

認知症予防に資する取り組みについて

市町村名	事業名	事業概要 (運営機関、事業対象者、事業内容(講師名)、 実施回数・時間等)	事業内容(事業の中で取り入れているプログラム等)														
			脳トレドリル	脳トレソフト ゲーム	音楽療法	芸術療法	テップ	スクエア アス	コグニ サイズ	シナプ ソロ	ファイ ブコ グ	筋トレ	指の 運動	栄養 講話・ 調 理実 習	歯 磨 き 講 話	レ ク リ エ ー シ ョ ン	そ の 他
			21	6	8	1	14	20	35	7	49	43	32	29	46	60	
20 守谷市	1 出前講座	【運営】 守谷市 【対象】 市内在住の高齢者 【内容】 認知症予防講座「認知症サポートブックを活用しよう」 健幸長寿課 専門職 【回数・時間】 1回・60分															○
20 守谷市	2 認知症予防リーダー養成講座	【運営】 健幸長寿課 【対象】 一般市民 【内容】 シナプソロジー普及員の研修を受け、その後ボランティアとしてサロン等で活動できるよう ループ化し活動する。 【回数・時間】 シナプソロジー：6回コース：1回90分 フォローアップ研修：1回120分								○							
20 守谷市	3 認知症予防リーダー(シナプスるっぺ)による認知症予防活動	【運営】 健幸長寿課・認知症予防リーダー(シナプスるっぺ) 【対象】 一般市民(高齢者サロン中心) 【内容】 シナプソロジーを用いたレクリエーションの実施 【回数・時間】 1~2回/月 1回20分程度								○							
20 守谷市	4 認知症模擬体験(認知症フレンドリー講座)	【運営】 健幸長寿課主催(講師招聘) 【対象】 一般市民 【内容】 VRヘッドセット、映像を用いた認知症模擬体験と認知症に関する講話 【回数・時間】 1回 90分程度															○
21 常陸大宮市	1 スマイル教室	【運営】 市 【対象】 物忘れを認識している方 明らかに認知症と思われるが受診に結びついていない方 【内容】 HDS-R測定 ストレッチ コグニサイズ 脳トレプリント 【回数・時間】 6回(3か月)3クール 1回90分程度	○						○			○					
22 那珂市	1 介護予防講座	【運営】 地域包括支援センター 【対象】 市内在住の65歳以上のかた 【内容】 体力測定、栄養講話、認知症予防講話 【回数・時間】 複数講座を1クールとして5回実施。 単発講座1回。各講座2時間程度		○						○			○	○			○

認知症予防に資する取り組みについて

市町村名	事業名	事業概要 (運営機関、事業対象者、事業内容(講師名)、 実施回数・時間等)	事業内容(事業の中で取り入れているプログラム等)															
			脳トレドリル	脳トレソフト ゲーム	音楽療法	芸術療法	スクエア ステップ	コグニ サイズ	シナ プソロ ジー	フ ァイ ブ コ グ	筋 トレ	指 の 運 動	栄 養 講 話 ・ 調 理 実 習	歯 磨 き 講 話	レ ク リ エ ー シ ョ ン	そ の 他		
			21	6	8	1	14	20	35	7	49	43	32	29	46	60		
23 筑西市	1 元気ぷらす教室	【運営】筑西市社会福祉協議会 【対象】65歳以上 【内容】①運動器の機能向上：腰痛・膝痛改善・予防、失禁体操を含む生活機能向上 ②栄養改善、③口腔機能向上、 ④うつ・閉じこもり予防、⑤認知機能向上 【回数・時間】 時間…1回あたり1時間30分程度											○		○	○		
23 筑西市	2 シルバーリハビリ体操教室	【運営】いきいきヘルス会、ゆうゆう健康体操 【対象】おおむね60歳以上 【内容】シルバーリハビリ体操 【回数・時間】 時間…1回あたり1時間程度											○			○		
23 筑西市	3 認知症予防体操教室	【運営】健康運動普及員会 【対象】認知症予防に特化した脳トレ・脚力アップ体操に関心のある市民 【内容】認知症予防体操 【回数・時間】 時間…1回あたり1時間30分程度	○					○					○					
24 坂東市	1 介護予防教室	【運営】坂東スクエアステップの会 【対象】市民 【内容】柔軟体操・スクエアステップ 【回数・時間】 夢積館：年12回、ほほえみ：年6回 1回1時間半程度							○									
24 坂東市	2 介護予防教室	【運営】坂東市いきいきヘルス体操指導士会 【対象】市民 【内容】シルバーリハビリ体操 【回数・時間】 夢積館：年12回、ほほえみ：年6回 1回1時間半程度											○	○				
24 坂東市	3 認知症予防教室	【運営】坂東市北部地域包括支援センター 社会福祉協議会 【対象】市内在住の概ね65歳以上の方 【内容】認知症予防に関する講話、実技を取り入れた認知症予防 【回数・時間】 年1回 2時間程度							○									
25 稲敷市	1 脳からだ元気教室	【運営】稲敷市高齢福祉課いこいのプラザ 【対象】65歳以上で通所系介護保険サービス未利用者 【内容】理学療法士によるシナプソロジーを取り入れた活動 【回数・時間】 前期(4月～9月)で18回 90分 後期(10月～3月)で18回・各回														○	○	○

認知症予防に資する取り組みについて

市町村名	事業名	事業概要 (運営機関、事業対象者、事業内容(講師名)、 実施回数・時間等)	事業内容(事業の中で取り入れているプログラム等)														
			脳 トレ ドリ ル	脳 レ ソ フ ト ゲ ー ム	音 楽 療 法	芸 術 療 法	テ ッ プ	ス ク エ ア ス	コ グ ニ サ イ ズ	シ ナ プ ソ ロ ジ ー	フ ァ イ ブ コ グ	筋 ト レ	指 の 運 動	栄 養 講 話 ・ 調 理 実 習	歯 磨 き 講 話	レ ク リ エ ー シ ョ ン	そ の 他
			21	6	8	1	14	20	35	7	49	43	32	29	46	60	
37	大子町	3	元気パワーアップ教室	【運営】地域包括支援センター 【対象】事業対象者及・要支援1の認定かつサービス未利用者 【内容】運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能の向上、認知症予防の複合型介護予防教室 【回数・時間】12回、9時30分～11時30分													
38	美浦村	2	ますます元気教室	【運営】健康増進課 【対象】村内在住の65歳以上の方 【内容】フレイル予防の1つとして、認知症予防をテーマにした回を設けた複合的な教室 【回数・時間】全7回×2コース、10:00～11:30													
39	阿見町	1	転倒・認知症予防教室	【運営】茨城県立医療大学に委託 【対象】町内在住の65歳以上(定員に満たない場合は、過去受講者や参加可能な身体状況の要介護認定者も申し込み可) 【内容】①介護予防・認知症予防に関する講話②自宅でできる介護予防プログラム③茨城県立医療大学の学生と楽しむ介護予防プログラム 【回数・時間】年間2クール開催(全12回講座/1クール) 講座時間:1時間45分/回													
39	阿見町	1	認知症講演会	【運営】茨城県立医療大学連携事業 【対象】どなたでも 【内容】①認知症に関する講話②町の認知症に関する事業紹介【回数・時間】1回 1時間30分													
40	河内町	1	脳と体いきいき教室	【運営】河内町 【対象】65歳以上の高齢者 【内容】シナプソロジーを取り入れた脳と体に働きかける教室 【回数・時間】3か所で月に1回ずつ													
40	河内町	2	元気アップ講座	【運営】河内町 【対象】65歳以上の高齢者 【内容】健康講話(フレイル対策等)、運動、手芸等 【回数・時間】1回1時間程度。随時													
41	八千代町	1	にこにこ運動教室	【運営】病院委託 【対象】事業対象者と要支援認定者 【内容】運動・栄養・口腔・認知症予防の講話と実技(健康運動指導士と管理栄養士) 【回数・時間】週1回6か月間 1回2時間													

認知症予防に資する取り組みについて

市町村名	事業名	事業概要 (運営機関、事業対象者、事業内容(講師名)、 実施回数・時間等)	事業内容(事業の中で取り入れているプログラム等)															
			脳トレドリル	脳トレソフト ゲーム	音楽療法	芸術療法	テックエアース	コグニサイズ	シナプソロジー	ファイブコグ	筋トレ	指の運動	栄養講話・調理実習	歯磨き講話	レクリエーション	その他		
			21	6	8	1	14	20	35	7	49	43	32	29	46	60		
41 八千代町	2	元気はつらつ健康塾	【運営】健康づくり企業委託 【対象】一般高齢者 【内容】運動と認知症予防の講話と実技 【回数・時間】週1回4カ月間程度・1回あたり1時間半														○	
41 八千代町	3	男の認知力・筋力アップ講座	【運営】地域包括支援センター 【対象】65～75歳の男性または夫婦 【内容】閉じこもり予防の意識付けから認知症予防と筋力アップ 【回数・時間】週1回2カ月間		○													
42 五霞町	1	元気はつらつ倶楽部	【運営】地域包括支援センター 【対象】65歳以上の住民 【内容】介護予防体操 1行政区20回(15行政区あり) 【回数・時間】1回2時間														○	○
42 五霞町	2	楽笑スクール	【運営】地域包括支援センター 【対象】65歳以上の住民 【内容】複合型の教室 【回数・時間】1回1時間半 1クール4回を2回実施											○	○	○	○	
43 境町	1	脳と体の元気教室	【運営】境町 【対象】境町在住の65歳以上の方 【内容】脳を活発にするシナプソロジー及び体操 【回数・時間】全15回1時間半 ※変更となる場合あり														○	○
44 利根町	1	キラリ☆脳トレ倶楽部	【運営】町 【対象】基本チェックリスト 認知項目1つ以上 もの忘れの心配があり、改善を希望している 【内容】音楽療法、運動療法 【回数・時間】月4回 6か月間 1時間程度														○	
44 利根町	2	元気アップ事業 虹色ハッピー	【運営】町 【対象】要支援・事業対象・対象者把握事業で選出 【内容】運動・音楽・作業療法・アロマセラピーなど実施 【回数・時間】全12回 8:50～10:20		○	○										○	○	○

認知症予防に資する取り組みについて

市町村名	事業名	事業概要 (運営機関、事業対象者、事業内容(講師名)、 実施回数・時間等)	事業内容(事業の中で取り入れているプログラム等)														
			脳 トレ ドリ ル	脳 レ ソ フ ト ゲ ー ム	音 楽 療 法	芸 術 療 法	テ ク ニ ア ス	コ グ ニ サ イ ズ	シ ナ プ ソ ロ ジ ー	フ ァ イ ブ コ グ	筋 ト レ	指 の 運 動	栄 養 講 話 ・ 調 理 実 習	歯 磨 き 講 話	レ ク リ エ ー シ ョ ン	そ の 他	
			21	6	8	1	14	20	35	7	49	43	32	29	46	60	
44	利根町	3	もの忘れ予防講座	【運営】 町 【対象】 一般町民 【内容】 認知症予防に関する知識の普及、啓発 【回数・時間】 年3回 未定													○
44	利根町	4	もの忘れ相談	【運営】 町 【対象】 もの忘れについて心配のある方 【内容】 個別相談、認知機能検査、介護予防事業・医療機関の紹介 【回数・時間】 年12回 午前11～正午													○