

高校生を主体とした地域におけるフレイル予防と 世代間交流による地域共生社会の実現



～健康長寿命延伸に向けた取り組みで持続可能な元気なまちづくり～

－解決したい課題－

「高齢者に元気でいてもらうことで
医療費や介護サービス費の抑制をはかる！」

課題解決のための3つの提案

- ① 4月開催宝塚市市制70周年を記念フェスにてフレイル調査とイベント開催（食と運動との関連性を調査）
- ② 3つのスーパーマーケットでフレイル調査
一般の高齢者と普段運動をしている高齢者の調査比較。
- ③ 調査結果をデータサイエンスゼミが分析

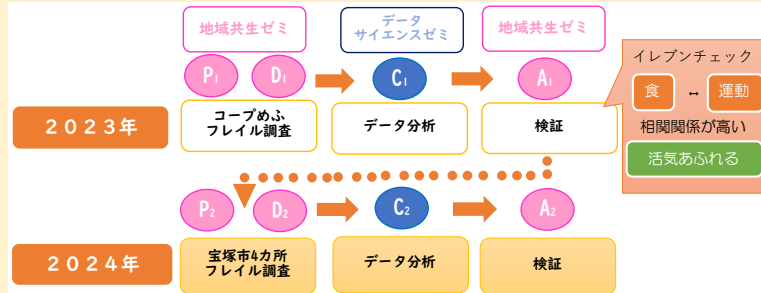
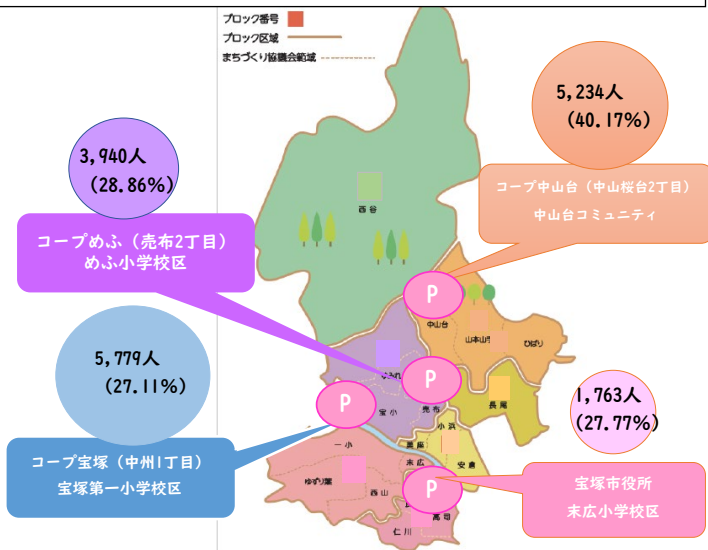


図 65歳以上人口および高齢化率とフレイル調査（2024年）



2022年3月末時点 宝塚市地域カルテ

理由① 超高齢社会のための「健康寿命延伸プラン」

- ① 「次世代を含めたすべての人の健やかな生活習慣形成」
- ② 「疾病予防・重症化予防」
- ③ 「介護予防・フレイル対策、認知症予防」

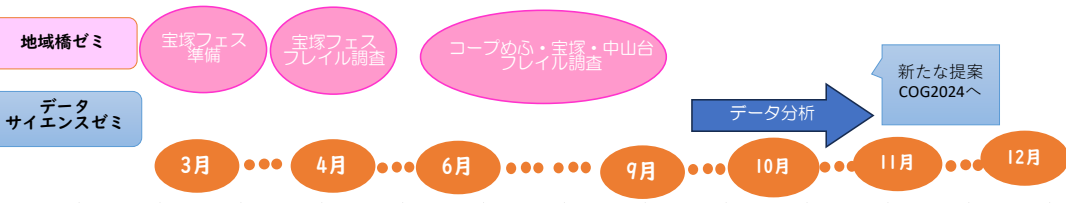
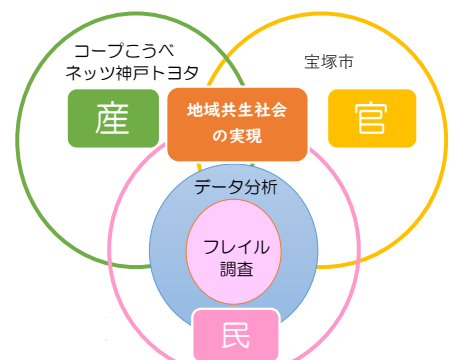
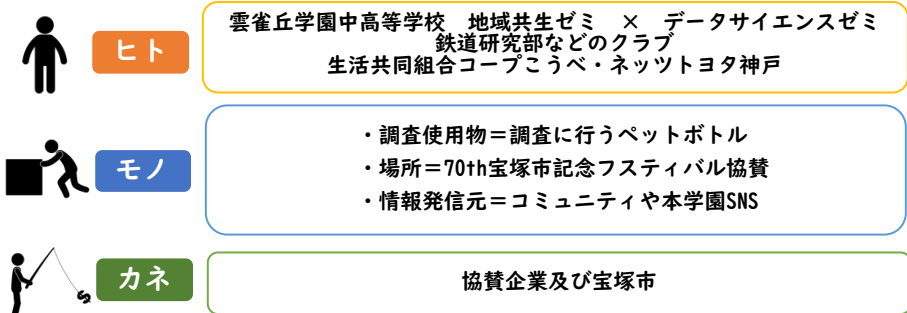
理由② 高齢者の急増が予測され、社会保障費の増加が懸念

宝塚市の高齢者割合は、2045年まで増加し続ける。

理由③ データサイエンスゼミの分析

無料でペットボトルを配布することで、調査回収率も向上し、さらに高校生がアンケート調査することにより、客観的データを集めることができる。

－実現に時間軸を含むプロセス－



【健康長寿命延伸】のまち well-being