

1 フレイル度チェックの実施結果

- ・5月22日、チェック票を同封した案内を発送（要支援・要介護認定者を除く）
- ・6月1日から新たに薬局（24か所）を会場として追加し、フレイル度チェックを開始

(1) フレイル度チェックの実施状況

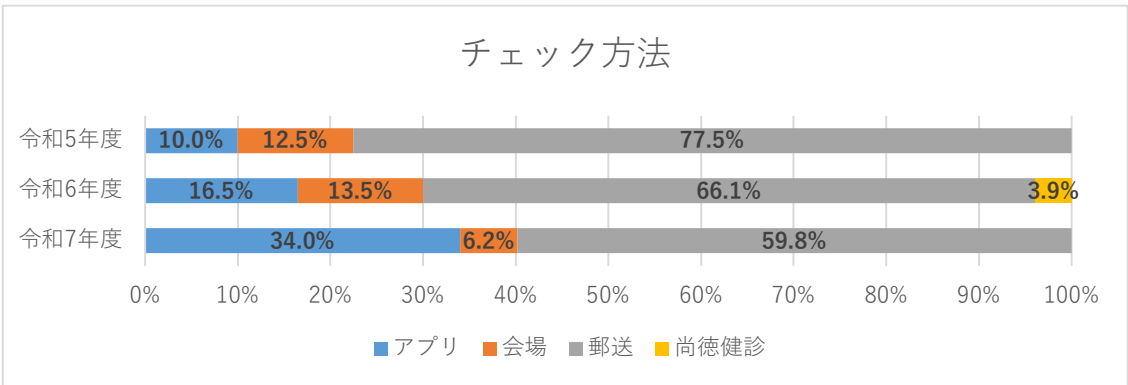
実施状況（実施率は、実施者の実人数で算出）

対象者数	実施回数（延回数）	実施者数（実人数）	実施率
35,627人	16,505回	10,983人	30.8%

回答状況（年代別・方法別）

（実人数）

方法/年代	65～69	70～74	75～79	80～84	85～89	90～	合計(割合)
アプリ	1,416	1,079	808	314	101	17	3,735(34.0%)
会場	42	101	211	162	112	51	679(6.2%)
郵送	660	993	2,097	1,610	924	285	6,569(59.8%)
合計	2,118	2,173	3,116	2,086	1,137	353	10,983
発送数	8,311	8,558	9,322	5,285	2,945	1,206	35,627
実施率	25.5%	25.4%	33.4%	39.5%	38.6%	29.3%	30.8%

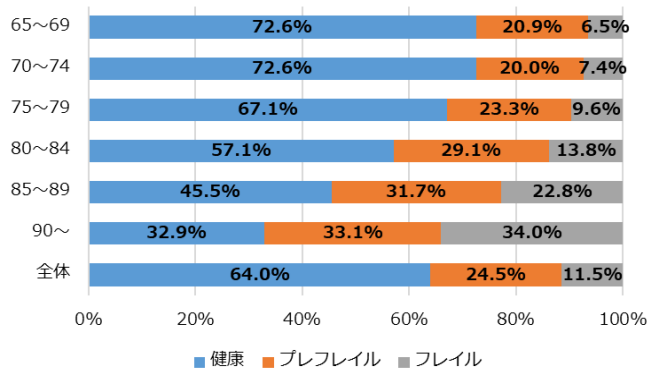


判定結果（男女別）

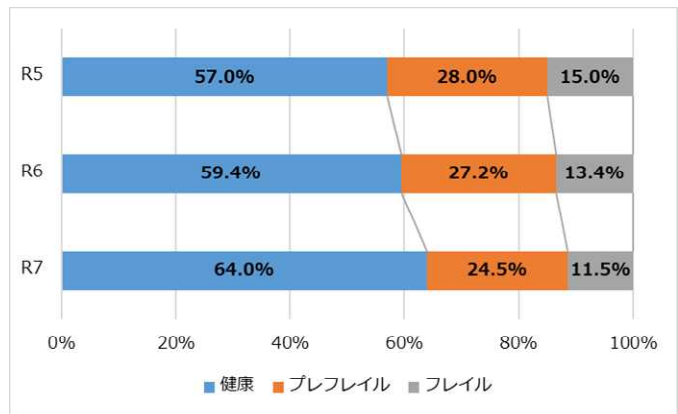
（実人数）

状態/性別	男性（割合）	女性（割合）	合計（割合）
健康	2,783(63.4%)	4,249(64.4%)	7,032(64.0%)
プレフレイル	1,050(23.9%)	1,637(24.8%)	2,687(24.5%)
フレイル	556(12.7%)	708(10.8%)	1,264(11.5%)
合 計	4,389(40.0%)	6,594(60.0%)	10,983(100.0%)

年代別判定結果（実数）



判定結果（実数）



・働く世代へのフレイル予防の啓発と、フレイル予防アプリの利用促進のため、令和7年度はよなご健康ポイント事業の対象者を40歳以上に拡大したことにより、70～80歳代の親世代と共に親子で予防活動へ取り組むケースもあったのではないかと推察される。

その結果、フレイル予防アプリでの回答人数が大幅に増加した（R6：1,627人→R7：3,735人）。また、アプリによって複数回のチェックが可能になったことにより、チェックの実施回数も1.36倍に増加した（R6：12,135回→R7：16,505回）。

・判定結果は、健康と判定された方の割合は年々増加している一方、プレフレイル、フレイルは減少しており、良化傾向にある。

・年代別の判定結果では、後期高齢者（75歳以上）の健康の割合は年々増加傾向である。

(2) フレイル予防事業の広報

各種媒体を活用し、広報を継続的に展開した。

米子市SNS	フレイル予防アプリ	広報よなご	BSSラジオ
19回	124回	毎月記事掲載	11回

・米子市公式SNSでは、フレイル度チェック勧奨をはじめ、健康ポイントやイベント情報等を配信。

・フレイル予防アプリのお知らせ機能を使って、フレイル予防に関する情報発信を年間124回発信するとともに、自宅でできる「ネグトレ」動画を配信（24回）。

・BSSラジオでは、毎月第1火曜日（2月のみ第3火曜日も出演）に放送されている

「フレ！フレ！フレイル予防～ずっと元気にエンジョイよなご～」（10分の番組コーナー）にフレイル対策推進課職員が出演し、最新の情報を発信。

・フレイル予防アンバサダーとして、BSS宇田川アナの派遣：10回（各種イベントや体操教室など）

・中海テレビ放送で「フレイル度チェック促進」「アプリ促進」「薬局でのチェック促進」のCMを放映（放映期間：6/1～9/30）

・デジタルサイネージで各種CMを放映

（公会堂ビジョン：6/1～3/31、YYビジョン：6/4～6/30、わこう交差点：6/4～6/30）

(3) 米子市フレイル予防アプリの利用促進

○よなご元気エンジョイパスポート

米子市フレイル予防アプリを使ってフレイル度チェックを行うことにより、アプリ上に「よなご元気エンジョイパスポート」を表示。
市内の協賛店でパスポートを提示すると様々な特典が受けられる。

※ 令和6年5月1日からスタート。

協賛店舗数 （開始時）52店舗➡（令和6年度）98店舗➡（令和7年度）99店舗



○よなご健康ポイント事業

フレイル予防に資する取組に対し、「よなご健康ポイント」をプレゼント。

ポイントは、フレイル予防アプリ内で管理し、電子マネーのJ-Coinボーナスに交換可能。

※ 令和7年6月1日からスタート。対象者：40歳以上の市民（要支援・要介護認定者除く）

交換上限：10,000pt

【対象となる取組例】

フレイル度チェックの実施	1,000pt
聴こえのチェックの実施	500pt
ウォーキング 7,000歩以上/日	50pt/日
フレイル予防教室・イベント参加	200pt

ほか



【令和7年度の集計】

ポイント所有状況	
人数	ポイント数
7,500人	34,046千pt

交換申請 ※1	
人数	ポイント数
6,351人	32,900千pt

ボーナス交換 ※2	
人数	ポイント数
6,271人	32,400千pt

※1 米子市フレイル予防アプリの情報をJ-Coinアプリ側へ提供するための同意をとるためのもの

※2 J-Coinアプリをダウンロードしており、米子市フレイル予防アプリの登録情報と一致した場合、
交換可能