

認知症予防事業の充実について

1 認知症予防事業の概要

(1) 目的

練馬区民を対象に認知症予防を推進するために、認知症予防についての知識と効果的な取り組みについて広く区民に周知し、認知症発症の抑制・遅延化に向けた地域の取り組みを推進し活性化を図ることを目的とする。

(2) 事業内容

認知症予防事業は、次に掲げる内容について事業を行う

- 1) 認知症予防の啓発
- 2) 地域活動の育成・支援
- 3) 認知症予防推進員の活動支援

2 実施状況

(1) 25年度 実施状況

1) 認知症予防の啓発

内容	講師	参加人数(延)
区民向け認知症予防講演会の実施 「認知症に強いまちを作ろう！」 平成 26 年 3 月 11 日 (火)	健康長寿医療センター研究所 客員研究員 宇良 千秋 心理学博士	— (実施予定)
ウォーキング講座(2 日制)の実施 「頭にも体にも効く！認知症を予防するためのウォーキング講座」 (2 講座)	健康長寿医療センター研究所 客員研究員 杉山 美香	175

2) 地域活動の育成・支援

内容	講師	参加人数(延)
認知症予防プログラムの実施 「みんなでつながろう、脳活プログラムの和 認知症予防プログラム (パソコン編・麻雀編)※」 パソコン：12 日×10 人(2 グループ)×午前・午後×前期・後期 麻雀：12 日×16 人(4 グループ)×前期・後期	(株)IBCコミュニケーションズに委託して実施 ※パソコン(フェイスブックやメール)や麻雀を通して仲間同士のコミュニケーションの機会を作る。	410(前期) (後期は実施中)

内容	講師	参加人数(延)
認知症予防プログラム修了者むけ 講習会 (24・25年度修了生交流会) 平成26年3月実施予定	(株)IBCコミュニケーションズに委託して実施	— (実施予定)
認知症予防プログラム修了者自主 グループ活動支援 自主グループの活動発表(平成 18年～25年度(前期)認知症予防プ ログラム終了者) 平成26年3月11日～3月12日	区役所アトリウム展示	

3) 認知症予防推進員の活動支援

内容	講師	参加人数(延)
認知症予防推進員向け講習会(連絡 会) 平成26年3月	NPO 認知症予防サポートセ ンター 小熊理恵	— (実施予定)

(2) 平成24年度実績

1) 認知症予防の啓発

区民向け認知症予防講演会①

内容	講師	参加人数(延)
「おでかけ」は百薬の長 社会参加型認知症予防のすすめ	東京都健康長寿医療センタ ー研究所研究部長 藤原 佳典 医師	142

区民向け認知症予防講習会②

内容	講師	参加人数(延)
ウォーキング講座(2日制) 「頭にも体にも効く!認知症を予 防するためのウォーキング講座」 (×2講座)	東京都健康長寿医療センタ ー研究所客員研究員 杉山 美香	199

2) 地域活動の育成・支援

内容	講師	参加人数(延)
認知症予防プログラムの実施 「元気な脳の維持を目指す！認知症予防プログラム(パソコン編・麻雀編)※」 パソコン：12日×10人(2グループ)×午前・午後×前期・後期 麻雀：12日×16人(4グループ)×前期・後期	(株)IBCコミュニケーションズに委託して実施 ※パソコン(フェイブックやメール)や麻雀を通して仲間同士のコミュニケーションの機会を作る。	788
修了生交流会	(株)IBCコミュニケーションズ 代表取締役 多賀 努	28

3) 認知症予防推進員の活動支援

認知症予防推進員向け講習会(連絡会)

内容	講師	参加人数(延)
連絡会 最近の研究に見る認知症予防の可能性 ① 新認知症予防プログラムの現状 ② 認知症予防推進員に対する期待	(株)IBCコミュニケーションズ 代表取締役 多賀 努	43

3 事業の課題

認知症予防事業は、1) 認知症予防の啓発、2) 地域活動の育成・支援、3) 認知症予防推進員の活動支援、を主な取り組みの柱として事業を実施している。

1) については、認知機能の低下を予防するために必要な生活習慣を学び、実践できるよう知識の普及啓発を中心として行っており、一定の拡がりは見られるが参加者数は横ばいとなっている。2) については、平成18年度から実施している「認知症予防プログラム」の実施と、プログラムを終了した区民のグループ化に取り組んでいるが、活動を開始してから年数が経過する中で、活動の継続が困難なグループも見られる。3)については、平成17～20年度に育成した認知症予防推進員の活動支援に取り組んでいるが、活動の場が固定化していることから認知症予防推進員の知名度や地域での活動の拡がり

は一定程度で推移している。関心を持つ人に情報を伝え、認知症予防活動に取り組みやすくなるよう、活動を拡充する必要がある。

4 認知症予防事業の充実に向けた対応

1) 認知症予防の啓発

認知機能の低下を予防する生活習慣の取り組みは区民にとっても関心が高い。今後も最新の知見を取り入れた講演会・講座を工夫し広く知識の普及啓発に取り組む。

2) 地域活動の育成・支援

認知症予防プログラムの内容を見直し、平成 24 年度から麻雀とパソコン(フェイスブックやメール)を使用したプログラムを実施したところ、希望者が増加した。参加者についてはプログラム実施中からグループ化し、修了後の自主活動継続につなげている。

平成 18 年度～23 年度に実施したプログラムについても自主グループ活動を積極的に進め現在も活動を継続している。

更に今後は活動発表の場を定期的に設け、活動の継続を支援していく。

3) 認知症予防推進員の活動支援

認知症予防推進員は、現在 10 団体(平成 25 年 6 月時点)が自主的な活動を継続して実施し、区の事業への協力や地域で認知症予防の普及啓発活動を行っている。

今後は、毎年行っている連絡会の機会を通してフォローアップを充実させ、区立施設(敬老館、高齢者センター、地区区民館)等の場における活動の強化を図り、区内全域に認知症予防の取り組みを広げていく。

4) 介護保険法改正への対応

社会保障審議会介護保険部会から提案された「介護保険制度の見直しに関する意見(素案)」では、「今後の介護予防事業(一般介護予防事業)については、(中略)元気高齢者と二次予防事業対象者を分け隔てることなく、住民運営の通いの場を充実させ、人と人とのつながりを通じて、参加者や通いの場が継続的に拡大していくような地域づくりを推進する等、機能強化を図る必要がある。」とされている。今後、国の動向を見据えつつ、改正への対応の検討が必要となる。