



ツクイ

デイで認知症予防

「コグニバイク」で機能訓練

ツクイ(横浜市)は、国立長寿医療研究センターのコグニサイズの考えをベースに、同センターとインターリハが共同開発したエルゴメーター「コグニバイク」をデイサービス94カ所へ導入し、認知症予防に向けた機能訓練を本格的に開始した。

デイサービスにおいて「回転」と頭(記憶・計算)など課題を同時に使うデュアルタスク方式の「コグニバイク」をデイサービスに導入。コグニバイクは、コグニサイズのバリエーションの一つで、省スペースで転倒リスクがほとんどなく、体力の弱い人でも楽しみながら効果的な運動ができるのが特長だ。

同社には、理学療法士1388名、作業療法士81名、言語聴覚士18名の計237名(2015年9月末現在)が在籍し、全国のデイサービスなどで機能訓練を実施している。今回のコグニバイクの導入により、デイサービスのでの個別機能訓練への積極的参加を促すとともに、より一層の利用者の拡大を目指す。また、同社のデイサービスにお



▲国立長寿医療研究センターとインターリハが共同開発したエルゴメーター「コグニバイク」

けるコグニバイクの利用データを国立長寿医療研究センターの協力のもとで分析し、新たなプログラムの開発につなげていくとともに、要介護高齢者の認知症予防に対する効果検証にも取り組んでいくという。

厚生労働省は2012年、認知症の高齢者数は約462万人、またその前段階である軽度認知障害(MCI)の数は約400万人と推計しており、認知症予防への対応

れている。そこで国立長寿医療研究センターは「コグニサイズ」を推奨。運動と認知課題(計算、しりとりなど)を組み合わせた認知症予防の取り組みで、運動の種類によってコグニステップ、コグニダンス、コグニウォーキング、コグニバイクなどがある。

予防対策の1つだと言わ