

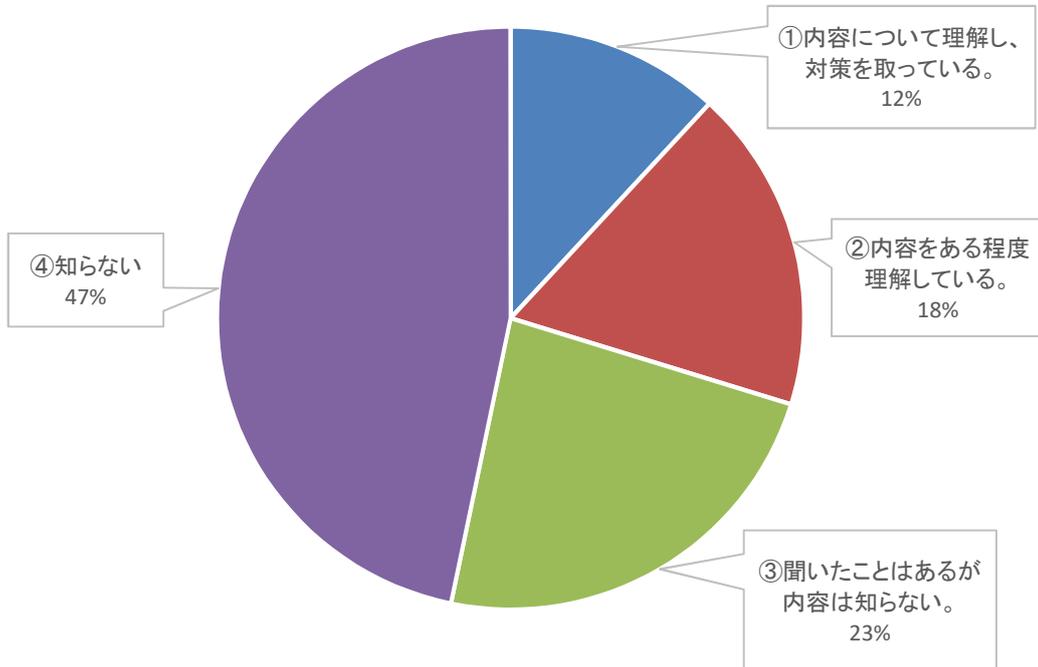
「県民の声ミニアンケート」の結果

(令和2年10月実施)

Q 健康な状態と要介護状態の中間を指す「フレイル」について知っていますか？

回答結果（有効回答数507人）

回答項目	回答数(人)	割合(%)
①  内容について理解し、対策を取っている。	60	12%
②  内容をある程度理解している。	91	18%
③  聞いたことはあるが内容は知らない。	119	23%
④  知らない	237	47%
合計	507	100%



フレイル

年を重ねるとともに体や心の働き、社会的なつながりが弱くなった状態を指します。何もしないままだと介護が必要となる可能性があります。適度な運動、バランスのとれた食事、口腔ケア、人との関わりを持つことを心がけることで予防することができます。

問い合わせ先：健康づくり推進課 024-521-7165