

国水研の介護予防事業

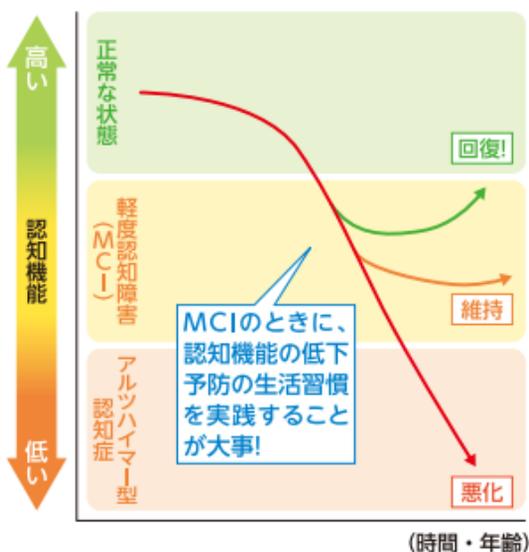
令和7年には、65歳以上の高齢者のうち認知症患者は700万人を超え、“高齢者の5人に1人は認知症患者”という推計があります。中でもアルツハイマー型認知症は、認知機能が少しずつ低下していきます。そのため、軽度認知障害（MCI）の状態を見逃さず、認知症予防に有効な生活習慣を実践することは、認知機能の低下を遅らせることや、正常な状態に回復させることにつながります。

国水研究センターでは、水俣病被害地域の高齢者の福祉支援として介護予防業務を行っています。

ものづくりは
脳のトレーニングに
有効です



認知機能の低下のイメージ

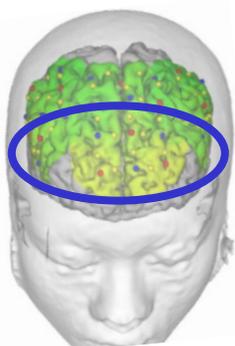


楽しくものづくりを行うことで、認知機能に重要な役割を果たしている前頭前野が活性化します。

ものづくりをしていない時の
脳の反応

緑・黄緑色

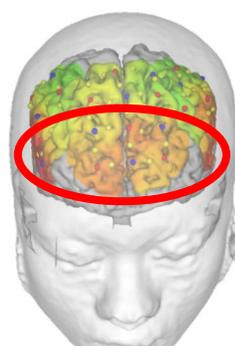
前頭前野の
血流は変化なし
安静状態



ものづくりをしている時の
脳の反応

赤・黄・橙色

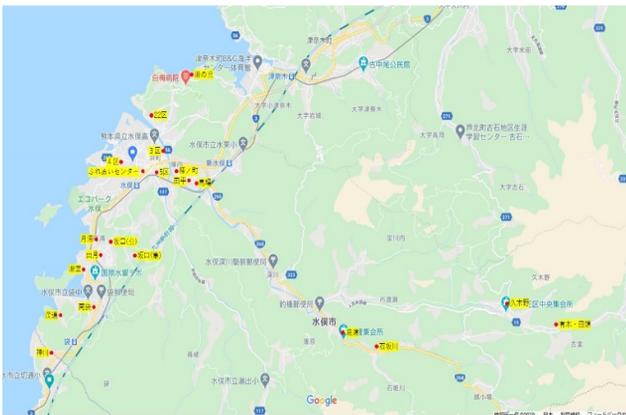
前頭前野の
血流が増加し
活性化



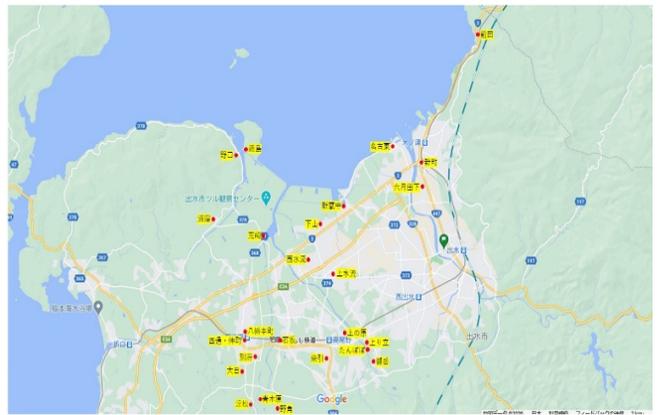
●楽しいものづくりで認知症予防

国水研では、水俣市・出水市の社会福祉協議会と連携し「ものづくりで楽しく脳トレ」として手工芸教室を開催し、水俣病被害地域の高齢者の福祉支援として介護予防業務を行っています。多くの方々と指先を使った楽しいものづくりをすることで認知症予防に役立ちます。

水俣市の活動地区（21ヶ所）



出水市の活動地区（27ヶ所）



活動の様子



手工芸作品例

- エコクラフト
(コースター、ミニカゴ)
- 和紙工作
(ペン立て、メガネ入れ等)
- スカーフ



●公民館の改修（水俣市）

トイレやスロープ等の改修、快適に過ごせるための物品（エアコン、テーブル、いす等）の提供を行いました。

◆ トイレやスロープ等の改修（※現在は改修事業は行っておりません）



◆ 快適に過ごせるための物品の提供



国水研が提供した物品にはステッカーが貼られています。



エアコン



いす等

本事業に興味をもたれた方は、下記の連絡先までお電話下さい。
開催場所と日時は国水研のホームページ (<http://nimd.env.go.jp/>)
をご参照下さい。

問い合わせ先： 国立水俣病総合研究センター

担当： 臨床部 板谷・山下・田畑

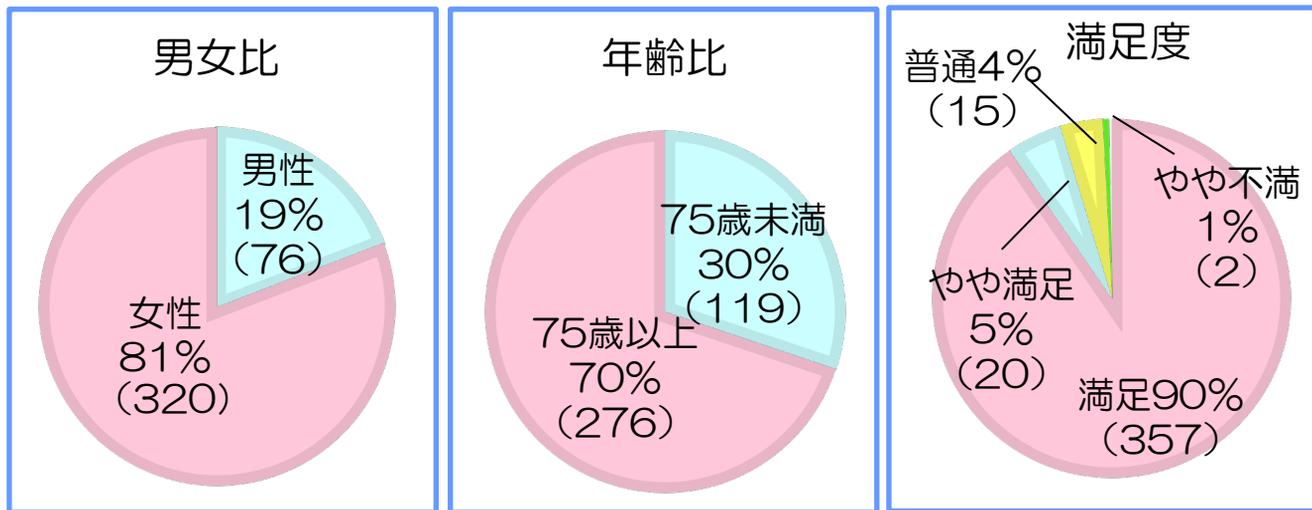
TEL：0966-63-3111（代表）



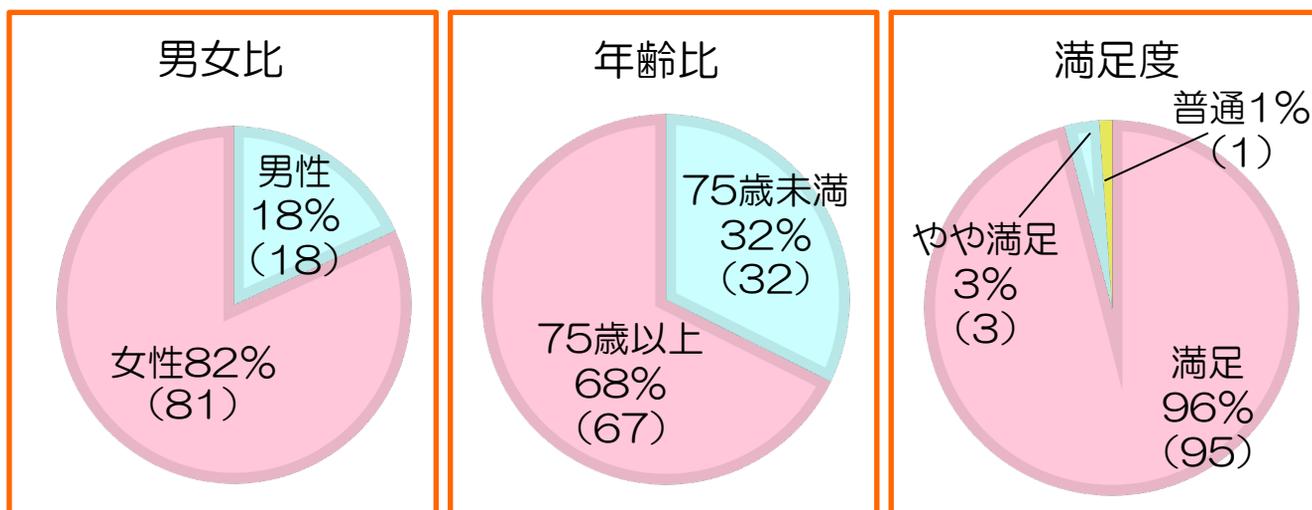
「ものづくりで楽しく脳トレ」の参加者に対して満足度アンケートを行いプログラム作成に活用しています

令和2年度アンケート結果

水俣市 参加のべ人数 396人



出水市 参加のべ人数 99人



国立水俣病総合研究センター
作成者 7月31日 13:19

7月16日「神川公民館公民館（水俣市）」では
「タイルコースター」を作りました。
タイルの敷せ方が難しいという声もありましたが
時間内で楽しく作る事ができました。
作業中、高速道路の渋滞などで遅るかとという
話から、昔の交際の話などで盛り上がりました。
高速道路の開通、待ち遠しいですね。

7月30日「22区公民館（水俣市）」では
「クイリングプレスレット」を作りました。
梅雨も明け、猛暑の中にもかかわらず
沢山の方々に集まりたいと思いました。
このプレスレット、一層トンボ玉のように
見えるのですが、肌触りでできています。
和紙を染んだ時点では、どの模様が出て
どんな色合いになるかわかりません。
出来上がったからのお楽しみです。

今年も結構ですが
くれぐれも体調に気を付けて
元気にお集まりいただけたらと思います。
脳の検査とトレーニングに関心のある方は、
以下の連絡先にお問い合わせください。
総合臨床室・田畑
TEL：0966-63-3111(内線403)



地域リビングに参加して
楽しみながら
健康づくりに役立て
ましょう！



フェイスブックより 水俣市 神川公民館・22区公民館の皆さん