



### 認知症予防講演会



#### テーマ 「認知症と共に暮らせる社会」

～もし、あなたが認知症になったとき  
どこで・誰と暮らしたいと思いますか～

講師 **上野 秀樹 先生**  
・千葉大学医学部附属病院  
地域医療連携部 特任准教授  
・敦賀温泉病院 勤務

2017年9月10日(日) コープこうべ 生活文化センターにて

今回は精神科医として、長年認知症と向き合ってきた上野秀樹先生に「認知症の人が暮らしやすい社会のあり方」についてご講演いただき、約300名のご参加がありました。

ご来賓代表として、甲南病院・六甲アイランド認知症疾患医療センター センター長 小倉純先生、東灘区保健福祉部 部長 飯島久道様のご挨拶に続き、上野先生の講演が始まりました。

先生は、認知症の人を地域で支えるために重要なことの一つは、支援の基本として改善可能な周囲の環境を変えることであると。

ハーバード大学(成人発達研究)では1938年から2つのグループを追跡し『私たちが健康に、そして幸福にするのは良い人間関係に尽きる』と結論付けました。追跡のデータでは、50才で最も幸せな人間関係にいた人が、80才になっても一番健康であったそうです。良い関係は身体の健康だけでなく脳をも守ってくれるということです。人間の幸せは、ものやお金ではなく、①人に愛されること、②人にほめられること、③人の役にたつこと、④人から必要とされることです。生きがいや生きる意味を奪われることで、認知症の進行も加速します。

認知症の人がいきいき暮らせる社会の実現に必要なのは、認知症も障がいの一つであり、認知機能が低下しても、日常生活・社会生活上の支障を感じないように、社会のあり方を変えることだと話されました。



- ・認知症予防講演会  
上野 秀樹 先生  
「認知症と共に暮らせる社会」
- ・第7回 日本認知症予防学会学術集会 報告
- ・認知症予防 講演会に参加していただいた方々のメッセージ
- ・御影いきいきクラブ  
ご紹介
- ・脳いきいきクラブ・友の会 クリスマス  
同窓会のお知らせ
- ・ステップ アップ  
エクササイズ 案内
- ・歩こう会
- ・現在の会員数
- ・寄附金のお願い
- ・ボランティア  
お礼と募集
- ・編集後記

### 第7回 日本認知症予防学会学術集会に参加して

大会テーマ「認知症予防の確かなエビデンス」へ

2017年9月22日(金)～24日(日) 岡山コンベンションセンターにて

法人からは、伊藤米美理事長が、演題「『MCI予防教室』の活動から見てきたもの～早期ケアの段階からの家族支援の重要性について～」を発表しました。

昨今、認知症予防に関する情報がメディアでも多く取り上げられるようになりましたが、まだまだ予防に対するエビデンスは、ほぼ見られない状況です。たとえ1年でも2年でも、認知症の発症を遅らせたり進行を緩やかにできるように、私ども法人も活動の中で得られた結果や成果をしっかりと分析する力を付けていく必要性を強く感じました。

