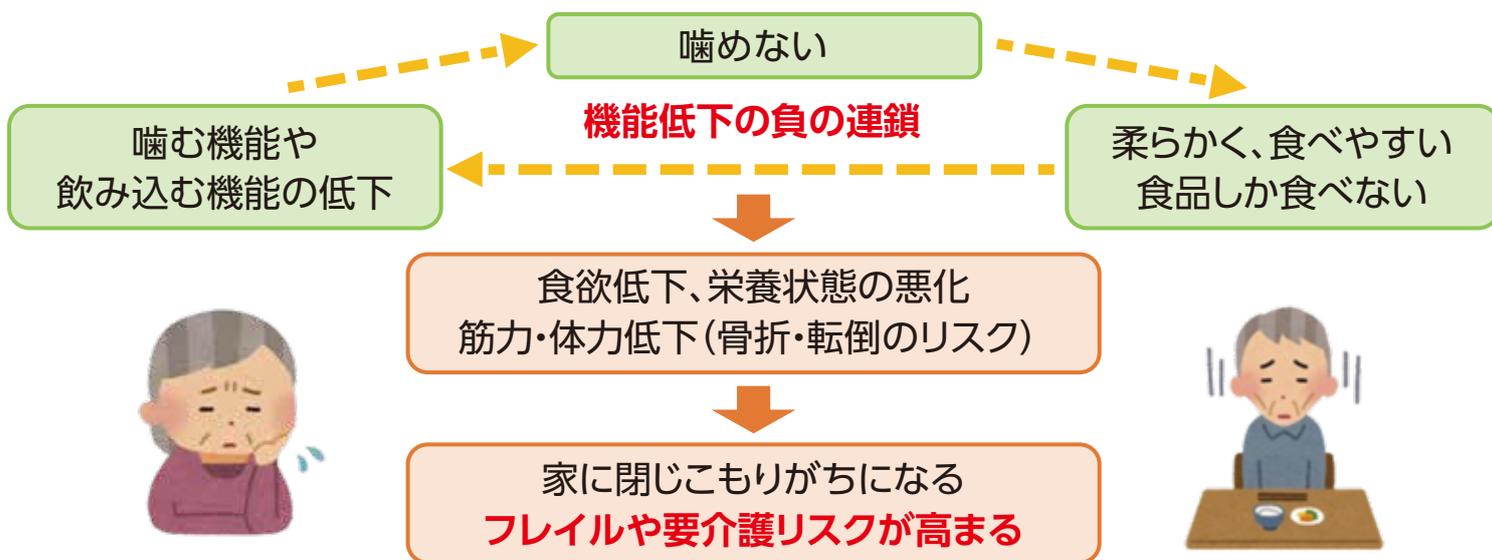
後期高齢者健診・歯科口腔健診は**フレイルの早期発見**に着目した健診です。健診項目と問診項目を組み合わせ、後期高齢者の**運動能力や栄養状態などを総合的に把握**します。

フレイルは早めに気づいて適切な取り組みを行うことで、フレイルの進行を防ぎ、健康な状態に戻ることができます。いつまでも元気でいきいきと暮らすために年度に1回、必ず健診を受診しましょう。



歯科口腔健診で オーラルフレイル を早期発見!

噛んだり、飲み込んだり、話したりするための口腔機能が衰えることを**オーラルフレイル**と言います。口腔機能の低下は、身体の栄養状態の悪化や運動機能の低下につながりやすく、**全体的なフレイル進行のきっかけになりやすい**ことがわかっています。



口腔機能の衰えは、あまり自覚症状がなくても健診によって明らかになることがあります。歯科口腔健診では通常のメンテナンスとは違い、むし歯をチェックするだけでなく、**噛む機能、飲み込む機能**の検査など、高齢期に注意したい**口腔機能全般**をチェックします。メンテナンスをしている方や総入れ歯の方も、ぜひ歯科口腔健診を受診しましょう。

熊本市では健診後の支援も充実しています!

熊本市では後期高齢者健診の受診結果に応じて、関係機関と連携して医療機関への受診のご案内や介護予防事業の利用のお勧めをしています。

①フレイルのリスクが高い方

例：低栄養、口腔機能低下、運動機能低下など…

要介護状態にならず自立した生活を続けていけるよう、フレイルリスクに応じて運動機能向上プログラム、口腔機能向上プログラム、栄養改善プログラムを組み合わせた介護予防プログラム(短期集中予防サービス)の利用をお勧めします。

※同プログラムは介護保険の要介護認定で「要介護」の認定を受けている方は利用対象外です。類似の支援をご希望される場合は担当のケアマネージャーにご相談ください。



②生活習慣病の重症化が心配される方

例：血糖高値、血圧高値、腎機能値低下など…

まずは通知にて生活習慣病重症化のリスクがあることをお知らせします。より重症化のリスクが高い方については、医療専門職が家庭訪問や電話にて日々の食事や運動などの生活習慣や医療機関への受診状況等についてお伺いし、健康に関するアドバイスや情報提供を行います。



通院中で検査をしている場合でも健診の受診が必要?

通院時に行われる検査は、あくまで治療中の病気の経過をみるための検査です。そのため検査をしても、健診のすべての項目についての検査は行えていない場合があります。また健診を受診することにより、病気が新たに見つかる場合もあります。

通院中の方は主治医にご相談の上、検査項目が不足している場合は受診するようにしましょう。

※詳しい支援内容については、以下までお問い合わせください。

熊本市 国保年金課 保健事業班 TEL：096-328-2280

