

認知症リスクを測定して予防

志木サテライトオフィス・ビジネスセンター（志木市） 北欧発ケア手法を核とし実証データを元とした 「認知症予防・緩和カフェ」

認知症やその前段階のMCI（軽度認知障害）の予防を目的とした新たな事業を立ち上げた。帝京平成大学教授の上馬場和夫博士監修のもと脳の健康状態を測定して認知症になるリスクを数値化する装置を開発。測定結果をもとにリスクを軽減するためのカリキュラムを受講してもらい、さらにその成果を目に見える形でフィードバックするという認知症予防に特化したカルチャースクールだ。申請時には「緩和カフェ」という名称にしていたが、より内容に即した「脳活パーク」と改めた。

今回のプロジェクトでは、

110人程度の無料モニターを募り、入会時にまず

脳幹計（自律神経測定計）、

脳機能測定、脳年齢計、血管



認知症リスクを測定し、視覚的に表示

年齢計、脳波測定によって認知症リスクを測定。その結果を踏まえてカリキュラムを受講してもらった。主な講座は、①脳をマッサージして普段使わない脳の部位を刺激する「音感療法」②ソフトタッチケアやアロママッサージなどを実施する「タッチケア」③認知症予防の食事や

腸の健康法を学ぶ「食と健康」④昭和の記憶を呼び起こして脳の活性化を図る「回想法」⑤切り絵・料理・パズルなど脳と手を使う「脳活アラカルト」⑥オリジナル脳活体操を取り入れた「身体・健康法」⑦終活講座や認知症関連の資格取得を目指す「長寿生活の知恵」⑧季刊誌「脳活道場」（わかさ出版）と連動した「脳活トレーニング」の8種類。

1カ月後に再び認知症リスクを測定し、各講座の効果を検証した。

MCI（軽度認知障害）になる確率が何パーセントという形で目に見える測定装置の応用可能性は高く、今後は検証結果を踏まえて、装置の水平展開と、カリキュラムの見直し、また共同で運営にあたってくれる企業を探して、本格的に事業化していきたいとのことだ。

【株式会社志木サテライトオフィス・ビジネスセンター】

本社は志木市館2の5の2鹿島ビル4階。柴田郁夫代表取締役社長。約30年前に大手6社によって職近接オフィスとして設立された「志木サテライトオフィス」が前身。その後、地元起業家へのオフィス提供が核となり、現在では職業訓練、カルチャーセンター、学童保育、学習塾などが展開され、NPOも入居する地域の文化・ビジネスセンターとなっている。