

高齢社会演習

2022年度 プログラムNo. 2201

「フレイル予防」

■**担当教員**：飯島勝矢（未来ビジョン研究センター・教授）、孫輔卿（未来ビジョン研究センター・特任講師）
田中友規（高齢社会総合研究機構・特任助教）

■**概要**：

人生100歳時代を迎えて、高齢者が安心して住み慣れた地域で自分らしく生きるためには、「健康増進～フレイル（虚弱）予防」が重要であり、そのための地域での戦略的な展開が必要である。そのなか東大IOGでは地域住民主体のフレイルチェック活動を開発し、担い手であるフレイルサポーター（地域高齢者）を養成することで、参加高齢住民とともにフレイルの兆候に気づき、フレイル予防活動を持続的に行える地域プログラムを開発した。

2022年度のフレイル予防の演習は現在、進めている科学技術振興機構（JST）・未来社会創造事業（研究課題名：新価値‘IKIGAI’ 駆動による社会貢献活動の個人最適化）の一環として実施する。具体的には定例全体会に参加し、JST研究の目的である地域貢献活動の担い手（例：フレイルサポーター）が活動を通じて感じる生きがいを新価値IKIGAIの概念で再構築し、その人の行動情報から計測・定量化するプロセスを研究進捗報告で理解する。最終的には本研究の目標である地域活動を通じた生きがいの可視化、生きがい向上の介入策開発や新たな担い手の確保など超高齢社会の地域課題解決に挑戦する総合知（人文、情報理工、工学系、老年医学）の研究取組みに参加することで、自分の研究の考え方、分野横断連携の在り方を学ぶ。

■**日程**：

10/14（金）14:00-17:00（3h）フレイル予防実習ガイダンス+JST-MIRAI全体会議
11/17（木）15:00-17:00（2h）JST-MIRAI全体会議
12/7（水）14:00-16:00（2h）JST-MIRAI全体会議
1/12（木）15:00-17:00（2h）JST-MIRAI全体会議
2/14（火）15:00-17:00（2h）JST-MIRAI全体会議
3/14（火）15:00-17:00（2h）JST-MIRAI全体会議
日程調整中 文京区通いの場での多世代交流（現場体験）

■**留意事項**：

- ・上記プログラム出席希望者は必ずフレイル予防ガイダンスを受講すること（録画対応可）
- ・各全体会議への出席希望者は、（孫）son@iog.u-tokyo.ac.jpへ連絡すること。
- ・10名程度を1回の履修限度とする。