

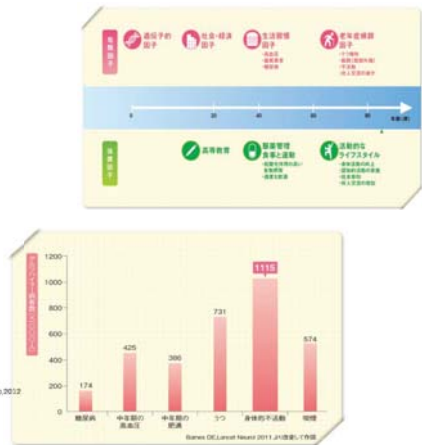
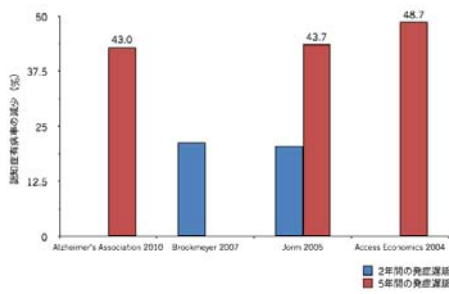
認知症予防のためのコミュニティの創出と効果検証

解決したい課題・研究開発目標

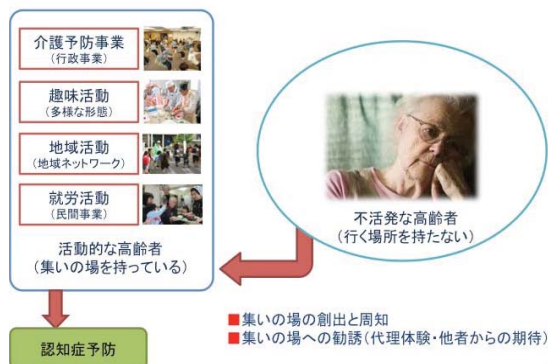
【現状と課題】

- 高齢化に伴う認知症を有する高齢者の増加
 - 活動的なライフスタイルは認知機能や脳萎縮の抑制に効果的
 - 地域資源を活用した認知症予防の取り組みが必要

発症遅延なしに対して2年および5年間発症遅延した場合の2050年における認知症有病率の減少



活動的なライフスタイルの獲得のための課題



【目指す社会像・研究開発目標】

■ 認知症予防のためのコミュニティの創出

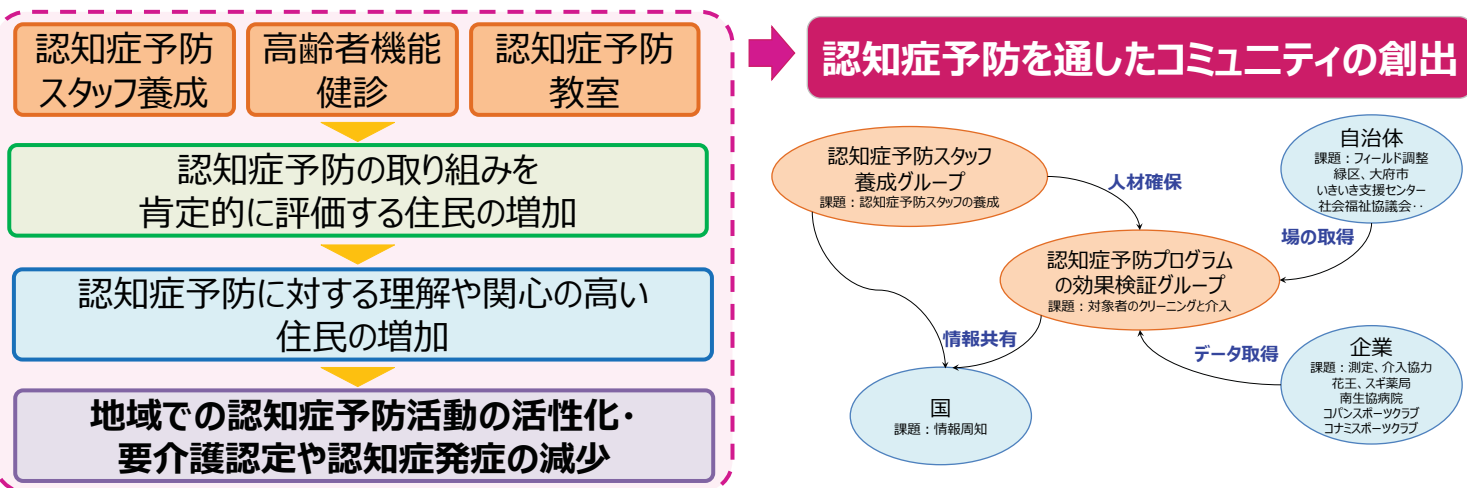
→ コミュニティの人的資源を活かした高齢者の共助による認知症予防の取り組みを地域で検証することで、行政事業として実装されることを目指す

- ・ 認知症予防スタッフの養成システムの開発、実施
- ・ 認知機能スクリーニングシステムの開発、実施
- ・ 認知症予防プログラムの開発、実施、効果検証
- ・ 地域への波及効果検証

対象コミュニティ・関与者

【対象コミュニティ】 名古屋市緑区、愛知県大府市

【主要な関与者】 名古屋市緑区、愛知県大府市、NPO法人「ネットワーク大府」、NPO法人「さわやか愛知」、緑区のいきいき支援センターと社会福祉協議会によるボランティア団体、企業（花王、スギ薬局、南生協病院、コナミスポーツクラブ、コパンスポーツクラブ）、国立長寿医療研究センター



プロジェクトの現在とPJ期間内の見通し

当初目標である、認知症予防のためのコミュニティの創出を目指し、コミュニティの資源を活かした実施方法を開発し、実施している。なお、科学的根拠に基づく情報発信のため、本プログラムの地域における効果検証を進行している。

取り組み（１）：認知症予防スタッフの養成

- 地域で募集し、136名が説明会に参加
- 計10日間の研修を実施
- 試験と実地研修の評価により、84名がスタッフとして認定（評価および認定は3分野別に実施）



＜認知症予防スタッフの現在の活動＞

高齢者機能健診での活動

地域での活動

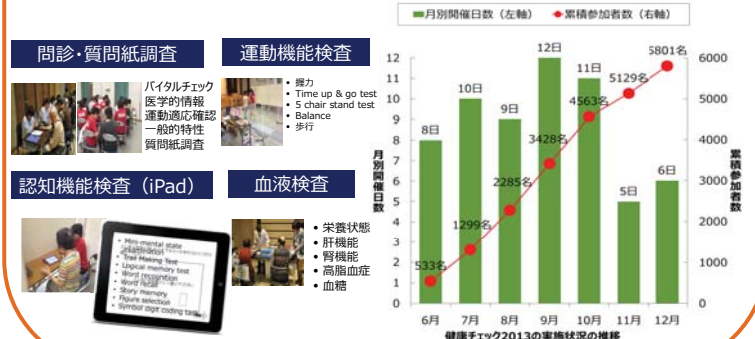
地域開催の講演会でのボランティア活動

運動教室の運営と小グループ活動サポート

開発した勤怠管理システムにより、スタッフ個々人の予定と得意分野に合わせた活動参加が可能

取り組み（２）：脳とからだの健康チェック

- 名古屋市緑区在住70歳以上の高齢者26,274名のうち、5,801名が参加（参加率22.0%）
- 計61日間実施、1日あたり95名が参加（約2ヶ月後フィードバック実施）
- 認知症予防スタッフ参加は1日平均31名



取り組み（３）地域資源を活用した認知症予防の取り組み「脳活教室」

③【コナミスポーツクラブ】

- ・ 水曜 15:05~16:35 コース 25名
- ・ 木曜 15:00~16:30 コース 32名

①【コフフィットネスWish】

- ・ 月曜 08:50~10:20 コース 19名
- ・ 月曜 10:30~12:00 コース 20名

②【コハンススポーツクラブ緑】

- ・ 火曜 08:15~10:00 コース 23名
- ・ 木曜 08:15~10:00 コース 21名

取り組み（４）住民全体への波及効果検証

認知症予防の取り組みに対する評価

認知症予防に対する考え方

↓ 地域全体の認識の向上

地域での認知症予防活動の活性化・発症の減少

【事前調査：2013年6～8月】
名古屋市緑区在住の**70歳以上全員**（24,508名：要介護・要支援認定者を除く）に郵送による質問紙調査を実施して**16,276名**から回答を得た。

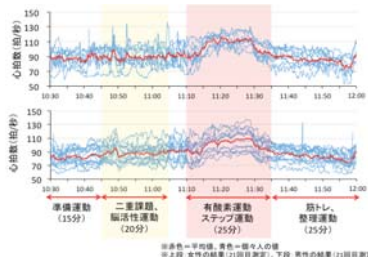
【事後調査：2015年6～8月】
回答の得られた16,276名に再度質問紙調査を実施して、本PJの効果を検証する。

社会実装へ向けた準備

名古屋市における介護予防を考える会
介護予防総合事業にフィットネスクラブの参入を促すと共に、行政事業終了後の受け皿としてのフィットネスクラブの役割についての検討会を開催した



＜教室中の心拍数の推移＞



＜ホームベースプログラム＞

