

## 【セミナー開催報告】 介護予防教室～認知症予防のための運動療法～

2019年4月11日、吉川地域包括センター主催『介護予防教室～認知症予防のための運動療法～』にて株式会社ルネサンスと合同で講演を行いました。

(株)ルネサンスより認知症予防のための運動療法『シナプソロジー』をご紹介、当社からは『軽度認知障害(MCI)と認知症』についてご説明致しました。

テーマ : 介護予防教室 ～認知症予防のための運動療法～

内容 : (1)軽度認知障害(MCI)と認知症について

講師 株式会社 MCB I 川瀬 麻子

(2)認知症予防のための運動療法(シナプソロジー)について

講師 株式会社ルネサンス 榎田伸一郎様

参加者 : 50名

### セミナー詳細:

当社川瀬から、軽度認知障害(MCI)と認知症についてご説明致しました。

今回のセミナーでは、認知症予防・治療の第一人者と呼ばれる朝田隆先生がお勧めする「脳トレ」もご紹介しました。



↑ 当社川瀬より軽度認知障害(MCI)と認知症について説明する様子

また、(株)ルネサンスの榎田様より、認知症予防のための運動療法(シナプソロジー※)について実践を交えてご説明いただきました。シナプソロジーを通して、笑顔やコミュニケーションも自然と生まれ、会場は非常に盛り上がっていました。



↑ 実際にシナプソロジーを行う様子



↑ グループになってデュアルタスクを行う様子

※シナプソロジーとは、(株)ルネサンスが独自に開発した認知機能向上のためのプログラムです。「2つのことを同時に行う」「次々変わる指示に対応して動く」「左右で違う動きをする」など、普段慣れない動きで脳に適度な刺激を与え、認知機能向上を目指します。