

# 認知症予防に役立つ 「脳活フィットネスパーク」

## 志木サテライトオフィス・ビジネスセンター

ある日突然、高齢者を襲う認知症。発症すれば家族や地域、医療介護制度にも負担は重い。その認知症を事前に予防しようという試み、「脳活フィットネスパーク」を志木市の柳瀬川駅前で様々な講座を運営している(株)志木サテライトオフィス・ビジネスセンターが始めた。その内容、狙いなどについて、同社の柴田郁夫社長にお聞きした

—このような催しを始めた理由は何ですか。  
柴田 認知症にかかる人が増えていますが、なつてからでは治らないのが定説です。だからならないようにすること、予防が重要なのではないかと考えたわけです。  
認知症対策は安倍総理も力を入れており、先日国際会議があり、対策強化を公式表明しました。

ただ、今の国の対策は患者を地域でどうフォローしていくかになっていま

柴田 どのようなカリキュラムですか。  
カリキュラムは、

らしい取りをするとか。回想法。昔のことを人に話してもらおう。当時のヒッ

象になる。  
—認知症予備軍の方が対



すが、  
予防まではまだあまり手が回っていません。不安を持つている方は多くいますから、そういう方向の「脳活フィットネスパーク」を立ち上げたわけです。

太先生が提唱した学習療法です。学習療法という資格を持つている人が講師になっています。それから脳活体操。いろいろな体操がありますが、たとえばデュアルタスクと言って足踏みをしなが

—何講座あるのですか。  
柴田 現在は、1日3コマ、週15コマ。一部だけの参加もできます。  
—このような試みは他に例があるのですか。  
柴田 言えば、脳活のカルチャーセンターでしようか。あまり見ないと思います。

認知症によいとされるものを網羅しています。  
たとえば、脳トレ。単純な計算ドリルや音読など、東北大学の川島隆

ト曲を一緒に歌ったり。おしやべりすることで脳を活性化する。あるいはパソコンやスマホを使うことも脳によいです。  
聴覚療法は、加工された音を聞くことで脳の初期化ができるというブレインマッサージ。他にも健脳弁当を出したり、認知症予防につながるいろいろなカリキュラムをやっています。現状はどういうコンテンツが受けるか、効果があるかを、探っている段階です。

柴田 すでに認知症と診断されている方は対象外です。最近、物忘れが気になるというような方に來ていただければ。

— 実際にどのような方が受講されているのですか。

柴田 今は無料モニターですが、50人くらいいます。

FC展開で、商店街活性化に

柴田 効果が見られますか。

柴田 東工大の名誉教授が開発した脳波測定システムを用いて「認知症になるリスクがどれだけ高いか」を測って、その結果をご本人にお知らせ

柴田 すでに認知症と診断されている方は対象外です。最近、物忘れが気になるというような方に來ていただければ。

— 実際にどのような方が受講されているのですか。

柴田 今は無料モニターですが、50人くらいいます。

柴田 効果が見られますか。

柴田 東工大の名誉教授が開発した脳波測定システムを用いて「認知症になるリスクがどれだけ高いか」を測って、その結果をご本人にお知らせ

## 認知症で悩まないために ～「認知症」は予防できる！

柳瀬川駅前(サミット7上4階)に、脳活パーク 2015年1月開校



脳トレ(トリ等)、脳活体操、回想法、脳活英会話  
音楽療法、パソコン/スマホ講座、健康講話  
脳活マッサージ、コスヘルを歌う、健脳弁当  
健康麻雀、時代小説読書会、料理クラブ・・・

### 無料モニター募集 (受付中) 経済産業省・補助金 認定助成プロジェクト

- 対象：おおむね50歳以上の方(男女とも)
- 各種脳活講座を月～金の午前中開催(無料受講)
- 脳の健康度(脳年齢など)を無料測定
- 仕事先やボランティア活動などをご紹介(希望者)

#### 内容説明会(無料ミニセミナー)

毎週開催 【月曜日】  
15:00～16:00

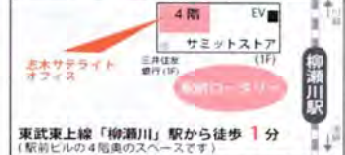
- ・認知症とフレ認知症(MCI)
- ・脳年齢や体内年齢の仕組み(測定も可能)
- ・効果的な認知症予防カリキュラムとは
- ・ミニ体験受講

#### お申込み及びお問合せ先

電話申込  
お問合せ時間  
月～金曜日  
9:00～17:00

志木サテライトオフィス  
TEL：048-476-4600  
FAX：048-476-4607

場所：志木サテライトオフィス・脳活フィットネスパーク  
〒353-0006 志木市館2-5-2 鹿島ビル4階  
東上線「柳瀬川」駅前(西口)1分  
(サミット7上の上、4階です)



- 東上線で池袋から準急23分
- 地下鉄・有楽町/副都心線で和光市から10分
- 武蔵野線「北朝霞」駅乗り換え、報徳台から5分

無料ミニセミナー申込書 下記の項目をご記入の上、事前にFAXまたはTELにてお申し込みをお願い致します。

フリカナ お名前	年齢 歳	電話番号
ご住所		FAX
個人情報 <small>申込者の個人情報は、運営に必要な範囲内で利用し、第三者へ提供することはありません。</small>		メールアドレス

#### 2015年1～3月の無料モニター募集パンフ

柴田 無料は3月までです。4月以降どうするかは検討中です。

— 今後、この形で継続されるのですか。

柴田 無料は3月までです。4月以降どうするかは検討中です。

— うちが開くだけでなく、フランチャイズチェーンの方式で展開していきたい。ここでノウハウを作り、空きスペースを持っている方、空き店舗で困っている商店街などに提案していければ、商店街活性化に役に立ちます。

— 有料になった場合料金ほどの程度が想定されま

柴田 1コマ50分で千円から千500円の予定です。

(問い合わせ・申し込みは、tel0484764600、fax0484764607まで)

(取材2015年1月)