

## 『医療機関がタッグを組んで 高齢者の健康長寿をサポート』 ～琢美地区フレイル予防チーム～

熱活！

みんなで「あつまり」「つながり」  
「活躍する」ためのホットな情報  
をお届け！

発行：甲府市協働支援センター



「フレイルにふれ～る」の打ち合わせの様子▲

### 琢美地区に暮らす高齢者の元気を応援します！

城東病院と城東歯科クリニックがタッグを組み、琢美地区に暮らす高齢者の元気を応援するための新たなフレイル\*予防講座「フレイルにふれ～る」(全5回の連続講座)を今年度より始めます。

※フレイル…健康と要介護の中間に位置し、心と体の働きが弱くなってきた状態のことを意味します。

- ・地域に密着した取組を実施してもらえてありがたい。
- ・地域にこのような医療機関があることは私たちの誇りです。
- ・いつまでも元気に過ごせるよう気を付けていきたい。



### 城東病院 (こちら琢美地区まると元気応援団)

城東病院では、「琢美地区住民の5年後10年後の元気をサポートしたい」という思いから、フレイル予防事業に取り組むチーム「こちら琢美地区まると元気応援団(通称:こちたく)」を立ち上げました。こちたくは、琢美地区に暮らす高齢者の健康を支えるため、フレイル予防対策に関する情報をホームページで発信するほか、地域に出向いてフレイル予防講座を開催するなど、地域住民に寄り添った支援を実施しています。



◀【こちたくホームページ】  
フレイル予防に関する情報を発信しています！  
お悩みがある方はお気軽にご相談ください。  
電話番号 080-4173-6411 (13:30～17:15)

### 城東歯科クリニック

こちたくの取組に共感し、歯科の分野で琢美地区に暮らす高齢者の健康を支えたいという思いから、オーラルフレイル\*予防の取組を推進していくことにしました。

※オーラルフレイル…嚥んだり、飲み込んだり、話したりするための口腔機能が衰えることを意味します。

口の健康を維持することは体の健康維持にもつながります。人生100年時代と言われている今、一人一人がこれまで以上にご自身の口の健康と向き合っていくことが大切です。

オーラルフレイル予防の取組が広く地域に届き、皆さんが歯科検診に行きたくなるような活動をしていきたいです。



◀【城東歯科クリニックホームページ】  
口腔機能に関するお悩みはお任せください！  
診療時間 9:30-13:00、14:30-19:00  
診療日 月・火・水・金・土曜日  
電話番号 055-244-8148



### 取材希望団体募集中！

取材を希望する地域やボランティア団体などを募集しています。協働支援課までご連絡ください。  
☎ 055-231-5537

これまでに発行した「あつ活 NEWS!」は、  
協働支援センターホームページからご覧ください！  
音声版もありますよ！



協働支援センターHP