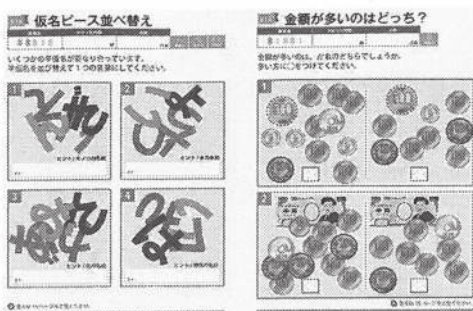


## 認知症予防を本格展開

デザイナービスやグループホーム、小規模多機能型居宅介護など全国で188事業所を展開するヒューマンライフケア(東京都新宿区)は、今月より、運営するすべてのデザイナービスにおいて、オリジナルの認知症予防プログラムを開始。早期からの適切なアプローチにより利用者の認知症予防および自立支援につなげる取り組みだ。



▲脳トレプログラム教材イメージ



ヒューマンライフケア 瀬戸口信也社長

同社が開始する認知症予防プログラムは主に、①脳トレ、②運動、③認知機能チェック、の3つで構成されている。「楽しみながら無理なく取り組める」プ

### 独自プログラム運用

プログラムであり、高齢者が自主的かつ継続的に活用できる内容だ。

①脳トレプログラムは独自の「脳のトレーニング」教材を活用。アクティブシニアも楽しめるもので、認知症予防から症状の改善、重度化防止に手軽に取り組むことができる。

②運動プログラムでは、NHKテレビ・ラジオ体操の指導者を15年間勤めた西川佳克氏考案の「にしかわ体操」を実践。音楽に合わせ

て手や指先を動かして頭を使いながら、同時に下半身や体幹を鍛えられる。

また、③認知機能チェックプログラムとして、希望者は「ファイブ・コグ検査」を受けることができる。東京都健康長寿医療センターと筑波大学によって開発されたこの検査はMCIの兆候の発見にも繋がるため、より早期の適切なアプローチが可能になる。

「今後も認知症ケアの充実を図ることで高齢者の在宅生活の継続を支援し、高齢者へのさらなる自立支援に努めていきます」(瀬戸口信也社長)