

2	主題：コグニサイズの実践	
	副題：～アタマとカラダの活性化～	
部 門： <input checked="" type="checkbox"/> 施設 <input type="checkbox"/> 在宅 <input type="checkbox"/> 地域包括ケア <input type="checkbox"/> 市民活動		
事業所種別・名称	介護老人福祉施設・特別養護老人ホームいづみの里 （介護予防）短期入所生活介護・ショートステイいづみの里 （介護予防）認知症対応型通所介護・デイサービスいづみの里	
発表者：吉永猛	アドバイザー：森光輝、金井大明、中村和子	
共同者：勝田尚希		
電 話：042-726-0753	e-mail：kanrika@753kai.or.jp	
FAX：042-726-0373	URL：	
今回の発表の事業所 やサービスの紹介	町田市原町田 5-1-12 いづみの里 2階3階 特別養護老人ホーム（SS併設） 5階 認知症対応型通所介護（一般型併設）	

<p>《はじめに》</p> <p>ショートステイ・特養のご利用者から「運動する機会がもっと欲しい」と要望があり、運動しながら認知課題を行い脳の活性化を促進するコグニサイズを選定した。デイサービスにも認知症対応型通所介護があるため伝達研修を行い、同時に開始した。</p> <p>《目的》</p> <p>認知的活動と社会的交流の習慣的な実施により、身体活動の向上・それに伴う健康的な生活習慣の確立と認知症進行予防を目指した。認知機能の改善、精神機能の安定や改善、介護者の介護負担感減少を目的とした。</p> <p>《対象と方法》</p> <p>対象者：特養・ショートステイ・認知症対応型通所介護のご利用者。</p> <p>手法：前に出て、足踏みをしながら様々な手の動きと同時に認知課題を行いながら実施する。</p> <p>実施頻度・取り組み時間・構成</p> <p>特養・ショートステイ：週4回（15分/回） 機能訓練指導員（1名）介護スタッフ（1名）</p> <p>デイサービス：週5回（15分/回） 機能訓練指導員（2名）介護スタッフ（2名）</p>	<p>《考察》</p> <p>回を重ねるごとに参加を楽しみにしている人が増えてきている。また、導入直後にはできなかった課題ができるようになり、楽しみながら脳と身体の活性化がなされている。</p> <p>客観的評価による定量分析までには至らなかったが、定性的観点で多くの変化が見られている。</p> <p>《結語》</p> <p>運動する機会が増えたことにより、ご利用者の笑顔が増える等ポジティブな変化がみられた。介護スタッフと連携しながら実施することで、介護スタッフ間の意識向上が見られた。今後の課題として、内容の更なる充実とともに、情報を取り続けて変化を追っていく。</p> <p>《倫理的配慮に関する事項》</p> <p>本研究発表を行うにあたり、写真や動画の掲載をさせていただくことをお伝えし、本研究発表以外では使用しないこと、それにより不利益を被ることはないことを説明し、掲載の許可をいただいた。</p> <p>《参考文献》</p> <p>「コグニサイズ」認知症予防に向けた運動：国立研究開発法人 国立長寿医療研究センター</p>
---	---