

**参考** コロナ禍における高齢者のフレイルの懸念について

<高齢者の心身の状態に関する調査>

(出典:厚生労働省令和2年度老人保健健康増進等事業「新型コロナウイルス感染症影響下における通いの場をはじめとする介護予防の取組に関する調査研究事業(日本能率協会総合研究所)」)

(1) 把握方法

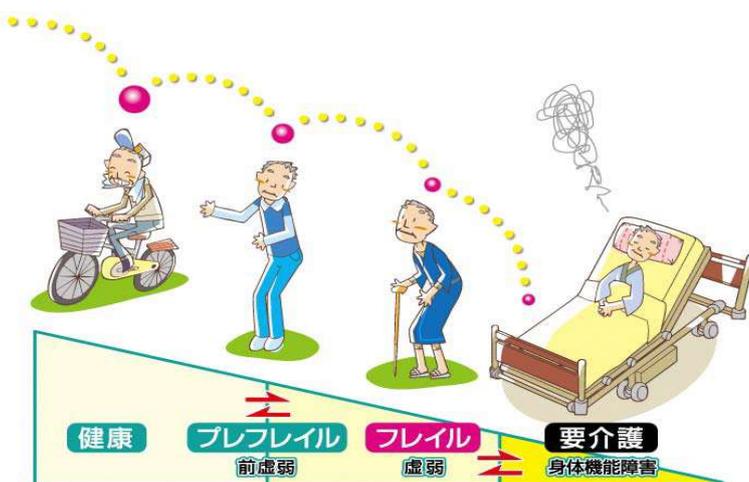
コロナ影響下のR2年度とコロナ影響前のR元年度の基本チェックリスト(生活機能低下の可能性を把握するもの)該当者割合を比較

(2) 調査結果

- ・外出機会は約 20 ポイント減少
- ・認知機能低下やうつに関する項目の該当者が約5ポイント増加

【令和元年度から令和2年度にかけて該当率が増加した項目(高齢者全体(65歳以上))】

チェックリスト項目	R1	R2	増減 (R2-R1)
昨年と比べて外出の回数が減っているか	19.5%	38.3%	18.8%
毎日の生活に充実感がない	12.4%	17.6%	5.2%
転倒に対する不安は大きい	38.7%	41.7%	3.0%
6か月間で2~3kg以上の体重減少はあったか	11.7%	14.2%	2.4%
この1年間に転んだことがあるか	18.8%	21.0%	2.2%
以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	26.4%	28.5%	2.1%



新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中で、これまで地域の通いの場を利用していた方々等をはじめとして、多くの高齢者の方々が、外出を控え、居宅で長い時間を過ごすようになっていきます。このような環境下においては、生活が不活発な状態が続くことにより、身体や頭の働きが低下し、歩くことや身の回りのことなど生活動作を行いにくなり、フレイルが進んでしまいます。

運動、栄養・口腔ケア、社会参加に関係する活動は、フレイル対策の効果が期待されます。