

ひらかた
大阪府枚方市

「脳の健康度測定」とフォローアップ ～測定結果から行動変容や市の事業への参加を促す～

取材：2025年7月14日 枚方市役所

人口約39万人（大阪府5番目）の中核都市、枚方市では、2025年1～3月、デジタルツール「のうKNOW®」※を活用した「脳の健康度測定」を実施しました。この取り組みで特筆すべきは、測定後のきめ細やかなフォローアップの実施です。市では、測定結果に応じた個別対応を行うことで、測定者の不安を受け止め、生活習慣の改善などへの意欲を引き出すとともに、市の高齢者施策・健康増進施策等の総合的な発展につなげることを目指しています。

※「のうKNOW」は疾病の予防や診断を目的としたものではありません。



集団測定の様子。右側が看護師による相談ブース

枚方市「脳の健康度測定」

- 目的：**①自分の脳の健康状態に関心を持つ機会を得ることにより生活習慣を見直すなどの行動変容のきっかけとする。
②認知機能の低下が疑われる方を把握し、市の介護予防事業への参加を促すなど、必要な方を適切に社会・医療資源につなぐ。

共催：枚方市*、枚方市医師会、エーザイ株式会社（2024年10月、3者連携協定締結）
*所管課は健康福祉部 健康福祉政策課・健康福祉総合相談課・健康づくり課

「個別測定」と「集団測定」の二本立て

個別測定

- 2025年（令和7年）1月30日、65歳、68歳、71歳の市民12,742人を対象に、自身のスマートフォン等を使い自己測定ができる個別二次元コードを郵送。
- 脳の健康に関する啓発の機会として、「認知症の簡単解説」「自分でできる認知症の気づきチェックリスト」「認知症予防を含む健康づくりに関する案内」「相談支援先の紹介」「協力医療機関一覧」を同封。

.....▶ 自己測定実施者1,531人 実施率12.0%

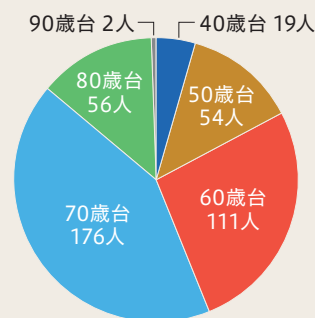
集団測定

- 2025年（令和7年）3月4～8日の計5日間、ラポールひらかた（枚方市立総合福祉会館）にて実施。
- 事前申込制で、40歳以上の市民が対象。
- 会場では測定に加え、**問診票**※を用いた看護師による問診、医師による結果説明や助言、介護予防に関する動画視聴などを含めたプログラムを実施。

※測定者に事前配布し、「認知症の気づきチェック」はもとより「日常生活のサポートについて」「健康状態・基礎疾患」「生活状況・社会活動」等、適切なフォローアップにつなげるための情報を記入してもらう。

.....▶ 42歳から92歳の418人が参加

● 集団測定参加者の年代別人数



● 「のうKNOW」測定結果（記憶力スコア） A：正常な状態です B：ボーダーライン C：維持向上のための活動を取り入れましょう

個別測定
(1,531人)

A：1,277人 B：149人 C：32人
※測定結果出ず 73人

集団測定
(418人)

A：352人 B：48人 C：17人
※測定結果出ず 1人

※「測定結果出ず」は、測定途中で離脱された場合や、時間がかかりすぎたことなどによるもの。



測定結果に沿ったフォローアップ

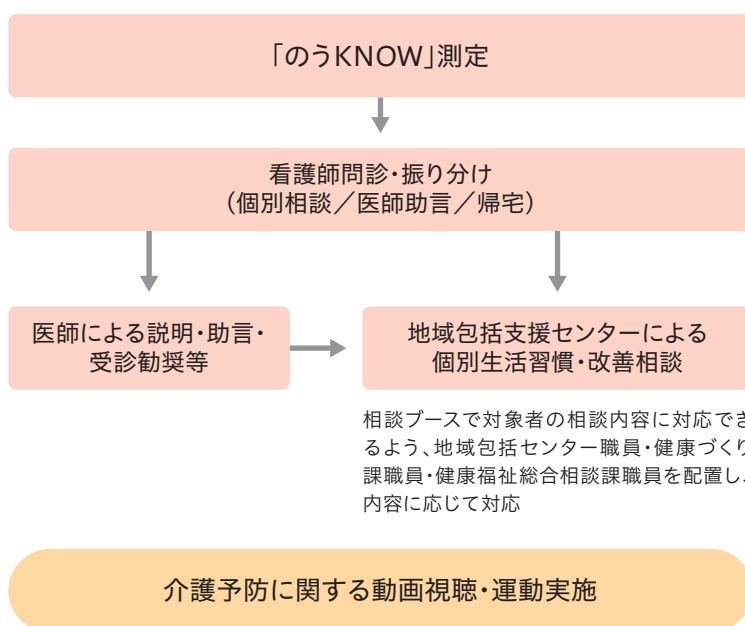
個別測定

- ボーダーラインである記憶力スコアが「B」であった149人に対して、大阪府の精神科基幹病院の医師などの医療専門職による「認知症予防教室」の案内を送付。
- 認知機能の維持向上のための活動を取り入れる支援が必要な記憶力スコア「C」であった32人に対しては、アンケートを送付(右ページ参照)。必要に応じて地域包括支援センターや市職員による個別訪問を実施し、受診案内や認知症初期集中支援チームの紹介等の支援を行う。

集団測定

- 記憶力スコア「C」、集中スコア「C」の方のうち、医師の相談ブースを案内した86人が相談ブースを利用し、149人が地域包括支援センターや市職員による個別生活習慣・改善相談ブースを利用した。
- 地域包括支援センターによる相談ブースでは、当日の相談・助言で終了した人が135人、地域包括支援センターで継続的に支援する人が12人、関係機関との情報共有など継続支援する人が2名となった。

■ 集団測定 その場でフォローを開始



「個人との紐づけ」が取り組みの基軸

のりゆき
枚方市 健康福祉部長 林 訓之さん(取材時)

測定者の不安を和らげるために

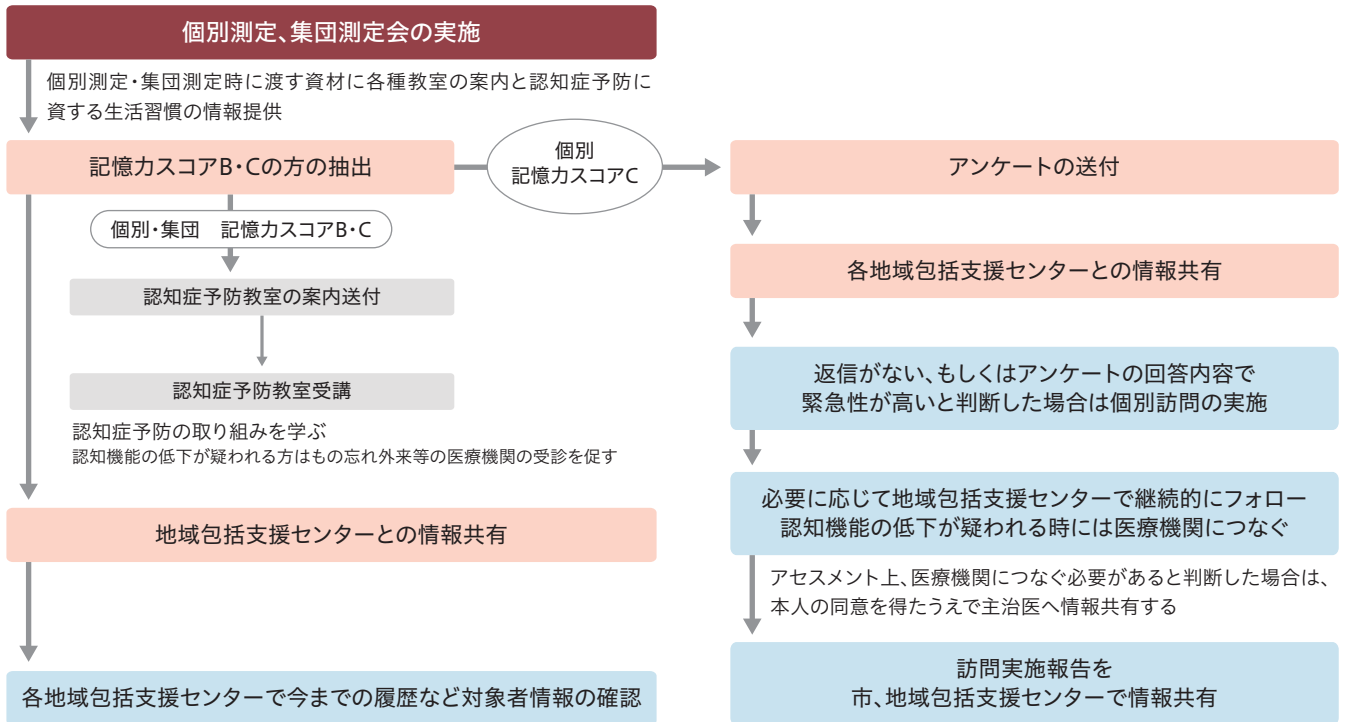
「脳の健康度測定」の構想段階から、担当職員たちには、「『のうKNOW』の結果がC判定やB判定だった方を不安な状態のままにしたくない」という共通の思いがありました。予想外の結果に落ち込んでいる方に対しては、担当職員が話を聞いたり、地域包括支援センターにおつなげしたりすることで、不安を和らげることが大切です。それにより、結果に不安を感じた方が自分の現状と向き合い、生活習慣の改善や市の介護予防事業等への参加を前向きに考えていただくこと

も期待できます。脳の健康度を測定するのであれば、結果に応じた丁寧なフォローがセットであり、そのためには個人との紐づけが必要という認識は、当初から担当職員の間で共有されていました。

市の施策の総合的な発展に向けて

枚方市では、住み慣れた地域で認知症の予防や心構え等について学び、実践する「ひらかた脳活教室」、認知症予防等に取り組む自主グループを支援する「街かど健康ステーション」、MCIリスクが高い方に市独自の

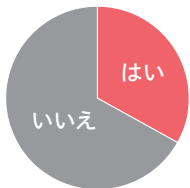
■「のうKNOW」実施後フォローの流れ(アンケート等を活用)



※本実施フローは枚方市が独自に構築したものです。

■ アンケート回答(一部) 回収率 47%(個別測定 記憶力スコアC 15/32人が回答)

●「のうKNOW」実施後、
健康状態についてどなたかに相談されましたか？



15人中5人(3分の1)が
相談したと回答
(家族やかかりつけ医、知人に相談)

●「のうKNOW」実施後、
生活で変化したことがありますか？



15人中5人(3分の1)が
変化したと回答
(睡眠時間など生活リズムを見直した、
運動をするようになった、
食事に気をつけるようになった …等)

※両質問に「はい」と回答した5人は完全重複ではありません。

認知症予防プログラムを実施する「認知症予防教室」など、様々な認知症施策を展開しています。

さらに、高齢者の居場所や健診等の参加者に地域ポイントを付与する「ひらかたポイント制度(通称ひらぽ)」や、社会参加の低下を招きやすい加齢性難聴に対する補聴器購入助成なども実施しています。

「脳の健康度測定」の導入にあたっては、これら既存の取り組みと連動させることが、市民の健康への寄与および各事業のさらなる活性化につながると考えました。市の事業の全体を視野に置き、市民の幅広いニ

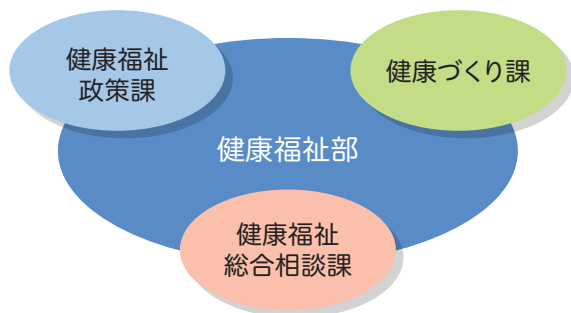
ズに応える総合的な認知症施策を推進するという方向性は、市長および市議会の意向と一致し、「脳の健康度測定」に対して補正予算を得ることができました。

包括的な方針が示されたことで、担当職員からは「ここにつなげてみてはどうか」といったアイデアが活発に出るようになっていきます。

まだ端緒についたばかりですが、今後は認知症・高齢者施策に限らず、健康福祉施策の一環としてさらに連携を広げ、市の施策全体の発展と、より暮らしやすい地域づくりに貢献していきたいと思っています。

三課協働による視野の広いアプローチ

大阪府枚方市 健康福祉部 健康福祉政策課・
健康福祉総合相談課・健康づくり課のみなさん



後列左側から

平原洋子さん(健康福祉政策課)
乾 直人さん(健康福祉政策課)
宮川純一さん(健康づくり課)
川島勇哉さん(健康福祉政策課)
大山貴子さん(健康づくり課)

前列左側から

石田有紀子さん(健康福祉総合相談課)
福島裕美子さん(健康福祉政策課)
中井さおりさん(健康福祉政策課)
脇 花奈さん(健康福祉政策課)

林 訓之さん 健康福祉部長(取材時)

市の機構改革(2024年度)により、認知症施策全般について一元的に担う「健康福祉政策課」と、介護予防等の観点から取り組みを進める「健康づくり課」、個別の相談支援や高齢者の生活サポート等を包括的に実施する「健康福祉総合相談課」の3課が同じ「健康福祉部」の所管となり、今まで以上に密に連携、連動しやすい体制が整いました。加えて、認知症関連協力医療機関の一覧の作成、集団測定の会場での相談対応など、枚方市医師会の先生方のご好意・ご協力がなければ、このようなかたちでの「脳の健康度測定」の実施はありませんでした。

川島勇哉さん 健康福祉政策課 課長代理

個別測定のための二次元コードを郵送する際に、地域包括支援センターや認知症関連協力医療機関の一覧も同封させていただきました。「脳の健康度測定」に関する事柄に限らず、日頃の生活で何か困ったこと、気になることがあったときに相談先・受診先リストとしてご利用いただけます。

宮川純一さん 健康づくり課

令和6年度の「脳の健康度測定」では、測定から「フォロー教室」の開催まで若干タイムラグがありました。令和7年度はより早くフォローが始められるように、健康福祉政策課と相談して測定の時期を調整しています。

平原洋子さん 健康福祉政策課 課長代理

市内13カ所の地域包括支援センターと個別に開いている定例会議の場で、センターの方から「脳の健康度測定」の問診票に生活圏域を記載する欄も加えてほしいとのご要望がありました。集団測定の相談ブースに来られた方に、どのような情報を提供すべきかが明確になるということなので、問診票に反映させていためています。

中井さおりさん 健康福祉政策課 課長

集団測定を受けられる方は、広報紙などで実施内容や趣旨を理解し、ご自分で参加を申し込み、事前に届く認知症チェックリストに記入して来場されるだけに、健康意識が高く、教室への参加率も高い傾向がみられます。

石田有紀子さん 健康福祉総合相談課 課長代理

当課は、健康・福祉・子育て・介護・障害・生活困窮などの複合する課題に対応する「健康福祉なんでも相談窓口」を所管しています。「脳の健康度測定」の集団測定では私たちも相談ブースを担当していますが、せっかくのご来場の機会なので、たとえばご家族の問題など、生活全般の困りごとをご相談いただければと思います。

乾 直人さん 健康福祉政策課

個別測定のご案内に関して、まずは郵送物を開封していただくことが大事なので、二回目の実施にあたり封筒のデザインや文言を検討し修正を加えています。また、一回目は市の広報紙への掲載等から間を置いてLINEやFacebookでの情報発信を行ったので、今回はSNSの周知のタイミングを早めて訴求度をより高める予定です。

第二回 脳の健康度測定：
2025年9月個別測定／
2026年1月 集団測定