

## 認知症予防の健康教室を開催

2019年2月22日（金）、医療法人社団みなみつくば会の「介護付有料老人ホーム サンシャイン・ヴィラ守谷倶楽夢」で認知症予防の勉強会が開催された。主催は、筑波大学発ベンチャーで認知症研究の株式会社MCBI。

筑波大学医学医療系 精神医学の新井哲明教授が『楽しく簡単に誰でもできる認知症予防』をテーマに講演。参加者は、「物忘れと軽度認知障害（MCI）」「アルツハイマー型認知症の初期症状と診断法」「認知症予防」について学び、症状への理解を深めました。



▲新井教授による講演



▲頭のかんたん健康チェック

また、頭のかんたん健康チェックでは、『ファイブコグ検査』を実施。

同検査はシニアの幅広い年齢の方々に、ご自身の脳の状態を把握していただくための検査です。特徴は、加齢に伴う知的機能の低下を計測し、記憶・注意・言語・視空間認知・思考の5つの認知機能を得点で表示します。

どの認知機能をトレーニングし強化すべきかを、客観的に知ることが出来ます。評価の得点は、年齢・性別で調整した偏差値で表示されます。

定期的に検査するとことで、ご自身の認知機能の推移が分かり、対策が立てやすくなるそうです。

今回のセミナーには、守谷市にお住いの皆様46名が参加。定員を超える多数のご参加は、“認知症予防”への関心の高さをうかがい知ることができました。

今後も地域に開かれた施設をめざし、「公開講座」「見学会」「体験会」などさまざまなかたちで情報発信していきたいと考えております。

---

※株式会社MCBIは、認知症等の精神疾患の早期発見・予防に関する事業を行う会社。<https://mcbi.co.jp/>

※筑波大学付属病院 認知症疾患医療センター <http://ibaraki-ninchi.jp/information/greeting/>