

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。

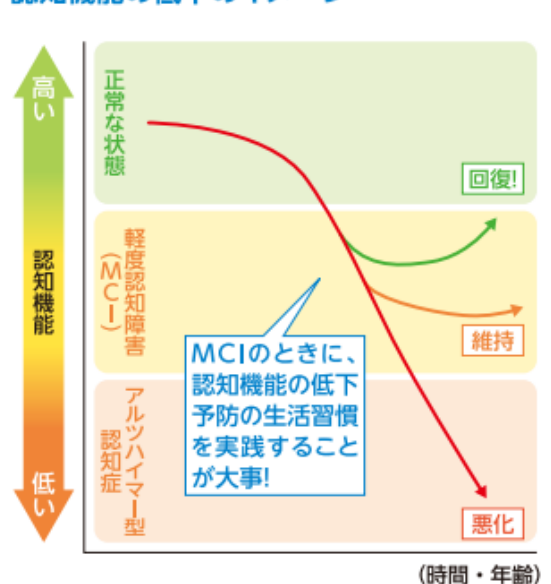
国水研究センター

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

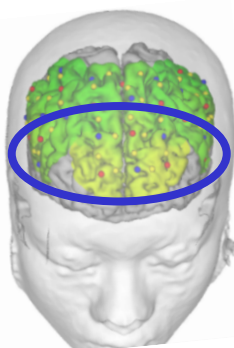


楽しくものづくりを行うことで、**認知機能**に重要な役割を果たしている**前頭前野**が**活性化**します。

ものづくりを
して**いない**時
の脳の反応

緑・黄緑色

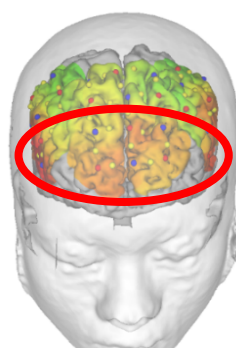
前頭前野の
血流は変化なし
安静状態



ものづくりを
して**いる**時の
脳の反応

赤・黄・橙色

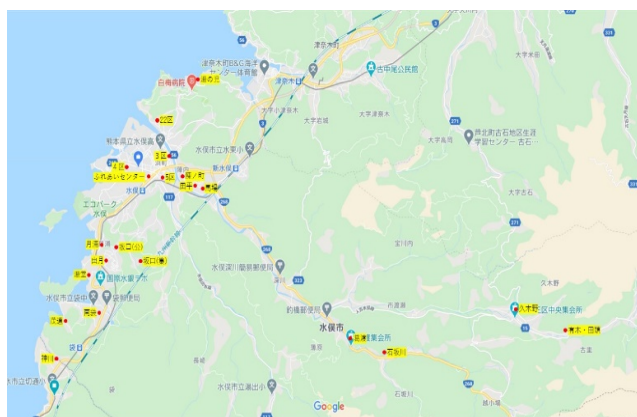
前頭前野の
血流が増加し
活性化



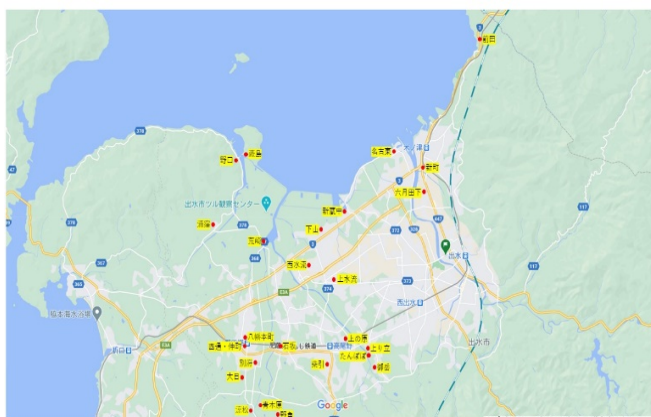
●楽しいものづくりで認知症予防

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）

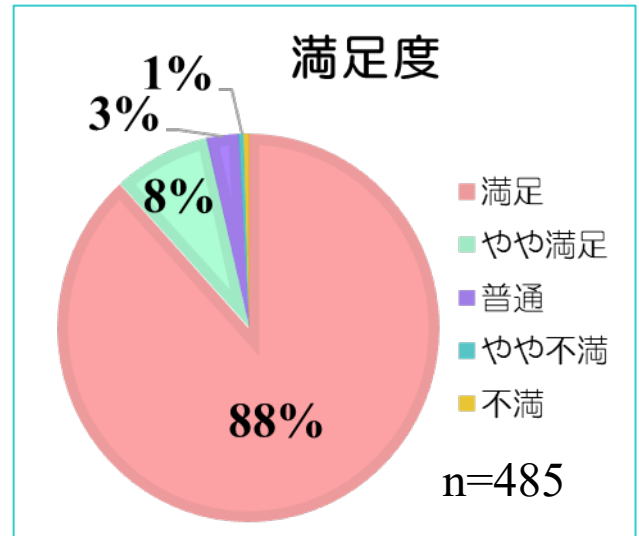


「ものづくりで楽しく脳トレ」の参加者に対して満足度アンケートを行いプログラム作成に活用しています

令和3年度アンケート結果

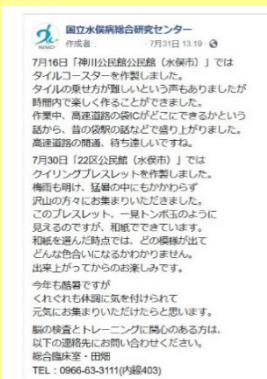
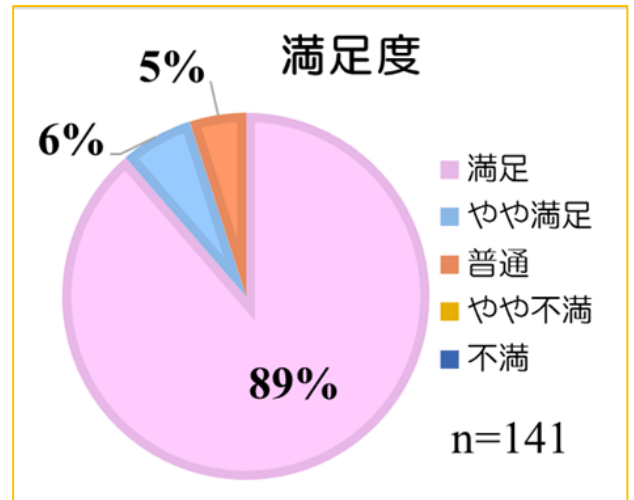
水俣市

- ◆ 参加地区：18ヶ所
- ◆ 参加人数：502人
- ◆ 平均年齢：77.8歳
- ◆ 性別：男性 95人（19%）
女性 391人（80%）
- ◆ 初参加：23名 R4.3月末時点



出水市

- ◆ 参加地区：10ヶ所
- ◆ 参加人数：141人
- ◆ 平均年齢：78.6歳
- ◆ 性別：男性 27人（19%）
女性 114人（81%）
- ◆ 初参加：46名 R4.3月末時点



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

