

## 健康長寿に係るイチオシ事業(概要版)

## いきいき脳力教室

## 事業概要

参加者(概ね65歳以上)個人に合わせ、簡単な読み書き計算などの教材を活用し、参加者同士の会話を楽しみながら脳の活性化を図り、認知症予防、健康増進を図る。

## 事業内容(参加者数・予算等)

- 参加者数・予算  
20人(各回10人)、32.7万円
- 教室の開催(8月～12月 全14回)  
簡単な読み書き計算のできる教材(公文式)を活用。  
事業開始前と修了後にMMSE(mini mental state examination)を実施。
- 【新型コロナウイルス感染拡大防止への対応】
  - ・定員を絞り、広い会場での実施としソーシャルディスタンスを確保
  - ・来場時に検温と消毒の徹底
- 見える化  
MMSEを参加者本人に提供し、自身の状態を把握させる。

## 事業効果

- 開始時と終了時のMMSEを実施し、脳の活性化の度合いを示すことで本人の認知症予防意欲が増した。
- 孤立しやすい高齢者のコミュニケーションの強化が図られた。

## その他

- コロナ禍、実施方法の検討が必要。
- 新規受講者の掘り起しが必要。