

目次

I. 総括研究報告

- 運動・栄養介入による高齢者の虚弱予防に関する長期的な介護予防費削減効果の検証とガイドライン策定のための研究…………… 1
高田和子

II. 分担研究報告

1. ヒアリング対象市町村における緊急事態宣言後の事業状況について…………… 11
高田和子, 町田修一, 阿部圭一, 榎裕美, 渡邊裕也, 田中和美
2. 新型コロナウイルス感染症拡大による高齢者の虚弱に関するアンケート調査… 15
田中和美
(資料)新型コロナウイルスの影響と健康状態に関するアンケート
3. フレイル予防に向けた栄養改善と運動器の機能向上の複合介入…………… 27
榎裕美, 平野雅巳
4. サルコペニア・ロコモ予防のための効果的な運動プログラムの開発と社会実装・33
町田修一
5. 介護費削減効果の検証…………… 37
渡邊裕也
6. 課題に対応するガイドライン作成向け資料の作成…………… 43
高田和子, 町田修一, 阿部圭一, 榎裕美, 渡邊裕也, 田中和美
(資料)
- 図 1 サービス C 利用のための他のサービスとの連携
- 図 2 開始時の目標設定および終了時の目標到達度記入欄
- 図 3 12 回のプログラム案
- 図 4 興味・関心チェックシート
興味関心チェックシートの活用事例 1,2
- 図 5 訪問した際の体重減少の理由別による栄養相談内容
- 図 6 サルコペニアの評価方法
- 図 7 サルコペニアの評価方法
- 図 8 ロコモ度テスト

図 9 チェアースタンドテスト

図 10 レーニング事例 1

図 11 レーニング事例 2

図 11 57～75 歳の男女を対象に 12 週間トレーニングをした時のトレーニング効果

図 12 トレーニングの短期介入効果

図 13 汎用性の高い運動プログラム

図 14 動作改善トレーニング

Ⅲ. 研究成果の刊行に関する一覧表 65