

令和6年度
大学地域連携活動支援事業
成果報告会

高齢者に対するフレイルおよび
認知症予防のための
コグニサイズの普及啓発

2025年2月4日（火）13：40～13：55
国際医療福祉大学 理学療法学科



私たちの取り組み

行政



高齢者

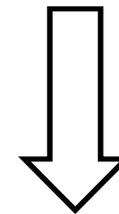


大学



学生

行政・大学・学生が連携し
地域の社会課題へ解決



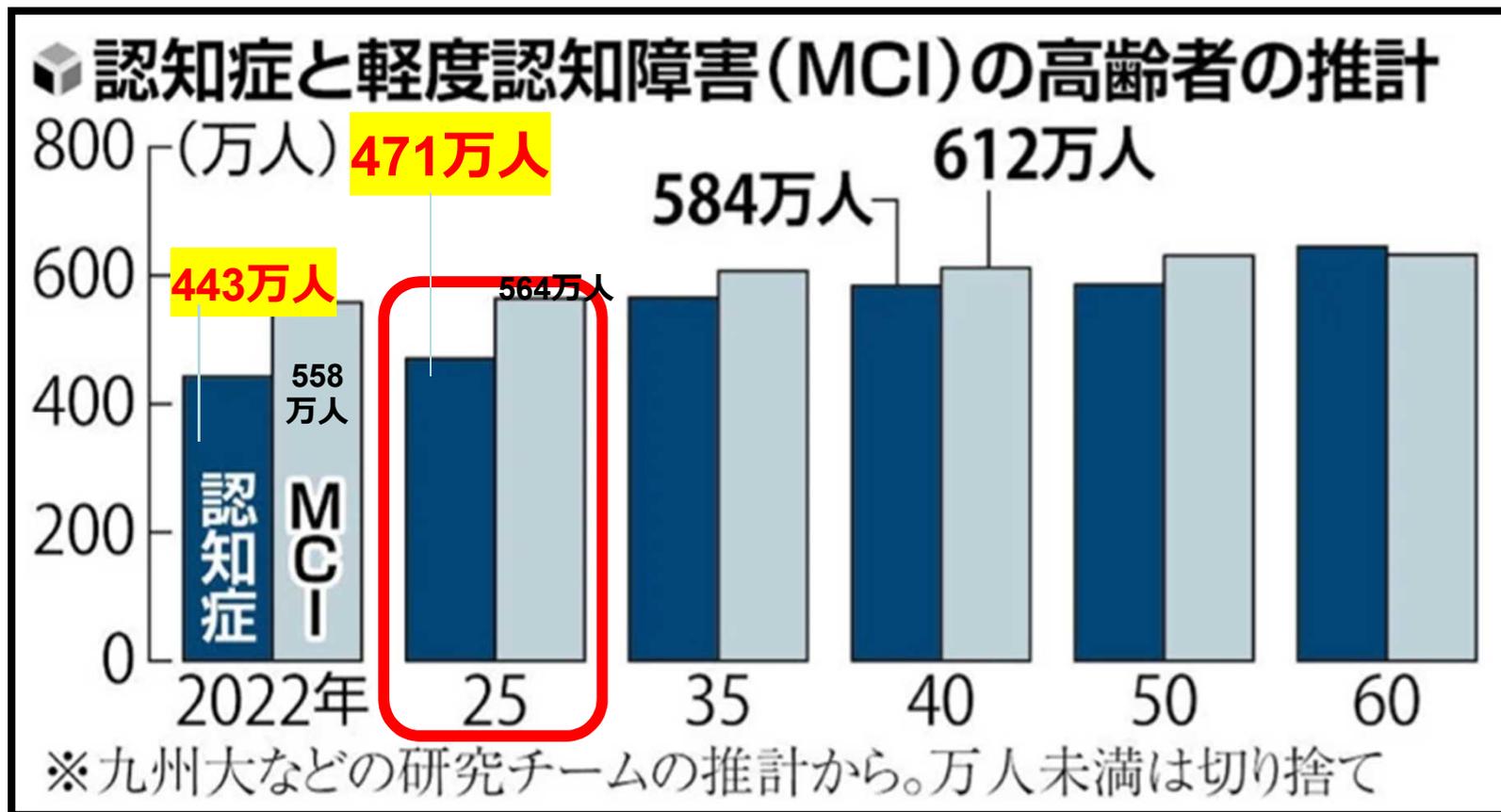
地域課題: 認知症、フレイル
特徴: 大学・学生の強みを活かせる



認知症患者数の現状

- 認知症の有病率の推計

675-730万人→ **471万人大きく下回った**



2024.5.8 「九州大などの研究チーム」 読売新聞オンラインより引用

認知症について

- 介護が必要となった原因 ⇒ **1位 認知症(R3年)**

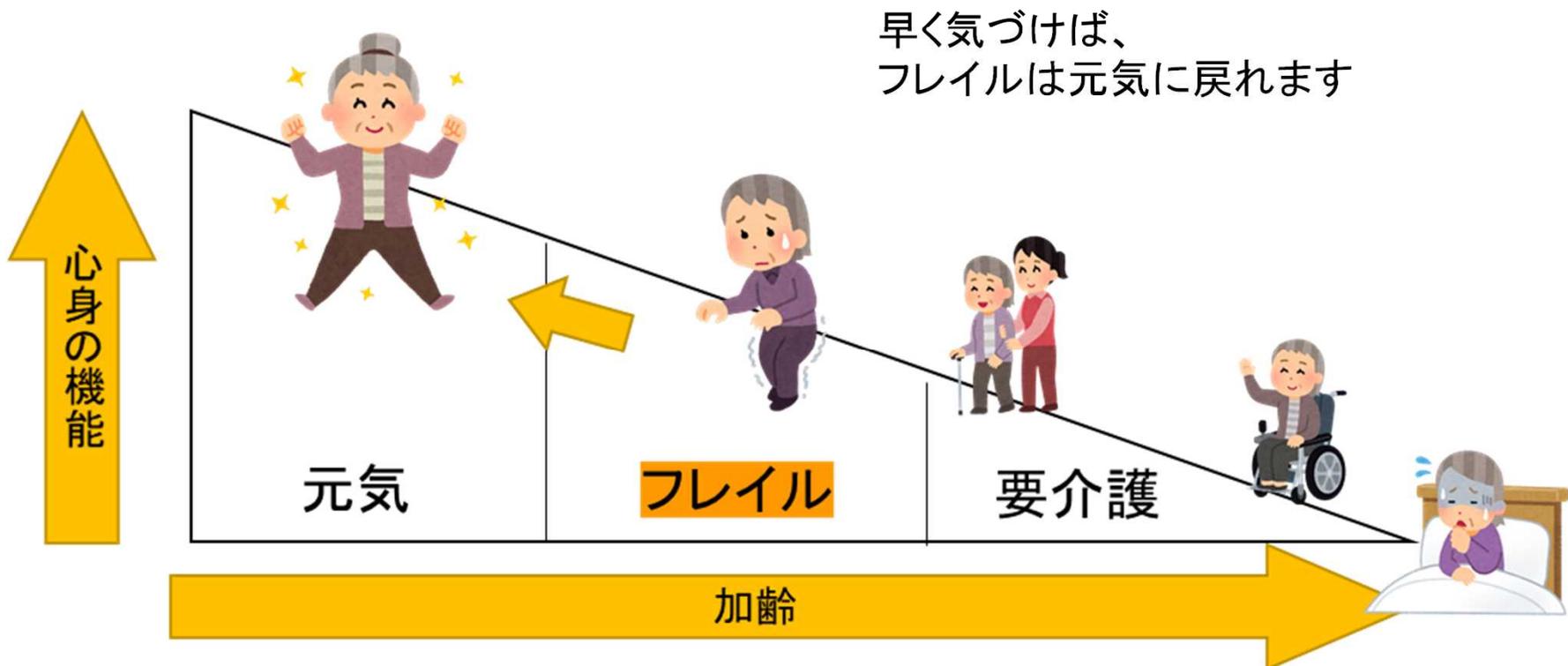
	第1位		第2位		第3位	
大田原 (R3)	認知症	24.7%	関節疾患	15.5%	骨折・転倒	11.6%
日本 (R3)	認知症	18.1%	脳血管疾患	15.0%	高齢による 衰弱	13.3%



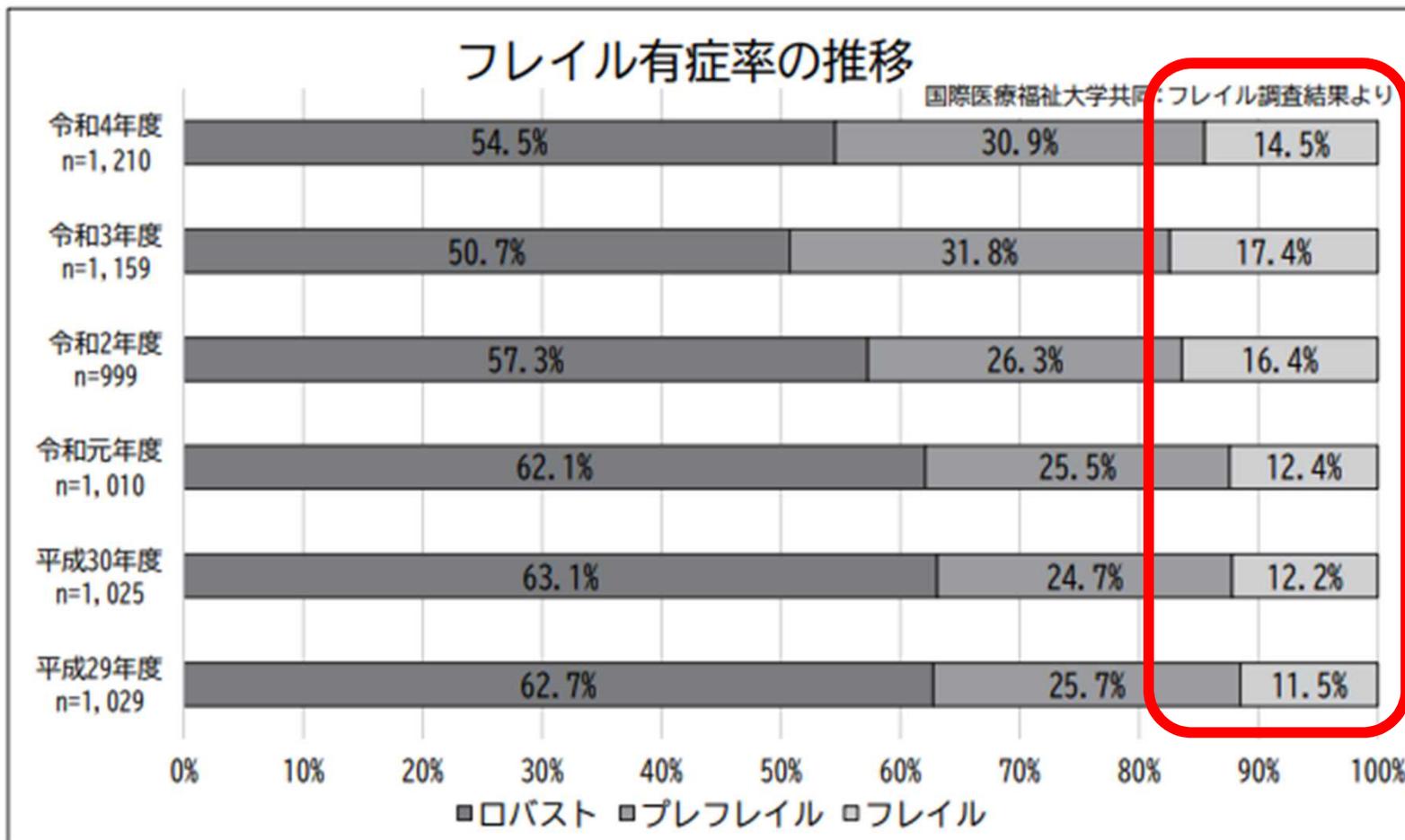


フレイル（虚弱）

フレイルとは、年齢とともに、筋力や心身の活動が低下し、介護が必要になりやすい健康と要介護の間の虚弱な状態



フレイル有病率の推移(大田原市)



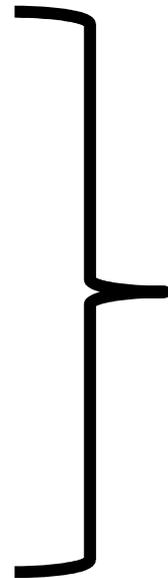
大田原市 高齢者福祉計画・介護保険事業計画 あんしんプラン第9期計画 より引用



地域の課題から2つの施策

認知症

フレイル



予防活動の
普及が重要！



私たちの取り組み

行政



高齢者

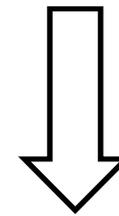


大学



学生

行政・大学・学生が連携し
地域の社会課題へ解決



地域課題: 認知症、フレイル
特徴: 大学・学生の強みを活かせる



認知症／フレイル予防の活動

地域高齢者の身体・認知機能計測

→**学生による身体・認知機能検査を実施**

認知症予防のための運動の実施(大学・学生)

→**専門職による認知症予防運動の実施**

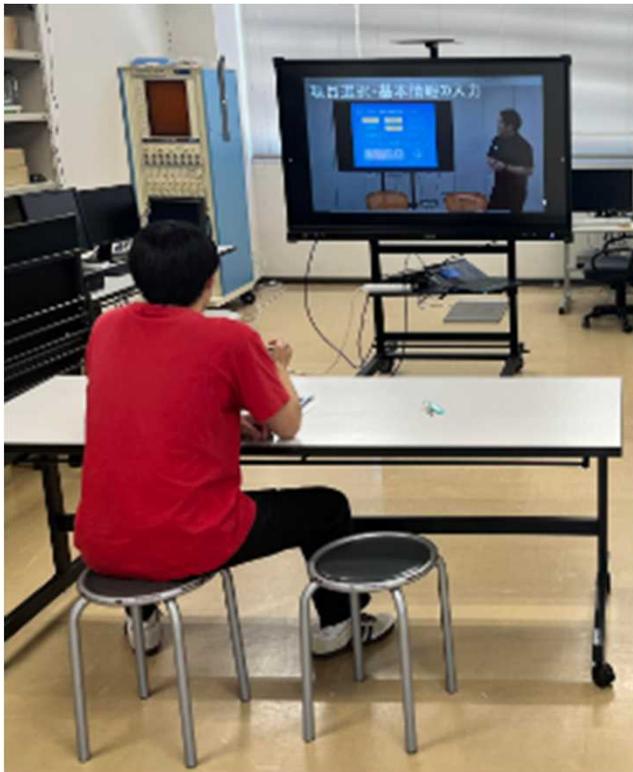
大学、学生、市が連携し健康セミナー開催
(行政・大学・学生)

→**参加募集、認知機能検査、運動指導の実施**



地域高齢者の認知機能の計測 → 学生による認知症機能検査の実施

認知機能検査を学ぶ



学生が検査を実施



iPadを使った認知機能検査(国立長寿医療研究センター開発)

フレイルに関する検査を経験

→ **握力、体組成、超音波計測を実施**



認知症／フレイル予防の活動

地域高齢者の認知機能の計測(大学・学生)

→学生による認知症機能検査の実施

認知症／フレイル予防のための運動の実施

→**専門職による認知症予防運動**の実施

大学、学生、市が連携し健康セミナー開催

(行政・大学・学生)

→参加募集、認知機能検査、運動指導の実施





コグニサイズ

Cognition
コグニション

認知

Exercise
エクササイズ

運動



頭を使う



からだを使う

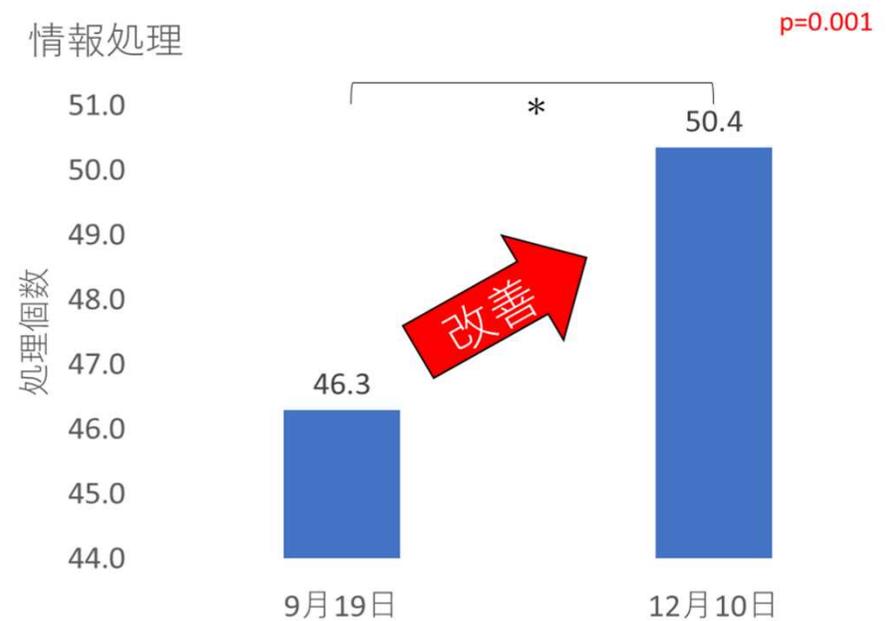
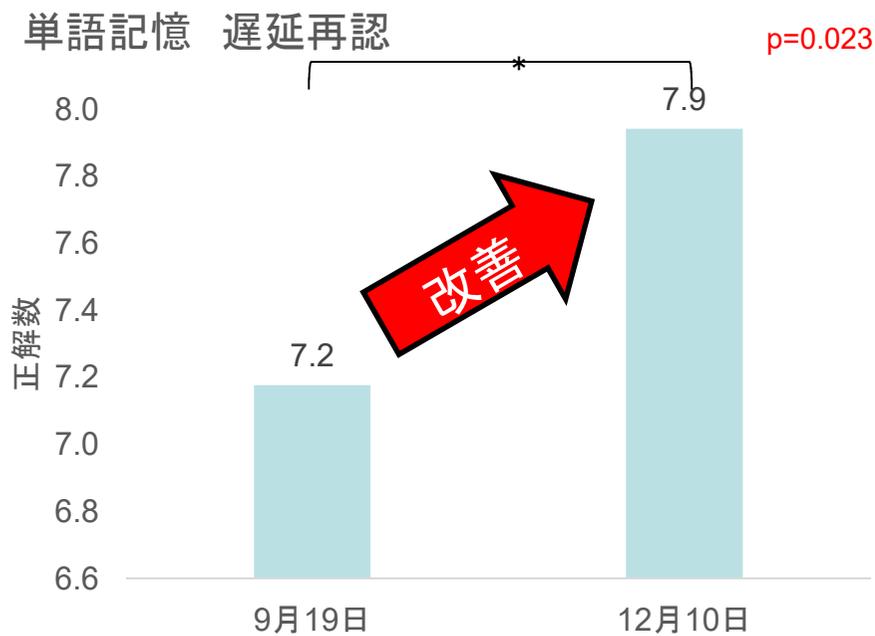


認知症予防のための運動の実施 →**専門職による運動の実施**

専門職と理学療法学生による認知症予防の実践



認知機能(遅延再認、情報処理)が改善



認知症／フレイル予防の活動

地域高齢者の認知機能の計測(大学・学生)

→学生による認知症機能検査の実施

認知症予防のための運動の実施(大学・学生)

→専門職による認知症予防運動の実施

健康セミナー開催

→大学、学生、市が連携

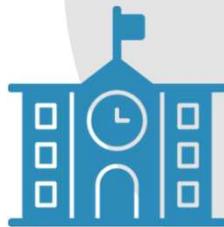


健康セミナー開催(約150名が参加)

行政(参加者の募集)



高齢者



大学(運動指導、学生サポート)



学生(検査と運動指導)



認知症／フレイルについての講習会 →最新研究や認知症／フレイル講話

- 学生が講演会で運動指導する機会があった



参加者からの声

今回のように講話だけでなく、軽い運動等を取り入れた講座は、自身の健康に対する動気付けになると思う。

月に1回程度、運動実践(本日の後半部)の機会を設けてほしい。
年1回では、続けることは難しい。

今回の様な講座を年2~3回あると良いですね。

♡とても楽しかったです。

楽しい一時でした。

楽しかったです。

ヨガニウオーブすごく楽しかった。
生活に取り入れます。
先生の説明わかりやすく上手です。

心も良かったです
サポーターも人も良い人でした。

良い感じです。来年も来ます
たのしかったです。

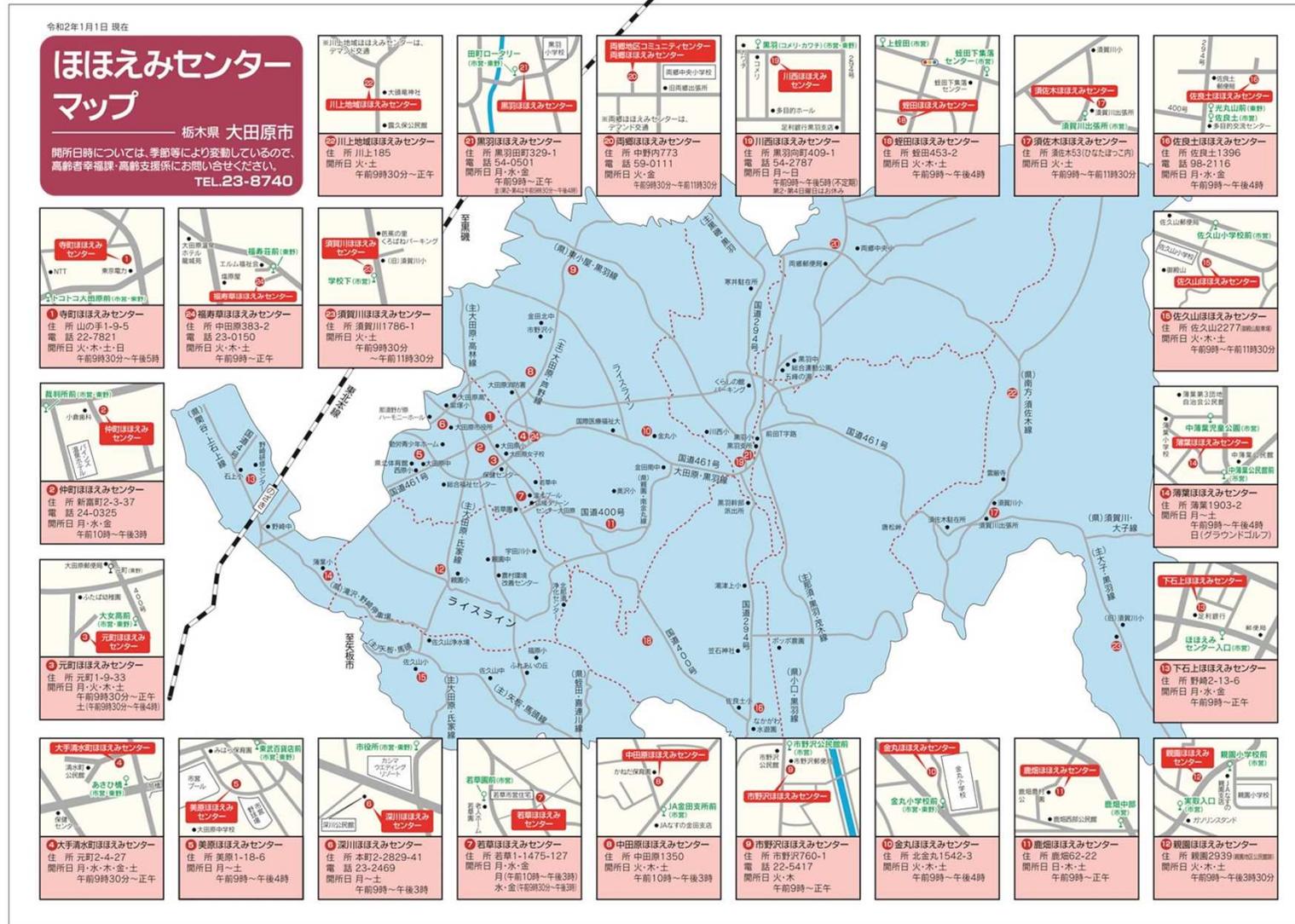
・半期に1度、1年に2度を希望。
・福祉大、皆様へ感謝です。

参加して良かったです。



フレイル・認知症予防の普及

→ **24の拠点を回り、298名の参加者に介入**



今回の成果

→多くの高齢者に普及啓発ができた

行政(参加者の募集)



高齢者

- 認知症/フレイルの知識↑
- 認知症予防効果検証
- 高齢者(500名)へ普及啓発



大学(運動指導、学生サポート)

学生(検査と運動指導)

