熊本県認知症予防モデル事業について

熊本県は平成 21 年度，認知症予防に積極的に取り組むために，以下の目的でモデル事業を開始しました．

この熊本県の認知症予防モデル事業で開発する

「認知症の予防に効果が見込まれるプログラムの実践に，積極的に取り組む事業者」として，

県下数多くの事業所の中で，僅か「３事業所指定」のうちの１つに，「しん」が指定選出されました．その時の実施効果をもとに，モデル事業の期間（２年間）に限らず，現在も継続して実施しています．

⑴認知症を原因とした要介護認定者や特定高齢者を減少させること．

⑵認知症の状態を改善させること．

ワニワニパニックRT

皆様は次々に出現するワニをハンマーで叩いて下さい．

ハンマーには腕の筋力が弱い方のために，軽いものも用意しています．

「難易度自動調整機能」がついているので，初心者には易しく，熟練者には難しくなります．

これを繰り返し行うことで，

- ●肩・肘・手首・指全体の筋力や座る姿勢・立つ姿勢のバランス
- ●反射神経・集中力・視野

などが鍛えられます．

ドキドキへび退治RT

皆様は音と共に出現するへびを踏み付けて下さい．

ただし，一定の点数を超えるか，一定時間を超過すると，へびの出現スピードが段階的に増します．

これを繰り返し行うことで，

- ●股関節・膝・足首・足の指全体の筋力や座る姿勢・立つ姿勢のバランス
- ●反射神経・集中力・視野の拡大

などが鍛えられます．