

特定非営利活動法人 認知症予防ネット通信

44号

2018年7月7日

編集・発行
NPO法人
認知症予防ネット

〒611-0031
京都府宇治市広野町
一里山15-10
電話
0774-45-2835
FAX
0774-45-2793
メール
npo@n-yobo.net
HP <http://www.n-yobo.net/>
FB <https://www.facebook.com/yobo.net/>

ご挨拶

謹啓 時下益々ご清祥のこととお慶び申し上げます

平素はNPO活動にご理解とご支援を頂き厚く御礼申し上げます

さて 私儀

一九九三年以来認知症予防に全力を投じ、現在は二〇二五年問題に積極的に寄与したいと思いつつも、体力の低下を痛感するようになりました。幸いにも全国各地に「みんなの認知症予防ゲーム」が展開されており、良き後継者にも恵まれ、第十四回通常総会において役員任期満了を以て理事長職を退任いたしました。今後は一理事として、庶務・用度等を担当致します。

長らくのご理解とご後援に衷心より御礼申し上げます。今後とも変わらぬご支援を賜りますようお願い申し上げます。

謹白

二〇一八年六月二十日

特定非営利活動法人認知症予防ネット

理事 高林 實 結 樹

謹啓 時下益々ご清祥のこととお慶び申し上げます

平素はNPO活動にご理解とご支援を頂き厚く御礼申し上げます。

さて 私儀

このたび 当法人の設立者である高林實結樹退任に伴い、理事長に就任いたしました。つきましては甚だ微力ではございますが、「みんなの認知症予防ゲーム」の拡大と安定的な運営に誠心誠意努力いたす所存でございます。尚、体制が一新したのではなく、全理事が留任した上で、新たに監事として木原由佳里さんを迎えることが出来ましたので、懸案であった組織強化をはかって参ります。

前任者同様格別のご指導とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

早速拝眉のうへご挨拶申し上げますべきところ略儀ながら書中をもって新任のご挨拶を申し上げます。

謹白

二〇一八年七月一日

特定非営利活動法人認知症予防ネット

理事長 平 田 研 一

NPO活動について

設立当初のNPOの活動は「認知症予防ゲーム」を多くの人に紹介することが目的でした。次いで、予防教室を増やす必要性から、ゲームリーダーを全国規模に拡大するために、「リーダー養成講座」を開始し、現在は四十一都道府県にリーダーが輩出するに至っています。

しかし、超高齢社会を目前にして、まだまだ不足という認識から、市民が担当できる「レベル混在教室」で、全員が楽しむことが出来る特殊なゲーム進行法を、広く活用して頂くことを目的とし、リーダーを養成出来る力を身につけた「リーダー養成講師」、NPOの認定講師資格(実力)を審査する審査会の制度を立ち上げて、日本中にリーダーを増員させることを目指すに至っています。◇



広めよう「認知症予防ゲーム」

認知症予防ネットが総会

新理事長に平田研一さん

認知症予防に向けた活動を続けているNPO法人認知症予防ネット(宇治市広野町一里山、高林實結樹理事長)の第14回総会が19日に宇治で開かれた。役員改選で高齢の高林さん(86)が退任し名誉理事長となり、新理事長に平田研一さん(60)＝木幡南山＝が就任した。

認知症予防ネットは長年母親の介護を続けてきた高林さんが介護家族の体験から認知症の一次予防をめざした実践活動を拓けようと立ち上げた。

2008年には認知症予防活動から体得したことや活動を通じたQ&Aも盛り込んだオリジナル教材「認知症予防ゲームーテキストー」(A5判、119頁)を発行。受講者のニーズで誕生したテキストは北海道から沖縄まで41都道府県の地域包括支援センターや介護保険事業所、在宅介護者に活用され、DVDも完成した。

ソウルのデイケアセンターで始まった認知症予防ゲームの教室を契機に韓国支部も誕生し、韓国語に翻訳したゲームテキストの出版を通して活動は国外にも広がりを見せている。

総会ではホームページやブログ、フェイスブック、チラシ、リーフレットなど幅広い媒体を通して認知症予防の啓発・広報活動を行うことなどを基調にした本年度の事業計画を承認。11月25日(日)に3回目となる全国リーダー研修・交流会を京都市の西本願寺「聞法会館」で開くことにした。

新理事長に就任した平田さんは「当法人の創業者であり、看板の高林さんは余人をもって代えがたいことは誰もが思っていること。理事長なしを理由に法人の解散という選択肢もあったが、それは高林さんの本意でもなく、法人をここまで一緒に育てていただいた会員の皆さんとの十分な議論もなく、そのような判断は許されない。理事会の議論の結果、持続可能な組織への再構築を最優先で取り組むことを決めた」と経過を説明。「ご理解の上、変わらぬご支援をお願いします」とあいさつし、拍手で迎えられた。【岡本幸一】

Rakutai On The Web The Rajunann Times
Today News 2018年5月21日より転載

(下記新聞記事内容)

2018年(平成30年)5月20日(日曜日) 洛南タイムス

広めよう「認知症予防ゲーム」

認知症予防ネットが総会 新理事長に平田研一さん

認知症予防に向けた活動を続けているNPO法人認知症予防ネット(宇治市広野町一里山、高林實結樹理事長)の第14回総会が19日に宇治で開かれた。役員改選で高齢の高林さん(86)が退任し名誉理事長となり、新理事長に平田研一さん(60)＝木幡南山＝が就任した。

認知症予防ネットは長年母親の介護を続けてきた高林さんが介護家族の体験から認知症の一次予防をめざした実践活動を拓けようと立ち上げた。

2008年には認知症予防活動から体得したことや活動を通じたQ&Aも盛り込んだオリジナル教材「認知症予防ゲームーテキストー」(A5判、119頁)を発行。受講者のニーズで誕生したテキストは北海道から沖縄まで41都道府県の地域包括支援センターや介護保険事業所、在宅介護者に活用され、DVDも完成した。

ソウルのデイケアセンターで始まった認知症予防ゲームの教室を契機に韓国支部も誕生し、韓国語に翻訳したゲームテキストの出版を通して活動は国外にも広がりを見せている。

総会ではホームページやブログ、フェイスブック、チラシ、リーフレットなど幅広い媒体を通して認知症予防の啓発・広報活動を行うことなどを基調にした本年度の事業計画を承認。11月25日(日)に3回目となる全国リーダー研修・交流会を京都市の西本願寺「聞法会館」で開くことにした。

平田さんは「当法人の創業者であり、看板の高林さんは余人をもって代えがたいことは誰もが思っていること。理事長なしを理由に法人の解散という選択肢もあったが、それは高林さんの本意でもなく、法人をここまで一緒に育てていただいた会員の皆さんとの十分な議論もなく、そのような判断は許されない。理事会の議論の結果、持続可能な組織への再構築を最優先で取り組むことを決めた」と経過を説明。「ご理解の上、変わらぬご支援をお願いします」とあいさつし、拍手で迎えられた。

【岡本幸一】

認知症予防 生きがいに

丹波

規模的協会員として認知症予防教室を開講している南丹市のボランティアグループ「脳トレネット」が、今年で創設10年目を迎えた。30人のスタッフが市内各地で年間120回前後の教室を開講し、その数だけでなく、高齢者の生きがいと元気度アップに貢献している。

南丹「脳トレネット」10年目

市内の高齢者が健康に生活するための活動をする「認知症予防ネットワーク京都」が、同市八木町で開いた認知症予防教育サミット上野女子養成講座1期生が中心になって、2009年4月に発足させた。

白土教室に加えて、市や老人クラブ連合会などの委託を受け



認知症予防ゲームを楽しく行うために、南丹市八木町(白土)の教室(左側)

体動かし会話楽しむ 継続開催目指す

「10年目は健康増進センターなど市内3カ所を主として開講し、70代、80代の女性を中心に広げたい」と、代表者が話した。教室は1回1時間、脳を活性化するためのゲームを行う。脳や手指を使い、口と体を動かす。歌も交えて進める。残り10分は必ず「お茶タイム」を設けて会話を促す。

要約者からは「教室の日が待ち遠しい」「幅広い世代で楽しんでいる」などの声があり、グループは、認知症への不安が軽減され、心身ともに良い効果が期待できると分析している。

本年度から市の委託分(年30回)がなくなったが、教室の継続を希望する人は多く、白土市菜として開講するための資金確保を急いでいる。市田美子代表は「お茶タイムが自分の得意な地域で、最後まで元気な姿を見せてくれる幅広い層の方を育てたい」と力を込める。

(三谷茂)

京都府南丹市のボランティアグループ「脳トレネット」は2009年4月、南丹市で開催された養成講座一期生が中心になって発足。代表の芦田美子さんは当法人の認定講師。



みんなの認知症予防ゲーム 世界の津々浦々に

各地からのお便り

養成講座一期生の活動報告

群馬県高崎市

左右田悦子

第一回養成講座でリーダーになられた方から地域や公民館での活動がスタートしているご報告いただいております。以下原文そのまま掲載させていただきます。



「ケラケラ大笑い！」
毎回やつとくれよ
ととても楽しいらしいです。
85歳で一人暮らしのお婆ちゃんはまだでん虫の手遊びが気に入り、もう一回やって欲しいと意欲マンマンでとても楽しそうです。その表情に未熟な私もニコッと微笑んでしまいます。

期待されることが自信につながりますよ。感謝！

新町公民館で脳活性化サークル名「やどり木」がスタートしました。左右田先生の講座に参加された方々が何人かいらして、とても心強いです。

スムーズな流れでと思うのですが、練習不足と不慣れで皆さんの笑いが救いになった昨日でした。えっちゃんトーク、笑いの誘い、流れ、凄いです！目標にして、頑張ります。

4月29日から2日間、第二回リーダー養成講座が開催されます。介護士や民生委員の他に、自分のために、夫のためにという70代後半の主婦の方や男性もいらっしやいます。

このゲーム体験会を数するうちに、高崎市でも依頼が増えてまいりましたので、リーダーとして活躍してくださる人が必要です。メーリングリストで高林さんは

じめ皆さんのお話を読み、心新たに気づかされるのが大いにあります。

そしてテキストなど、資料を今一度読み返すと、さらに深まることを実感しています。



地元の認知症カフェでの活動

茨城県龍ヶ崎市

岸 泰子

龍ヶ崎市で街づくりをするNP Oで理事をしています。二〇一四年に市民塾の中でゲームを取り入れたいと我孫子でリーダーを取得。毎週教室を開催、翌年からコミセン講座を二か所開催、参加者の中に高齢者支援の施設長が部下と参加されて、養成講座を希望され、清水の舞台から飛び降りる勢いで始めた養成講座が、グループホームとの関わりになるのですが、施設によっては短時間のゲームでも準備が必要ですから、職員の中にはひややかなムードを露骨に出される方もいらっしゃいます。心に余裕がない中でお仕事として関わっているのだなあと寂しい思いに至ります。このような方たちには是非ゲームを習得してもらいたいものだと感じます。

現在は龍ヶ崎市の脳神経科経営の認知症カフェでゲームを担当して、二年目に入りました。

認知症当事者



の思いに寄り添いながら、ご家族の方達も参加され、病院サイドを交えてゲーム終了後の茶話会が貴重な経験とこれから活動していく上での糧となっております。

また市内で牛尾病院系列の高齢者施設より、なんと嬉しい養成講座の依頼。まずはゲームに2週続けて参加、熱心な職員の方2名、やる気満々で「何時から養成してもらえますか？」の言葉に早々に日程を決めました。この流れには施設挙げての支援があり、養成講座終了後は要支援の方たちへゲームでの改善を模索しているようです。私たちの活動がお仲間さんを通して、施設関係者に声が届き、少しずつではありますが膨らんで参りました。感謝です。

より気持ちが明るくなってくる！」と後押しがあったからこそ今があります。

公認講師試験を受験して

和歌山県和歌山市

藤島 壽子



私は、「みんなの認知症予防ゲーム」公認講師試験を受験してゲームの必要性を強く感じました。第一に認知症とはどんな病気か？第二に「二〇二五年年問題」とは何か？第三に認知症に対して自分出来る予防対策はあるか？考えてみました。

第一に認知症とは「老化によるもの忘れ」とは違い、何かの病気によつて脳の神経細胞が壊れるために起こる症状である。認知症が進行すると、理解する力や判断する力がなくなつて、社会生活や日常生活に支障が出てくるようになる。

分らない見当識障害等も出てくる。妄想やうつ感・徘徊、暴力等の異常行動もある。

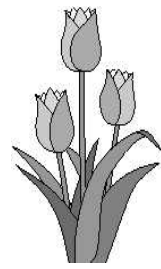
自分がだんだん壊れていく不安感は、想像もできないほど辛いです。その孤独感から症状の悪化が進むのではないのでしょうか。又、症状の激しさで、疲労困憊・窮地に追い込まれた介護者が、発作的に殺人事件に手を染めるといふ最悪の事態も起きています。

第二に「二〇二五年年問題」とは、団塊の世代が75才を超えて後期高齢者になり、国民の5人に1人が75才以上、認知症患者が七百万人と予想されている。介護保険は崩壊寸前である。七百万人と予想される認知症患者のせめて一割、二割なりともが「みんなの認知症予防ゲーム」に参加して発病を一年間先送りするならば莫大な金額の介護保険料が浮いてくる。

第三に認知症予防対策として、認知症患者が住み慣れた地域で楽しく暮らすためには「自助努力」が必要です。自助努力も色々ありますが、頭・指・身体も使つて、脳トレや筋力アップが出来て、心がウキウキする「ゲーム」なら、みんな

な楽しく出来るはずです。

「みんなの認知症予防ゲーム」に参加する事で、認知症を引き戻し、先送り出来る。これが認知症に対抗できる自助努力だと考えます。



認知症とのかかわり

滋賀県蒲生郡日野町

平岡 浩子

私の母は、十年前道に迷い帰れなくなったり、いつも同じ物を買ってくるのが始まりで、ビンスワングー病と少しアルツハイマーがあると診断され、今は私の名前もわかりません。そんな母を病院へ連れて行ってくれていた父も、四年前には、レビー小体型認知症で、パーキンソン病によく似てチヨコチョコ歩きで、時々転び、夜中に「お客さんが来られてるからお茶出して」とか「頭の上にねずみがいる」など幻視があった。

この様に、一人ひとり違う症状が現れる認知症を目の当たりにし、困惑しました。丁度その頃に、認知症予防ゲームの養成講座を知り、二〇一五年二月に卒業しまし

た。「このゲームなら、医学の知識のない私でも取り入れて、役に立

てるかな」との思いで始めました。習い始めの頃、家で両親相手にゲームをしますが、高林先生や中村先生のようにはなかなか上手

くいきませんでした。養成講座卒業生で、グループを作り、活動し始めた頃、字の会議所で毎週サロンを開き、母も連れて月一回ゲームをするようにしました。やはり、一人ではだめでも、スタッフ

仲間のお蔭で、半年位たった頃、口数少ない母が、歌を歌ってリズムに乗れるようになり、言葉集めで、皆が思いつかないような言葉が沢山でて、驚き



このゲームをする事で、笑顔をみせるようになった母を見て、続けてよかったです。

認知症は、早めに予防する事

で、進行を遅らせると確信しています。一つ一つのゲームの目的や意図するものをしっかりおさえ、少しでも多くの方にみんなの認知症予防ゲームを広めたいと思っています。

もし認知症になっても、家族や

地域の人達が理解し、ゆったりと接し、本人ができる事は、してもらい、介護サービスも受けながら、楽しく、安心して暮らせるように、手助けしていけたらと思います。



認知症予防ゲームから

学ぶこと

滋賀県日野市

橋元 成子

このゲームを初めて知ったのは、今の職場で仕事をするようになってからです。以前の職場のデイスーパー担当者が、社協で開催されたスリーAのリーダー養成講座を受講したことを聞いたことはあったのですが、内容まではわかりませんでした。定年を迎え、「認知症予防ゲームリーダー養成講座」担当者から、仕事をしながら受講してみたら・・・と言われるスリーAと同じ？どうなの？って思いながら、受講生になりました。

もういい歳になっていましたので、中村先生から教えていただいた中で、拍手をしてお互いを褒め合うことに気恥ずかしさを感じ

じたのを今も覚えています。ただ、その時の先生の言葉に「大人になつたら、人から褒めてもらうことが少なくなりませう。だからこそ、このゲームの中で出来たことをお互いに褒め合うことが、自分を認めてもらった自信につながることになります。忘れていた感情を思い出すことで、存在価値を確認してもらおうことになりませう。」

確かにそうですね。大人になると、褒めてもらうことがあまりありません。家でも職場でも、して当たり前、出来て当たり前。「ありがとう」もなかなか言ってもらえません。特に、旦那なんてその典型ですね。そんな中で、このゲームを学びながら、たどたどしくも何とか最終日まで来るうちに、一緒に受講した仲間と自然に褒め合うことが少しずつできるようになっていきました。

そして、初めて地域の方に向けてリーダーをさせていただいたとき、心臓が踊ってゲームの順番もカンニングしながらでしたが、何とか進めていくうちに、ご参加下さっている方の顔に笑顔が広がっていることに気が付きました。

先生が講座の中で言ってくだ

さった言葉をちよっぴりパクリながら、お仲間さんの笑い声は慣れなリーダーを励ましてくれて、いつの間にか部屋全体にあたたかい空気が流れ、ただ単に何も追求しないで歌い笑いまた歌い・。出来てもできなくてもまた笑い、「ゲームその4」のシーツ玉入れで夢中になって大きな歓声を上げ、自分の心が解放されて、気が付くとお仲間さんも私自身も知らぬ間に一体になっていたように思います。

その時の感覚はまだ忘れていません。だからこそ、このゲームを広めていきたいと思っています。



認知症の方の立場で

山口県下関市

波戸崎みゑ子

「認知症」の方の立場をについて考えてみました。

「ボケて何もわからなくなる」「徘徊などで家族が大変」などよく聞かれます。認知症はわが国の高齢社会においては避けては通れ

ない課題です。しかし認知症の問題は、家族や介護者からの視点が多く、認知症をもつ本人がなおざりになっていることもあります。一番つらいのは本人です。

認知症を持つ人は、認知症と言う病気による生活障害を抱え、それでも懸命に生きている方たちです。確かに介護は思うようにいかないこともあるでしょう。認知症の進行を遅らせる薬もありますが、確実に進行する病気です。

認知症の症状の一つに物忘れがあります。老化現象による物忘れもあります。認知症の方は、日付や曜日、時間、場所などが分からなくなり、「ごはんを食べたこと」すらも忘れてしまいます。

認知症になったからと言って、その方自身が変わるものではありません。心は生きています。少しお手伝いすれば、できる事も数多くあります。認知症の方の出来なくなったことに目を向けるのではなく、今できている事、またできた事に目を向け、褒め、認め、感謝し、持っている能力を引き出してあげることが大切になります。

家族や社会の一人として「役に立っている」「まだ大丈夫」と言う事をわかってあげること、生きがい」につながり、心までが癒され、元気を取り戻され、笑顔が増え、認知症の進行を遅らせることができます。まさに「みんなの認知症予防ゲーム」だと実感しています。

NPO法人認知症予防ネットの理念に沿って

**介護殺人 起きない国に！
全ての人が ともに明るく
暮らせる国に！**

「みんなの認知症予防ゲーム」で願いを叶えましょう。



「みんなの認知症予防ゲーム」

に出会って

滋賀県日野町

榎 浩子

このゲームとの出会いは、二〇〇七年「ベターケア 早春号」に初期認知症は「治る」か？の特集記事に「認知症予防ネット」が掲載されていて、その内容に心がひきつけられたのが始まりでした。なぜなら、楽しいゲームは知って

はいましたが、ゲームの中に「誰のために、何のためにするのか」の意図が、すっかり裏打ちされたゲームに出会ったことがなかったからです。

でも初めての所に通うのは少々勇気がいります。「木津・物忘れ教室」の存在を知りつつも、「やっぱり遠いなあ」と、断念しました。

その後、偶然にも東近江社協の広報誌で「スリーA・ゲームリーダー養成講座」が開催される事を知り、「今しかない！」と、受講しました。思っていたとおり、ただ普通に行われているレクリエーションではない事を確信しました。「日野町に、このゲームを持つてきたいけど、私ひとり習っただけでは無理・・・」と考えていました。

しかし、チャンスは巡ってきました。以前から「このゲームは、介護予防に有効で絶対に必要になるものです！」と、町の包括の人に話していたので、東近江市で開かれていた教室を見学していただいた後、町からの委託を受け、町社協が実施する「認知症予防ゲームリーダー養成講座」を平成二十六年から開催し、現在百二十四

遠くて不便な日野町へ何度も出向いて頂き、受講生にゲームの楽しさと奥深さを教えて頂いた高林先生、中村先生に心より感謝申し上げます。



名の修了生がいます。その中から「スマイルひの」というグループが誕生し、地域・福祉施設等で活躍されています。ゲーム前は、無表情だった方が、ゲーム終了後に声をかけさせていただくと笑顔で応えて下さったりと、このゲームの力を感じています。

「誰のために、何のためにするのか」を常に心に留めながら、精進していきたいです。そして幸いにも、このゲームに出会ってしまった私の役割は、一人でも多くの人に伝えていく事と感じています。



平成30年度全国リーダー交流会
 期日 2018年11月25日(日曜日)
 会場 **西本願寺**
間法会館(モンボウカイカン)
 宿泊施設・レストランがあります。
 住所 京都市下京区花屋町堀川西入る

会場の詳細はインターネットで「間法会館」を検索して下さい。



認定講師心得
千円(送料込み)



リーダー養成講座実録
千円(送料別)

高林理事長(当時)のリーダー養成講座約一〇時間分の録音を書き起こし、編纂した本です。認定講師を目指す方にもリーダーを目指す方にも役立つ内容です。

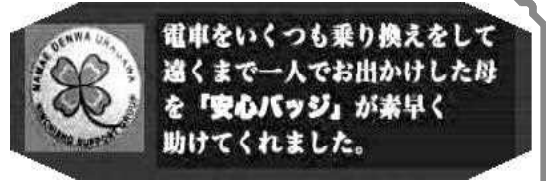
出版物のお知らせ

正会員	入会金	2,000円	会費	6,000円
賛助個人	入会金	1,000円		
賛助個人	年会費(1口)	2,400円	1口以上	
賛助団体	入会金	3,000円		
賛助団体	年会費(1口)	24,000円	1口以上	
会員	通信	無料		
	郵便振替口座			
加入者名	NPO法人認知症予防ネット			
口座番号	00900-1-223642			
電話	0774-45-2835			
メール	npo@n-yobo.net			



私たちは「みんなの認知症予防ゲーム」が全国津々浦々まで広がることを願って活動を続けています。ご賛同下さる方は、会員となってお支援下さいますようお願いいたします。

事務局からのお知らせ



電車をいくつも乗り換えをして遠くまで一人でお出かけした母を「安心バッジ」が素早く助けてくれました。



安心バッジの顛末

認知症のために道に迷って帰宅できなくなる人が、年間一万人と新聞で読んだのは何年前のことだったか。東京での佐々木理事の講演によると、韓国の状況では年間七千人の行方不明者の99%が一週間以内に帰宅出来ていると聞いた。日本ではGPSの無料貸与の制度で、対策済みというのが公的見解のようであるが、GPSを本人が意識していつも身に付けて外出すると決めているのか？靴に装着しているからとも言われたが家族の靴を履いて出かけたしたりしたら役に立たない。そこで

可愛いデザインで迷子札の意味を込め「安心バッジ」と名付けた缶バッジを作成したが、公的機関の採用には至らない。私的にはこれまで2万7千個ほど作成してプレゼントしたり一個百円(実費90円)で買って頂いてきた。

「難病患者に電車の席を代わって」という願いをこめた「ヘルプマーク」の普及活動に打ち込んでおられる西村圭子様が偶然この安心バッジを見て下さったご縁で、広報の仕方がまどろっこしくして見られないと思われたか、全国規模の広報活動として全国の知事あてに熱誠こめたお手紙を送って採用の検討を直接お願いするという手紙作戦を教えてください、おたおたしているのを見かねて手伝って下さって、全国知事あて郵送が終わると、島根県の担当部長の肩書の方から、管内の市町村担当者にバッジの情報を知らせますという丁寧なお手紙が届いた。

間もなく県内の地名も知らない包括支援センターから、注文が届いたので、正夢かと本当に驚いた。百発百中ではないが、呼び掛けたら答えてくださる役所もある。人情地に落ちず、とはこのことか。嬉しくなった。

最近の情報では一年間に一万八千人の帰宅不能者数と聞いたので、たちまち暗然となったが、また千個発注して細々でも普及活動を続けることにした。

安心バッジ担当

みんなの認知症予防ゲーム 活動報告2018年4月～6月

4月

4月3日	火	養成講座	京都府宇治市	青い鳥リーダー養成講座38期①	13:30~15:30
4月6日	金	教室	京都市南区	故郷の家・京都①	13:30~14:30
4月11日	水	教室	京都府井手町	井手町地域包括支援センター	13:30~15:30
4月11日	水	教室	京都府木津川市	木津川台ゆーゆークラブ	10:00~12:00
4月13日	金	教室	京都市右京区	西院脳活サロン	10:00~12:00
4月14日	土	教室	京都市北区	鳳徳サロン	13:30~15:30
4月16日	月	教室	京都市南区	故郷の家・京都②	13:30~14:30
4月17日	火	養成講座	京都府宇治市	青い鳥リーダー養成講座38期②	13:30~15:30
4月19日	木	教室	京都府城陽市	城陽市社会福祉協議会	13:30~14:30
4月24日	火	教室	京都府宇治市	とんがりやまのてっぺんDE	9:30~11:30

5月

5月1日	火	養成講座	京都府宇治市	青い鳥リーダー養成講座38期③	13:30~15:30
5月9日	水	教室	京都府井手町	井手町地域包括支援センター	13:30~15:30
5月9日	水	教室	京都府木津川市	木津川台ゆーゆークラブ	10:00~12:00
5月10日	木	教室	京都市右京区	西院脳舌サロン	10:00~12:00
5月10日	木	教室	京都市南区	故郷の家・京都①	13:30~14:30
5月11日	金	カフェ	京都府宇治市	京都認知症総合センター	9:30~11:00
5月12日	土	教室	京都市北区	鳳徳サロン	13:30~15:30
5月14日	月	教室	京都府宇治市	ふぁみりいの会同窓会	10:30~12:00
5月14日	月	教室	大阪府八尾市	八尾市健康福祉部 高齢福祉課	13:30~15:30
5月15日	火	養成講座	京都府宇治市	青い鳥リーダー養成講座38期④	13:30~15:30
5月17日	木	カフェ	京都府城陽市	みんなのカフェ	13:30~15:30
5月18日	金	教室	京都市南区	故郷の家・京都②	13:30~14:30
5月19日	土	総会	京都府宇治市	第14回通常総会	10:00~12:00
5月19日	土	講師資格 認定試験	京都府宇治市	第4回認定講師審査会事前研修	13:00~17:00
5月20日	日	講師資格 認定試験	京都府宇治市	第4回認定講師審査会	9:00~15:00
5月21日	月	教室	大阪府八尾市	八尾市健康福祉部 高齢福祉課	13:30~15:30
5月22日	火	教室	京都府宇治市	とんがりやまのてっぺんDE	9:30~11:30
5月22日	火	教室	大阪市旭区	旭区地域包括支援センター	14:00~16:30
5月24日	木	教室	京都府宇治市	北宇治地域包括支援センター	10:30~12:00
5月25日	金	カフェ	京都府宇治市	京都認知症総合センター	9:30~11:00
5月26日	土	養成講座	京都市中京区	KBS カルチャー	10:00~16:00
5月27日	日	養成講座	京都市中京区	KBS カルチャー	10:00~16:00
5月28日	月	教室	大阪府八尾市	八尾市健康福祉部 高齢福祉課	13:30~15:30
5月30日	水	教室	京都市南区	故郷の家・京都③	13:30~14:30

6月

6月3日	日	教室	京都府城陽市	城陽市立図書館	14:50~15:30
6月4日	月	教室	大阪府八尾市④	八尾市健康福祉部 高齢福祉課④	13:30~15:30
6月5日	火	養成講座	京都府宇治市	青い鳥リーダー養成講座38期⑤	13:30~15:30
6月5日	火	教室	京都市南区	故郷の家・京都①	13:30~14:30
6月9日	土	教室	京都市北区	鳳徳サロン	13:30~15:30
6月11日	月	教室	大阪府八尾市⑤	八尾市健康福祉部 高齢福祉課⑤	13:30~15:30
6月11日	月	教室	京都府宇治市	ファミリーの会同窓会	10:30~12:00
6月13日	水	教室	京都府井手町	井手町地域包括支援センター	13:30~15:30
6月14日	木	教室	京都市南区	故郷の家・京都②	13:30~14:30
6月15日	金	職員研修	滋賀県彦根市	ホームスイートホーム	18:00~20:00
6月16日	土	講演	愛知県一宮市	認知証予防ネット一宮	13:30~15:30
6月18日	月	教室	大阪府八尾市⑥	八尾市健康福祉部 高齢福祉課⑥	13:30~15:30
6月20日	水	会議	京都府宇治市	運営委員会	13:30~
6月21日	木	カフェ	京都府城陽市	みんなのカフェ	13:30~15:00
6月25日	月	教室	大阪府八尾市⑦	八尾市健康福祉部 高齢福祉課⑦	13:30~15:30
6月25日	月	教室	京都市南区	故郷の家・京都③	13:30~14:30
6月26日	火	教室	京都府宇治市	とんがりやまのてっぺんDE	9:30~11:30
6月26日	火	養成講座	京都府宇治市	青い鳥リーダー養成講座39期①	13:30~15:30
6月27日	水	体験会	滋賀県草津市	志津南市民センター	13:30~15:30
6月28日	木	教室	京都府宇治市	北宇治地域包括支援センター	10:30~12:00
6月30日	土	養成講座	愛知県一宮市	認知証予防ネット一宮	13:00~17:00

第14回通常総会 次第

日時：2018年5月19日(土) 午前10時～12時予定
会場：京都府宇治市JR宇治駅隣 ゆめりあうじ4階会議室 □

第1部 総会 午前10時～12時

- 1 開会の辞
- 2 開会挨拶 理事長
- 3 司会による議長選出
- 4 議長による書記ならびに議事録署名人指名
- 5 議案審議
第1号議案 平成29年度事業報告
第2号議案 平成29年度決算報告・監査報告
第3号議案 平成30年度事業計画(案)
第4号議案 平成30年度予算(案)
第5号議案 定款変更(案)
第6号議案 役員改選
- 6 閉会挨拶 副理事長
- 7 閉会の辞

第2部 深化した「みんなの認知症予防ゲーム体験会」

以上

第1号議案 2017(平成29)年度事業報告

1. 認知症予防の啓発・広報事業

- * ホームページ・ブログ・フェイスブック・通信・チラシ・リーフレット等を有効に使って、各地への広報活動を行いました。
- * 「NPO 法人認知症予防ネット通信」の発行は、年4回発行を継続できました。
- * 2008年に書き下ろしたテキストは、近年本腰を入れて取り組んでいる、レベル混在の社会で役立つ「深化させたゲーム」を確立する以前のままなので、書き換えを予定していましたが、実現できず、新年度の宿題となりました。
- * 広報活動は紙媒体の配布物以上に効果を上げるのは講演とセットにした体験会ですが、ゲームの「五段階加速法」や、声に気を込める発声法などを、惜しまず伝達しました。
- * 2001(H13)年に、厚生労働省の担当官から、痴呆(当時)予防という言葉を使ってはならないと叱られたことがNPO法人名の基礎となったのですが、今では認知症予防ゲーム以外にも、様々な認知症予防が言われるように世の中が変化してきています。とは言っても、病気に対する偏見や、「認知症予防ゲーム」に対する偏見は根強く、その中であって、レベル混在で社会生活が穏やかに送れるようにと、一度だけの出会いであっても知って頂くことに努力した一年でした。
- * 単に笑いさえすればよいのではない。その自覚を持つ、認知症の改善の為に深化させた予防ゲームのリーダーを世に送る当NPO法人の認定講師の育成をめざして、3度目の審査会を実施した結果、これまでで認定講師は5人に増えました。5人の講師は既に各地でリーダーの養成に取り組みはじめておられます。リーダー養成講座に必要な物品の調達などを手伝っています。
- * 認定審査の受験用参考書『実録』を作成し、出版物の充実を図りました。
- * パネル展示9回・ワークショップ参加20回等、他団体とのワークショップにも積極的に参加しました。

2. 提言活動

- * 韓国系の施設、「故郷の家・京都」で4月から3月まで毎月3回、認知症専用のデイサービスセンターに訪問活動を行いました。
- * 年度末の3月21日、宇治市に京都認知症総合センターが竣工。内覧会では運営病院の理事長・副理事長にゲームでのカフェ訪問について、内諾を頂きました。

3. 講師派遣事業

- * 講演依頼には、20回講師派遣を行いました。

- *教室支援は、243回講師派遣を行いました。
- *ゲームリーダー養成講座は、90日講師派遣を行いました。
- *上記以外でも、体験会25回、カフェには8回、ラジオ出演1回の派遣でした。
- *イベントやワークショップ参加を含め、総計は416回の活動メンバーが分担し、フル出張ができました。

4. 学会関係

- *日本認知症予防学会のエビデンス研究班に属しての基礎資料収集は、協力施設の都合で残念ながら挫折の形となりました。
- *この予防学会の創立2年目以来昨年まで連続6回、発表を継続している内容が認められて、7月23日には「認知症予防専門士講座第一回関西実習会実践セミナー」の講師に招かれ、予防ゲームの実技講習を中村・高林の両名が、それぞれ別室で行いました。
- *9月22日に岡山市で開催された第7回日本認知症予防学会学術集会の一般の部では、中村副理事長が当法人の全国のリーダーへのアンケート調査の結果を発表しました。

5. 自主教室・自主講座の開催

- *法人所在地宇治市内での自主事業教室は12回、養成講座は、34期から37期まで5回コースを4期実施しました。
- *中村理事によるKBSカルチャーセンターでの養成講座には、京都・滋賀県他、熊本県や鹿児島県などの遠隔地からの受講もありました。
- *リーダー養成講座の修了生には、『贈る言葉』を修了証に添えて渡しました。

6. 理事会

- *年間6回の会議で活動の方針を固めました。
- *リーダー養成を各自が開催する力を認定する講師審査会を行い、厳正な審査の結果、過去2名、新たに3名の講師の誕生を見ました。京都北部・岐阜・新潟に認定講師によるリーダー養成講座が逐次準備されて目的を果たしつつあります。
- *第2回目の全国リーダー研修会を、12月8日に74人の参加申込みを得て、平安神宮で行い、良い刺激となりました。

7. ゲームの名称

「みんなの認知症予防ゲーム」の呼び名は、着実に浸透してきています。しかし、認知症予防という言葉への偏見はまだ強いものがあり、認知症そのものを特別視して予防は排除の精神だなどと言われるのですが、その心根が認知症を特別視するものではないかと思えます。風邪の予防と言う言葉や、虫歯の予防という言葉に一々反発する人が居ないように、認知症という病気も平易に受け入れて頂き予防にみんなが取り組む社会になって初めて偏見がなくなるのだと考えています。認知症という病気が恐れられるのは、介護者の過労と孤独感からいわゆる介護殺人が絶えない現実です。それ故に当法人の理念に、敢えて掲げることになりました。福祉国家とはみんなの受容と予防で、介護殺人が自然に減少、ゼロを実現させての呼称である筈です。認知症への偏見を無くすように総力をあげて取り組み努力しました。

8. 新規事業

講師認定審査の受験勉強に役立つ『心得』を準備して、10月に行った審査会では、3人の認定講師が誕生しました。

9. 事務局機能の再構築

部分的ではありますが、分担態勢が定着しました。

10. その他

最前線の運営委員＝活動メンバーは、家庭の事情や病気療養などで人数と活動回数が減った分を新人の加入で補う筈でしたが、人数的にはバランスを欠いています。図書の頒布も以前は書店に依頼していましたが、書店の閉鎖が社会現象のようになった昨今、図書頒布はNPOの事務所で、極力省力態勢で行っています。

以上

第3号議案 2018(平成30)年度事業計画(案)

1. 認知症予防の啓発・広報事業

昨年度と同じく、ホームページ・ブログ・フェイスブック投稿・通信・チラシ・リーフレット等を使って、広報活動を行います。

通信は「NPO法人認知症予防ネット通信」として今年度も発行します。

テキスト改訂版の作成を目指します。

パネル展示・ワークショップ参加等、他団体との協働にも積極的に参画を継続いたします。

3. 講師派遣事業

講演依頼、教室支援、ゲームリーダー養成講座、他団体との交流、その他施設の職員研修にも、可能なかぎり対応いたします。

4. 学会関係

日本認知症予防学会で過去6年継続して発表した結果、予防専門士の研修会講師に昨年度招かれたので、今年も9月の学術集会一般の部で、発表の予定です。

内容は未定ですが、皆さまのご期待に応えるべく、半歩でも一歩でも前進を続けます。

5. 自主教室・自主講座の開催

法人所在地での自主事業教室と「青い鳥リーダー養成講座」は、規模は小さいものの効果は確実あがっています。養成講座は5回シリーズで、本年度も開講いたします。

中村副理事長によるKBS京都のカルチャーセンターでのゲームリーダー養成講座は奇数月の土2日連続制で、開講いたします。

6. 理事会

各理事が力を併せて、今年度も東京での予防学会や、講師認定制度、全国リーダー交流会などに取組みます。

7. ゲームの名称

「みんなの認知症予防ゲーム」の効果や意義について、理解の浸透に努力します。なぜ認知症予防が可能か、必要か、という理解もまだまだ不十分なので、理解者が増えるよう根気よく、機会を逃さず一人にでも働きかけます。

8. 認定講師資格審査事業

4回目になるゲームリーダー養成講師の資格認定審査会については関心を持つ会員が増えてきたので、今年度からは新たな参考書『実録』を活用して、審査会に臨んでいただきます。

9. 全国リーダー研修・交流会

今年は3回目となります。会場を京都駅に近い西本願寺の聞法会館に変更して実施いたします。

以上

第2号議案 2017(平成29)年度決算(案) 第4号議案 2018(平成30)年度予算(案)

収入の部

単位:円

科 目	2017年度 予算額	2017年度 決算額	対予算比	2018年度 予算額	対前年度 決算比	備 考
年会費	700,000	714,000	14,000	700,000	▲ 14,000	正会員88名、賛助会員94名、団体2
入会金	18,000	23,000	5,000	18,000	▲ 5,000	正会員10名、賛助会員7名
小 計	718,000	737,000	19,000	718,000	▲ 19,000	
事業 収入	認知症予防の啓発・広報	0	0	0	0	0
	教室開催の提言(教室事業費)	120,000	89,876	▲ 30,124	100,000	10,124
	講師派遣謝礼	1,000,000	2,702,331	1,702,331	2,000,000	▲ 702,331
	講演会等の開催	600,000	0	▲ 600,000	0	0
	その他必要な事業	2,000,000	2,016,530	16,530	2,000,000	▲ 16,530
小 計	3,720,000	4,808,737	1,088,737	4,100,000	▲ 708,737	
寄付金	30,000	1,047,100	1,017,100	100,000	▲ 947,100	
小 計	30,000	1,047,100	1,017,100	100,000	▲ 947,100	
雑収入	10,000	0	▲ 10,000	10,000	▲ 10,000	
預金利息	100	12	▲ 88	10	2	
小 計	10,100	12	▲ 10,088	10,010	▲ 9,998	
A. 当期収入合計	4,478,100	6,592,849	2,114,749	4,928,010	1,664,839	
前期より繰越金	1,518,468	1,518,468	0	2,853,059	▲ 1,334,591	
B. 収入合計	5,996,568	8,111,317	2,114,749	7,781,069	330,248	

支出の部						
科目	2017年度 予算額	2017年度決 算額	対予算増減	2018年度予 算額	対前年度決算 増減	備考
事業費	人件費	2,000,000	1,731,440	▲ 268,560	1,700,000	▲ 31,440
	認知症予防の啓発・広報	250,000	461,874	211,874	400,000	▲ 61,874
	教室開催の提言					
	講師派遣(交通費他)	1,000,000	998,194	▲ 1,806	1,000,000	1,806
	講演会等の開催	100,000	360,341	260,341	300,000	▲ 60,341
	その他法人の目的を達成する ために必要な事業	1,000,000	784,315	▲ 215,685	1,000,000	215,685
	消耗品・雑費	0		0	100,000	100,000
	小計	4,350,000	4,336,164	13,836	4,500,000	163,836
管理費	人件費	1,200,000	154,860	▲ 1,045,140	200,000	45,140
	外注費(含む事務委託費)	600,000	630,352	30,352	660,000	29,648
	通信・運搬費	40,000	11,927	▲ 28,073	30,000	18,073
	消耗品・雑費	10,000	7,177	▲ 2,823	10,000	2,823
	その他	360,000	117,778	▲ 242,222	100,000	▲ 17,778
	小計	2,210,000	922,094	▲ 1,287,906	1,000,000	77,906
C. 当期支出合計	6,560,000	5,258,258	▲ 1,301,742	5,500,000	241,742	
D. 当期収支差額 (B-C)	▲ 563,432	2,853,059	3,416,491	2,281,069	▲ 571,990	
次期繰越金	▲ 563,432	2,853,059	3,416,491	2,281,069	▲ 571,990	
収 支	0	0	0	0	0	

会計監査報告

平成29(2017)年度、特定非営利活動法人 認知症予防ネットの会計監査にあたり、収入支出に伴う関係諸帳簿を慎重に監査した結果、いずれも正確かつ適正であることを認めます。

平成30(2018)年 4月28日

特定非営利活動法人 認知症予防ネット
理事長 高林 実結樹 様

特定非営利活動法人 認知症予防ネット
監事 平田 研一

第5号議案 法改正に伴う定款第9章の変更に関する件

第9章 公告の方法	
変更前	変更後
(広告の方法) 第53条 この法人の公告は、この法人の掲示場に掲示するとともに、官報に掲載して行う。	(公告の方法) 第53条 この法人の公告は、この法人のホームページに掲載して行う。なお、事故その他やむを得ない事由によって電子公告をすることができない場合には、官報に掲載する方法により行う。 <u>附則</u> この定款は、総会の議決の日(平成30年5月19日)から施行する。

第6号議案

役員の変更に関する件

《再任の役員》

2018年6月30日満了 7月1日再任 高林 実結樹 理事

《任期満了につき辞任》

2018年6月30日満了 7月1日辞任 平田 研一 監事

《新任の役員》

2018年7月1日 新任 平田 研一 理事

2018年7月1日 新任 木原 由佳里 監事

《参考:今回改選対象外の理事》

中村 都子 理事 (任期:2019年6月30日)

佐々木 典子 理事 (任期:2019年6月30日)

原 悦子 理事 (任期:2019年6月30日)

付記

夢見た“予防ゲーム訪問”

高林実結樹

宇治市内に3月にオープンした4階建ての(社福)京都認知症総合センターの2階フロアで行われている“認知症カフェ”に二度目の訪問。私は20数年前に病院で行われていた通院高齢者専用のカフェ的な集まりに一度だけ呼び出されて抹茶接待を担当した経験がある。

その時に夢見た“予防ゲーム訪問”が同じ病院系列の施設で実現したのだ。カフェに、職員さんの誘導で集まって来られるレベル・症状が一人ずつ異なる方たちを迎えると、介護保険制度が整ってきたお陰で、たとえ一人暮らしで認知症を発症しても、今日の食事、明日の心配もなく、安心して暮らせる社会制度(GH)の実現が、かつての時代を知る者としては、言葉もないほど有り難く、胸に迫るものを感じる。

ゲームの前の自己紹介も、臨機応変の変則スタイルで即応した。ルール説明をしても、理解意欲も無いような方は、どこ吹く風の表情。記憶に留める方もおられる中で、誰も傷つかないように淵あり、瀬あり式に流していく。これはさしずめ、集団の中での無言の個人授業とも言えるだろう。

「1から10」の指数えは、何故大切か、

「1から10」の指数えでは、何故これが大切か、意義の説明をキチンと言う事が大事になる。症状が進行している人に対しても、説明を大事に言う理由は、「自分も列座している」という認識で、聞く姿勢をきちんと保っている…、つまり社会人としての形を保っているという気分浸って頂くチャンスとするためである。形を保つことで人格が保持される。

「1から10」の動作は、指を一本ずつ屈伸させるのだが、目的は指関節の屈伸によって、全身の血流促進の為のウォーミングアップの意味であり、数を数える習慣を取り戻すという、異なる二つの目的がある。口を大きく開いて、大きな声で「1から10」を言う、という慣例的発声も皆との協調性を養うものであり、大きな声を発することで気が晴れる。

このような幾つもの効果につなげる意識で、リーダーは一層おおきな明るいトーン、換言すれば声の調子によって誘導するので、皆との協働、自分も列座同権で発声しているというような、一種の人間宣言というような空気を、僅かでも醸成させる。だから、リーダーは気を籠めて、ゆっくりの「1から10」、速度を上げての「1から10」、終わった途端の、それも1秒で円座を一周して全員を褒める方法を、その都度繰り返すことが重要。結果として皆さんの、人格(存在)を認めてもらった～、とでも言いたい満足げな笑顔を引き出すのだ。その意図と微少な結果を見落とすと、「1から10」のゲームが無駄な時間というようなマイナス思考に陥る。だから私はリーダー養成講座の時と同じように気をこめて、「1から10」を丁寧にくり返している。誰一人、イヤなムードを発散されないのが嬉しい。

ゲームその1が次々と進むにつれて、リズム感を失ったような人が、次第にリズムに乗れるようになり、全身で「愉快さ」を表出される。リーダー冥利に尽きる場面となる。

初回訪問時とは打って変わって、二度目ということで全員がリズムに乗り、楽しむようになった。

解散してから、カフェの責任者と変化を認め合うことが出来た。来月も訪問の約束が受け入れられた。ヨカッタ～、と膨らむ思いで帰途についた。

後ろ向きの人を前向きにさせるのは、腕力では無い。自ら向きを変えさせる…この貴重な「やらせ」。是を私は誰から習っただろう? ◇

-

