

第十一回通常総会報告〜新たなスタートラインに立つて〜

理事長 高林実結樹

みんなの認知症予防ゲーム



去る5月23日、第11回目の通常総会を、全議事に承認を頂いて無事に終えました。

当法人活動は、今や全国41都道府県で同志の皆様が認知症予防の実績を上げておられます。

ほぼ目的を達成した事を善として、一旦は解散を考えました。しかしこれから団塊の世代が老境に入るいわゆる、2025年問題の対応が本格的に始まるという現実を思い直して、困難は非常に多くありますが、心機一転NPOの存続を決定しました。

試行錯誤しながらではありますが今年を再スタートの元年といたします。少々私事に亘りますが、私は増田先生の「スリーA」に出あった平成5年から、知人一人ずつを相手に素晴らしい認知症悪化予防教室が日本に誕生したと、一対一のおしゃべり活動を9年以上続けました。その結果、3人の共感者を得て、4人でグループ活動を始めたのでした。

平成17年3月、厚生労働省平成16年度老人保健健康増進等事業の全国調査研究報告書が発表されましたが、全国の教室で行われていた認知症予防ゲームの実施は順番が、様々なのを見て驚きました。全ての始まりは

驚きからでした。

ゲーム一つ一つの意義効能を分析し、20種類のゲームを並べ替えて体系化を試みました。テキストに整理して、ゲームの効果を高めてほしいと願ったのが、平成20年です。ゲームに使う音楽は日本の伝統音楽の原則を応用しました。

現在、日本音楽は影を潜めた状態で、音楽といえば西洋音楽しか思い及ばない風潮です。しかし日本音楽の分析・分類・整理学は実に優れた千年の文化です。たとえば「あんたがたどこさ」の童歌は日本音楽です。西洋音楽の横書き楽譜では表現出来にくい奏法を、日本音楽の伝統に従って縦書きに書くと、認知症でリズム感を失っている人も見た通りに両手で太鼓を打てるという特性があります。

私は各地の教室のゲームの実態を知って、止むにやまれぬ思いでテキストを書きました。体系化に至るまでに実に15年の歳月を要したことになります。小学校に入学した子どもが、大学の卒業論文を書くまでになるほどの年数、成長だと言ったら可笑しいでしょうか。

「スリーA」は商標登録をされています。いままですのこを強く意

識しないまま活動を続けてきました。が、何人かの方から指摘を受け初めて事の重大さを認識いたしました。

本来「スリーA」とは、ゲームの名前ではありません。増田先生が創始された「高齢者リフレッシュセンタースリーA」という教室の名前です。慣用として増田先生ご自身も「スリーAを払って頂戴」というような使い方から、ついそのままに慣用してきました。しかし11年目がスタートするに当たりここで襟を正すことにいたしました。

そこで関係者でいくども話し合いを行った結果、ゲームの名前を「みんなの認知症予防ゲーム」と変更することに決め、会員の皆様に総会で議決を頂きました。

「みんなの」という話し言葉のよきな長いネーミングですが、これには意味があります。宇治での養成講座で、脳梗塞の後遺症で右手の指が全く動かなくなっていた方が、でんでん虫のゲームが終わった途端に立ち上がって、大きな声で叫ぶように言われました。

「私は脳梗塞の後遺症で、右の指が動かなかったのですが、今このゲームで指が動きました！」と。暫く

語られてまた叫ぶように「今、頭の中で血が流れました」と言われ「家に帰ったら、毎日このゲームをやります」と締め括られたのです。

それだけで無く、精神病院でもこのゲームで患者さんに笑顔が初めて出たとか、学校関係者は登校拒否で保健室に通学してくる子どもにも良いとか、認知症に限らない希望が語られ始めています。まさに「みんなの」ではありませんか。

こうしてゲームに必要不可欠な「コツ」が次々と開発されますが、それは一人の発案で出来るものではありません。参加者・高齢者の反応に教えられることが多いのです。此処でも「みんなの」体験と知恵が一体化して「コツ」となるのです。子供、じみたゲームと揶揄されることもあるこのゲームは、まさに「みんなの」協働作品として昇華し続けます。

新しい名称「みんなの認知症予防ゲーム」は、この二つの意味に拠ったものです。以上の過程を経て決定に至ったことをご理解いただきたいと思えます。尚、第11回総会に提案した新規事業計画は、全員の拍手のもと議決を得たのでした。迷うことなく前進あるのみです。

第1号議案 平成26年度(2014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・機関紙・チラシ・パンフレット等の広報活動は、例年通り継続的に取り組んできました。

＜ホームページ・ブログのアクセス数（件数）＞

年間アクセス数	22年度	23年度	24年度	25年度	26年度	前年比
ホームページ	15,300	16,737	22,769	23,011	15,680	▲7,331
ブログ	46,811	52,958	51,605	32,551	32,516	▲35

ブログのアクセス数（閲覧数）はほぼ横ばいですが、ホームページのアクセス数は大きく減少しています。その要因は、講師派遣事業等の外部活動に時間を取られITを活用した広報活動まで手が回らず、魅力ある更新が出来なかったことにあります。尚、当法人の情報提供は、昨年度までホームページのみを活用していました。

(1) 機関紙

お伝えしたい情報が多く、どうしても文字が小さくなりがちで読み辛い紙面になっていることを反省しています。発行は遅れ気味ですが、毎月8ページ、年3回の発行ができました。会員の皆様には、広報活動への参加の意味で全国規模の配布協力をお願いしました。

(2) チラシ、パンフレット共、内容の改訂を常に試みています。

2. 提言活動

京都府内で4カ所、厚生労働省「認知症・虐待対策推進室」室長に、6月と8月の2回（異動で交代）、提言を行いました。

3. 講師派遣事業

前回の総会では過去最高の回数と報告しましたが、前年度を上回る勢いで増加しました。活動メンバー・運営委員が増員したことも大きな理由です。

＜活動種類別年間比較表＞

	16年度	17年度	18年度	19年度	20年度	21年度	22年度	23年度	24年度	25年度	26年度
講演	12	27	31	53	69	70	39	58	55	63	63
教室（含サロン）	33	73	66	79	26	88	84	153	192	240	290
講習会	0	3	0	24	27	37	32	55	79	94	118
会議・イベント参加等									43	47	68
計	45	103	97	156	122	195	155	266	369	444	539

その他：提言6、講演会1、学会1、マスコミ取材3、計11回

4. 自主開催事業と全国展開

自主事業の講演会は、10周年記念として京都市国際交流会館に於いて開催。定期教室は、2教室のうち宇治市で毎月1回、八幡市で毎月2回実施。ゲームリーダー養成講座はこの会場で、20期から24期まで5期の開催を実施しました。

活動地域は、北海道・東北・関東・中部・近畿・中国・四国・九州・沖縄と、全国にわたりました。宇治市から始めた活動も現在では41都道府県に認知症予防ゲームの理解者が増え、各地で予防ゲームのリーダーが誕生するに至りました。喜ぶ以上に憂うべきは、認知症に苦しむ人が増大している現実です。

ここで活動を止めるわけにはいかない！ 続ける使命があると考えています。

5. その他、法人の目的を達成するために必要な事業

①認知症予防ゲームテキストの年間出庫数は、25年度1300冊に対し26年度は、1790冊に増加。DVDは25年度104枚に対して26年度は184枚の出庫と、増加しました。

②当法人の佐々木典子韓国支部長により、昨年8月5日に衆議院議員会館（東京）会議室で、韓国での認知症予防ゲームの効果に関して講演して頂きました。内容の濃さは圧倒的で、韓国に於ける介護保険事業所では、予防ゲームを導入する施設が4カ所から10カ所に増えた等の報告もありました。

講演の記録冊子を本日より発売しています。頒布価格は1冊300円です。

③機関紙「認知症予防ネット通信32号」で紹介している行方不明者の“安心バッジ”を、受付に置いています。デザインが可愛いと評判です。一個100円です。

④東北お見舞い活動の状況

通信毎号の紙面で報告してきた東北3県へのお見舞い活動ですが、当初のボランティア活動から、現在では法人事業に切り替えています。どこからも補助金は頂いていませんので、これまで継続できたことを吉としたいと思います。

現場では認知症予防ゲームが地域の皆様に大いに歓

迎され、ゲームリーダー養成講座を自発的に行われるまでに成長がみられます。無限の支援はNPOとしては不可能ですので、満足できる結果につながったことを、お喜び頂きたく存じます。

労を惜しまず担当してくれた福井恵子運営委員に、感謝いたします。

以上

第1号議案 事業報告(附表1・集計表)

1.啓発・広報	ホームページとブログの開設・更新・管理	
	機関紙・チラシ・リーフレット等の作成・配布	
	ポスター等展示	
2.提言		6回
3.講師派遣 (含自主開催)	講演	63回
	教室支援(自主開催教室を含む)	276回
	リーダー養成講座	118日
4.自主開催事業	宇治とんがり山教室・宇治青い鳥養成講座、八幡桜草教室	
5.その他	会議41 ラジオ取材2回 新聞1 学会等3 イベント等 15回	

2. 提言の内訳

宇治市長	1
厚生労働省認知症・虐待対策推進室室長	2
京都府内民間団体	3

3. 講師派遣

講演		教室(サロンを含む)		リーダー養成講座		その他 会議	
北海道	1	宮城県	2	北海道	2	総会	1
宮城県	6	福島県	1	宮城県	2	理事会	6
福島県	3	三重県	3	神奈川県	3	運営委員会	12
茨城県	1	滋賀県	8	静岡県	2	イベント等外部会議	22
東京都	2	京都府	252	愛知県	2		
神奈川県	3	大阪府	3	岐阜県	4	計	41
三重県	1	兵庫県	7	三重県	5		
滋賀県	1			滋賀県	13	取材	
京都府	30	計	276	京都府	45	FMうじ	1
奈良県	1			大阪府	4	KBS京都	1
大阪府	6			兵庫県	14	東京高齢者住宅新聞	1
兵庫県	4			広島県	8		
鳥取県	1			山口県	2	計	3
広島県	1			徳島県	2		
山口県	1			香川県	2	学会等	
愛媛県	1			愛媛県	2	総会記念講演会	1
				福岡県	2	東京フォーラム	1
計	63			沖縄県	4	日本認知症予防学会	1
						映画「折り梅」鑑賞会	3
				計	118	計	6

第2号議案 平成26年度決算報告・監査報告

平成26年度事業活動計算書
平成26年4月1日から平成27年3月31日

特定非営利活動法人 認知症予防ネット

科目		金額(単位:円)	
I 収入の部			
1	財産運用収入		—
2	会費・入金収入	706,300	
	会費収入		
	入金収入	34,000	740,300
3	事業収入		
	認知症予防の啓発・広報	17,958	
	教室開催の提言	332,100	
	講師派遣謝礼	3,844,216	
	講演会等の開催	335,860	
	その他、法人の目的を達成するために必要な事業	2,920,072	7,450,206
4	寄付助成金収入	177,800	177,800
5	雑収入		
	雑収入	0	
	受取利息	173	173
	当期収入合計		8,368,479
	収入合計		8,368,479
II 支出の部			
1	事業費		
	人件費	3,693,558	
	認知症予防の啓発・広報	962,368	
	教室の開催の提言	0	
	講師派遣	0	
	講演会等の開催	1,805,007	
	消耗品費		
	その他、法人の目的を達成するために必要な事業	153,033	6,613,966
2	管理費		
	人件費	0	
	外注費	243,120	
	通信運搬費	820	
	消耗品費	5,896	
	その他	610,922	860,758
	当期支出合計		7,474,724
	支出合計		7,474,724
	当期活動収支差額		893,755
	前期繰越活動収支差額		1,935,123
	次期繰越活動収支差額		2,828,878

平成26年度貸借対照表
平成27年3月31日

特定非営利活動法人 認知症予防ネット

科目		金額(単位:円)	
I 資産の部			
1	流動資産		
	現金	0	
	預金	2,215,537	
	仮払金	34,932	
	前払金	0	
	商品	735,000	
	流動資産合計		2,985,469
2	固定資産		
	什器備品	0	
	固定資産合計		0
	資産合計		2,985,469
II 負債の部			
1	流動負債		
	預り金	61,140	
	仮受金	0	
	前受金	47,400	
	未払金	356,364	
	流動負債合計		464,904
	負債合計		464,904
III 正味財産の部			
	前期繰越正味財産		1,626,810
	当期正味財産増加額		893,755
	正味財産合計		2,520,565
	負債及び正味財産合計		2,985,469

平成26年度財産目録
平成27年3月31日

特定非営利活動法人 認知症予防ネット

科目	金額(単位:円)		
I 資産の部			
1 流動資産			
現金			
預金	京都銀行 大久保支店	367,950	
	滋賀銀行 宇治支店	0	
	新田郵便局 通常貯金	1,839,567	
	郵便振替口座	8,020	
	仮払金	34,932	
	前払金	0	
	商品	735,000	
流動資産合計			2,985,469
2 固定資産			
什器備品		0	
固定資産合計			0
資産合計			2,985,469
II 負債の部			
1 流動負債			
預り金	源泉所得税	61,140	
前受金		47,400	
仮受金	入会金及び年会費	0	
未払金		356,364	
流動負債合計			464,904
負債合計			464,904
III 正味財産の部			
前期繰越正味財産		1,626,810	
当期正味財産増加額		893,755	
正味財産合計			2,520,565
負債及び正味財産合計			2,985,469

監 査 報 告 書

2015年4月30日

特定非営利活動法人 認知症予防ネット

理事長 高林 實結樹 様

監事

平田 研一

私は、特定非営利活動促進法第18条の規定に基づき、特定非営利活動法人 認知症予防ネットの2014年度（平成26年度：2014年4月1日から2015年3月31日まで）の業務監査及び会計監査を実施した。

業務監査（理事の業務執行の状況に関する監査）に当たっては、理事会他の会議に出席し、必要と認める場合には質問をおこない、意見を表明した。

会計監査（財産の状況に関する監査）に当たっては、財産の実在性を中心に、帳簿、証拠書類等の閲覧、照合、質問等を行った。

これらの監査の結果、当法人の業務は法令及び定款に基づき適正に執行され、会計処理は、NPO法人会計基準及び一般に公正妥当と認められる会計の方法によって適正に処理されているものと認められた。

ここに、私は上記期間に係る事業報告書が、同法人の業務執行の状況を示し、計算書類が2015年（平成27年）3月31日における財産の状況を適正に表示しているものと認める。

第3号議案 平成27年度(2015年度)事業計画

1. 認知症予防の啓発・広報事業

従来通り、ホームページ・ブログ・機関紙・チラシ・リーフレット等の広報活動を継続します。その他、テキスト・DVD等の頒布、各種アンケートへの回答、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いたします。

NPO法人認知症予防ネットの意見や活動などの情報提供手段は、ホームページ(以下「HP」)に頼っていましたが、近年のIT事情はHPからフェイスブックやツイッターに移行しつつあり、第1号議案で報告したように、年々HPのアクセス数は減少しています。このような状況から、当法人に於いても時流に合わせ、フェイスブックを開設することにいたします。

2. 提言活動

公私、立場の如何を問わず、提言が俄に採用されることは決して多くありませんが、土壌改良を行うがごとく諦めず地道に提言を行ってまいります。

当法人のめざすところを示す意味に於いても、提言は決して無駄な活動ではなく、チャンスを逃さない継続した活動こそが重要だと考えています。

3. 講師派遣事業

- (1) 講演依頼は、可能なかぎり対応いたします。
- (2) 教室支援は、可能なかぎり対応いたします。
- (3) 養成講座は、可能なかぎり対応いたします。
- (4) 交流会は、可能なかぎり対応いたします。
- (5) 上記以外でも、講師派遣依頼があれば可能なかぎり対応いたします。

4. 学会発表

日本認知症予防学会等での研究発表は、本年度も継続的に取組む予定で、当法人として2件の発表を予定しています。

5. 自主教室・自主講座の開催

法人本部所在地での自主事業は、規模は小さいものの参加者は増えつつあり、本年度も継続できるよう努めます。

自主開催事業としての「青い鳥養成講座」は本年度より会場を変え(近隣)、教室とセットの形での実施をめざします。尚、補習講座や養成講座の取り組みにも努めます。

6. 理事会

法人設立以来、広報事業の拡大に邁進してきましたが、10周年記念事業を京都市で開催した際、好評を得た発表“韓国における認知症予防ゲーム「スリー A」の実践活動から学ぶ”を、東京の衆議院第二議員会館において、臨時の講演会として開催することができました。

同日、厚生労働省老健局高齢者支援課 認知症・虐待防止対策推進室水谷忠由室長と面談する機会を得、提言をさせていただきました。この面談は、当法人の基本的スタンスや活動を考え直す良い契機となりました。本年度、法人の各事業を再構築し、理事の職務(法人運営)を全うする体制に改めます。

7. ゲームの名称

「スリー A」の語義と、当NPO法人の活動内容の違いに鑑み、「スリー A」呼称を安易に使うことは止めます。代わる呼称は「**みんなの認知症予防ゲーム**」(添付資料1)といたします。ただし、「**みんなの認知症予防ゲーム**」は完成したものではありません。これからも皆様との共創により深化・発展することを願ってつけた名称です。

8. 新規事業

人口問題研究所が公表した推計によると、平成27(2015)年には「ベビーブーム世代」が前期高齢(65~74歳)に到達し、その10年後、平成37(2025)年には高齢者人口は約3,657万人に達するとされています。今まで高齢化問題は、高齢化の「速さ」が課題でした。平成27(2015)年以降は、高齢者数の多さが課題となります。

さらに認知症高齢者数は、平成24(2012)年の推計では、約462万人で、平成34(2025)年には約700万人になると言われています。今後、認知症高齢者が急速に増加する問題は、避けられない状況です。

この2025年問題=認知症高齢者の急速な増加問題に、当法人は、より積極的に取組んでいきます。それには、ゲームリーダーの養成が認知症予防運動にとって不可欠です。

今迄の自然増加に任せる姿勢から、意図を持って「リーダー」や「リーダー養成指導者」の育成と質の維持・向上に取り組むことにいたします。

- (1) 資格制度を当法人の責任に於いて行います。
- (2) 資格取得試験制度を導入いたします。
- (3) 「ゲームリーダー」及び「ゲームリーダー養成指導者」の資格取得試験を当法人の名の下に行い資格授与は当法人理事長が

行います。(別紙)

(4) 資格取得者のフォローアップ研修を、定期的に法人が実施いたします。

9. 事務局機能の構築

以上の事業計画を遂行するために、理事会と事務局の体制を順次整備刷新します。

事業計画 7(添付資料1)【みんなの認知症予防ゲーム】

法人結成11年にあたり、これまでの活動を振り返りますと、念願の津々浦々は“道未だ遠し”の感もありますが、全国で活動中のグループは把握もできない拡がりです。2025年問題を思うとき、この事実は大きな喜びです。もっともっと「津々浦々」を目指して行かねばと思います。

しかし反省点も見えてきます。増田先生の御著書「ボケからのカムバック」のタイトルに明らかのように、「高齢者リフレッシュセンタースリー A」を創始された増田先生の教室は、常に発症後の患者さん及び、低下ランクにレベルを揃えた方たちが対象でした。私達は医学的資格を必要としない、介護家族の体験から、一次予防を目的とした教室展開をめざしています。

創始者増田先生がご自身の事業所で挙げられたデータ、改善例に対する憧憬の思いから、自然とゲームを「スリー A増田方式」「スリー A」などと正式な許可を得ることもなく呼ばせて頂きました。

10年の節目で一度立ち止まって考えますと、非常に僭越な名称の使い方をしていたと思ひたりしました。

増田先生とのお出会いの後に、接ぎ木のように枝

事業計画 7(添付資料2)「優しさのシャワー」と「意図的働きかけ」

認知症予防教室増田方式では、教室の基本として「優しさのシャワー」という言葉が重要視されています。「優しさのシャワー」による接し方を確保するために、参加者2人に対して1人の割合で教室スタッフを配置して、「一人ずつへの言葉かけ、タッチング、褒める、感謝の言葉を言う、落ちこぼれさせない、一人ずつにスポットを当てる、晴れがましい少しの緊張感で脳を刺激する」と、厚生労働省の「平成16年度老人保健健康増進等事業」の調査研究報告書には解説されています。

さらにこの接し方は特に珍しいものではなく、ケアの世界ではどこでも求められる基本とも書かれて

10. その他

理事の任期は定款では2年と定めています。本年度は任期途中ではありますが、1名の退任と3名の就任を以て、事務局機能の強化と新規事業に担当理事を置き、法人体制の強化を図り、超高齢社会に寄与し得る背水の陣といたします。以上

葉を伸ばした活動でしたが、NPO法人活動の枝葉が成長しますと、立場・目標の違いを様々なことで感じるようになってきました。そこで安易に「スリーA」と称することは止めようと反省いたしました。

スタート時点に立ち戻り、平たい裾野をより広く遍く、みんなの脳の健康保持を願う予防運動として、ゲームの総称を「みんなの認知症予防ゲーム」とし、皆様とともに深化・発展を誓って新たな一歩を踏み出そうと思ひます。

ご理解を頂き、これからも変わらぬご鞭撻を賜りますよう、お願い申し上げます。以上

【註】

「みんなの認知症予防ゲーム」は、「スリー A増田方式」に学んだ予防ゲームに、更に二つの要素を加えたものです。しかし、これで完成ではありません。皆様との共創により一層の深化が必要だと考えています。

要素とは、効果を高めるための、「コツ」と「合理的理由」の裏付けです。このことによって、経験の少ない方にも、自信を持ってリードするためのバックボーンとなることを信じて疑いません。

いますが、ただ関わり方は同じでも、人員配置の厚さが違うという認識です。

この関わり方は認知症の患者さんには必要不可欠ですが、一次予防を目指すサロンの教室では、「優しさのシャワー」での関わり方だけでは対応できない場合があります。

医療・福祉の専門教育を受けていない私のような無資格者に許されるのは、一次予防に限定された中での予防ゲームの実施ですが、一次予防のサロンと言っても、ご家族同伴で認知症を発症した方が参加されることも少なくありません。

そのような中でのゲームであっても、可能なかぎり生活改善の実を挙げたいものです。そこでは関わり方だけではなく、「意図的働きかけ」が特に重要になってきます。

リズム感を失っておられる認知症の方は、リズムのゲーム（その1、その2）では、無表情と言うよりも「出来ない」という不安げな表情を浮かべられます。声には出ないSOSの発信なのです。即座に対応しなければ、という緊急事態なのです。しかもゲームリーダー、インストラクターに必要なのは、大勢の健常者の中で、いかに目立たないようにリズム感という“命の源”の取り戻し効果をあげるかが、大きな課題となります。

こういう変則混合教室で、対症療法的なゲームの進行をするのですから、大勢の参加者にも違和感をもたせず、楽しみつつ一緒にゲームを進めねばなりません。その秘策の一つが、お手玉回しの導入部分でのロボットのようなギクシャク・超スロームーでの進め方や、「替えて」をリズムから切り離して浮き立たせるような言い方を、などの工夫で対応します。「グーパー」や「でんでん虫」でも、類似の工夫を駆使して、人には感じられないような援助の仕方で、効果をあげるのです。

1度の参加で効果を生み出す方法が「コツ」です。コツさえ会得すれば大抵の場合、早い救出が可能です。リズム感を失って「ついて行けない。面白くない」というSOSを声無き声で、弱く発信している方が、リズムの楽しさをしっかりと感じとられるならば、その瞬間が自立の第1歩であり、それは表情の変化と体の弾みに現れます。

とにかく楽しんでいただくのが一番で、そのように持っていく瞬間的発想による、ゲームの進行方法の転換が、“抱きしめ”には無い効果をあげます。スキンシップはこの場合は無用で、離れた位置からで充分です。

専門職によるケアする側からの、確信に満ちた浴びせるシャワーではなくて、本人も気づかないような、介護家族のような、必死の願いが伝わり、全員の共感を呼び起こすのです。全員の共感が効果を後押しするのです。

整然と並べたお手玉を見た途端に「あら～キレイ」と感嘆の声を発し、一般の高齢者と一緒に心ときめきを言葉で表現されます。序破急を用いて“いざなう”全員への「意図的働きかけ」。その意図的誘いによって、リズム感を失った人がリズムに乗られる、その時のイキイキした嬉しそうなお顔、人間性の回復と言っても過言でない瞬間を間近に見るとき、ゲームの中に仕組んだ働きかけと、弱い

SOS信号が正に融合する瞬間とも言えるものであり、SOSに即座に対応できた、協働効果となります。

この計画的「働きかけ」は、道具の準備段階から始まっており、お手玉やリボンの並べ方に現れます。また声かけ、間の取り方、動作を暗示する声の勢いの付け方、等々見えない部分に「意図」があるのです。単なるレクと見まがうようなゲームですが、リーダーの「意図」が重要で、「関わり方」とは技巧上でも、本質的意義においても異なる、気づかれない中での行為ですから、「意図的働きかけ」と称して、一次予防を主意とする“リーダー養成講座”では力説しています。

これらは全て、NPO法人認知症予防ネットの活動の中から、必要に応じて編み出した独自の工夫です。この工夫を、一次予防ゲームで実行し、予防の成果がより高くあがるようにと願っています。

「優しさのシャワー」と

「意図的働きかけ」の位置づけ

なおお言すると、「優しさのシャワー」という言葉の響きが耳に心地よく響くために、この関わり方に、実は落とし穴もあるという事実が見えにくくなっていると言いたいのです。つまり温かな関わり方がすべてだとリーダーが思いこむと、特定の対象者に注意力が向いた場合、よほど自覚していないと過度の情実的な対応になる恐れがあるのです。例えば、リーダーがその落とし穴におちて、一人の対象者への濃厚スキンシップに時間を使うと、他の対象者を無視する雰囲気になります。

このことをよほど自覚していないと、「優しさのシャワー」が裏目に働いて、教室全体の気分高揚に蔭を落とすことになりかねません。理性的な「意図的働きかけ」の重要性を自覚することで、感覚的・情実的「優しさのシャワー」で見逃されている側面も補填し得ると思うのです。満座の中で、特定の個人との濃厚なふれあいを多数の人に見せつける行為、即ち「優しさのシャワー」一辺倒では、せっかくの善い進行を阻害することがある、という意味から、ゲームの意義と進行の基盤を支えるのは、「意図的働きかけ」であると言いたいのです。

認知症予防ゲームの目的は一つです。脳が衰えてきても、楽しい刺激で目指すのは「自立的な生活」への誘引です。衰えた人を甘やかすのとは意味が違うのです。リーダーは、立場の自覚が大事です。

事業計画 8 新規事業 別紙 資格認定制度の創設について

特定非営利活動法人認知症予防ネットは、認知症進行のくいとめ、日常生活への引戻し、一次予防にも効果のある認知症予防脳活性化ゲーム（みんなの認知症予防ゲーム）の普及のため、講演・提言・教室運営・予防ゲームのリーダー養成などに取組んできました。活動も10年が経過し一定の成果は上がってきたと自負していますが、普及を優先しゲームリーダーの質の維持・向上には熱心でなかったのも事実です。

そこで、一定の資格要件を満たした方に「みんなの認知症予防ゲームリーダー」としての資格を認定する制度を創設することにいたします。

資格の取得に当たっては、指定講座の受講を義務付け、修了された方に「みんなの認知症予防ゲームリーダー（略称：ゲームリーダー）」としての資格を認定します。

また、「みんなの認知症予防ゲームリーダー（略称：ゲームリーダー）」として経験を積み、新たに設ける「資格認定審査会」で試験（実技と論文の審査）に合格した方に「みんなの認知症予防ゲームリーダー養成指導員（略称：ゲームリーダー養成

指導員）」の資格を認定します。

さらに、資格取得後も、資質と能力の向上を図るため、生涯研修として継続研修の履修を義務づけますので、当法人の会員になっていただき、所定の継続研修を履修する時間も定めることにいたします。

（この資格は国家資格ではありません。）

※資格認定審査会

資格認定審査会は、当法人の会員で「スリーA増田方式」と「みんなの認知症予防ゲーム」の基本理念を理解した者、若干名で構成します。尚、審査委員は理事長推薦者の中から理事会で承認された者とします。

以上は、特定非営利活動法人認知症予防ネット定款第5条第1項第5号に基づき、平成27年度第1回理事会に於いて新たな事業として取り組むことを議決しました。

よって上程し、平成27年度総会での議決を求め承認されました。

第4号議案 平成27年度予算

平成27年度事業活動予算書
平成27年4月1日から平成28年3月31日

特定非営利活動法人 認知症予防ネット

科目	金額（単位：円）		
I 収入の部			
1 財産運用収入		—	
2 会費・入金収入			
会費収入	750,600		
入金収入	15,000	765,600	
3 事業収入			
認知症予防の啓発・広報	20,000		
教室開催の提言	100,000		
講師派遣謝礼	3,500,000		
講演会等の開催	300,000		
その他、法人の目的を達成するために必要な事業	2,500,000	6,420,000	
4 寄付助成金収入	100,000	100,000	
5 雑収入			
雑収入	0		
受取利息	200	200	
当期収入合計			7,285,800
収入合計			7,285,800
II 支出の部			
1 事業費			
認知症予防の啓発・広報	900,000		
教室開催の提言	10,000		
講師派遣謝礼	3,500,000		
講演会等の開催	300,000		
消耗品費	150,000		
その他、法人の目的を達成するために必要な事業	10,000	4,870,000	
2 管理費			
人件費	1,200,000		
外注費	240,000		
通信運搬費	60,000		
消耗品費	24,000		
その他	24,000	1,548,000	
当期支出合計			6,418,000
支出合計			6,418,000

第5号議案 理事の変更に関する件 退任・新任予定者名簿

平成27年 6月 30日付け 退任 塚本 薫
 平成27年 7月 1日付け 新任 中村 都子
 平成27年 7月 1日付け 新任 原 悦子
 平成27年10月 15日付け 新任 佐々木典子 以上

第十一回通常総会第2部

NPO活動10年に携わった

体験から見たもの

運営委員各自から

シヨートスピーチ

高林 実結樹 (宇治市)

元来は認知症対策のゲームだったが、発病自体の予防にもなるだけではない。脳梗塞の後遺症で、片麻痺、右手の指が全く動かなかった男性が、一つのゲームが終わった途端に「今指が動いた」と叫ばれたり、「頭の中で血が動いた」と感動されたり、並みいる皆が驚いた。不登校の子どもたち、精神障がい者にも好影響があるとの報告もあり、認知症だけではない。みんなに役だつ認知症予防ゲームだ。

木村 寛子 (城陽市)

学区福祉委員会が認知症予防教室を地域の老人会で開催されて6年、年3回の教室を担当している。回を追って参加者さんが増えてくる。口コミで増えるのが最高に嬉しい。大勢おられるボランティアさんが、スリーA精神をすっかり身につけて、ゲームの支援をされる姿をみて驚いている。参加者さんが段々若返ってこられるような、お元気で継続参加されていることなど、嬉しいことが沢山ある。

中野 正子 (宇治市)

養護老人ホームの教室に月1回ゲームリードに通っている。最初は一人活動に緊張したが、とまどったのは、入居者さんがお互い名前も知らないまま、共同生活をしておられ、不機嫌を募らされる方もおられた。今では名札をつけられ、皆さんが仲良くなられて、ゲームの楽しさを楽しみ、とても良い雰囲気になっている。住宅街の集会所でも教室が開始されて月に1回通ったが、ゲームが役だっていることが嬉しい。

中村 都子 (美山町)

2013年秋、新潟学会に参加して、全国どころか世界中の研究者が認知症予防について論じている姿に刺激・感銘を受けた。帰路、「みんなの認知症予防ゲーム」のエビデンスを出したいと思いい、20回連続教室開催を決心した。タッチパネル式を習い、京都市内のデイサービスで開始。冬に向かい、感染症での中断を一番心配したが20回無事に終え、結果を学会で発表した。2014年はクリニックにご協力いただき、実施後の集計をしている。ゲームを通じ、事業所・当方の双方のスタッフにとって大変勉強になった。

原口 熱美 (八幡市)

NPO活動の最初の教室で縁があった木津川市の老人会に、月に1回、5年かよっている。脳梗塞で会話も少なく暗

いお顔の方が、今では別人のように明るくなられて、お話も積極的にされるようになった。月に1回の教室でも、継続すれば効果が見られることの実証だと思っている。都合で1ヶ月休みになると、皆さんゲームができなくなっておられるが、それぞれが和やかに月1回の「みんなの認知症予防ゲーム」を楽しんで継続中。

平山 眞砂美 (木津川市)

10年以上前、宇治市の教室に皆でボランティア参加をしていた時の、忘れられない思い出。字が書けない、体が動きにくい、信号は青で渡りきれない。何にも援助が必要な男性が教室に毎週通われるうちに、青信号で渡りされるようになつた。また字も書くなど積極的になつた。後日同窓会が開かれて驚いたのは、その男性は体操教室に行かれ、信号を走って渡るなど、別人のようだった。ゲームでの自信回復から意欲的な生活に戻られ感動した。

福井 恵子 (八幡市)

2012年から東北被災地に20数回派遣された。南相馬市では、辛い話も聞く中、ゲームで笑って頂いたが、表情硬く、心残りもある。二本松市養成講座では、震災後自信をなくされた方がゲーム実践中大笑いで劇的に明るくなられ、是を仕事にされるようになつた。京都南部・福祉サロン(25名参加)2回目、明る

く話も出来るようになつた方、家族から喜ばれている。自宅教室を月に2回継続、医師から悪くなつていないと診断され、周りの方は「食い止めどころか戻っている」と言つて喜んで頂いている。母への関わり方を学会で発表し、学会長の浦上賞を頂いた。

山田 昭子 (城陽市)

ボランティア参加から、今では5カ所の教室でゲームのリードを担当している。友人の自宅開放教室や、施設での週2回教室も担当させて頂き、別のデイサービスセンターでは月に1回だが、職員さんの理解が深まつてうれしいだけでなく、デイの利用者さんも待つていてくださる他、福祉センター2カ所ではセンター長さんが非常に喜んで下さるので、自分の励みも大きくなる。どの教室でも皆さんがゲームを非常に喜んで待つていてくださるのが嬉しい。



「会員の皆さんから」

精神障害者にも効果あり

渡部 真理子（神奈川県川崎市）

統合失調症や躁鬱病、薬物やアルコール中毒症等、様々な精神疾患者が入院している精神科病院の作業療法室で2か月に一度「みんなの認知症予防ゲーム」を実施した。作業療法室は日常生活に慣れるためのリハビリ施設であり、リハビリメニューは曜日によって異なるが、「体操」の時間に20代〜70代の老若男女30名程で①指を使って数えよう②グツパー体操③でんでん虫④グーチョキパー⑤リズム2拍子と3拍子⑥お手玉回しを実施し、「手作業」の時間に2〜3名で「広告パズル」を実施した。

入院患者には運動不足により体力が低下する人、コミュニケーションが上手くとれない人や無表情の人もいる。ところがゲームを実施すると、患者の表情がパツと明るくなり、声を上げて笑ったり、指ゲームでは「わあ！難しいー」と言いながら、ゲーム終了後も練習する60代の男性患者の姿も見られた。手を動かしながら歌うことは患者にとって難しい動作だが、リズムとお手玉ゲームの時には、歌のスピードを落として、繰り返し行うことでうまく出来るようになる。そんな時は笑顔で皆で拍手し合った。

このゲームは脳を刺激するだけでなく、人とのコミュニケーションやスキンシ

ップをとったり、身体を動かすため体力作りにもなる。精神障害者のリハビリにも大いに効果があるので、このゲームを活用していきたいと思う。

高雄のグループホーム

「たのしい家」を訪ねて

新井和江（京都府京都市）

去る6月5日、紅葉の名所の高雄にある「たのしい家」というグループホームに招かれて、ゲームと一緒に楽しんできました。

最初の自己紹介、皆さん緊張した面持ちでスタートします。（この緊張感はとても大事ですね）

お手玉回しではゲームも佳境にはいり、右、左がわからなくなるお仲間さんが続出・・・初めの、照れ隠しの苦笑いからほんまもんの笑いに変わっていました。

できない事を嘆くのではなく、笑いに転じる、それがこのゲームの真骨頂です。私もまだまだ修行不足を実感させていただきました。

いずれは地域の方とゲームを楽しめる拠点になりたいと管理者がおっしゃっていました。もちろんその為の協力をお約束しておいとましました。

講演会後のアンケートから

（於・千葉県柏市）

特養で10年働きました。日々のケアで疲れて自分も疲れてしまい、福祉の仕事をしたくないと思う程、嫌な時もありました。笑顔がなくなり、どこに福祉の仕事にやりがいを持っていいのかわからなくなりました。

そんな中、デイサービスに移動になり、認知症予防ゲームを職員皆で勉強し始めました。

自然に自分自身も笑顔になり、明るい気持ちになりました。

間違って笑える、リーダーが間違えて皆が笑ってくれる。皆の笑顔が自分の力になり、現在では、とても楽しく仕事が出来たようになりました。

笑顔ってシワになるけどいいな、気持ちが良いし、優しさのシャワー、誉められて嫌な人は誰もいません、沢山沢山誉めて、自分にも誉めてもらいたい、誉めたいと思った。

養成講座後のアンケートから

（於・東京都府中市）

・ゲームでの説明、働きかけの時の言葉の息遣い、強弱、早さなどで全員を集中させる技術が素晴らしい。

・それぞれの運動には、集中力、記憶力、取戻し力、協調性等の工夫が、いたるところに散りばめられている。

・ゲームが進んでいくうちに、自然にお隣さんの指へ抵抗なく遊びにいけるように、心が変化していく素晴らしい。

・最後のクライマックスで、仲間意識を高め、連帯感に繋がる。

・優しさのシャワー、ただ単に優しくしているだけでは、ダメ、（見えないシャワー）相手を良く見つめ、心の状態を察し、適切な心配りをさりげなく・・・、頭ではわかっていても、経験あるのみです。

・講師のゲームへの深い思い入れに接し、私もやってみようかなと、思いました。

百万人の胸に四つ葉のクローバーを

このバッジは、

認知症専用ではなく、ご自身が不測の事態で身元不明にならないために、老いも若きも多くの方に利用していただきたいのです。外出先で、いつ事故が起きるか分かりませんが、バッグやポケットの中に入れておく方々の安心の保障です。出来ればこのバッジを付けていただいて、市民の共助・共生のシンボルとして役立てほしいと、切に願っています。



問合せ NPO法人認知症予防ネット

今後の予定 (15年6月・7月)

【講演】

- 6月6日 大阪府大阪市/コムケア関西
- 6月7日 愛知県北名古屋/認知症予防ネット北名古屋
- 6月8日 大阪府八尾市/志紀コミュニティセンター健康大学
- 6月8日 大阪府八尾市/八尾市健康大学
- 6月13日 愛知県刈谷市/刈谷市富士松市民センター
- 6月22日 兵庫県川辺郡/今井病院3病棟
- 7月2日 大阪府八尾市/刑部地区集会所/緑風園

【教室・サロン】

- 6月1日~7月27日 京都府八幡市/福井家/京阪近隣高齢者/5回
- 6月1日・7月6日 京都府宇治市/とんがり山のてっぺんDE/2回
- 6月3日 京都府城陽市/フレンドルーム/近隣高齢者
- 6月5日 京都市右京区/グループホーム楽しい家高雄
- 6月6日 兵庫県川西市/認知症予防ケアグループきらら
- 6月8日~7月7日 京都市左京区/ノートルダム修道院/5回
- 6月8日・7月13日 京都府宇治市/介護ファミリーの会同窓会
- 6月9日・6月30日 大阪府大阪市/旭区地域包括支援センター
- 6月10日・7月8日 京都府井手町/賀泉苑/ふれあいサロン
- 6月10日・7月8日 京都府木津川市/木津川台ゆーゆークラブ
- 6月10日~7月29日 大阪府八尾市/八尾市健康福祉部高齢福祉課/8回
- 6月12日・7月10日 京都市右京区/西院デイサービスセンター
- 6月12日・7月13日 京都府城陽市/西部デイサービスセンター
- 6月12日・7月24日 京都府八幡市/美濃山幸水ふれあいサロン
- 6月13日~7月25日 京都市北区/鳳徳サロン/みんなでいきいき/6回
- 6月14日・7月12日 滋賀県大津市/比良里山クラブ
- 6月15日 京都府八幡市/吉井松里ふれあいサロン
- 6月16日・7月21日 京都府井手町/玉泉苑/ほのぼのカフェぶらす
- 6月19日 京都市山科区/ウイズフィール京都山科/健康教室
- 6月21日・7月19日 京都府宇治市/菟道明星園/認知症予防教室
- 6月24日・7月22日 京都府城陽市/陽東苑/もの忘れ予防教室
- 6月25日・7月23日 京都府宇治市/北宇治地域包括支援センター
- 6月26日・7月24日 京都市右京区/壬生寺老人いこいの家
- 6月26日・7月24日 京都府城陽市/陽和苑/物忘れ予防教室
- 6月25日 京都府宇治市/NTTふれあいステーション
- 6月26日 京都府八幡市/さくら三参ふれあいサロン
- 6月25日・7月2日 京都市中京区/朱八学区社会福祉協議会
- 6月27日 京都府八幡市/柿ヶ谷集会所/柿ヶ谷ふれあいサロン
- 6月28日 京都府宇治田原町/宇治田原町地域包括
- 7月4日 大阪府大阪市/森/宮医療大学/近隣高齢者サロン
- 7月8日 大阪府八尾市/みんなの認知症予防教室

【講習会など】

- 6月4日~7月16日 京都府宇治市/青い鳥リーダー養成講座/月2回
- 6月13日・14日 大阪府大阪市/市民交流センターあさひ西/2日コース
- 6月13日・14日 愛知県名古屋/名古屋南陽交流プラザ/2日コース
- 6月14日・15日 京都市下京区/京都ボランティア協会/2日コース
- 6月20日・21日 栃木県宇都宮市/栃木県健康生きがいづくり協議会/2日コース
- 6月20日・21日 広島県広島市/楽楽屋/2日コース
- 7月3日 大阪府大阪市/森/宮医療大学/保健師学科
- 7月11日・12日 愛知県北名古屋/認知症予防ネット北名古屋/2日コース
- 7月15日 京都府宇治市/宇治市社会福祉協議会
- 7月26日 岐阜県各務原市/NPO法人だいじょうぶ

編集後記

当NPO法人は11年目を迎えるに当たり、より充実した活動を展開するために新たな事業展開を計画いたしました。そのため33号は第11回通常総会の議案をすべて掲載し総会報告としました。文字数も多くなりましたが、皆様のご理解とさらなるご協力をお願いする次第です。

特に認知症予防ゲームの名称を「みんなの認知症予防ゲーム」と決定した経緯は、各地で活動されている会員の皆様のお話も合わせご覧頂くこと納得いただけたと思います。全ての方々が、いつもの場所で、いつもの通り、穏やかに暮らせる安住の場へのパスポートがみんなの認知症予防ゲームです。

E.H

活動報告 (15年2月1日~15年5月31日)

【講演】

- 2月14日 茨城県取手市/取手市避難者・地域住民交流会
- 2月22日 山口県山口市/わいわい山口ラフタークラブ
- 2月25日 滋賀県草津市/志津南やすらぎ学級
- 2月28日 京都市中京区/中京区社協すこやかサロン
- 3月7日 京都府宇治市/西小倉地域福祉センター団体交流会
- 3月12日 大阪府大阪市/大阪パイロットクラブ
- 3月25日 京都府長岡京市/長岡京市高齢介護課・長岡ヘルスケアセンター
- 5月10日 京都府城陽市/陽寿苑/青谷校区社協総会
- 5月17日 千葉県市川市/行徳デイサービス翔裕園
- 5月30日 千葉県柏市/柏市教育福祉会館

【教室・サロン】

- 2月2日~5月4日 京都府宇治市/とんがり山のてっぺんDE/4回
- 2月5日~4月30日 京都市右京区/京北/山本クリニック/12回
- 2月7日~5月2日 兵庫県川西市/認知症予防ケアグループきらら/4回
- 2月8日~5月10日 滋賀県大津市/比良里山まほろば教室/4回
- 2月9日~5月11日 京都府宇治市/介護者ふあみりの会同窓会/4回
- 2月9日~5月25日 京都府八幡市/福井家/京阪近隣高齢者/8回
- 2月10日・17日 大阪府大阪市/旭区地域包括支援センター/2回
- 2月10日~3月20日 京都府城陽市/まごころ城陽/4回
- 2月13日~5月8日 京都市右京区/西院デイサービスセンター/4回
- 2月13日~5月8日 京都府宇治田原町/地域包括支援センター/4回
- 2月14日~5月22日 京都市北区/鳳徳サロン/みんなでいきいき/6回
- 2月15日~5月17日 京都府宇治市/菟道・宇治明星園養護老人ホーム教室/4回
- 2月16日~5月11日 京都府城陽市/西部デイサービスセンター/4回
- 2月16日~5月18日 京都府八幡市/吉井松里ふれあいサロン/3回
- 2月17日~3月24日 三重県松阪市/地域包括支援センター/3回
- 2月18日~5月13日 京都府井出町/賀泉苑/ふれあいカフェ/3回
- 2月18日~5月20日 京都府城陽市/フレンドルーム/3回
- 2月19日 京都府宇治市/すまいる西小倉
- 2月20日~5月15日 京都市山科区/ウイズフィール京都山科/4回
- 2月24日~5月19日 京都府井手町/玉泉苑/ふれあいカフェ/4回
- 2月25日 京都府京田辺市/多々羅社会福祉協議会
- 2月25日~5月29日 京都府八幡市/美濃山幸水ふれあいサロン/4回
- 2月26日 京都府宇治市/明星町助け合い委員会
- 2月26日~5月27日 京都府宇治市/NTT光ふれあいステーション/3回
- 2月26日~5月28日 京都府宇治市/北宇治地域包括支援センター/4回
- 2月27日~5月22日 京都市中京区/壬生老人いこいの家/脳トレ教室/5回
- 2月27日~5月22日 京都府城陽市/陽和苑/物忘れ予防教室/4回
- 3月7日 京都府宇治市/平盛学区福祉委員会
- 3月11日~5月13日 京都府木津川市/木津川台ゆーゆークラブ/3回
- 3月12日 京都府京田辺市/福祉センター/オレンジカフェ
- 3月12日~5月28日 京都府京田辺市/地域包括支援センター/3回
- 3月23日~5月19日 京都市左京区/ノートルダム修道院/4回
- 4月15日~5月20日 兵庫県芦屋市/あしや倶楽部脳活性化体験教室
- 4月22日~5月27日 京都府城陽市/陽東苑/もの忘れ予防教室/2回
- 4月26日 大阪府八尾市/河内東山本新町会館
- 5月30日 京都府八幡市/男山第3住宅ふれあいサロン

【講習会】

- 2月3日~2月14日 滋賀県日野町/日野町介護支援課/日野町社協/3回
- 2月11日・12日 広島県広島市/広島市南区地域福祉センター
- 2月17日・3月24日 三重県松阪市/松阪市第1地域包括支援センター
- 3月1日 京都府宇治市/第24期青い鳥講座
- 3月8日 京都府宇治市/第25期青い鳥講座
- 3月14日・15日 愛知県名古屋/名古屋南陽交流プラザ
- 3月16日・17日 京都市下京区/京都ボランティア協会
- 3月28日・29日 大阪府旭区/市民交流センターあさひ西
- 4月8日 京都府大山崎町/大山崎町「和来隊」勉強会
- 5月7日 京都市下京区/ワタキューセイモア
- 5月9日 大阪府吹田市/吹田市パーキンソン病友の会
- 5月27日 大阪府八尾市/八尾市ボランティア講座
- 5月31日 大阪府大阪市/東淀川区民活動センター

【イベント】

- 2月22日 京都府城陽市/福祉ふれあいまつり城陽

認知症予防ネット 購読者募集

年3回定期発行 送料込み年500円。お申し込みお待ちしております。(会員には無料配付)