

はつらつ脳活性化プロジェクト事業実施報告Ⅱ (認知症予防事業)

＜平成24年度実施分＞

平成25年3月
大阪市北区役所

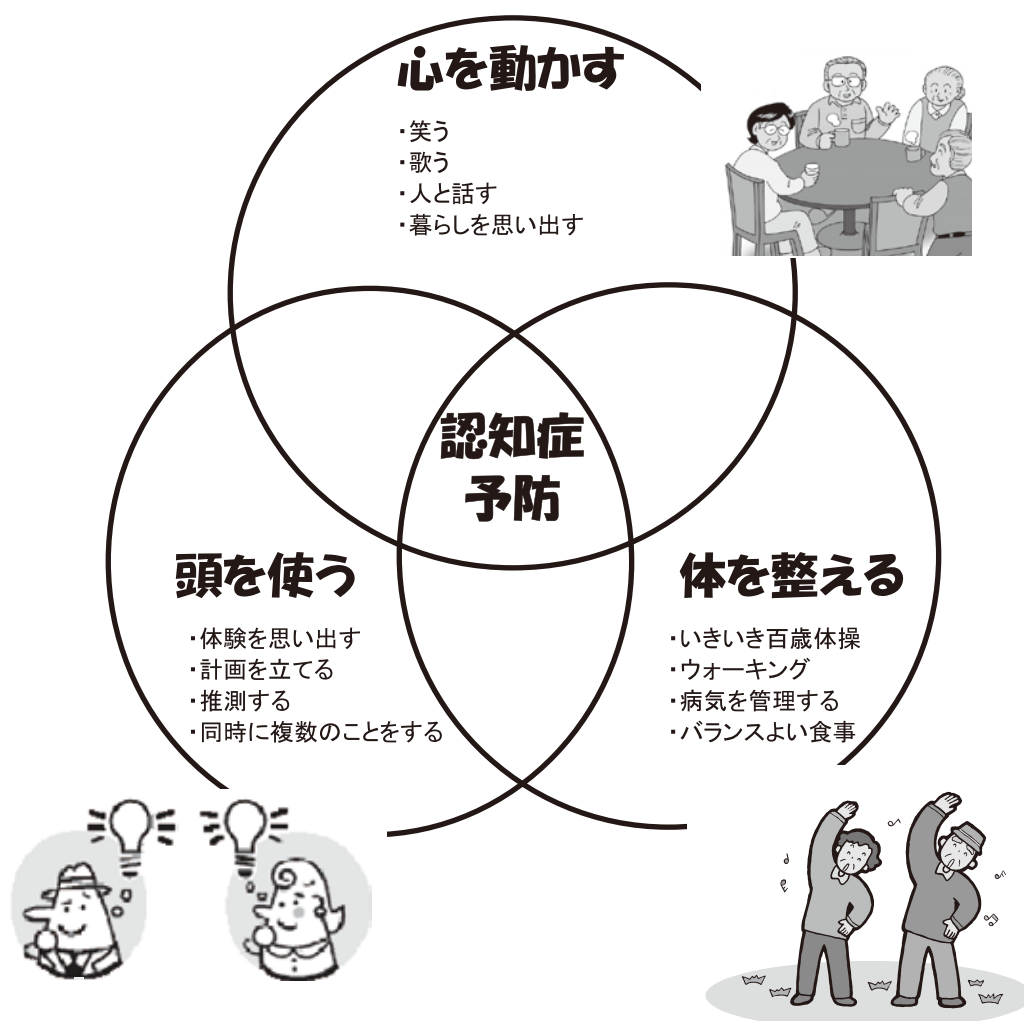
はじめに

大阪市北区「はつらつ脳活性プロジェクト事業」は、平成22年度からはじまりました。

これは、これから高齢者が多くなる社会において、北区に居住する高齢者自らが、認知症予防活動を実践していけるようにしたいとの願いと、さらに地域とのつながりを重視しながら、多くの人々に認知症の理解とその予防活動の輪を広げていくことを目的として発足したものであります。

高齢者の認知機能を維持・向上させるためには、これまでの研究で「頭を使う」「体を鍛える」ことが重要と言われてきましたが、私たちはさらに「心を動かす」ことを加えた3要素に着目いたしました。そこで、私たちは、各方面の専門家のご指導のもと、「頭」「体」「心」の3要素をバランスよく、無理なく効果的に実施していくプログラムを開発し、区内に活動拠点をもうけ、サポーターのみなさんとこのプロジェクトを展開していく活動をはじめました。(下図参照)

今回は、平成24年度の活動の状況や成果についてまとめましたので報告します。



目 次

I	目的	1
II	背景	1
III	事業内容	2
	＜はつらつ脳活性化プロジェクト事業内容 概要表＞	2
1	認知症対策事業連絡会議	3
2	サポーター支援チーム	4
3	はつらつ脳活性化フォーラム	5
4	はつらつ脳活性化サポーター養成講座	7
	交流会	8
	レベルアップ講座	9
	ニュースレター	11
5	はつらつ脳活性化教室のプログラムの趣旨と留意点	13
6	はつらつ脳活性化教室 地域教室紹介	15
	本庄地域	15
	中津地域	17
	北野地域	19
	済美地域	21
	豊崎東地域	23
	梅田東地域	25
	大淀東地域	27
	区役所	29
IV	有効性の検証	30
V	学会発表	33
VI	事業経費	35
VII	まとめ	36
	資料	40
1	北区広報紙「わがまち北区」平成25年2月号	40
2	はつらつ脳活性化サポーターおよび保健師紹介	41