

糖尿病合併症・フレイル評価のための健“幸”長寿外来(2025年4月開設)

【概要】

フレイルとは、疲れやすい、横断歩道を渡り切れない、瓶のふたを開けられないなど加齢に伴う心身の活力の低下のことで、「**要介護手前の予備軍**」の状態と言われます。

フレイル評価を受けていただくことは、①寝たきりになりにくい、②ご自身のお身体を詳しく知ることができる、③介護申請の主治医意見書に検査結果を反映させることができるなど**複数のメリット**を有しています。

しかしながら、全国でもフレイル評価可能な病院は**限られている**のが実情です。

当科では今回、フレイル外来を先駆的に展開している東京都健康長寿医療センター(既に700名以上の症例数)での診療経験を有する、**木下大輔**医師を中心に当外来を開設することにいたしました。

※フレイル評価のみならず、**糖尿病を有される方はその合併症の評価**も可能です。

【受診日の流れ】

問診・診察の後、次のような検査が可能です。

【検査】採血・尿検査、動脈硬化の目安(四肢に血圧計を巻いて測定)

握力測定、歩行速度測定、体組成測定、認知機能検査、骨密度検査など

・初回受診は**金曜午前**の枠(初回は3-4時間程度要します。)

・初回(金曜午前)：診察、検査⇒・2回目：結果説明、栄養指導

【受診予約の方法】

① 代謝・内分泌内科 **木下外来通院中**の方は、外来受診時にご相談下さい。

② **山武郡市医師会**のクリニックから紹介状(紹介状のフォーマットは[こちら](#)からダウンロード可能です)をもらったうえで当外来を電話(予約センター：0475-50-1333)でご予約下さい。

③ **東金市・九十九里町のフレイルチェック**を受けていただき条件(プレフレイル以上)に該当した場合。

当面は、**自力歩行可能**(杖歩行含む)かつ上記①②③のいずれに該当する方を対象とさせていただきます。

ご理解のほどどうぞよろしくお願いいたします。