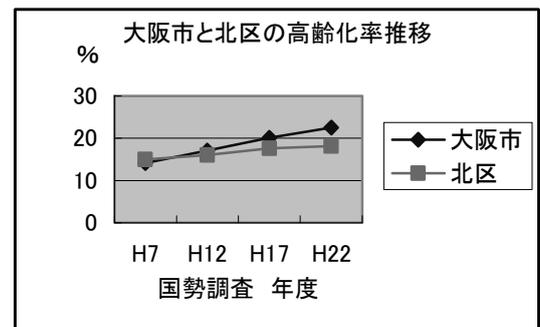


## I 目的

高齢者が自ら認知症予防のための活動を習慣化できる地域でのしくみを、区民と協働しながらつくる。

## II 背景

平成 22 年度国勢調査における大阪市の人口は、266 万 5314 人で平成 17 年と比較すると 3 万 6503 人 (1.4%) の増加となっている。当区の人口は 11 万 392 人で、1 万 7 人 (10.0%) の増加である。また、大阪市の 65 歳以上の高齢者は 59 万 8835 人、高齢化率 22.7% である。当区の 65 歳以上の高齢者は、20,032 人 (高齢化率 18.6%) で、区民の 5 人にひとりが高齢者である。高齢化率は、大阪市に比べると緩やかだが増加しており、今後もこの傾向は続くと予想される。



平成 24 年 11 月 30 日現在、居宅での介護保険認定者数は、大阪市 14 万 363 人、当区 4,375 人である。そのうち、認知症高齢者の日常生活自立度がⅡa～Mの者は大阪市 34,665 人 (24.7%)、当区 1,084 人 (24.8%) であり、平成 19 年と比較すると当区では居宅での介護保険認定者数は 1785 人増加し、認知症高齢者の日常生活自立度がⅡa～Mの者は 181 人増加している。

このような状況を踏まえ、高齢者自身が介護予防のための活動を習慣化できるよう当区では平成 20 年度より高齢者の運動機能の向上のための筋力トレーニング「いきいき百歳体操」に取り組んできた。近年、介護予防のためには「運動機能向上」のみならず、認知症予防のための「認知機能の向上」の重要性も指摘されており、平成 21 年度には認知症予防の必要性を啓発する「脳若返り教室」を実施していた。平成 22 年度からは「はつらつ脳活性化プロジェクト事業」の一環として「はつらつ脳活性化モデル教室」を、平成 23 年度からは認知症予防教室「はつらつ脳活性化教室」を開始している。平成 24 年 12 月末現在、「はつらつ脳活性化教室」は区内 7 地域で、「いきいき百歳体操」は区内 12 地域 (はつらつ脳活性化教室での実施を含む) で実施されている。

### Ⅲ 事業内容

本事業実施にあたっては医療・保健・福祉が連携をし、「北区認知症対策アドバイザー」の協力を得ながら事業の展開、評価をおこなうとともに、認知症予防のためのプログラムを地域と協働してできるように市民啓発、サポーター育成、教室実施支援を行った。

くはつらつ脳活性化プロジェクト事業内容 概要表

	平成24年度												備考			
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月				
認知症対策事業 連絡会議		9回 元気アップ会議														
サポーター支援チーム		11回														
フォーラム		6/3(木)														
サポーター養成講座		7回コース														
サポーター養成講座 修了者		4回コース ・元気アップ会議 ・1月～脳活性化モデル教室修了者の支援 ・10月～地域教室実施者の支援														
脳活性化モデル教室		・47名参加 ・1月～修了者の会														
脳活性化教室 (12回が基準)																
H23 中津 本庄 北野																
H24 済美 豊崎東 梅田東 大淀東																
(H25.4～ 暫北実施予定)																
出前講座(単発分) 地域健康講座		37回実施														
区民への情報提供等		区広報 ・フォーラム案内・報告 ・教室紹介、参加者募集 ・特集折込														

## 1 認知症対策事業連絡会議

「北区認知症対策アドバイザー」の参画を得て連絡会議を開催し、区内の認知症予防対策について情報の共有化とプロジェクト推進にあたっての全体像を検討した。

「北区認知症対策アドバイザー」 ※ 認知症対策事業連絡会に参画

宇高 不可思 住友病院 副院長

三木 隆己<sup>※</sup> 大阪市立大学大学院 医学研究科 老年内科学教授

中西 亜紀<sup>※</sup> 大阪市立弘済院附属病院 認知症疾患医療センター 神経内科・精神神経科部長  
大阪市健康局 健康推進部 医務主幹

篠田 美紀<sup>※</sup> 大阪市立大学大学院 生活科学研究科総合福祉・心理臨床科学講座 准教授

### 【構成員】

<北区認知症対策アドバイザー>

<社会福祉協議会> 事務局長

<地域包括支援センター>

北区地域包括支援センター 主査、北区大淀地域包括支援センター長

<区役所>

北区長・総務課長代理・保健福祉課長・保健担当課長・保健福祉課長代理  
保健福祉課担当係長（保健師）・医務主幹



左から篠田先生、三木先生、中西先生

### 【会議回数】

平成 24 年度 5 回



会議の様子