

平成30年度 認知症予防出前講座（やろてば体操・楽しく脳トレ!）について

1. 認知症予防教室の見直しについて

(1) 平成29年度までの課題 …公文教材を使用し、読み書き・計算の脳トレ教室を市内8カ所で開催

【課題①】 内容に偏りがある。(読み書き・計算, 参加者との交流のみ)

【課題②】 参加できる人数が限られている。(年度1回の開催で定員制, 2人に1人サポーターが必要)

【課題③】 教室終了後の継続につながりにくい。(参加者の居住地は様々。教室終了後, 関わりなくなる。)

運動普及推進委員(運推)とは...
運動を地域で普及させるためのボランティア
179名・年間延べ1,000回活動)

(2) 見直しの方向性

【対応①】 認知症予防の効果を高める。 ⇒ 運動, 脳トレ, 食事, 口腔ケアの要素をプログラムに追加

【対応②】 既存人財を活かし, 実施を拡大。 ⇒ 運動普及推進委員による普及・啓発

【対応③】 居住地に身近な場所での開催。 ⇒ 出前講座による出張型へ

内容の充実・既存人財を活かす

継続的な取組への発展

地域ぐるみで取り組む

身近な場所で, 気軽に認知症予防に取り組んでいけるように



2. 実施状況

運推養成研修(人材育成)

平成30年4月～9月

本格実施

平成30年9月～

【運推総会】
認知症サポーター養成講座

【新規】
運推フォローアップ研修

認知症予防出前講座開催



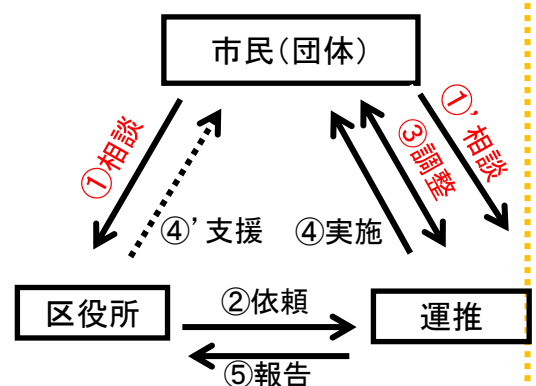
運推フォローアップ研修の内容

○ 認知症予防に関する知識を習得する研修

【研修概要】平成30年度は3か所で開催

| 内容 | 講師 |
|------------------------------------|----------|
| 認知症に関する知識 | 医師 |
| 総合的な認知症予防 (認知症予防に効果的な生活・脳トレの実技) | 認知症予防専門士 |

出前講座の流れ



実績

○ 認知症予防出前講座実施回数 555回(平成30年11月末)

※運動, 脳トレ, お口のケアなど複数の内容を組合わせた講座の回数