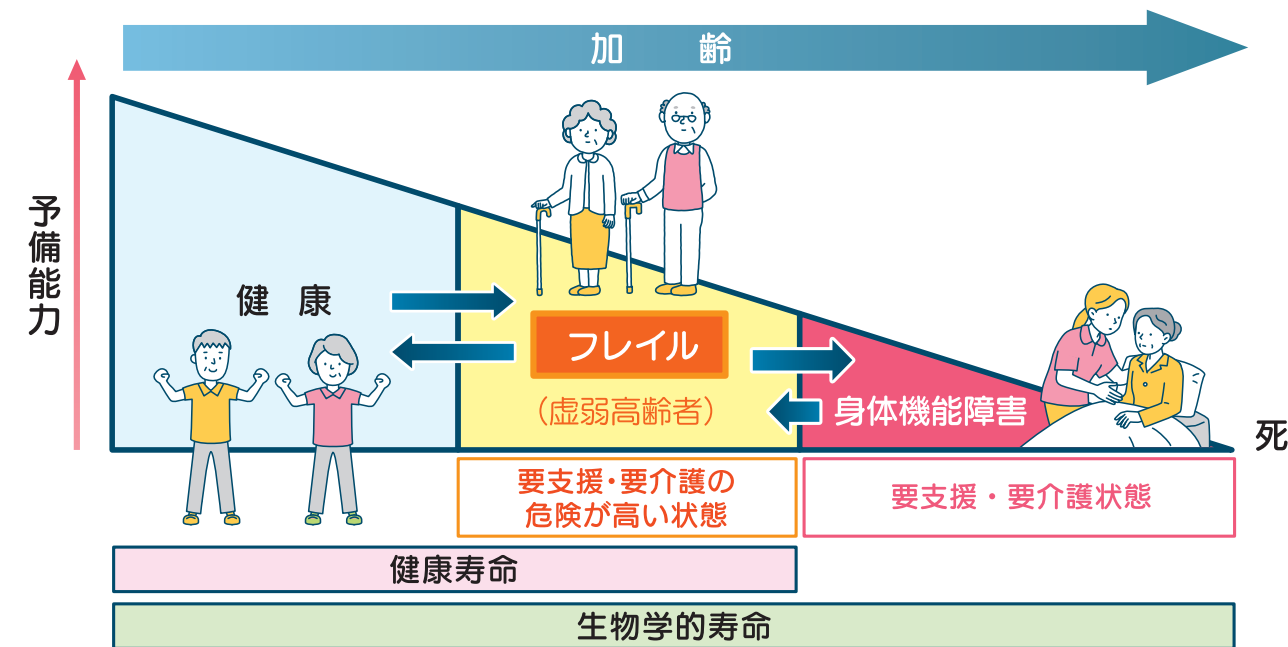


『フレイルとは』

加齢により心身の活力が低下した状態であり、介護を必要とする前の黄信号の段階を指します。

フレイルは、身体機能の衰えだけでなく、精神・心理的な衰え、社会活動の減少等が相互に連鎖し、生活機能の低下を加速させます。予防が肝心であり、なるべく早期から適切な介入を行い、進行を遅らせることが重要です。



葛谷雅文(2009) 老年医学におけるSarcopenia & Frailtyの重要性、日本老年医学会雑誌、46、p279-285
佐竹昭介(2015) フレイルの一次スクリーニング、p32-39、フレイルの予防とリハビリテーション、医歯薬出版株式会社を参考に一部改変

出典元：国立長寿医療研究センターHP「フレイルの概念図」より引用
<https://www.ncgg.go.jp/ri/advice/27.html>

社会的 フレイル

- 閉じこもり
- 社会的交流減少

身体的 フレイル

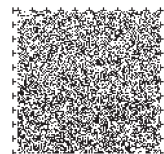
- 筋力低下
- 口腔機能低下
- 低栄養

精神的 フレイル

- 認知機能低下
- うつ

フレイルの 3つの要素

フレイルには、閉じこもり、社会的交流の減少などの**社会的フレイル**、筋力低下や口腔機能低下、低栄養などの**身体的フレイル**、認知機能の低下やうつなどの**精神的フレイル**の3つの要素があります。



健診は一日、
健康は一生。

ご自分のからだを知る機会
健康診査を受けましょう！

名古屋市で実施している健診（検診）の実施内容や実施場所等について
知りたい場合は、

「**名古屋市健診（検診）総合サイト**」をご確認ください。

名古屋市健診（検診）総合サイト

検索



● 名古屋市公式ウェブサイト www.city.nagoya.jp 名古屋市

検索

● 詳しい内容を知りたい場合は、名古屋市公式ウェブサイトから「健康診査、介護・医療データからみた名古屋市における高齢者の健康課題」の本冊子をご確認ください。

<https://www.city.nagoya.jp/kenkofukushi/page/0000181205.html>



担当課

名古屋市健康福祉局生活福祉部医療福祉課

電話番号：052-972-2573 FAX：052-972-4148

健康診査、介護・医療データからみた

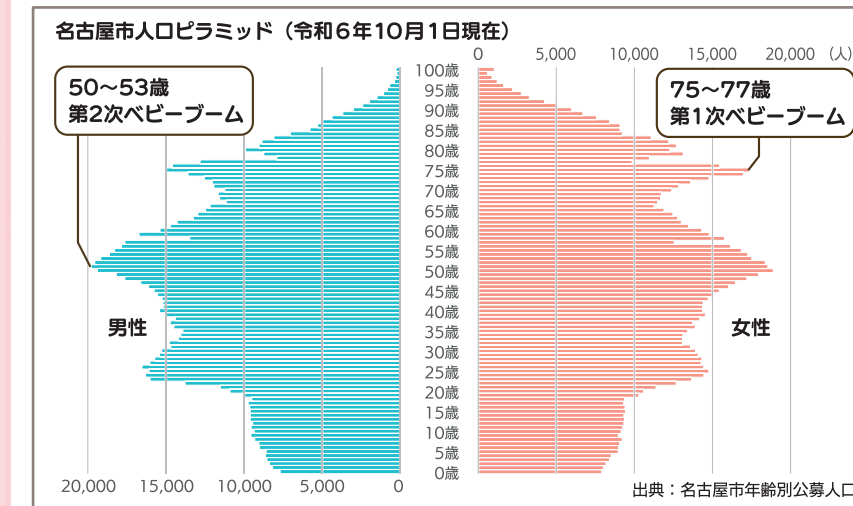
令和7年度改訂版

名古屋市における高齢者の健康課題

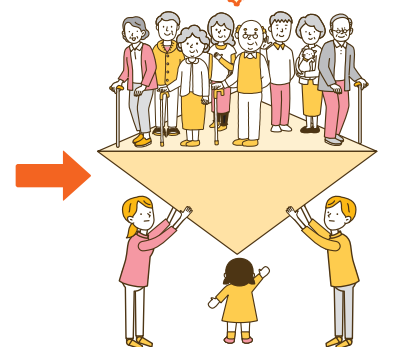


“人生100年時代”と言われる中で、名古屋市の現状は…？

① 名古屋市の人口構成から見たこと？



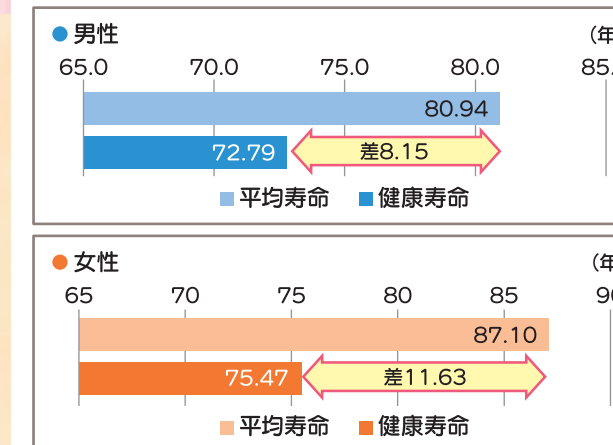
高齢者世代である
65歳以上の老年人口の増加



15歳から64歳の生産年齢人口の
減少のため支える世代への負担増

② 平均寿命と健康寿命から見たこと

名古屋市の平均寿命と健康寿命の差（令和4年）



平均寿命－健康寿命：健康ではない期間
出典：「次期健康づくり運動プラン作成と推進に向けた研究」分担研究報告書

『健康寿命とは』

健康寿命とは、一般的に、ある健康状態で生活することが期待される平均期間またはその指標の総称を指します。生存期間を健康な期間と不健康な期間に分け、集団における各人の健康な期間の平均を求めると、これが健康寿命の指標となります。健康寿命には様々な定義や算出方法がありますが、本書では国民生活基礎調査のデータを基に国が3年ごとに算定する「日常生活に制限のない期間の平均」を使用しています。

名古屋市高齢者の
健康課題を紹介します！
次ページをご覧ください

※各ページにある四角のコードは「音声コード」といい、専用の読み取り機や音声コードに対応したアプリケーションをインストールしたスマートフォンにより、音声でこの冊子の内容を確認することができます。

