

健康長寿に係る先進的な取組事例(概要版)

地域ぐるみで取り組むサルコペニア予防

事業概要

糖尿病性腎臓病（DKD）の重症化予防で保健指導を実施している者を対象に、介護の重症化予防の取り組みを開始した。医療機関が開眼片足立ち時間・TUG（3m往復歩行時間）・握力測定の3項目から、転倒リスクの高い方を抽出する。その後、多職種（医師・町保健師・看護師・管理栄養士・理学療法士）で食事・運動両面から支援方法を検討し、地域ぐるみでサルコペニア予防に取り組む体制を構築した。

データの収集、解析は医療機関と協働で実施している。

事業内容(参加者数・予算等)

● 参加者数・予算

参加者数	動的評価実施数(医療機関)	概ね 120 人
	多職種連携介入者数	概ね 10 人
予 算	0 円	

● 転倒ハイリスク者抽出・評価ツールの作成

動的数値評価表（開眼片足立ち時間・TUGによる二次元展開）

● 多職種による介入支援

理学療法士: 転倒予防運動プログラムの作成 運動指導

管理栄養士: 食事指導（減塩・蛋白適量指導）

保健師 : 生活指導 介護予防事業の紹介等

● 臨床検査データ・体力測定等により効果判定

● 第 61 回 日本糖尿病学会学術集会にて発表予定。

事業効果

- 動的数値評価表により、「転倒リスクの見える化」ができた。
- 介入支援者については、介入前後で動的評価（開眼片足立ち時間）が改善した。

その他

- 地域内の他の医療機関への横展開が課題である。