

# 認知機能低下予防事業がスタート!

## ◆アルツハイマー病予防に取り組む!!

認知症は長寿を迎えた先進国の新たな健康課題とされています。我が国の認知症推計患者数は、患者数440万人、MCI（軽度認知障害：Mild Cognitive Impairment）該当者約380万人で、65歳以上の約4人に1人は認知症もしくはその予備群です。

認知症は本人だけの問題ではなく、家族・地域社会を巻き込み、医療・介護給付費等の直接コストに加え、介護等に割かれる労働力の損失など社会的コストも莫大です。英国の調査結果では、認知症にかかる社会コストは、がんや心疾患等生活習慣病関連疾患の約8倍とも言われています。高齢社会を前に、認知症になった方々のサポート体制づくりもさることながら、認知症にならないための予防的取組を充実していく必要があります。しかし我が国では、認知機能の低下を予防するための取組は、まだまだこれからの領域といえます。

そこで、これらの社会的課題を解決すべく、健康寿命延伸産業創出推進事業（経済産業省）の支援を受け、アルツハイマー病による認知機能の低下を予防するプログラムとして、香川県三豊市および東京都豊島区をフィールドに実証事業をスタートしました。



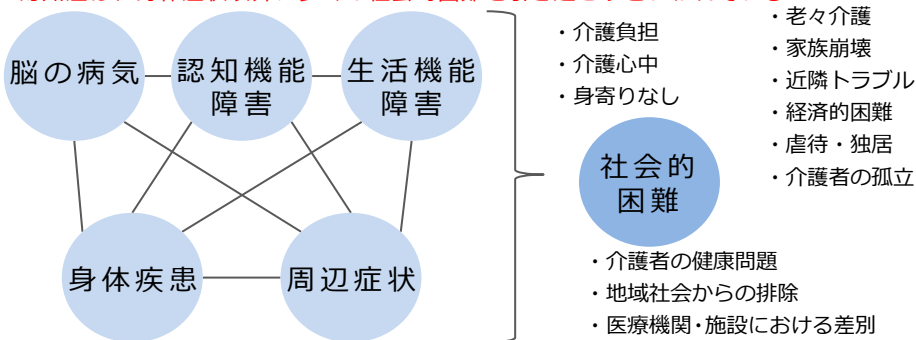
**浅井 亮一**  
株式会社 ルネサンス 受託営業部 部長  
〒130-0026 東京都墨田区両国2-10-14  
両国シティコア3F  
TEL:03-5600-5411/FAX:03-6894-0022  
URL : <http://www.s-renaissance.co.jp/>



**認知症「予防」講演会**  
講師 三豊市立西香川病院 院長 認知症医療センター長 大塚 智丈

### 認知症の全体像

認知症は、身体症状以外に多くの社会的困難を引き起こすといわれている



出典：「こころの科学」No.161, January 1.2012

## ◆「シナプスを意識した運動」+「瀬戸内式食事」+「快眠」に予防のヒントあり!

本事業は、講演会の開催、認知機能のチェック、認知機能低下の予防プログラムとして「シナプスを意識した運動」「瀬戸内式食事」「快眠」の3つの要素を取り入れた統合型プログラムの構築及び効果検証を行います。

「運動」、「食事」、「睡眠」がアルツハイマー型の認知機能低下の予防に寄与することは先行研究でも示されていますが、統合した形での実証研究は国内初となります。

2都市で開催した講演会には767名もの方が参加され、3か月間のプログラム実証事業には155名の申込みがあり、認知機能の低下予防に対する関心の高さがうかがえます。

なお、本事業は地元の医療機関等とも連携し、アルツハイマー型認知症の予防に関する普及啓発や今後の事業拡大等も視野に入れて取組んでいます。

## ◆今後の展開

今年度の事業では、プログラムの検証に併せ、認知機能低下の予防に関する健康投資指標を確立し、自治体・個人等の健康投資促進に向けた基盤構築も目指していきます。

これにより、より積極的な行動変容を促すための仕組みと仕掛けづくりを行うとともに、地域・行政・民間企業等が連携して取り組む、高齢社会に向けた新たな健康寿命延伸産業モデルを構築してまいります。

## ◆事業連携を行う地元医療機関の声

三豊市立西香川病院 認知症疾患医療センターセンター長 大塚 智丈

認知症対策の両輪は、発症の前段階での予防的取組と、発症後の生活の質を保つための取組です。

今回は、両輪のひとつである予防的取組を、科学的にもその効果が実証されている有酸素運動を中心に、疫学的に認知症との関連が証明されている生活習慣病予防のための食事、そして、心身のストレス軽減にもその範囲を広げ実施されるものであり、興味深い取組であると考えています。

