



# 神奈川県における未病改善の取組と 住民主体のフレイル測定による ポピュレーションアプローチの取組について

---

神奈川県 福祉子どもみらい局 福祉部 高齢福祉課  
令和7年11月20日

# 1. 神奈川県における未病改善・フレイル対策の取組

## 「未病改善」について ～神奈川県の健康寿命の延伸に向けた取組～

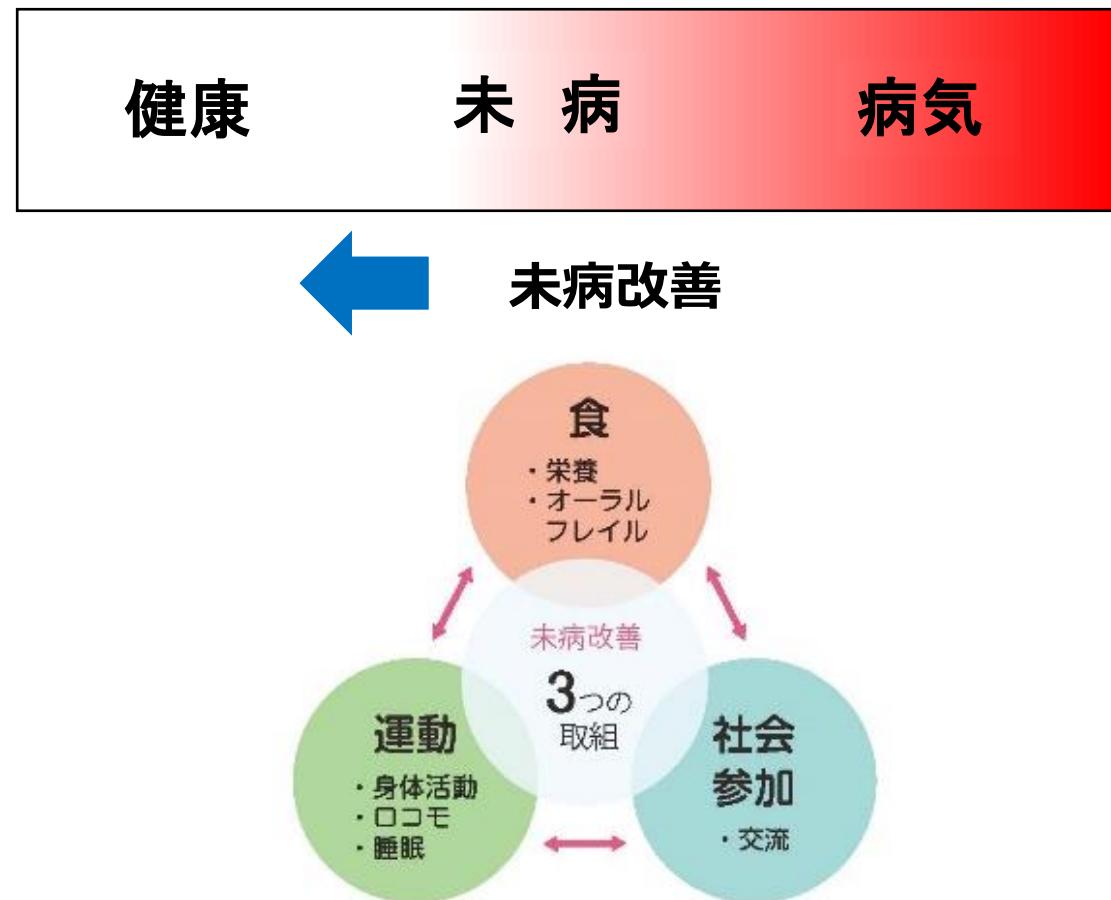
心身の健康状態は、健康と病気の間で連続的に変化しています。神奈川県では、その状態を「未病」とし、普段の生活において心身を健康な状態に近づけていく「食」「運動」「社会参加」の3つを柱とする「未病改善」の取組を、推進しています。また、令和7年2月には、未病の定義が盛り込まれた国の第3期健康・医療戦略が閣議決定されました。

## 国際展開・国際連携での「未病」発信

県は、世界の保健医療分野で主導的な役割を果たすWHOとの連携に取り組んでいます。

また、令和4年9月には、国連機関等が連携して選定した、高齢化社会をより良くする活動をしている世界のリーダー50人「The Healthy Ageing 50」に、黒岩知事が日本人として唯一選出されています。

神奈川県では、高齢者の「未病改善」の取組の中でフレイル対策を行っています



## 2. 神奈川県が実施するフレイル対策の取組

県では平成26年度から東京大学高齢社会総合研究機構と連携し、全国に先駆けて市町村におけるフレイルチェックプログラムの推進等に取り組んできました。また令和3年12月には東京大学高齢社会総合研究機構とフレイル対策に係る覚書を締結しました。



フレイルチェックを実施している市町村（令和7年10月現在13市町(延べ16市町)）に対し、「フレイルセンター交流・意見交換会」・「フレイル対策普及セミナー(一般県民向け)」の開催や「フレイルチェック測定練習会等におけるフレイルトレーナー派遣事業」等フォローアップを実施。

※13市町(横須賀市、平塚市、茅ヶ崎市、逗子市、三浦市、秦野市、厚木市、海老名市、中井町、松田町、山北町、開成町、湯河原町)

### 3. フレイル予防推進会議への参加

令和6年11月、神奈川県の黒岩知事がフレイル予防推進会議会長に就任



# 4. 神奈川県の取組が説明問答集に掲載

## フレイル予防のポピュレーションアプローチの推進に関する担当者用基本問答集 (p.19)



《2》都道府県独自での取組

① 都道府県は、市町村を括する広域の地方公共団体として、介護予防や祉祉づくりなどの分野で様々な市民運動や市町村への助成や支援を行っている。したがって、今後85歳以上人口が急増するという状況を踏まえ、都道府県がフレイルの概念の普及とポピュレーションアプローチとしてのフレイル予防の推進に積極的に取り組むことが強く期待されている。

② この場合、都道府県は、市町村を括する広域の地方公共団体として、高齢者段階におけるフレイル予防等上の課題をきめ細かに把握しつつ、フレイル予防に関する施策の検討や各種データの提供や人材養成など幅広い支援を実施することが期待されている。

③ 例) 基としてフレイルの概念を導入し、フレイル予防の推進に取り組む動きが広がり始めています。その1つモデルとして、神奈川県の例を示す。

神奈川県では、心身の状態を健康と病気の間で連続的に変化する「未病」ととらえ、心身をより健康な状態に近づけていく「未病改善」の取組を進めている。その中で、高齢者の未病改善に向けてフレイル対策の推進に取り組んでいる。具体的には、高齢者が自らフレイルを早期に発見し、未病改善の実践を実現するようにすることを目指し、フレイルチェックプログラムの県内市町村での導入を実施。また同時に、医療・介護・福祉・地域社会の連携による支援を行っている。

県民運動の推進について

「未病」「未病改善」について  
～神奈川県の高齢者の健康に向けた取組～

心身の状態は、健康と病気の間で連続的に変化しています。神奈川県では、その状態を「未病」として捉えており、心身を健康的な状態に保つことを「未病」「未病改善」の3つの目標とする「未病改善」の取組を実施しています。また、各市町村的には、未病改善を実現するための定期健診・医療相談が実施されています。

当館運営・国際連携での「未病」実現

当館は、世界の保健医療分野で未病改善の取組を実施する国際連携を実施しています。また、令和4年2月には、国際連携が実施して実施した、高齢化社会を取り戻す活動をしている世界的リーダー50人、「The Healthy Ageing 50+」に、都道府県が日本人として唯一選出されました。

神奈川県では、高齢者の未病改善の取組の中で、フレイル対策を行っています。

p.19

神奈川県では、心身の状態を健康と病気の間で連続的に変化する「未病」ととらえ、心身をより健康な状態に近づけていく「未病改善」の取組をライフステージごとに推進している。

その中で、高齢者の未病改善に向けてフレイル対策の推進に取り組んでいる。具体的には、高齢者が自らフレイルを早期に発見し、未病改善の取組を実践できるようにすることを目指し、フレイルチェックプログラムの県内市町村での導入を促進し、延べ16自治体が実施した。更に県としては、県民向けの普及啓発セミナーや、市町村同士の連絡会の開催などの支援を行っている。

抜粋

### ■市町村の通いの場への支援を実施

- 専門職員等派遣事業
- 市町村職員、専門職団体、通いの場運営者向けの研修
- 保健事業と介護予防の一体的実施における通いの場への伴走支援

# 5. 神奈川県の市町村支援の取組①

## ■地域包括ケアシステム推進のための専門職員等派遣事業

地域包括ケアシステムを深化・推進するため、県が市町村単独では人材確保が困難な**専門職員**及び先進的な事例や先駆的な知見を有する者、リハビリテーション専門職等を**市町村や地域包括支援センター、通いの場等に派遣する事業です。**  
(かながわ福祉サービス振興会に委託して実施)

### 《通いの場への派遣例》

- ・認知症未病改善の運動(R6)
- ・認知症カフェでの未病改善(R6)
- ・通いの場立ち上げ支援(R5)
- ・通いの場定着支援 住民主体の健康づくり(R5) 等

R7年度はフレイル測定トレーナーの派遣も可能とし、フレイル測定会や測定サポーター養成講座も開催できることを市町村に周知しました。

令和7年度神奈川県地域包括ケア推進事業における専門職員等派遣事業  
派遣を希望する市町村・地域包括支援センターを募集します！

**派遣期間 令和7年6月中旬～令和8年3月6日(金)**

**地域ケア会議**

- ・介護予防のための地域ケア個別会議
- ・地域ケア会議
- ・地域ケア会議の立ち上げ、運営のための研修会・勉強会
- ・介護予防のための地域ケア個別会議立ち上げ後の評価

**通いの場**

- ・通いの場等（ポビュレーションアプローチ）でのモデル講座
- ・通いの場担当者・運営者向けの、介護予防や自立支援、健康づくりに関する助言
- ・フレイルサポーター等ボランティアの養成についての助言 など

**その他の課題**

- ・市町村区域を超えた広域的な連絡会議等
- ・地域包括支援センターの事業評価
- ・その他、地域課題解決のための研修会・勉強会・モデル会議 など  
例：「ケアラー支援」「セルフネクレクトへの対応」「移動支援」「災害時要配慮者対策」「在宅医療・介護連携」「保健事業と介護予防の一体的実施」

**（派遣職種の例）** 医師、歯科医師、薬剤師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、保健師、看護師、社会福祉士、介護支援専門員、精神保健福祉士、管理栄養士、歯科衛生士、弁護士、大学教員、NPO職員、フレイルトレーナー など  
※詳細はご相談ください。

**【申込について】**

①県所定の申込書に必要事項を記載の上、市町村所管課で地域包括支援センター分もとりまとめのうえ、メールにて下記申込先にご提出ください。  
②派遣の可否について、県担当から市町村所管課宛に5月末を目指して文書でお知らせいたします。

**申込締切：令和7年5月16日（金）**

《申込先・問合せ先》  
☆神奈川県高齢福祉課 高齢福祉グループ 秋好・澤田  
電話：045-210-1111（内線4838） 電子メール：anshinkaiyo@pref.kanagawa.lg.jp

## 5. 神奈川県の市町村支援の取組②

### ■市町村の事業支援のための人材育成講座

令和3年度から、高齢者の社会参加・支え合いの体制づくり、高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施等、近年の市町村の事業に対応するため「人材育成講座」（初級編・中級編）を実施しています。

#### 対象

- ・市町村の事業担当者
- ・市町村の事業に従事する専門職
- ・通いの場に関わっている人や興味のある人、  
関心のある団体等

R7年度 ※フレイル測定や三浦市の取組を紹介  
■「通いの場におけるフレイル対策 実践編」開催  
■「通いの場におけるフレイル対策 応用編」開催

(研修体系のイメージ)

上級	【職能団体主催】 専門職向け専門研修
中級	【県主催】専門職向け基礎研修
初級	【県主催】初任者研修

職能団体が開催する研修（上級編）と連携し、  
専門職のスキルアップと地域での活躍を目指  
しています。

# 5. 神奈川県の市町村支援の取組③

## ■通いの場への伴走支援

高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施の開始にあたり、令和3年度から令和6年度まで「一体的実施にかかる通いの場への伴走支援」を実施しました。一体的実施では、**フレイル状態に着目した対策**がポイントであることをアドバイスしてきました。

アドバイザー（神奈川県立保健福祉大学 田中和美教授）

市町村の課題に寄り添いながら、市町村が自ら考えながら効果的な取組を実施できるよう、アドバイザーから助言を受け、県が継続的に市町村に伴走して支援を行います

- ・アドバイザー派遣 3回程度／年（県職員が毎回同席） 每年3～4市町村
- ・伴走支援参加市町村同士の**情報交換会**を実施し、**事例の横展開**を図った。
- ・コロナ禍は、通いの場の活動状況も様々。
  - ▶各市町の担当者の個別の状況に応じた支援を実施。
- ・令和6年度は県内すべての33市町村で一体的実施を開始したため、令和7年度からは「機能強化のための伴走支援」にリニューアルして実施。



神奈川県PRキャラクター かながわキンタロウ

## 6. 神奈川県三浦市のモデル事業の取組

国事業の一環で、かながわ福祉サービス振興会の協力で三浦市でモデル事業を実施。フレイル測定サポーターを養成し、市内の様々な通いの場等でフレイル測定会を実施しました。目的：住民主体のフレイル測定を用いた通いの場におけるポピュレーションアプローチの方法の確立



参加者が多い会場でも**短時間**で測定できるので、**元々の教室のプログラム**と一緒に測定することができます。

**小人数**でも  
測定できる！

高知県仁淀川町との**交流**。  
かけがえのない**仲間**ができやる気アップ！

## 6. 神奈川県三浦市のモデル事業の取組②

26名のフレイル測定サポーターが誕生し、多くの住民がフレイル測定を受けました。

	実施	時期	人数	モデル事業の成果
R 6  モ デ ル 事 業 (試 行)	フレイル測定サポーター養成講座	R6.10.9 (120分)	26名養成	<ul style="list-style-type: none"> <li>・26名の測定サポーターが誕生し、通いの場等で住民主体でフレイル対策に取り組めるようになった。</li> <li>・皆と測定することでフレイル対策の知識が覚えやすかったという感想を得た。</li> <li>・半年前に比べて固いものが食べにくくなった25%、歩く速度が遅くなってきたと思う57%いることがわかり、フレイル対策が必要であることがわかった。</li> </ul>
	フレイル測定会 第1回	R6.10.15 (60分) 個人宅サロン	7名測定	
	フレイル測定会 第2回	R6.11.6 (60分) 診療所での教室	7名測定	
	フレイル測定会 第3回	R6.11.15 (75分) 三浦市老人福祉センター	28名測定	
	フレイル測定会 第4回	R6.11.18 (60分) 地区の区民会館	21名測定	
	フレイル測定会 第5回	R6.11.17 (午後120分) みうら市民まつり	80名測定	
R 7	未病指標・フレイル測定	R7.11.16 (全日) みうら市民まつり	約150名測定	
	未病指標・フレイル測定	R7.12.7 (午後120分) みうら市民健康大学	想定約100名	

## 7. 神奈川県主催イベントでフレイル測定と未病指標を実施

11月1日「介護フェアinかながわ」でフレイル測定と未病指標を約100名に実施

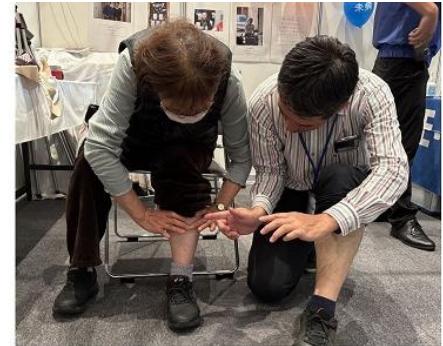


かながわ福祉サービス振興会、高齢福祉課、いのち・未来戦略本部室が連携して実施

- 未病指標を活用したフレイル対策の啓発
- 「自分事」として捉え、未病改善の取組のきっかけづくり

### フレイル測定

現在、フレイルの兆候があるかチェックしました



### 未病指標

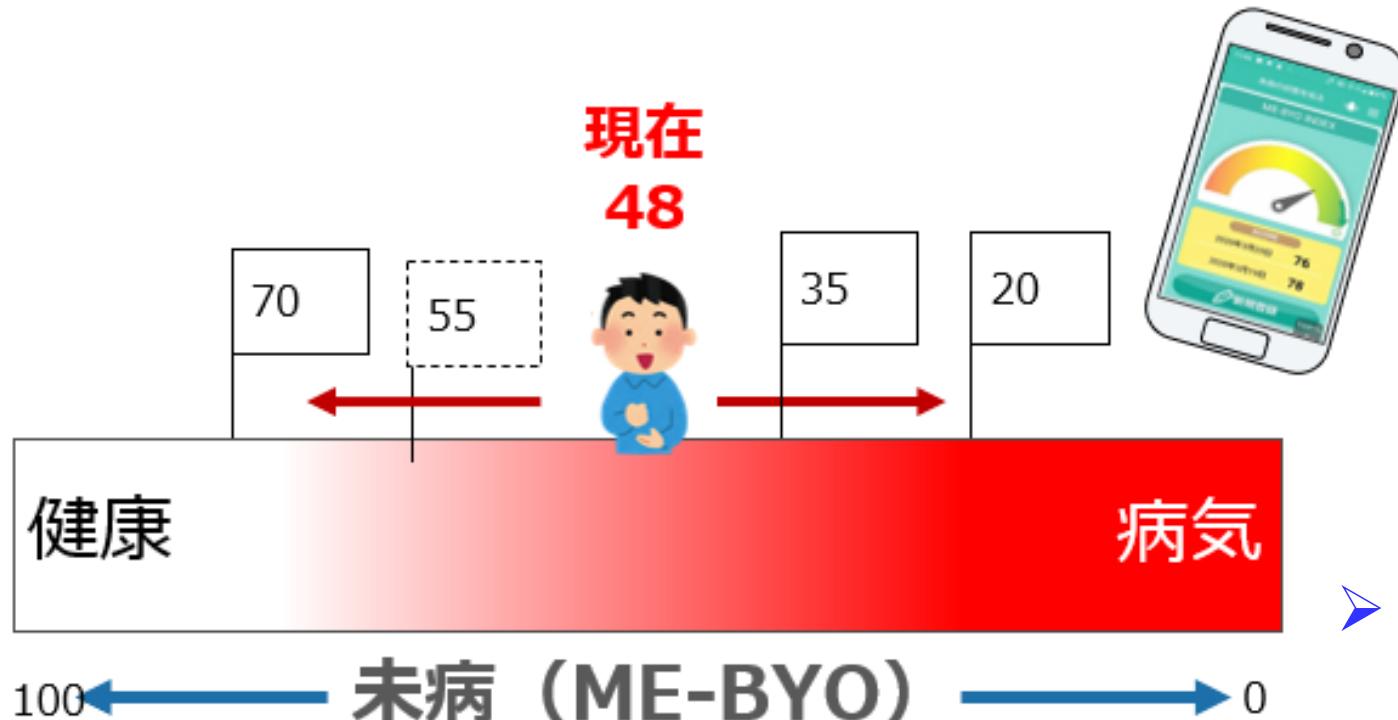
現在の未病の状態を数値で「見える化」できる未病指標を測定しました



## 8. 未病指標の活用について

未病改善を効果的に進めるために、未病指標を構築し、健康に関するデータを収集・活用し、未病改善の取組の効果分析を行っています。

「未病指標（ME-BYO INDEX）」とは、自分が「健康」と「病気」のグラデーションのどこにいるのか、生活習慣、認知機能、生活機能、メンタルヘルス・ストレスの4つの領域から、現在の未病の状態を数値等で「見える化」します。



- 自分の未病の状態を数値化して把握でき、未病改善の取組が促進

未病改善の3つの柱「食・運動・社会参加」の考え方を  
「フレイル対策」に活かしながら、

- ①個人の気づきを促す「未病指標」「未病改善」の普及
- ②集団へのアプローチとして「住民主体によるポピュレーションアプローチの取組」の好事例の市町村への展開、実施支援

高齢になってもいきいきと暮らせる社会の  
実現と健康寿命の延伸を目指します。



ご静聴ありがとうございました