

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

解決したい課題

- 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

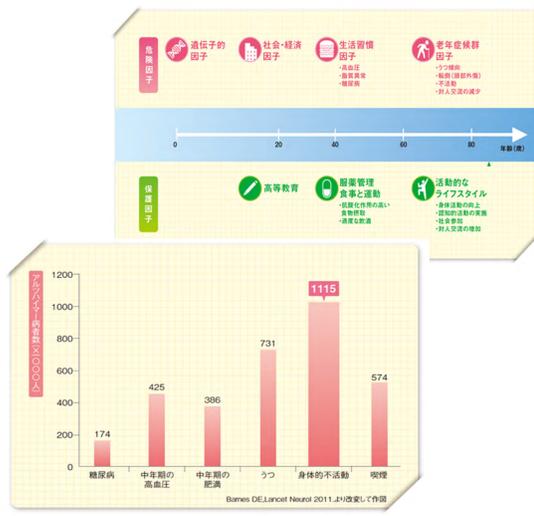
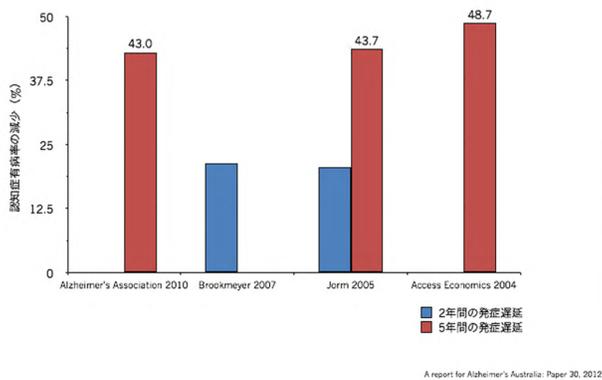
研究開発目標

- ・ 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

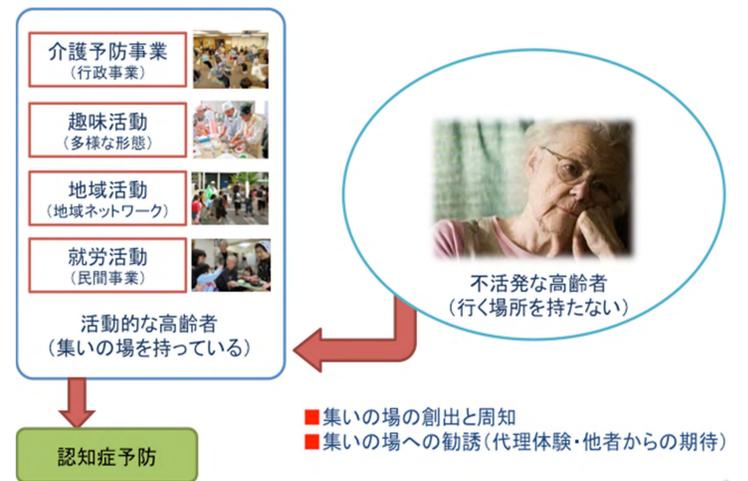
目指す社会像

- 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

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

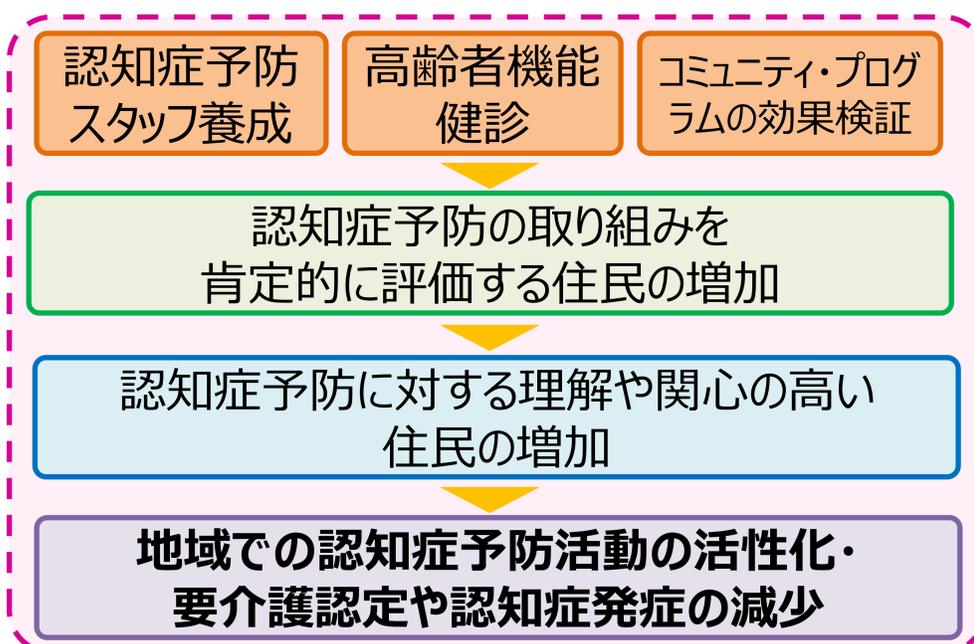


活動的なライフスタイルの獲得のための課題

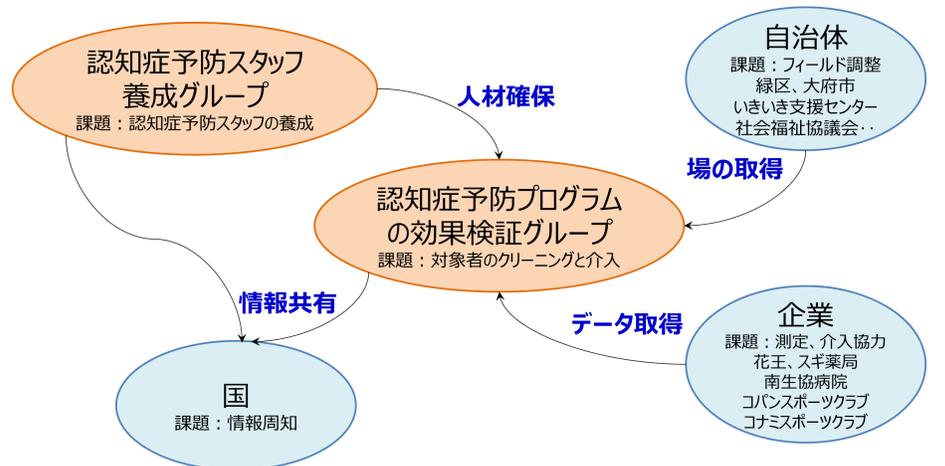


プロジェクトの実施方法

全体計画・プロジェクトの展開方法



認知症予防を通じたコミュニティの創出



対象コミュニティ・研究開発体制

【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

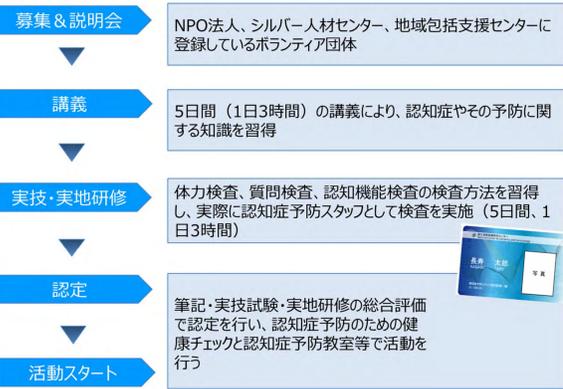
プロジェクトの成果と今後の展望

プロジェクトの成果(開発した社会技術)

認知症予防スタッフの養成

地域における認知症予防活動の実施が可能な人材育成を目的

認知症予防スタッフ養成の流れ



認知症予防スタッフ98名が地域で活動

- ・ 高齢者機能健診の検査スタッフ
- ・ 運動教室の運営と小グループ活動のサポート
- ・ 地域開催の講演会でのボランティア活動

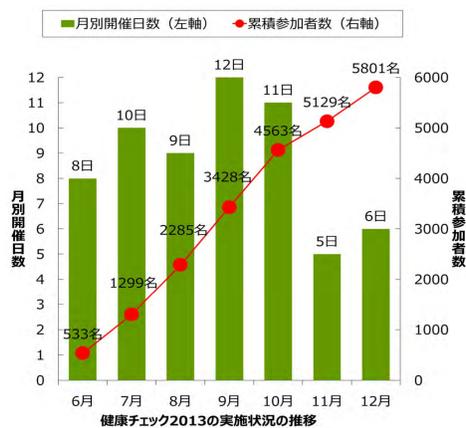
PJ終了後認知症予防スタッフは、
・ 自発的に認知症カフェを企画・開催
・ 認知症予防に関する行政事業に参加
・ 当センター主催の認知症予防関連事業のスタッフとして活動を継続

高齢者機能健診

(脳とからだの健康チェック)

地域高齢者の脳とからだの機能を検査し、認知機能低下が見られる高齢者のスクリーニングを目的

- ・ 認知機能検査
- ・ 運動機能検査
- ・ 質問紙調査
- ・ 血液検査 など



地域高齢者5801名(22.0%)が参加

認知症予防に対する高齢者機能健診の重要性の認識が向上され、他地域においても実施されるようになった。

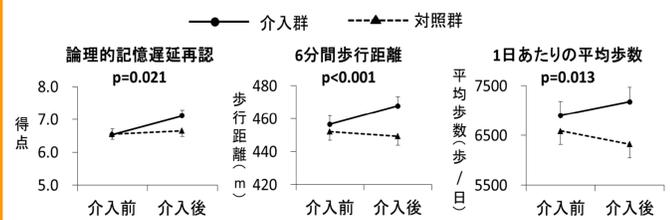
コミュニティ・プログラムの開発と効果検証

認知機能が低下した高齢者を対象に、民間施設と連携したコミュニティ・プログラム効果を検証(ランダム化比較試験)

コミュニティ・プログラムの対象者選定と内容



コミュニティ・プログラムの効果検証結果の一部



認知機能および体力、身体活動量の向上、心理・社会的側面に対しても介入効果が認められた。

PJ終了後、民間施設(フィットネスクラブ)で継続教室が展開された。

住民全体への波及効果検証

本プロジェクトにおける認知症予防に対する一連の取り組みが当該地域住民全体にどのような効果をもたらすかを検証(名古屋市緑区在住の70歳以上全員(24,508名)に郵送による質問紙調査を実施し(回答率66.4%)、2年後に同様の調査を実施(回答率72.5%))

- ・ 2年間で地域とのかかわりと認知症予防スタッフの認知している者の割合が高くなった。
- ・ 地域の認知症予防に対する取り組みを肯定的に評価する住民が増えた。
- ・ 認知症予防に関する認識への波及効果が示唆された。

成果のまとめ

- コミュニティの中から、認知症になりやすい人々を、コミュニティの資源を活用してスクリーニングする方法が提示できる。
- コミュニティの人的資源を認知症予防スタッフとして養成するための方法が提示できる。
- コミュニティの資源を活用した認知症予防プログラムが認知症になりやすい人々の認知機能を高める効果が解明された。

今後の展開・展望

- 本プロジェクトで開発した「人材育成→高齢者機能健診→高リスク者への介入」という一連のプロセスは、地域で認知症予防を進める手法として確立され、他の自治体においても実施
- 行政事業の中でフィットネスクラブが果たすべき役割を検討し、介護予防事業への参入促進が決定
- 本PJの取り組みが要介護状態の認定率や認知症の発症に及ぼす影響について縦断的に検証する予定

プロジェクトWebサイト・お問い合わせ先

<http://www.ncgg.go.jp/cgss/department/cre/>

お問い合わせ先: 国立研究開発法人国立長寿医療研究センター 予防老年学研究部
〒474-8511 愛知県大府市森岡町7丁目430番地 TEL: 0562-45-5638