

～令和8年度脳活教室事業説明書～

1. 脳活教室とは

軽度認知障害(MCI)の方等を対象に、すでに認知機能の改善や身体機能の向上に効果が認められている「とっとり式認知症予防プログラム」を実施する教室

2. 教室の目的

高齢者が認知症の予防に努め、認知症になることを遅らせたり、認知症になつても進行を緩やかにすること

3. 委託事業所

通所介護事業所、通所型サービス指定事業所、地域密着型通所介護事業所、通所リハビリテーション事業所、認知症対応型通所介護事業所、認知症対応型共同生活介護事業所 等

4. 従事者の条件

認知症予防に関する一定の知識がある保健・医療・福祉の専門職(保健師、看護師、准看護師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、精神保健福祉士、介護福祉士、介護支援専門員、社会福祉士等)を中心に、地域の高齢者の支援を行う業務に1年以上従事している職員等が協働して実施

5. 実施回数

事前訪問 + 週に1回×20回(約5か月間) ※1回あたり約2時間

6. 実施内容(とっとり式認知症予防プログラム)

- ①有酸素運動、筋力運動などの運動プログラム
- ②認知症や予防について学ぶ座学プログラム
- ③認知機能を刺激する知的活動プログラム
(お手玉やゲームなど)



7. 委託料

利用者1人1回あたり

・委託料 3,470円(送迎なしの場合2,530円)

・利用者自己負担 200円程度

※自己負担額については、事業所で金額は決定してよい

8. 注意事項

令和8年度の脳活教室の実施は、令和8年3月に開催予定の佐世保市議会の議決をもって、実施の決定を行いますので、ご了承ください。

【脳活教室の流れ】

開始前	事業所が参加者の自宅を訪問し、顔合わせと、事前打ち合わせ（利用開始日や送迎、料金等について）を行う。
初回	「教室をはじめるにあたって」のDVDを流す。 認知機能検査（事業所で対応可能なもの）を実施 運動プログラムおよび知的活動プログラムを実施する。
2回目 以降の 内容	<p>※とっとり方式認知症予防プログラムを実施</p> <p>【運動プログラム】約30分 ・DVDを見ながら運動を行う。 (準備体操・有酸素運動、筋力運動・整理体操)</p> <p>【座学プログラム】全7回 ・認知症や認知症予防に関する内容のDVD等で学習。</p> <p>【知的活動プログラム】約50分 ・個人で行うもの、集団で行うもの2種類行う。 ・「とっとり式認知症予防-知的活動-」のパンフレットを参考に事業所担当者がメニューを組み立てて実施する。</p> <p>※運動や座学のDVDは長寿社会課より配布あり</p>
評価 (16回目 以降)	認知機能検査（事業所で対応可能なもの）を実施 評価表を作成
18回目 頃	本人と関係者（認知症地域支援推進員、包括、その他地域支援者等）が参加する支援会議に参加し、本人の教室終了後の生活について検討
20回目	脳活教室終了