



認定NPO法人認知症予防ネット神戸

創立5周年記念 認知症予防講演会

テーマ「ボケてたまるか！」ー認知症早期治療に取り組んでー

講師 山本 朋史 先生 週刊朝日編集委員

2015年10月11日 (日) コープこうべ 生活文化センターにて



週刊朝日編集委員
山本朋史先生

- ・ 創立5周年記念 認知症予防講演会 山本朋史 先生 「ボケてたまるか！」
- ・ 参加者の声
- ・ 御影中部 第4回 ステップアップ講座 山本康介 先生
- ・ 第5回日本認知症予防学会 学術集会 報告
- ・ 神戸市「介護予防教室」
- ・ 賛助団体 いろどりの家・大池 紹介
- ・ 脳いきいきステップアップクラブ カフェ&運動 案内
- ・ 脳いきいきクラブ、教室 朋の会 同窓会 案内
- ・ 認知症予防と物忘れ 相談会 案内
- ・ 歩こう会
- ・ 現在の会員数
- ・ 寄附金をお願い
- ・ アロマセラピー クリスマスの香り
- ・ 編集後記

軽度認知障害 (MCI)の診断を受けられたご本人の講演とあって、今回の講演会には259名ものご参加がありました。

ご来賓代表として 六甲アイランド甲南病院 認知症疾患医療センター センター長 小倉純先生、東灘区役所 保健福祉部部長 西尾秀樹様のご挨拶に続き、山本先生の講演が始まりました。

山本先生は、ご自身のMCI診断までのいきさつとその後の早期治療への取り組みを分かりやすく話されました。

61歳過ぎから、インタビュー中に文字や人の名前が出てこないが増えるなど、もの忘れがありましたが、新聞記者として致命的なダブルブッキングをしてしまい、ショックと事の重大さから東京医科歯科大学病院の「もの忘れ外来」で朝田隆医師（筑波大学）の診察を受けられました。その結果、軽度認知障害 (MCI) と診断され、このままでは認知症に移行する心配があること、しかし薬を使わずに筑波大学での認知症早期治療ダイケアによる認知力アップトレーニングを受けることを朝田医師から提案され、認知力アップゲーム、本山式筋力トレーニング、美術療法や料理など多岐にわたるプログラムを実施し、効果を実感。さらに、早期治療で睡眠時間も増え、食事にも気を使うなど生活習慣も改善し、体調も良くなりましたと話されました。仲間と一緒にグループで行ったおかげであったとも。もの忘れを年のせいだと放置しないで、積極的に診察や早期治療に取り組むことで、職場の理解も得ながら社会活動の継続が可能となること当事者や家族が認知症を隠す社会も変えていきたいとお話下さいました。



講演会に参加していただいた方からのご意見、ご感想

33歳 女性

講演ととても良かったです、分かりやすいのとユーモアと社会全体を変えていくということにドキッとしました。個人的にですが、絵がとっても気に入りました。マイクが途切れてしまうところが残念でした。

66歳 女性

認知症を隠すのではなく、皆さんに知らせる事で、治療と仕事を両立させているのがすごいと思いました。認知症の予防が大事と思い実践していきたい。

73歳 女性

本人が実際の体験を公表され、各人いつかくる事で、どう自覚をもって日々活動するかの大切さを聞き、他の人々にも伝えていきたい。

61歳 女性

「皆が当事者意識を持つ」という事は重要だし、今や他人事ではないというのが実感です。貴重なお話しありがとうございました。

71歳 男性

実体験談として非常に重みのある話でした。