

令和5年度世田谷区提案型協働事業 成果報告会

軽度認知障害(MCI)および認知症予防を 正しく知るための啓発活動 IV

2024年3月26日

特定非営利活動法人 語らいの家

【担当課】高齢福祉部 介護予防・地域支援課

継続
開催

A. 軽度認知障害(MCI)勉強会

- ・開催地域を広げ(砧・烏山・世田谷)、3回開催
- ・延べ**125名**参加

継続
開催

B. 認知症予備軍の人のための相談会

- ・3回開催
- ・延べ**11名**参加

新規
開催

C. もの忘れが気になる人のための交流イベント

- ・はじめて開催(1回)
- ・定員80名に対し114名申込み。当日**96名**参加

もの忘れ予防交流会を開催

開催日：2024年2月11日(日)

会場：成城ホール

交流会のねらい

- もの忘れがあっても、安心して暮らせるよう
地域の中で横のつながり・顔の見える
関係づくりの構築
- みんなで楽しく過ごす仲間がいる

令和5年度世田谷区提案型協働事業

もの忘れがあってもなくても
楽しい時を過ごしませんか

参加費
無料

もの忘れ予防 交流会

みんなで楽しみながら、心とカラダ、脳を元気にするイベントです。
笑いとおしゃべりを交えて楽しい時を過ごし、地域で仲間づくり、しませんか？



2024年
日時 2月11日(日)
午後2時～午後3時30分
(受付開始：午後1時30分)

会場 成城ホール
(世田谷区成城6-2-1)

対象 区内在住、
もの忘れが気になる・予防したい方

定員 先着80名(要予約)
2月5日(月)まで受付

プログラムリーダー
あざみ ひろき
浅見 大紀氏
(公認心理師・臨床心理士)

主なプログラム

- ・みんなで楽しく脳トレ
- ・元気になる運動
- ・ピアノとギター伴奏で
みんなで歌いましょう など

お申込み・お問い合わせ
NPO法人語らいの家(担当：坪井)
電話. 03-5429-8855 FAX. 03-5429-8856

共催：NPO法人語らいの家/世田谷区高齢福祉部 介護予防・地域支援課

交流会ちらし

活動成果② もの忘れが気になる人のための交流イベント

●参加者年齢:70代・80代で全体の約9割



運動



脳トレ



脳トレ



ミニ講話(栄養のお話)



レクリエーション



合唱

結果

アンケート結果より

◎交流会評価＝大変良かった・良かった(98%)

◎今後の参加意向＝また参加したい(91%)

もの忘れがあっても仲間と集い、楽しい時間を過ごすことの大切さ、
地域で交流する場の大切さ、必要性を改めて感じた

普及
啓発

相談

支援

- 勉強会・相談会の継続開催が出来た
 - もの忘れが心配になった時、区民にとって安心の場となりつつある
- ※3月に勉強会の動画配信を予定。普及啓発は継続中
- もの忘れに不安がある人達が地域で楽しく横の繋がりをつくる機会を持つことが出来た

***多くの区民に軽度認知障害(MCI)とはどのような状態なのか、正しく知識を伝えることが出来た**

***もの忘れに不安を持つ人に対し、安心につながるきっかけを与えた**

***今年度も担当課にアドバイスをいただき、役割を分担したおかげで活動を遂行することが出来た**

普及啓発

- *朝田隆医師講演会（2回）
- *軽度認知障害(MCI)勉強会（10回）
- *事業者向け研修（1回）

相談

- *認知症予備軍の人のための相談会（8回）

支援

- *もの忘れ予防交流会（1回）

- 継続開催で、もの忘れに不安を持つ本人や家族の声を多く聴くことが出来、交流会など新たなプログラムも生まれた
- 担当課との協働により、SNSによる広報活動、動画配信による普及啓発、大規模講演会の運営方法など、今後の活動を発展させるためのノウハウも習得出来た

今後も、勉強会・相談会・交流会を継続開催していく

軽度認知障害(MCI)勉強会

*長期的な普及啓発は必要である

認知症予備軍相談会

*もの忘れに不安を感じた時に、安心して頼れる場が必要であり、今後も継続開催する

もの忘れ予防交流会

*もの忘れがあっても地域で仲間と集い、楽しい時間を過ごすことで、認知症の発症や進行を遅らせることが出来る交流会を、今後も開催したい



今後もこれらのを活動を通して、もの忘れに不安を持つ高齢者や家族の声を聴き、新たな啓発・支援の在り方などを考えていきたい

担当課から

区が行う介護予防の教室や講座などでも、引き続き認知症予防(認知症の発症や進行を遅らせる)の要素を入れながら普及啓発を広げ、より多くの地域や区民に浸透していくよう工夫をしていく。