



～令和7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、認知症になっ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(とっとり方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



【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。 体力測定を実施する。（同日長寿社会課がT-DAS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を見る。</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)	体力測定を実施（同日長寿社会課がT-DAS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